

КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:
Психологічні чинники рівня задоволеності шлюбом

Здобувача (ки) 2 курсу КП-245 групи
Спеціальності 053 Психологія
Освітньо-професійна програма
Клінічна психологія
Єви ЧВАНЦЕВОЇ
(прізвище та ініціали)

Керівники
Тетяна РЯХОВСЬКА, доктор філософії в галузі
психології,
Борис ХЕРСОНСЬКИЙ, к.мед.н., доц.
(прізвище та ініціали, вчене звання, науковий ступінь)

Робота рекомендована до захисту
рішенням кафедри клінічної психології та кафедри соціальної психології

Протокол №11 від «22» червня 2026р.

Зав. кафедри клінічної психології _____ д.психол.н., с.н.с., Лисенко І.П.
підпис (наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

Зав. кафедри соціальної психології _____ к.психол.н., доц., Трофімова Д.О.
підпис (наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

Київ—2026

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ШЛЮБОМ	9
1.1. Задоволеність шлюбом як психологічний феномен та критерій функціонування подружніх взаємин	9
1.2. Характеристика сімейної системи як чинники задоволеності шлюбом у межах моделі Д. Олсона.....	14
1.3. Діадний копінг та особливості подружньої взаємодії у контексті задоволеності шлюбом.....	19
1.4. Шлюбний потенціал особистості як психологічний ресурс подружніх взаємин.....	26
1.5. Теоретична модель взаємозв'язку психологічних чинників задоволеності шлюбом.....	30
Висновки до розділу 1	32
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ШЛЮБОМ.....	34
2.1. Організація, процедура та характеристика вибірки дослідження	34
2.2. Психодіагностичний інструментарій дослідження психологічних чинників задоволеності шлюбом.....	35
2.3. Методи статистичної обробки та аналізу емпіричних даних.....	41
Висновки до розділу 2.....	42
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ШЛЮБОМ	44
3.1. Описовий аналіз показників задоволеності шлюбом, характеристик сімейної системи, діадного копіngu та шлюбного потенціалу особистості....	44
3.2. Аналіз взаємозв'язків між характеристиками сімейної системи, діадного копіngu, шлюбного потенціалу особистості та задоволеністю шлюбом.....	67
3.3. Регресійний аналіз психологічних предикторів задоволеності шлюбом у подружніх парах	69
3.4. Практичні рекомендації щодо підвищення рівня задоволеності шлюбом у подружніх парах	71
Висновки до розділу 3.....	77
ВИСНОВКИ.....	79
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	82
ДОДАТКИ	88

ВСТУП

Актуальність теми. Сучасні соціокультурні трансформації—суттєво впливають на функціонування інституту шлюбу та сім'ї. Зміна гендерних ролей, підвищення рівня індивідуалізації особистості, зростання психологічного навантаження, економічні виклики та трансформація сімейних цінностей зумовлюють зміну характеру подружніх взаємин і вимог до їх якості. У цих умовах особливої актуальності набуває проблема задоволеності шлюбом як одного з ключових показників психологічного благополуччя подружжя, стабільності сімейної системи та ефективності міжособистісної взаємодії.

Задоволеність шлюбом пов'язана з емоційною близькістю партнерів, якістю комунікації, здатністю до взаємної підтримки та ефективного подолання труднощів. Водночас хронічні конфлікти, емоційне дистанціювання, порушення взаєморозуміння та неузгодженість способів реагування на стрес можуть призводити до зниження якості подружніх взаємин і дестабілізації сімейної системи. У зв'язку з цим особливого значення набуває дослідження психологічних чинників, які визначають рівень задоволеності шлюбом та сприяють підтриманню гармонійних партнерських стосунків.

Проблема задоволеності шлюбом посідає важливе місце у сучасній сімейній психології та активно розробляється як у зарубіжних, так і у вітчизняних наукових дослідженнях. Значний внесок у вивчення структури подружніх взаємин, факторів стабільності сім'ї та умов задоволеності партнерів зробили Девід Олсон, Роберт Стернберг, Джон Готтман та інші дослідники. У вітчизняній науці значний внесок зробили Є. М. Потапчук, Т. Романова та Г. Бутенко, які розробили діагностичні методики та моделі оцінювання шлюбної адаптації та шлюбного потенціалу особистості.

У сучасних дослідженнях задоволеність шлюбом розглядається як результат взаємодії чинників різного рівня. Комунікативний підхід підкреслює значення відкритого, щирого та ефективного спілкування у подружніх стосунках як важливого чинника їх задоволеності (С. В. Білоусова). Водночас теорія

прив'язаності акцентує роль емоційної близькості, безпеки та довіри у подружніх взаєминах (О. Ф. Яцина). Серед основних методологічних орієнтирів виділяється системний підхід, який дозволяє розглядати подружні стосунки як цілісну динамічну систему у якій характеристики згуртованості, адаптивності та способів взаємодії визначають якість функціонування подружньої пари (Н. В. Акерман).

Попри значну кількість наукових праць, недостатньо дослідженим залишається комплексний вплив психологічних чинників особистісного, діадного та системного рівнів на задоволеність шлюбом. Потребують подальшого уточнення взаємозв'язки між характеристиками сімейної системи, особливостями подружньої взаємодії, індивідуально-психологічними ресурсами партнерів та рівнем задоволеності шлюбом у сучасних соціокультурних умовах. Це зумовлює актуальність даного дослідження та визначає необхідність емпіричного вивчення психологічних чинників задоволеності шлюбом у подружніх парах.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять системний підхід до аналізу сімейних взаємин, концепція шлюбної адаптації та згуртованості (Д. Олсон), положення про роль емоційної близькості та взаємодії партнерів у підтриманні стабільності подружніх відносин, представлені у працях (Р. Стернберг, Дж. Готтман), а також вітчизняні підходи до вивчення шлюбного потенціалу особистості (Є. Потапчук).

Методологічна логіка дослідження ґрунтується на розгляді задоволеності шлюбом як результату взаємодії психологічних чинників різного рівня: системного (згуртованість та адаптивність сімейної системи), діадного (особливості подружнього копіngu та взаємодії партнерів) та особистісного (індивідуально-психологічні ресурси і шлюбний потенціал особистості). Такий підхід дозволяє комплексно дослідити психологічні механізми формування задоволеності шлюбом у подружніх парах.

Об'єкт дослідження – подружні взаємини як система міжособистісної взаємодії партнерів.

Предмет дослідження – взаємозв'язок характеристик сімейної системи, діадного копінгу та шлюбного потенціалу особистості із задоволеністю шлюбом у подружніх парах.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично перевірити модель взаємозв'язку характеристик сімейної системи, діадного копінгу та шлюбного потенціалу особистості із задоволеністю шлюбом у подружніх парах.

Завдання дослідження:

1) проаналізувати сучасні теоретичні підходи до вивчення задоволеності шлюбом та теоретично обґрунтувати модель взаємозв'язку характеристик сімейної системи, діадного копінгу та шлюбного потенціалу особистості із задоволеністю шлюбом.

2) обґрунтувати психодіагностичний інструментарій та організувати емпіричне дослідження психологічних чинників задоволеності шлюбом у подружніх парах.

3) Здійснити описовий аналіз показників задоволеності шлюбом, характеристик сімейної системи, діадного копінгу та шлюбного потенціалу особистості.

4) Дослідити взаємозв'язки між характеристиками сімейної системи, діадного копінгу, шлюбного потенціалу особистості та рівнем задоволеності шлюбом.

5) Визначити найбільш значущі психологічні предиктори задоволеності шлюбом за допомогою регресійного аналізу.

6) Розробити практичні рекомендації щодо підвищення рівня задоволеності шлюбом у подружніх парах.

Методи дослідження.

Теоретичні методи: аналіз, синтез, систематизація та узагальнення наукових підходів до вивчення задоволеності шлюбом, сімейної взаємодії, діадного копінгу та психологічних ресурсів особистості у подружніх відносинах.

Емпіричні методи: авторська анкета для збору соціально-демографічних характеристик учасників; опитувальник «Шкала сімейної адаптації та

згуртованості» (FACES-3) Д. Олсона для дослідження характеристик сімейної системи, зокрема рівня згуртованості та адаптивності; тест-опитувальник задоволеності шлюбом Т. Романової, Г. Бутенко для визначення рівня задоволеності шлюбом; опитувальник діадного копінгу DCI Дж. Боденмана для оцінки особливостей подружньої взаємодії та стратегій спільного подолання стресу; психологічна методика «Діагностика сімейних ролей подружжя» (ДСРП) Д. Є. Карпової, Є. М. Потапчука для дослідження рольової структури, рівня реалізації та узгодженості сімейних ролей у подружній взаємодії.

Методи статистичної обробки: описова статистика для аналізу загальної вираженості досліджуваних показників; кореляційний аналіз для виявлення взаємозв'язків між характеристиками сімейної системи, діадного копінгу, шлюбного потенціалу особистості та рівнем задоволеності шлюбом; множинний регресійний аналіз для визначення найбільш значущих психологічних предикторів задоволеності шлюбом та оцінки внеску чинників системного, діадного та особистісного рівнів у пояснення досліджуваного феномену.

Характеристика вибірки. У дослідженні взяли участь 60 осіб (30 подружніх пар), які перебувають в офіційно зареєстрованому або цивільному шлюбі. Формування вибірки здійснювалося за принципом добровільної участі із залученням респондентів через соціальні мережі та особисті контакти. До вибірки були включені респонденти з різною тривалістю подружніх стосунків (до 1 року, від 1 до 10 років, понад 10 років).

Критерії включення у дослідження були: перебування у шлюбних або стабільних партнерських стосунках, добровільна згода на участь у дослідженні. Критерії виключення: перебування подружньої пари у процесі розлучення; участь лише одного партнера; неповне заповнення психодіагностичного інструментарію.

Дослідницькі питання:

1. Які особливості задоволеності шлюбом, характеристик сімейної системи, діадного копінгу та шлюбного потенціалу особистості притаманні респондентам досліджуваної вибірки?

2. Які взаємозв'язки існують між характеристиками сімейної системи, показниками діадного копінгу, шлюбним потенціалом особистості та рівнем задоволеності шлюбом?

3. Які психологічні чинники системного, діадного та особистісного рівнів є найбільш значущими предикторами задоволеності шлюбом у подружніх парах?

Теоретична значущість роботи полягає у поглибленні наукових уявлень про психологічні чинники задоволеності шлюбом у подружніх парах. У роботі систематизовано сучасні теоретичні підходи до вивчення задоволеності шлюбом та уточнено її розуміння як інтегрального показника психологічного благополуччя подружжя та якості функціонування подружніх взаємин.

Теоретично обґрунтовано модель взаємозв'язку характеристик сімейної системи, діадного копінгу та шлюбного потенціалу особистості із задоволеністю шлюбом, що дозволяє комплексно розглядати подружню взаємодію на системному, діадному та особистісному рівнях.

Результати дослідження можуть сприяти уточненню наукових уявлень про роль сімейної згуртованості та адаптивності, особливостей діадного копінгу та індивідуально-психологічних ресурсів особистості у формуванні задоволеності шлюбом. Теоретичні положення роботи можуть бути використані для подальших досліджень психологічного благополуччя подружніх пар та чинників стабільності сімейної системи.

Практична значущість роботи визначається можливістю використання отриманих результатів у практиці психологічного консультування, сімейної психотерапії та психопрофілактичної роботи з подружніми парами. На основі виявлених психологічних чинників задоволеності шлюбом розроблено практичні рекомендації, спрямовані на підтримання психологічного благополуччя подружжя, розвиток конструктивної подружньої взаємодії та підвищення адаптивності сімейної системи.

Запропонована програма розвитку діадного копінгу «Разом крізь стрес» може використовуватися у форматі індивідуального психологічного консультування, групових тренінгових програм та психоедукаційної роботи з

подружніми парами з метою розвитку навичок спільного подолання стресових ситуацій.

Авторська технологія «Рольова карта подружжя» може застосовуватися як допоміжний інструмент аналізу та опрацювання особливостей рольової взаємодії партнерів і профілактики рольових дисбалансів у сімейній системі.

Інтегративна модель психологічного супроводу подружніх пар (ІМПС), побудована на основі результатів дослідження, може бути використана для організації комплексної психологічної допомоги сім'ям з урахуванням особливостей їх функціонування та актуальних психологічних потреб.

Матеріали дослідження можуть бути використані у професійній підготовці практичних психологів та під час викладання дисциплін «Сімейна психологія», «Психологічне консультування», «Психологія сімейних стосунків».

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ШЛЮБОМ

1.1. Задоволеність шлюбом як психологічний феномен та критерій функціонування подружніх взаємин

Поняття «задоволеність шлюбом» займає важливе місце в сучасній психології сім'ї, оскільки воно відображає інтегральний стан подружніх взаємин, їхню гармонійність та психологічне благополуччя партнерів. Незважаючи на тривалу історію дослідження феномену, серед науковців не існує повної однастайності щодо його точного визначення. Утім, аналіз українських і зарубіжних праць дозволяє виокремити спільні підходи та концептуальні акценти.

У сучасній українській літературі задоволеність шлюбом розглядається передусім як внутрішня, суб'єктивна оцінка якості стосунків. Так, Л. О. Котлова підкреслює, що більшість авторів сходяться на думці: задоволеність шлюбом – це суб'єктивна оцінка кожного з подружжя характеру їхніх відносин [16, с. 227]. Ця думка репрезентує важливий для української психології акцент: шлюб не може розглядатися виключно як соціальний інститут чи формальний союз – його якість визначається тим, як він переживається та оцінюється кожним із партнерів у контексті власних потреб, очікувань і цінностей.

Подібний підхід простежується й у працях, присвячених динаміці сімейного життя. У роботі О. В. Волошок про психологічну задоволеність шлюбом на різних етапах життєвого циклу сім'ї зазначається, що задоволеність є «певною внутрішньою суб'єктивною оцінкою подружжя власних сімейних відносин» [8, с. 125]. Це визначення підкреслює важливість прийняття індивідуального досвіду як ключового джерела розуміння феномену.

У зарубіжній психології ідея суб'єктивності також є провідною. В «Енциклопедії сімейних студій Вайлі Блеквелла» задоволеність шлюбом визначено як суб'єктивну оцінку людиною загального характеру шлюбу [11]. Це

трактування збігається з українськими підходами: незалежно від культурного контексту, рівень шлюбної задоволеності залежить не від «об'єктивно правильних» форм взаємодії, а від того, як партнер інтерпретує досвід власного подружнього життя.

Водночас західні дослідники вносять до трактування поняття важливий змістовний компонент – його глобальність. У праці Дж. Абреу-Афонсу та колег зазначено, що задоволеність шлюбом стосується загальної оцінки ставлення людини до свого шлюбу [41]. Ця думка наближає феномен до категорії інтегральних оцінок – таких, що формуються на основі багатьох дрібних переживань, але проявляються як єдине загальне судження про якість шлюбу. Задоволеність тут постає не просто як «середнє» між окремими складовими взаємин, а як узагальнена емоційно-когнітивна позиція щодо шлюбу в цілому.

Багатовимірність поняття підкреслюють і сучасні міжкультурні дослідження. М. Добровольська та співавтори пропонують комплексне визначення: задоволеність шлюбом – поняття, що охоплює думки, почуття та поведінку, пов'язані зі стосунками людини з партнером [43]. Це трактування дозволяє розглядати задоволеність шлюбом як феномен, що охоплює когнітивні уявлення про партнера й взаємини, емоційні переживання, а також реальні патерни взаємодії.

Іранські дослідники у своїй статті підкреслюють, що задоволеність шлюбом є показником здорових подружніх стосунків, включаючи емоційне, когнітивне та інтелектуальне сприйняття людьми свого подружнього життя [49]. Тут задоволеність шлюбом трактується як показник здоров'я сімейної системи – своєрідний психологічний маркер її стабільності та ефективності.

У контексті українських досліджень цю думку розвивають Л. І. Березовська та Т. Ю. Ямчук, які розглядають задоволеність як системну характеристику, пов'язану зі згуртованістю, адаптивністю, якістю комунікації та справедливістю розподілу сімейних функцій. Вони підкреслюють, що високий рівень задоволеності є не лише показником благополуччя, але й умовою розвитку сім'ї, її психологічної стійкості та здатності долати життєві труднощі [3].

Отже, аналіз українських і зарубіжних напрацювань дає підстави стверджувати, що задоволеність шлюбом – це суб'єктивний конструкт, який поєднує в собі емоційні реакції, когнітивні оцінки та поведінкові патерни, що визначають якість подружньої взаємодії. Вона виступає водночас і результатом попереднього досвіду партнерів, і умовою подальшого розвитку їхніх стосунків.

У сучасній психологічній науці виокремлюють кілька методологічних підходів до розуміння задоволеності шлюбом:

1. Особистісно-орієнтований підхід розглядає задоволеність шлюбом як похідну від особистісних характеристик партнерів: емоційної зрілості, рівня емпатії, адаптивності, мотивації до партнерства. Д. Буряк та М. І. Безвершко наголошують, що рівень готовності до шлюбу, сформованість рольових очікувань та адекватність вибору партнера є одними з ключових чинників у формуванні задоволеності [5].

2. Соціально-психологічний підхід підкреслює вплив соціальних норм, рольових очікувань і міжособистісних установок. І. Поспелова та О. Косьянова доводять, що соціально-психологічні установки сучасного подружжя істотно впливають на оцінку подружнього життя, зокрема на сприйняття справедливості, рівності та партнерства [21].

На думку А. Баратинської та Л. Пось, задоволеність шлюбом є результатом взаємодії індивідуально-психологічних характеристик партнерів та специфіки їх адаптивної поведінки у шлюбі. Автори підкреслюють, що «здатність подружжя до конструктивного вирішення конфліктів, гнучкість у реагуванні на стресові ситуації та навички міжособистісної комунікації відіграють визначальну роль у формуванні позитивних шлюбних переживань» [2, с. 40].

Дослідниця О. Столярчук вважає, що успішність та гармонія подружніх стосунків залежать від таких особистісних характеристик, як адекватна самооцінка й емоційна зрілість, урівноваженість, часова компетентність, позитивне самоприйняття, природність поведінки та відкритість досвіду, толерантне ставлення до іншого [32, с. 76].

Дослідниця О. Столярчук вважає, що успішність та гармонія подружніх стосунків залежать від вияву таких особистісних характеристик подружжя, що сприяють вдалому шлюбу. Це адекватна самооцінка й емоційна зрілість, урівноваженість, орієнтація на помірний ризик, який розвиває стосунки, часова компетентність (бути «тут і зараз», усвідомлювати реальність свого часу) позитивне самоприйняття, природність поведінки та відкритість досвіду, толерантне ставлення до іншого як до себе [32, с. 76].

У науковій традиції можна виокремити кілька ключових структурних елементів задоволеності шлюбом: емоційний, когнітивний і поведінковий компоненти.

Емоційний компонент включає почуття любові, прив'язаності, довіри, психологічного комфорту та емоційної безпеки. Як зазначають Г. Юшкова та Н. Афанасьєва, емоційний пласт задоволеності шлюбом є особливо чутливим до гендерних відмінностей: жінки частіше акцентують на емоційній близькості, тоді як чоловіки – на стабільності та взаємній підтримці [40].

Когнітивний компонент відображає систему уявлень, переконань та очікувань щодо шлюбних ролей, партнерської взаємодії, справедливості розподілу обов'язків. У своїй праці О. В. Іваненко та О. М. Лисенко підкреслюють, що задоволеність значною мірою залежить від співвідношення бажаних і реальних характеристик партнера та відповідності шлюбних ролей сучасним гендерним нормам [13].

Поведінковий компонент проявляється через конкретні форми взаємодії, стиль спілкування, способи розв'язання конфліктів, розподіл обов'язків і спільну діяльність. На думку О. Світінної та О. Брюховецької, саме поведінкові стратегії партнера можуть як підсилювати, так і послаблювати загальне почуття задоволеності, особливо в умовах соціально-економічного стресу [28].

У межах ширших структур виділяють також такі інтегративні компоненти, як гармонія, стабільність, згуртованість, якість взаємодії та адаптивність. Ці характеристики є взаємопов'язаними та значною мірою визначають загальну

якість подружніх стосунків, що підтверджується сучасними дослідженнями українських авторів [10].

Узагальнюючи викладене, доцільно представити структурну модель задоволеності шлюбом, яка наочно відображає ключові компоненти цього феномену та їх взаємозв'язки. Саме така систематизація дозволяє глибше зрозуміти внутрішню організацію поняття й окреслити його основні складові (рис.1.1).



Рис.1.1. Структурно-компонентна модель поняття «задоволеності шлюбом» [10]

Наведена на рис.1.1 модель демонструє, що задоволеність шлюбом є багатовимірним психологічним конструктом, який формується на перетині емоційних переживань, когнітивних уявлень та поведінкових проявів подружжя. Сукупність цих компонентів визначає цілісне суб'єктивне ставлення партнерів до подружніх взаємин і відображає якість їхнього спільного життя. Разом із тим, на формування цього комплексного переживання впливають не лише структурні елементи взаємодії, але й індивідуально-психологічні характеристики самих партнерів, що зумовлюють специфіку їхньої поведінки у шлюбі.

У праці В. Вінс, Ю. Кашпур, Т. Кузьменко наголошується: «На якість подружніх міжособистісних взаємин впливає тип темпераменту кожного партнера, що зумовлює особливості його поведінки з іншими. Найбільш оптимальними є взаємини партнерів із протилежними типами темпераменту, а однакові типи темпераменту загострюють стосунки» [7, с. 42]. На нашу думку, підкреслює важливість індивідуально-типологічних особливостей у формуванні подружньої гармонії: взаємодоповнюваність темпераментів може сприяти більшій гнучкості та адаптивності подружжя, тоді як їх подібність інколи посилює конфліктність і знижує загальний рівень задоволеності шлюбом.

За результатами дослідження встановлено, що задоволеність шлюбом це інтегральне суб'єктивне переживання подружніх взаємин, що формується на основі емоційного досвіду, особистісних уявлень про шлюб та реальних способів взаємодії партнерів. включає емоційні, когнітивні та поведінкові складові. Вона визначається як внутрішніми особистісними характеристиками партнерів, так і особливостями їхньої взаємодії, соціальними нормами, рівнем адаптивності та згуртованості. Аналіз сучасних наукових підходів демонструє, що задоволеність шлюбом виступає ключовим чинником стабільності сім'ї та успішності функціонування подружньої системи, а її дослідження є актуальним у контексті психологічної підтримки сучасних шлюбних пар.

1.2. Характеристика сімейної системи як чинники задоволеності шлюбом у межах моделі Д. Олсона

Модель Д. Олсона посідає центральне місце в сучасній системній психології сім'ї, оскільки дає цілісне уявлення про те, як саме влаштована та функціонує сімейна система, і які параметри визначають її благополуччя, у тому числі рівень задоволеності шлюбом. У межах Circumplex Model сімейні та шлюбні стосунки описуються через поєднання двох головних вимірів – згуртованості (cohesion) та адаптації/гнучкості (flexibility), а також комунікації як «полегшувального» параметра, що забезпечує рухливість системи між різними станами [35].

У класичних роботах Д. Олсона сімейна згуртованість визначається як емоційний зв'язок, який члени сім'ї мають один з одним, та ступінь індивідуальної автономії, яку людина відчуває в сімейній системі [34]. Згуртованість описує, наскільки партнери відчувають емоційну єдність, підтримку, включеність один в одного, але водночас – наскільки зберігається особистий простір, межі та самостійність. У Circumplex Model це відображається в континуумі від «disengaged» (емоційна віддаленість, надмірна автономія) до «enmeshed» (надмірна злитість, відсутність меж), із проміжними рівнями separated та connected, які відповідають більш збалансованим варіантам [38].

Другий базовий вимір – адаптація/гнучкість, яку Д. Олсон описував як здатність сімейної системи змінювати розподіл влади, рольові стосунки та правила взаємодії у відповідь на стрес та життєві зміни [34]. Пізніше цей конструкт був переосмислений як flexibility – якість і спосіб реалізації лідерства, організації, розподілу ролей і сімейних правил. На рівні типології це виражається через континуум від «rigid» (надмірна стабільність, жорсткі правила) до «chaotic» (відсутність структури, непослідовні правила), з проміжними рівнями structured та flexible, які відповідають здоровішому балансу між стабільністю та зміною [38].

Ключовою ідеєю Circumplex Model є те, що обидва виміри – згуртованість і гнучкість – розглядаються як континуальні, а не як «добрі» чи «погані» самі по собі. Найсприятливішими для функціонування сім'ї та шлюбу вважаються помірні, збалансовані рівні згуртованості й гнучкості, тоді як надто низькі або надто високі значення пов'язуються з дисфункційністю. Д. Олсон та співавтори підкреслюють, що в Circumplex Model згуртованість і адаптивність концептуалізовані на континуумі від низького до високого, а добре функціонуючі сім'ї характеризуються балансом цих параметрів [34].

В українських емпіричних роботах останніх років ці положення знаходять підтвердження. С. Ю. Удод, спираючись на тест FACES-3, підкреслює, що згуртованість вказує на близькість і підтримку в сімейному середовищі, а адаптація – на здатність реагувати на зміни, при цьому оптимальний баланс цих

факторів сприяє здоровій сімейній динаміці [24]. У дослідженні М. М. Свінцицької продемонстровано, що рівень сімейної адаптивності й емоційної єдності подружжя є важливими предикторами оцінки подружнього благополуччя навіть в умовах соціальної кризи.

Значущість згуртованості й адаптивності як основних параметрів сімейного функціонування підтверджується також у сучасних українських дослідженнях. Зокрема, у контексті трансформацій сучасної сім'ї К. К. Борщ підкреслює, що зміни у статусно-рольових характеристиках сімейної системи потребують високої гнучкості для збереження її стабільності, адже «сучасна сім'я стикається з необхідністю постійного перерозподілу ролей і відповідальностей, що вимагає узгодженості та здатності до адаптації» [3, с. 82]. Це твердження напряду корелює з логікою Circumplex Model: змінність соціальних умов вимагає саме тих механізмів гнучкого перебудування, які описував Д. Олсон.

Проблематика підготовленості молоді до подружнього життя також висвітлює ключову роль згуртованості й гнучкості. Д. Буряк зазначає: «Недостатній розвиток навичок взаємної підтримки та нездатність погоджувати індивідуальні й спільні потреби стає чинником дестабілізації сімейної системи» [4, с. 93]. Фактично йдеться про два базові компоненти моделі Олсона: брак згуртованості (емоційної й підтримувальної) та низьку гнучкість у вирішенні рольових чи побутових питань.

На рівні міжособистісної взаємодії подружжя важливість цих параметрів підтверджують Вінс В.А., Кашпур Ю.М., Кузьменко Т.М., які наголошують: «Гармонійне подружнє функціонування можливе лише за умови узгодження індивідуальних особливостей партнерів, що передбачає як емоційну єдність, так і здатність до взаємних змін» [5, с. 43]. Ця думка безпосередньо співвідноситься з ідеєю про «балансовані» рівні згуртованості й гнучкості в моделі Олсона – надмірна або недостатня їх вираженість перешкоджає формуванню конструктивної взаємодії.

Окремі акценти щодо значення цих параметрів знаходимо й у дослідженнях задоволеності шлюбом. Так, О. В. Волошок наголошує: «Здатність подружжя до

адаптації у кризових чи стресових ситуаціях прямо впливає на рівень їхньої шлюбної задоволеності, адже забезпечує відчуття опори та психологічної безпеки» [6, с. 125]. Це положення підтверджує тезу Олсона про центральність адаптивності для стабільності сімейної системи.

У підручнику «Психологія сім'ї та шлюбу» під загальною редакцією О. М. Цільмака, авторський колектив також підкреслює: «Функціональна сімейна система завжди характеризується поєднанням емоційної згуртованості та гнучкості у виконанні ролей, що дозволяє їй залишатися стійкою в умовах зовнішніх викликів» [14, с. 87]. Цей висновок цілком відповідає системному підходу Олсона, де саме помірні, «балансовані» рівні згуртованості та гнучкості визначають оптимальне сімейне функціонування.

А у своєму навчальному посібнику О. А. Столярчук підкреслює, що порушення сімейної взаємодії найчастіше зумовлені або емоційним відчуженням, або надмірною жорсткістю ролей, адже «нездатність сім'ї гнучко змінювати стиль організації чи підтримувати достатній рівень емоційної єдності призводить до загострення конфліктів і втрати відчуття сімейної єдності» [21, с. 64]. Це фактично підтверджує валідність крайніх полюсів обох континуумів Circumplex Model – disengaged/enmeshed та rigid/chaotic.

З наведеного бачимо, що згуртованість і гнучкість є ядром функціонування сімейної системи, оскільки визначають її здатність зберігати психологічну єдність, адаптуватися до змін, ефективно розподіляти ролі й підтримувати здорові подружні стосунки. Ці параметри не лише пояснюють характер взаємодії партнерів, а й виступають ключовими предикторами шлюбної задоволеності, стабільності та стійкості сім'ї в умовах сучасних соціальних викликів.

Зарубіжні дослідження останніх років також підтверджують значущість параметрів моделі Д. Олсона для якості подружніх стосунків. Метааналіз К. Дж. Данста, що охопив 33 дослідження з різних країн, показав, що показники сімейних сил (family strengths), вимірювані, зокрема, інструментами, побудованими на Circumplex Model, систематично пов'язані з такими індикаторами функціонування сім'ї, як комунікація, згуртованість, гнучкість і

задоволеність шлюбом; причому зв'язок із сімейним функціонуванням загалом був майже вдвічі сильнішим, ніж із індивідуальним благополуччям [33].

Для операціоналізації конструктів моделі застосовується методика FACES-3. С. Ю. Удод підкреслює, що «оптимальний баланс цих факторів сприяє здоровій сімейній динаміці» [35]. За результатами методики виокремлюють чотири типи сімей:

1. Збалансовані сім'ї – помірні рівні обох параметрів. Вищий рівень задоволеності шлюбом, ефективніше додання стресу.
2. Середньо-збалансовані сім'ї – один збалансований і один крайній параметр. Відносно функціональні, але вразливіші у стресових ситуаціях.
3. Крайні сім'ї – крайні значення одного або обох параметрів. Частіше виявляють дисфункціональні патерни та нижчий рівень задоволеності.
4. Дисбалансовані сім'ї – обидва виміри мають крайні значення. Найнижчий рівень функціонування та найбільші труднощі у комунікації.

У структурному дослідженні М. Абреу-Афонсу та колег було показано, що згуртованість і гнучкість пари, виміряні за FACES-III, формують інтегральний показник (cohesion and flexibility), який тісно корелює з подружньою задоволеністю ($r \approx 0,84$), хоча його унікальний внесок у варіацію задоволеності зменшується, якщо в модель одночасно вводити комунікацію та мотиваційні змінні. Автори наголошують, що помірні рівні згуртованості та гнучкості є характерними для більш функціональних сімейних і подружніх систем, тоді як крайні значення зазвичай пов'язані з труднощами адаптації [29].

Дані цих робіт доповнюються результатами метааналізу К. Дж. Данста, де показано, що сімейні сили, операційно пов'язані з «збалансованими» рівнями згуртованості та гнучкості в Circumplex Model, мають стійкі позитивні асоціації з показниками сімейного функціонування, включно з подружньою задоволеністю [32]. Це вказує на те, що згуртованість та адаптація/гнучкість є не просто теоретичними конструктами, а емпірично підтвердженими параметрами якості сімейних і шлюбних відносин.

Дослідники К. К. Борщ підкреслює, що «сучасна сім'я стикається з необхідністю постійного перерозподілу ролей і відповідальностей, що вимагає узгодженості та здатності до адаптації» [4, с. 82]. Х. Б. Цьомик зазначає, що «емоційний зв'язок подружжя не є статичним – його якість змінюється під впливом життєвих подій та рівня адаптації партнерів» [38, с. 961].

У контексті українських реалій, де сім'ї переживають високий рівень соціально-економічного та воєнного стресу, саме ці два параметри стають ключовими ресурсами психологічної стійкості. Дослідження сімей військовослужбовців демонструють, що високий рівень емоційної згуртованості в поєднанні з достатньою гнучкістю у перерозподілі ролей, прийнятті рішень та організації повсякденного життя дозволяє краще витримувати зовнішні навантаження, зберігаючи базове відчуття задоволеності шлюбом і взаємної підтримки.

Отже, модель Д. Олсона дає концептуальний каркас, у межах якого задоволеність шлюбом розуміється як результат динамічного балансу між емоційною близькістю та автономією партнерів (згуртованість) і між стабільністю та готовністю до змін (адаптація/гнучкість). Саме тому згуртованість і гнучкість вважаються ключовими параметрами функціонування сімейної системи: вони інтегрують у собі емоційні, когнітивно-рольові та поведінкові аспекти взаємодії, задають «поле можливостей» для ефективної комунікації та спільного подолання стресу і, зрештою, визначають, наскільки шлюб буде сприйматися партнерами як задовільний, підтримувальний і життєздатний у довгостроковій перспективі.

1.3. Діадний копінг та особливості подружньої взаємодії у контексті задоволеності шлюбом

Проблема подолання стресу у шлюбі є однією з центральних у сучасній сімейній психології, що пояснюється зростанням рівня соціальної невизначеності, економічної нестабільності та, в умовах сьогодення, – впливом

чинників воєнного часу на функціонування подружніх пар. Класичні моделі копіngu, розроблені на рівні індивіда (Р. Лазарус, С. Фолкман), виявились недостатніми для пояснення того, як подружні пари спільно справляються зі стресовими ситуаціями. Саме це зумовило формування якісно нового теоретичного конструкту – діадного копіngu, що описує процеси спільного подолання труднощів на рівні пари як єдиної психологічної системи.

Поняття «dyadic coping» (діадний копінг) найповніше розроблено у рамках Системно-трансакційної моделі (Systemic Transactional Model, STM) швейцарського психолога Й. Боденманна, яку він формулював і вдосконалював протягом 1990–2000-х років. Відповідно до цієї концепції, діадний копінг – це процес, у якому обидва партнери беруть активну участь у сприйнятті стресу одне одного та у спільному подоланні стресорів, що впливають на систему «пара». Боденманн розмежовує стрес, який переживає лише один партнер, і стрес, що стосується пари загалом, підкреслюючи, що в обох випадках залучення партнера до подолання ситуації має вирішальне значення для якості стосунків. Теоретичне підґрунтя концепції в українському науковому просторі ґрунтовно розроблено О. І. Абрамюком, який здійснив комплексне дослідження діадного копіngu у подружніх стосунках [1, с. 18-22].

Принципова відмінність діадного копіngu від індивідуального полягає в тому, що він розглядає подружжя не як двох окремих суб'єктів, які паралельно справляються зі стресом, а як взаємодіючу систему, де стрес одного партнера неминуче трансформується у стрес іншого. Л. Дідковська та О. Абрамюк, досліджуючи особливості копінг-стратегій шлюбних партнерів на різних етапах життєвого циклу сім'ї, підкреслюють, що «ефективність подолання стресових ситуацій у шлюбі визначається не стільки індивідуальними ресурсами кожного з партнерів, скільки якістю їхньої спільної взаємодії» [10, с. 90]. Саме цей аспект системного мислення в контексті подружнього стресу визначає теоретичну новизну концепції діадного копіngu.

Структурно діадний копінг описується через чотири основні форми залежно від характеру участі партнерів у подоланні стресу та наслідків, які ця взаємодія має для якості стосунків.

1. Підтримувальний діадний копінг (*supportive dyadic coping*) виявляється у тому, що один із партнерів надає емоційну або інструментальну підтримку іншому в момент переживання стресу. Емоційна підтримка включає активне вислуховування, висловлення співчуття, емпатійне супроводження переживань партнера. Інструментальна підтримка проявляється через практичну допомогу, перерозподіл обов'язків або прийняття рішень у ситуації, коли партнер перевантажений. Ця форма копіngu є однією з найбільш дослідженою у зв'язку із задоволеністю шлюбом: пари, що систематично застосовують підтримувальний копінг, демонструють вищий рівень довіри, емоційної близькості та загальної задоволеності стосунками [10, с. 92].

2. Спільний діадний копінг (*common dyadic coping*) відбувається тоді, коли обидва партнери сприймають певну ситуацію як спільний стрес і активно взаємодіють у пошуку виходу з неї. Це може виражатися у спільному плануванні, прийнятті рішень, розподілі завдань або емоційному відпрацюванні проблеми в діалозі. Спільний копінг характеризується симетричністю: обидва партнери рівномірно залучені як до переживання стресу, так і до його подолання. Дослідники підкреслюють, що саме ця форма копіngu найбільш тісно пов'язана з відчуттям партнерства, єдності та взаємної довіри у шлюбі [1, с. 35].

3. Делегований діадний копінг (*delegated dyadic coping*) означає, що один із партнерів свідомо бере на себе більшу частину відповідальності у ситуації стресу, щоб знизити навантаження на іншого. Цей тип копіngu є асиметричним, але за умови добровільності та взаємного визнання може суттєво підтримувати систему стосунків. Важливою умовою його ефективності є наявність взаємної довіри та готовності партнера, який делегує, прийняти таку допомогу без почуття провини чи безсилля [10, с. 93].

4. Негативний діадний копінг (*negative dyadic coping*) включає такі форми реагування, як поверхнева або демонстративна підтримка, байдужість до стресу

партнера, ворожість, критика чи змагання у «хто страждає більше». Ця форма копіngu не лише не знижує рівень напруження у системі пари, але й поглиблює його, руйнуючи відчуття безпеки та взаємної підтримки. Емпіричні дослідження стабільно демонструють, що негативний діадний копінг є значущим предиктором зниження задоволеності шлюбом [1, с. 42].

Окрема увага у сучасній психологічній літературі приділяється зв'язку між якістю діадного копіngu та стабільністю шлюбних стосунків в умовах тривалого стресу. Г. В. Пирог та М. М. Свінцицька, досліджуючи задоволеність жінок подружніми стосунками в умовах війни, виявили, що «відчуття підтримки з боку партнера та здатність пари до спільного реагування на складні обставини є найпотужнішим предиктором збереження рівня задоволеності шлюбом у кризовий період» [20, с. 265]. Це підтверджує теоретичні положення STM-моделі: якість діадного копіngu є не лише ситуативним адаптивним ресурсом, але й інвестицією у довготривалу стабільність стосунків.

Ю. Нагорняк у своєму дослідженні моделі впливу чинників війни на рівень сексуального та партнерського благополуччя пари доводить, що хронічний воєнний стрес суттєво трансформує систему взаємодії у шлюбі: змінюються ролі, перерозподіляються обов'язки, погіршується якість комунікації. Автор підкреслює, що «від ефективності спільного додання стресу, здатності подружжя підтримувати одне одного і зберігати відчуття партнерської єдності значною мірою залежить не лише рівень задоволеності шлюбом, але й загальне психологічне здоров'я обох партнерів» [19, с. 569-570].

О. В. Радько та Ю. В. Григоренко у теоретичному дослідженні психологічних особливостей переживання тривалої розлуки в подружніх стосунках демонструють, що навіть за умов фізичної відсутності одного з партнерів якість психологічної підтримки, комунікативного контакту та відчуття взаємної причетності до труднощів одне одного залишається ключовим чинником, що визначає рівень задоволеності шлюбом [26, с. 86–87]. Автори наголошують, що «здатність пари зберігати діадний копінг у дистанційному режимі є одним із маркерів психологічної стійкості шлюбних стосунків в умовах

вимушеної розлуки» [26, с. 88]. Цей висновок є особливо актуальним для українського контексту, де значна частина подружніх пар нині переживає тривалу вимушену розлуку через воєнні дії.

М. М. Свінцицька у дослідженні психологічних особливостей адаптації подружніх пар в умовах війни підкреслює, що пари з вищим рівнем спільного та підтримувального копінгу демонструють не лише кращу емоційну адаптацію, але й суттєво вищий рівень шлюбної задоволеності навіть у кризових умовах [27]. Ці дані перегукуються з висновками Т. А. Ковтонюк та С. В. Герасіної, які розглядають сімейне благополуччя як соціально-психологічний феномен і підкреслюють, що «здатність подружжя до конструктивного спільного реагування на виклики є одним з ключових показників сімейного благополуччя та водночас – умовою його збереження» [14, с. 387].

Важливим аспектом у вивченні діадного копінгу є його гендерний вимір. Л. І. Магдисюк, Р. П. Федоренко та К. І. Шкарлатюк у дослідженні гендерних особливостей задоволеності подружніми взаєминами в молодій сім'ї зазначають, що чоловіки та жінки по-різному сприймають і здійснюють підтримку у шлюбі: жінки частіше орієнтовані на емоційну форму підтримувального копінгу, тоді як чоловіки – на інструментальну. При цьому «розбіжність між очікуваним і реальним типом підтримки є одним із найбільш поширених джерел подружньої незадоволеності» [18, с. 91]. Таким чином, гендерна специфіка у формах діадного копінгу безпосередньо пов'язана з рівнем задоволеності шлюбом.

Г. Юшкова та Н. Афанасьєва у своєму дослідженні гендерних особливостей задоволеності шлюбом зазначають, що чоловіки, як правило, вище оцінюють рівень власної підтримки у стосунках, ніж жінки оцінюють підтримку з їхнього боку, що утворює систематичну «перцептивну асиметрію» у парі [40, с. 87-88]. Ця асиметрія, якщо вона не є предметом відкритої комунікації між партнерами, поступово знижує загальний рівень задоволеності шлюбом, особливо у жінок. Описаний феномен вказує на необхідність не лише розвитку навичок діадного копінгу, але й формування в подружжя здатності відкрито обговорювати власні потреби у підтримці.

О. Косьянова та О. Матченко у дослідженні мотиваційних характеристик особистості у контексті міжособистісної взаємодії підкреслюють, що «здатність особистості до пошуку соціальної підтримки та її надання оточуючим є стабільним предиктором якості близьких стосунків, зокрема подружніх» [15, с. 134]. Це підтверджує, що диспозиційна схильність до підтримувальної поведінки є важливим компонентом шлюбного потенціалу, що безпосередньо реалізується у формах діадного копінгу.

Окремого розгляду заслуговує зв'язок діадного копінгу з параметрами сімейної системи за моделлю Д. Олсона. Т. А. Ковтонюк та С. В. Герасіна підкреслюють, що «рівень сімейного благополуччя визначається не лише структурними характеристиками сім'ї, але й динамічними процесами, зокрема якістю спільного реагування на стрес» [14, с. 387]. Це положення прямо корелює з ідеями Олсона щодо адаптивності: гнучкість сімейної системи є необхідною умовою ефективного перерозподілу ролей і відповідальностей у кризових ситуаціях, що, у свою чергу, є основою делегованого та спільного діадного копінгу.

Збалансована згуртованість, яку виміряє методика FACES-3, також безпосередньо пов'язана з якістю діадного копінгу: подружжя з помірно-високим рівнем згуртованості демонструє більшу готовність звертатися по підтримку і надавати її, зберігаючи при цьому достатній ступінь автономії, щоб ця взаємодія не набувала характеру злитості чи залежності [35]. Таким чином, параметри сімейної системи утворюють структурний контекст, у межах якого розгортаються конкретні стратегії діадного копінгу.

Важливо підкреслити і зворотний зв'язок: якість діадного копінгу, у свою чергу, впливає на сприйняті рівні згуртованості та адаптивності. Подружжя, яке систематично застосовує підтримувальний і спільний копінг, повідомляє про вищий рівень емоційної єдності та гнучкості стосунків. Своєю чергою негативний копінг веде до сприйняття стосунків як більш роз'єднаних або ригідних [10, с. 96]. Цей зворотний зв'язок відображено у теоретичній моделі дослідження (рис. 1.1) і слугує обґрунтуванням для включення як діадного

копінгу, так і параметрів FACES-3 до числа досліджуваних предикторів задоволеності шлюбом.

О. Світін та О. В. Брюховецька, аналізуючи психологічні фактори, що впливають на задоволеність шлюбом, підкреслюють, що «спільне подолання стресових ситуацій є одним із найбільш потужних механізмів зміцнення подружньої єдності, оскільки воно формує спільний досвід долаття труднощів, який стає невід'ємною частиною подружньої ідентичності пари» [28, с. 340]. Це спостереження вказує на роль діадного копінгу не лише як адаптивної стратегії, але й як механізму формування спільної подружньої ідентичності та наративу стосунків.

На рівні вимірювання феномену діадного копінгу в емпіричних дослідженнях широко застосовується опитувальник DCI (Dyadic Coping Inventory), розроблений Й. Боденманном. Цей інструмент дозволяє окремо оцінювати різні форми діадного копінгу як з позиції власної поведінки, так і з позиції сприйняття поведінки партнера. Н. Я. Левицький та Є. М. Потапчук, описуючи психодіагностичний інструментарій для дослідження сімей військовослужбовців, зазначають, що DCI є одним із найбільш валідних інструментів для оцінювання ресурсів пари у ситуаціях хронічного стресу [17, с. 293].

Таким чином, діадний копінг є самостійним, емпірично обґрунтованим психологічним конструктом, що характеризує якість подружньої взаємодії в умовах стресу і виступає одним із ключових чинників задоволеності шлюбом. Він функціонує на перетині індивідуальних ресурсів партнерів і системних характеристик сімейної взаємодії, утворюючи діадний рівень моделі предикторів шлюбного благополуччя. Позитивні форми діадного копінгу – підтримувальний, спільний та делегований – сприяють зміцненню емоційного зв'язку, підвищенню довіри та відчуття партнерської єдності. Негативний діадний копінг, навпаки, є фактором ризику для зниження задоволеності шлюбом і дестабілізації сімейної системи загалом.

1.4. Шлюбний потенціал особистості як психологічний ресурс подружніх взаємин

Якість подружніх стосунків визначається не лише структурними характеристиками сімейної системи чи стратегіями подолання стресу, але й глибинними особистісними ресурсами кожного з партнерів. У сучасній психологічній науці ці ресурси концептуалізуються в понятті «шлюбний потенціал особистості» – комплексу внутрішніх якостей, установок і здібностей, що забезпечують здатність будувати гармонійні та стабільні подружні взаємини.

У роботах Є. Потапчук та О. Колесника шлюбний потенціал описується як інтегральна характеристика, що включає мотиваційні, емоційні, когнітивні, поведінкові й комунікативні здібності [22, с. 29]. Принципово важливо, що шлюбний потенціал розглядається не як статична риса особистості, а як динамічна структура, що піддається розвитку та корекції у процесі психологічної роботи. Є. М. Потапчук та Н. Я. Левицький підкреслюють, що шлюбний потенціал є тим інтегральним показником особистісних ресурсів, який визначає не лише здатність ефективно входити в шлюбні стосунки, але й зберігати їх якість в умовах тривалого стресу та змін [17, с. 292–293].

Є. Потапчук виокремлює п'ять ключових компонентів шлюбного потенціалу. Емоційно-поведінковий компонент охоплює здатність до емоційної регуляції, стійкість до стресу, рівень емпатії, толерантність до фрустрації та вміння управляти власними реакціями у складних ситуаціях. А. Баратинська та Л. Пось підкреслюють, що емоційна стабільність одного з партнерів є потужним стабілізуючим ресурсом для всієї системи подружніх стосунків [2, с. 39]. Мотиваційний компонент відображає внутрішню налаштованість на подружнє життя: готовність до спільності, орієнтацію на довготривалі стосунки, відповідальність за сім'ю та реалістичні очікування щодо шлюбу [34, с. 396]. Когнітивна складова включає уявлення про шлюб, власні рольові установки та способи інтерпретації поведінки партнера. Д. Буряк підкреслює, що адекватність когнітивних уявлень про шлюб є передумовою конструктивної взаємодії

партнерів у кризових ситуаціях [5, с. 92]. Ціннісно-смысловий компонент ґрунтується на пріоритеті взаємоповаги, довіри, відповідальності та партнерства й визначає здатність індивіда формувати стратегічне бачення подружніх стосунків [22, с. 31]. Комунікативна компетентність охоплює здатність чути й розуміти партнера, виражати власні почуття конструктивним способом та вирішувати суперечності через діалог [16, с. 225].

Зв'язок шлюбного потенціалу із задоволеністю шлюбом підтверджують зарубіжні емпіричні дослідження. К. Майкл доводить, що чим більш розвиненими є внутрішні ресурси подружжя – психічна стійкість, здатність до підтримки, взаєморозуміння, довіра, – тим вищий рівень задоволеності шлюбом демонструє пара в цілому [45]. Це підтверджує ідею про те, що шлюбний потенціал є не просто індивідуальною, але й діадною характеристикою: поєднання ресурсів обох партнерів утворює синергетичний ефект, що впливає на якість стосунків понад рівень, який можна пояснити внеском кожного з них окремо.

К. Сайємірі та колеги у метааналізі зв'язку між особистісними рисами та задоволеністю шлюбом встановили, що нейротизм має виражений негативний кореляційний зв'язок із задоволеністю шлюбом, тоді як добросовісність, екстраверсія, дружелюбність (agreeableness) та відкритість до досвіду позитивно корелюють із шлюбною задоволеністю [49]. Ці дані означають, що особистісні риси є структурними детермінантами окремих компонентів шлюбного потенціалу: нейротизм знижує емоційно-поведінковий компонент, тоді як дружелюбність підвищує комунікативну компетентність, а добросовісність – мотиваційний компонент.

Шлюбний потенціал особистості пов'язаний також і з рольовими очікуваннями – системою когнітивно-нормативних уявлень індивіда про бажану поведінку подружжя у різних сферах сімейного життя. Від узгодженості або суперечності цих очікувань із реальною поведінкою партнера значною мірою залежить суб'єктивний рівень задоволеності шлюбом. І. Поспелова та О. Косьянова доводять, що соціально-психологічні установки, пов'язані з

розподілом ролей у шлюбі, є одним із найбільш прогностично значущих чинників задоволеності подружнім життям [21, с. 7]. Д. Буряк, наголошує, що неузгодженість рольових очікувань є одним із найбільш прогностично значущих ризик-факторів майбутньої подружньої незадоволеності [5, с. 93].

Розвиненість компонентів шлюбного потенціалу визначає здатність партнерів не лише усвідомлювати власні рольові очікування та очікування партнера, але й гнучко адаптувати їх відповідно до реальних умов сімейного життя. Таким чином, шлюбний потенціал особистості є ключовим індивідуально-психологічним ресурсом подружніх взаємин, що функціонує на особистісному рівні системи предикторів задоволеності шлюбом. Його розвиток є важливою мішенню як профілактичної, так і корекційної психологічної роботи з подружніми парами.

У роботі Р. П. Федоренко підкреслено, що шлюбний потенціал виступає не просто набором рис, а динамічним ресурсом, розвиток якого відбувається впродовж усього подружнього циклу під впливом спільного досвіду, труднощів і досягнень подружжя [36, с. 142]. Цей погляд є принципово важливим для розуміння задоволеності шлюбом як динамічного феномену: шлюбний потенціал і задоволеність взаємно обумовлюють одне одного в процесі розвитку стосунків.

Важливим аспектом реалізації шлюбного потенціалу є його прояв у конкретній поведінці партнерів у межах сімейної взаємодії. Особистісні ресурси самі по собі не гарантують високої якості подружніх стосунків, якщо вони не знаходять відображення у повсякденному виконанні сімейних функцій та ролей. Саме через систему сімейних ролей відбувається практична реалізація мотиваційних, емоційних, комунікативних і ціннісних характеристик особистості у подружньому житті. Виконання ролей партнера, співрозмовника, батька або матері, організатора сімейного побуту, емоційного підтримувача чи відповідального за матеріальне забезпечення сім'ї є конкретними поведінковими проявами особистісних ресурсів, що входять до структури шлюбного потенціалу.

На думку низки дослідників сімейних взаємин, рольова узгодженість виступає одним із ключових показників психологічної зрілості подружжя та ефективності їхньої взаємодії. Узгодження ролевих очікувань дозволяє знизити рівень міжособистісної напруги, попередити виникнення хронічних конфліктів і сформувати передбачувану систему взаємних обов'язків та відповідальності. Натомість невідповідність між очікуваними та фактичними ролями часто супроводжується зниженням задоволеності шлюбом, емоційним відчуженням і накопиченням взаємних претензій. У зв'язку з цим рольова структура сім'ї може розглядатися як своєрідний механізм реалізації шлюбного потенціалу особистості в реальній подружній взаємодії.

Рольова реалізація не протиставляється шлюбному потенціалу особистості, а виступає одним із його практичних проявів на поведінковому рівні. Саме через аналіз сімейних ролей можна оцінити, наскільки особистісні ресурси партнерів реалізуються у повсякденному житті та сприяють підтриманню гармонійних подружніх взаємин.

У межах цього дослідження особистісний рівень психологічних чинників задоволеності шлюбом розглядається не лише через загальні індивідуально-психологічні ресурси партнерів, а й через їхню здатність реалізовувати сімейні ролі у реальній подружній взаємодії. Рольова реалізація є важливою складовою шлюбного функціонування, оскільки відображає те, наскільки партнери узгоджують очікування, обов'язки, відповідальність, емоційну підтримку, інтимно-сексуальну, господарсько-матеріальну та морально-психологічну сфери сімейного життя. Саме тому в емпіричній частині роботи особистісно-рольовий рівень операціоналізовано за допомогою методики «Діагностика сімейних ролей подружжя» (ДСРП), яка дозволяє оцінити не абстрактний потенціал особистості, а його практичну реалізацію у подружніх ролях.

Отже, шлюбний потенціал особистості виступає важливим психологічним ресурсом, який визначає здатність партнерів будувати гармонійні, стабільні та емоційно задовільні подружні взаємини. Його структура охоплює емоційно-поведінкові, мотиваційні, когнітивні, ціннісно-сміслові та комунікативні

компоненти, що забезпечують ефективну взаємодію подружжя у різних сферах сімейного життя. Аналіз наукових підходів засвідчив, що рівень розвитку шлюбного потенціалу безпосередньо пов'язаний із задоволеністю шлюбом, стійкістю подружніх взаємин та здатністю партнерів конструктивно долати кризові ситуації. Встановлено, що узгодженість рольових очікувань, емоційна стабільність, емпатія та комунікативна компетентність є одними з ключових чинників гармонізації подружніх стосунків. Водночас шлюбний потенціал не є статичною характеристикою, а формується й розвивається протягом усього подружнього життя під впливом спільного досвіду та взаємодії партнерів. Це дозволяє розглядати його як важливу мішень профілактичної та корекційної психологічної роботи з подружніми парами.

1.5. Теоретична модель взаємозв'язку психологічних чинників задоволеності шлюбом

Сучасні підходи до вивчення задоволеності шлюбом засвідчують, що якість подружніх взаємин не може бути пояснена впливом окремого ізольованого чинника. Задоволеність шлюбом формується у процесі постійної взаємодії особистісних особливостей партнерів, характеристик їхньої міжособистісної взаємодії та параметрів функціонування сімейної системи. У зв'язку з цим дослідження задоволеності шлюбом потребує інтегративного підходу, який дозволяє поєднати індивідуально-психологічний, діадний та системний рівні аналізу подружніх взаємин.

У межах даного дослідження задоволеність шлюбом розглядається як інтегральний показник суб'єктивного переживання якості подружніх стосунків, що відображає ступінь емоційної близькості, психологічного комфорту, стабільності взаємин та задоволення потреб партнерів у шлюбі. Теоретична модель дослідження ґрунтується на припущенні, що рівень задоволеності шлюбом визначається комплексом психологічних чинників трьох взаємопов'язаних рівнів: системного, діадного та особистісного.

Системний рівень представлений характеристиками сімейної системи, зокрема показниками згуртованості та адаптивності відповідно до Circumplex Model Д. Олсона [34; 46]. Згуртованість відображає ступінь емоційного зв'язку між партнерами у поєднанні з рівнем їхньої індивідуальної автономії. Адаптивність характеризує здатність сімейної системи змінювати структуру, розподіл ролей і правила взаємодії у відповідь на стресові ситуації та вимоги розвитку. Теоретично передбачається, що збалансоване поєднання емоційної близькості та автономії, а також достатній рівень гнучкості сімейної системи створюють умови для вищої задоволеності шлюбом.

Діадний рівень моделі представлений особливостями діадного копіngu як механізму спільного подолання стресу у подружній парі. Відповідно до Системно-трансакційної моделі Й. Боденманна, діадний копінг включає підтримувальний, спільний, делегований та негативний типи подружньої взаємодії в умовах стресу [1]. Позитивні форми діадного копіngu сприяють підвищенню рівня довіри, емоційної єдності та відчуття партнерства, що безпосередньо відображається у вищому рівні задоволеності шлюбом. Негативні форми діадного копіngu, навпаки, можуть поглиблювати напруження у системі пари та знижувати суб'єктивну оцінку якості стосунків.

Особистісний рівень моделі охоплює індивідуально-психологічні ресурси партнерів, представлені показниками шлюбного потенціалу особистості. Шлюбний потенціал розглядається як інтегральна динамічна характеристика особистості, що визначає здатність будувати гармонійні та стабільні подружні взаємини. До його структури належать емоційно-поведінковий, мотиваційний, когнітивний, ціннісно-смісловий та комунікативний компоненти, які визначають якість взаємодії партнерів на різних рівнях подружньої системи [22; 36].

У межах запропонованої теоретичної моделі передбачається, що характеристики сімейної системи, особливості діадного копіngu та шлюбний потенціал особистості перебувають у взаємозв'язку та спільно впливають на рівень задоволеності шлюбом. При цьому задоволеність шлюбом розглядається

як результат функціонування подружньої системи, тоді як характеристики сімейної системи, діадного копіngu та шлюбного потенціалу – як психологічні чинники, що потенційно можуть здійснювати різний внесок у її формування.

Теоретично передбачається, що системний рівень створює контекст функціонування подружніх взаємин, діадний рівень забезпечує механізми щоденної взаємодії та спільного подолання труднощів, а особистісний рівень визначає внутрішні ресурси партнерів для підтримання стабільних і конструктивних стосунків. Водночас між рівнями існують взаємні зв'язки: характеристики сімейної системи можуть впливати на способи діадної взаємодії, а індивідуально-психологічні ресурси партнерів визначати ефективність реалізації копінгових стратегій та адаптаційний потенціал подружньої системи.

Таким чином, запропонована теоретична модель інтегрує системний, діадний та особистісний підходи до аналізу подружніх взаємин і створює концептуальне підґрунтя для емпіричної перевірки взаємозв'язків між досліджуваними змінними. Її подальша перевірка здійснюватиметься за допомогою описового, кореляційного і регресійного аналізу з метою визначення найбільш значущих психологічних предикторів задоволеності шлюбом.

Висновки до розділу 1

Задоволеність шлюбом визначається як інтегральна суб'єктивна оцінка якості подружніх взаємин, що формується у взаємодії емоційних, когнітивних та поведінкових компонентів. Вона відображає рівень емоційної близькості, довіри, узгодженості очікувань та ефективності комунікації між партнерами і виступає одним із ключових показників психологічного благополуччя подружньої пари та функціонування сімейної системи загалом.

Системний рівень задоволеності шлюбом пов'язаний із характеристиками функціонування сімейної системи – згуртованістю та адаптивністю. Відповідно до Circumplex Model Д. Олсона, оптимальний баланс між емоційною близькістю та збереженням автономії партнерів, а також здатність сімейної системи до

гнучкого реагування на зміни створюють умови для підтримання стабільності та якості подружніх взаємин. Порушення цього балансу розглядається як один із чинників ризику зниження задоволеності шлюбом.

Діадний рівень задоволеності шлюбом представлений особливостями подружньої взаємодії в умовах стресу – діадним копінгом. Позитивні форми діадного копінгу (підтримувальний, спільний, делегований) сприяють підтриманню емоційного зв'язку, взаємної підтримки та відчуття партнерської єдності, тоді як деструктивні способи реагування можуть знижувати якість подружньої взаємодії. Теоретичний аналіз також показав взаємозв'язок між характеристиками сімейної системи та особливостями діадного копінгу, що вказує на взаємозалежність структурних і процесуальних аспектів функціонування подружньої пари.

Особистісний рівень задоволеності шлюбом представлений конструктом шлюбного потенціалу особистості як інтегральною системою індивідуально-психологічних ресурсів, що включає емоційно-поведінковий, мотиваційний, когнітивний, ціннісно-смісловий та комунікативний компоненти. Розвиненість цих характеристик визначає здатність партнерів підтримувати конструктивну взаємодію, адаптуватися до змін та забезпечувати стабільність подружніх стосунків.

На основі проведеного теоретичного аналізу обґрунтовано модель дослідження, у межах якої задоволеність шлюбом розглядається як результат взаємодії психологічних чинників трьох взаємопов'язаних рівнів: системного (згуртованість та адаптивність сімейної системи за FACES-3), діадного (форми діадного копінгу за DCI) та особистісно-рольовий рівень, представлений показниками ДСРП. Запропонована модель створює концептуальне підґрунтя для подальшої емпіричної перевірки взаємозв'язків між характеристиками сімейної системи, особливостями діадного копінгу, шлюбним потенціалом особистості та рівнем задоволеності шлюбом у подружніх парах.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ШЛЮБОМ

2.1. Організація, процедура та характеристика вибірки дослідження

На етапі організації емпіричного дослідження психологічних чинників задоволеності шлюбом було передбачено чітке визначення методологічних підходів, структури вибірки, інструментарію та процедур статистичної обробки даних, що забезпечило валідність, надійність і відтворюваність результатів.

Метою емпіричного дослідження є виявлення та аналіз психологічних чинників, пов'язаних із рівнем задоволеності шлюбом у подружніх парах. Відповідно до поставленої мети було визначено такі завдання: дослідити рівень задоволеності шлюбом у респондентів; проаналізувати особливості функціонування сімейної системи (згуртованість і адаптивність); оцінити рівень діадного копінгу; виявити специфіку рольових очікувань та шлюбного потенціалу особистості; встановити статистичні взаємозв'язки між досліджуваними змінними та визначити їхню предикторну значущість.

Процедура проведення дослідження включала кілька послідовних етапів: організаційний (формування вибірки, інформування учасників, отримання добровільної згоди), діагностичний (заповнення респондентами комплексу психодіагностичних методик), аналітичний (обробка даних за допомогою методів описової статистики, кореляційного та регресійного аналізу) та інтерпретаційний (узагальнення результатів і формулювання висновків). Усі методики заповнювалися індивідуально кожним із партнерів.

Умовами участі в дослідженні були: добровільна згода респондентів, участь обох партнерів у парі, досягнення повноліття, перебування у шлюбі (офіційному або фактичному), а також повне заповнення всіх запропонованих методик. У процесі дослідження було забезпечено дотримання етичних принципів, зокрема

анонімність, конфіденційність отриманих даних і право учасників відмовитися від участі на будь-якому етапі.

У вибірці налічувалося 30 чоловіків та 30 жінок. За тривалістю шлюбу вибірку розподілено на три групи: пари зі стажем до 5 років ($n = 18, 30,0\%$), від 5 до 10 років ($n = 20, 33,3\%$) та понад 10 років ($n = 22, 36,7\%$). За наявністю дітей: пари з дітьми становили 68,3% вибірки, без дітей – 31,7%. Вік учасників коливався від 24 до 48 років. Наведений розподіл вибірки забезпечив достатню варіативність соціально-демографічних характеристик, необхідну для здійснення порівняльного аналізу та підвищення зовнішньої валідності результатів.

2.2. Психодіагностичний інструментарій дослідження психологічних чинників задоволеності шлюбом

Для реалізації мети та завдань дослідження було сформовано комплекс психодіагностичних методик, що дозволяє охопити всі три рівні теоретичної моделі: системний, діадний та особистісний. Вибір методик обумовлювався їх відповідністю дослідницьким питанням, психометричними властивостями та адаптованістю для застосування у вибірці подружніх пар.

Авторська анкета, спрямована на виявлення додаткових соціально-психологічних та індивідуально-емоційних чинників задоволеності шлюбом: стиль спілкування, вираженість емоційної підтримки, особливості розподілу ролей, рівень конфліктності, очікування від партнера, почуття безпеки та довіри. Застосування анкети сформувало контекстну характеристику подружніх стосунків (Додаток А).

Структурно анкета складалася з трьох блоків: соціально-демографічного, блоку тверджень щодо подружньої взаємодії та блоку емоційно-ціннісного ставлення до партнера. Перший блок був спрямований на збір ключової інформації про вік, стать, тривалість шлюбу, наявність дітей, рівень освіти та

загальну самооцінку сімейного стану, що дало змогу зіставити психологічні показники з демографічними характеристиками респондентів.

Другий блок містив 20 тверджень, які оцінювалися за п'ятибальною шкалою та охоплювали різні аспекти подружньої взаємодії, зокрема комунікативні прояви, механізми прийняття рішень, стилі розв'язання конфліктів, рівень емоційної підтримки, відчуття спільності та поваги до особистого простору, справедливість розподілу обов'язків, довіру та індивідуальний внесок партнерів у розвиток стосунків. Застосування такої структурованої системи тверджень дозволило зафіксувати не лише явні, а й латентні проблеми подружньої взаємодії, що мали значення для пояснення відмінностей у рівні задоволеності шлюбом.

Третій блок анкети був спрямований на дослідження емоційно-ціннісної сфери стосунків і включав показники переживання вдячності, близькості, ніжності, задоволеності інтимним аспектом, почуття гордості за партнера, переживання власної привабливості та віри у спільне майбутнє. Отримані дані дозволили оцінити якість емоційного зв'язку між подружжям, який є базовим компонентом шлюбної задоволеності.

Особливістю використання анкети в межах даного дослідження стала її функція якісного доповнення до стандартизованих психодіагностичних методик (FACES-3 та тесту задоволеності шлюбом). Анкета сприяла виявленню конкретних контекстуальних особливостей подружньої взаємодії, які не завжди фіксуються структурованими шкалами, та була використана для порівняльного аналізу профілів «задоволених» і «незадоволених» пар. Це забезпечило глибше розуміння психологічних процесів, що лежать в основі варіативності шлюбного благополуччя.

У дослідженні також було застосовано опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» FACES-3 (D. Olson), який дозволив оцінити рівень згуртованості та гнучкості (адаптації) сімейної системи. Використання цього інструменту стало ключовим для виявлення структурних параметрів сімейної

взаємодії та уточнення ролі системних характеристик у формуванні подружньої задоволеності (Додаток Б).

Методика ґрунтується на циркумплексній моделі Д. Олсона, у межах якої два базові параметри – згуртованість та адаптація – визначають тип сімейної організації та якість взаємодії між її членами. У проведеному дослідженні цей інструмент був використаний для виявлення зв'язків між рівнями емоційної єдності й гнучкості сімейної системи та показниками задоволеності шлюбом, а також для аналізу структурних патернів сімейної динаміки, що сприяли або, навпаки, перешкоджали подружньому благополуччю.

Структурно опитувальник FACES-3 містив 20 тверджень, які охоплювали ключові аспекти сімейної взаємодії, зокрема рівень підтримки та емоційної близькості, стиль прийняття рішень, участь членів сім'ї у спільних активностях, чіткість або гнучкість сімейних правил, характер розподілу обов'язків, вираженість лідерства, відкритість сімейної комунікації та взаємну залученість. Кожне твердження оцінювалося респондентами за п'ятибальною шкалою частоти – від «майже ніколи» до «майже завжди». Методика передбачала дві паралельні оцінки:

«Реальна сім'я» – відображення суб'єктивного сприйняття актуальної сімейної взаємодії;

«Ідеальна сім'я» – уявлення респондента про бажану модель сімейного функціонування.

Застосування подвійної системи оцінювання дозволило визначити не лише фактичний тип сімейної організації, але й рівень задоволеності її функціонуванням шляхом порівняння реальних і бажаних показників згуртованості та адаптації.

Особливістю використання FACES-3 у межах даного дослідження стала можливість класифікації сімей за типами (збалансовані, середнього діапазону, екстремальні), що дало змогу зіставити отримані структурні характеристики з показниками задоволеності шлюбом, отриманими за іншими методиками. У процесі статистичного аналізу дані FACES-3 слугували ключовим джерелом

інформації про системні предиктори подружнього благополуччя, зокрема рівень згуртованості та гнучкості сімейної взаємодії. Їх зіставлення з результатами авторської анкети та тесту задоволеності шлюбом забезпечило формування психологічних профілів сімей і виокремлення груп «задоволених» та «незадоволених» пар.

Важливою перевагою методики в умовах проведеного дослідження стала її простота у застосуванні, відсутність потреби у спеціальній підготовці респондентів та висока надійність отриманих даних у кількісних вибірках. Опитувальник ефективно використовувався як у форматі індивідуального заповнення, так і в умовах парного дослідження, що дозволило порівняти подружні уявлення про сімейну динаміку та виявити можливі розбіжності у сприйнятті сімейного функціонування.

Для оцінювання загального рівня суб'єктивного благополуччя в шлюбі було застосовано тест-опитувальник задоволеності шлюбом за В. Століним, Т. Романовою та Г. Бутенко. У межах даного дослідження цей інструмент виступав основною залежною змінною, на основі якої було здійснено кореляційний і порівняльний аналіз. Тест дозволив отримати інтегральну кількісну оцінку якості подружніх взаємин і слугував базовим показником для інтерпретації взаємозв'язків між структурними характеристиками сім'ї та рівнем задоволеності шлюбом (Додаток В).

Структурно опитувальник складався з 24 тверджень, які охоплювали різні сфери шлюбного життя, зокрема емоційний стан у стосунках, рівень задоволеності партнером, сприйняття його особистісних якостей, ставлення до спільного життя, уявлення про перспективи шлюбу, оцінку емоційної підтримки, інтимної сфери, рольової взаємодії, взаєморозуміння та загального ступеня гармонійності подружніх взаємин. Кожен пункт містив три варіанти відповідей:

- а) позитивне формулювання;
- б) нейтральну або невизначену відповідь;
- в) негативне формулювання.

Щирість відповідей забезпечувалася тим, що запропоновані формулювання охоплювали широкий спектр оцінок – від позитивних до критичних, а інструкція наголошувала на відсутності «правильних» або «неправильних» відповідей.

Методика дозволила отримати загальний інтегральний показник задоволеності шлюбом, який інтерпретувався у трьох діапазонах: високий рівень задоволеності (гармонійні та ресурсні стосунки), середній рівень (стабільні, проте потенційно вразливі взаємини) та низький рівень (емоційна дистанційованість, напруженість або кризовий стан подружніх відносин).

Особливістю застосування цього тесту в межах проведеного дослідження стало використання його результатів у кореляційному аналізі для виявлення зв'язків із показниками згуртованості та адаптації сімейної системи (за методикою FACES-3), а також із соціально-психологічними та емоційно-ціннісними чинниками, виміряними за допомогою авторської анкети. Такий підхід дозволив визначити ключові предиктори подружньої задоволеності та сформувати порівняльні психологічні профілі пар із високим і низьким рівнями шлюбного благополуччя.

Завдяки простоті заповнення, чіткості формулювань і високому рівню діагностичної надійності опитувальник ефективно застосовувався як у масових вибірках (30–80 осіб), так і в парних дослідженнях, що дало змогу виявити відмінності у подружніх уявленнях про шлюбні стосунки та оцінити ступінь подружньої конгруентності.

Опитувальник діадного копіngu (Dyadic Coping Inventory, DCI) Дж. Боденмана використовується для оцінки особливостей спільного подолання стресу в подружніх парах (Додаток Г). Методика дозволяє виявити, як партнери комунікують про стрес, надають підтримку один одному, а також які стратегії взаємодії використовують у складних життєвих ситуаціях. Опитувальник охоплює різні аспекти діадного копіngu: повідомлення про стрес, емоційну та інструментальну підтримку, спільне вирішення проблем, а також негативні реакції партнера. Респонденти оцінюють кожне твердження за п'ятибальною

шкалою (від «ніколи» до «дуже часто»), що відображає частоту відповідної поведінки у взаємодії з партнером.

Інструкція до методики передбачає, що респондент має відповісти на всі запитання, обираючи варіант, який найбільш точно відповідає його реальному досвіду взаємодії у парі. Важливо давати першу спонтанну відповідь та бути максимально чесним, оскільки правильних чи неправильних варіантів не існує. Отримані бали підсумовуються відповідно до ключа методики з урахуванням окремих шкал (позитивний діадний копінг, негативний діадний копінг, власні та партнерські стратегії, спільний копінг). Вищі значення свідчать про більш ефективні та підтримувальні форми взаємодії у подоланні стресу, тоді як високі показники негативного копіngu вказують на наявність деструктивних патернів взаємодії.

У межах даного дослідження методика DCI дозволяє оцінити діадний рівень психологічних чинників задоволеності шлюбом, зокрема визначити, як якість спільного подолання стресу пов'язана із загальним рівнем задоволеності подружніми стосунками. Отримані показники використовуються для проведення кореляційного та регресійного аналізу з метою виявлення значущості діадного копіngu як предиктора задоволеності шлюбом.

Психологічна методика «Діагностика сімейних ролей подружжя» (ДСРП) (Д. Є. Карпова, Є. М. Потапчук) спрямована на виявлення особливостей виконання сімейних ролей у подружжі та рівня їх узгодженості в різних сферах сімейного функціонування (Додаток Д). Методика дозволяє оцінити рольову структуру подружніх взаємин за трьома основними блоками: інтелектуально-світоглядною, морально-психологічною (включаючи інтимно-сексуальну) та господарсько-матеріальною функціями сім'ї. Респондент оцінює ступінь виконання кожної ролі (як власної, так і партнера) за п'ятибальною шкалою, що відображає частоту або повноту реалізації відповідних поведінкових проявів.

Інструкція передбачає, що досліджуваний має оцінити, наскільки кожна із запропонованих сімейних ролей реалізується у його власній поведінці або поведінці партнера, використовуючи шкалу від 1 до 5 балів («1» – повністю не

виконується, «5» – повністю виконується). Обробка результатів здійснюється шляхом підрахунку сумарних або середніх показників за кожним функціональним блоком ролей, а також визначення загального рівня рольової реалізації. Вищі бали свідчать про більшу вираженість і реалізованість ролей, тоді як нижчі – про їх недостатню сформованість або дисбаланс у розподілі ролей у подружжі.

У межах даного дослідження методика ДСРП дозволяє операціоналізувати індивідуально-особистісний рівень психологічних чинників задоволеності шлюбом, зокрема компонент рольових очікувань і їх відповідності реальній взаємодії партнерів. Отримані показники використовуються для аналізу зв'язків між рольовою структурою подружніх відносин, діадним копінгом, характеристиками сімейної системи та рівнем задоволеності шлюбом, а також для виявлення ролей, які можуть виступати значущими предикторами задоволеності шлюбом у межах кореляційного та регресійного аналізу.

Таким чином, застосований психодіагностичний інструментарій дозволив комплексно дослідити системний, діадний та індивідуально-особистісний рівні чинників задоволеності шлюбом. Використання методик FACES-3, DCI, ДСРП і тесту задоволеності шлюбом забезпечило багатовимірний аналіз подружніх взаємин. Поєднання стандартизованих методик з авторською анкетною дозволило врахувати як кількісні, так і контекстуальні характеристики взаємодії партнерів. Послідовне застосування описової статистики, кореляційного та регресійного аналізу дало змогу виявити взаємозв'язки між змінними та визначити їхню предикторну значущість. Отже, обрана організація дослідження є методологічно обґрунтованою та забезпечує можливість перевірки висунутих гіпотез.

2.3. Методи статистичної обробки та аналізу емпіричних даних

Статистична обробка даних здійснювалася із застосуванням методів, що відповідають рівням поставлених дослідницьких питань. Попередньо було перевірено нормальність розподілу досліджуваних змінних за допомогою

критерію Шапіро–Уїлка. Для показника задоволеності шлюбом встановлено нормальний розподіл ($W = 0,966$, $p = 0,095$), що дає підстави для застосування параметричних методів аналізу.

Описова статистика (перше дослідницьке питання) включала обчислення середніх значень (M), стандартних відхилень (SD), мінімальних та максимальних показників за всіма досліджуваними змінними, а також розподіл вибірки за рівнями задоволеності шлюбом і типами сімейного функціонування. Додатково здійснено порівняльний аналіз залежно від статі, наявності дітей та стажу шлюбу.

Кореляційний аналіз (друге дослідницьке питання) здійснювався за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона (r) для встановлення лінійних взаємозв'язків між характеристиками сімейної системи (FACES-3), показниками діадного копіngu (DCI), рольовою реалізацією подружжя за методикою ДСРП та рівнем задоволеності шлюбом (ОЗШ).

Множинний регресійний аналіз (третє дослідницьке питання) був спрямований на виявлення найбільш значущих психологічних предикторів задоволеності шлюбом. Аналіз здійснювався в трьох ієрархічних кроках: модель 1 включала характеристики сімейної системи; модель 2 – характеристики сімейної системи та показники діадного копіngu; модель 3 – системний, діадний та особистісно-рольовий рівні з включенням загального бала ДСРП.

Усі статистичні розрахунки виконувалися з використанням мови програмування Python з бібліотеками NumPy та SciPy. Критичний рівень статистичної значущості у дослідженні встановлено як $\alpha = 0,05$.

Висновки до розділу 2

У другому розділі було обґрунтовано організацію та методичне забезпечення емпіричного дослідження психологічних чинників задоволеності шлюбом у подружніх парах. Організація дослідження побудована відповідно до

теоретичної моделі, у межах якої задоволеність шлюбом розглядається як результат взаємодії чинників системного, діадного та особистісного рівнів.

Визначено процедуру проведення дослідження, сформовано вибірку та окреслено критерії включення учасників. До дослідження було залучено 60 осіб (30 подружніх пар), що відрізнялися за соціально-демографічними характеристиками та тривалістю подружнього життя. Організація збору даних і дотримання етичних принципів забезпечили належні умови для отримання валідних емпіричних результатів.

Для реалізації дослідницької моделі було сформовано комплекс психодіагностичних методик, який дозволив операціоналізувати всі рівні психологічних чинників задоволеності шлюбом. Системний рівень представлено показниками згуртованості та адаптивності сімейної системи; діадний рівень особливостями спільного подолання стресу у подружній взаємодії; особистісний рівень індивідуально-психологічними характеристиками партнерів; рівень задоволеності шлюбом розглядався як інтегральний показник якості подружніх взаємин. Додатково використання авторської анкети дозволило врахувати контекстуальні характеристики функціонування подружньої пари.

Відповідно до поставлених дослідницьких питань було обґрунтовано систему статистичної обробки даних. Описова статистика використовувалася для встановлення загальних тенденцій вираженості досліджуваних показників; кореляційний аналіз для виявлення взаємозв'язків між психологічними чинниками; множинний регресійний аналіз для визначення найбільш значущих предикторів задоволеності шлюбом та оцінки внеску окремих груп чинників у пояснення варіативності залежної змінної.

Отже, запропонований дизайн дослідження, структура вибірки, система психодіагностичного інструментарію та обрані статистичні процедури є методологічно узгодженими з метою, завданнями та теоретичною моделлю роботи й створюють підґрунтя для подальшого емпіричного аналізу психологічних чинників задоволеності шлюбом у подружніх парах.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ШЛЮБОМ

3.1. Описовий аналіз показників задоволеності шлюбом, характеристик сімейної системи, діадного копінгу та шлюбного потенціалу особистості

Перше дослідницьке питання спрямоване на виявлення загальних тенденцій у вираженості задоволеності шлюбом та психологічних чинників системного, діадного й особистісного рівнів у досліджуваній вибірці.

На наступному етапі емпіричного дослідження було здійснено первинну обробку отриманих даних і проведено аналіз описової статистики змінних, виміряних за допомогою авторської анкети. Метою цього етапу стало виявлення загальних тенденцій у вираженості психологічних чинників подружньої взаємодії, а також попередній аналіз відмінностей залежно від соціально-демографічних характеристик респондентів.

Первинні результати дослідження згруповано в Додатку Е. Перш за все, звернемося до результатів описової статистики за шкалами авторської анкети (табл. 3.1). Отримані середні значення свідчать, що в цілому досліджувана вибірка характеризується помірно високим рівнем розвитку психологічних чинників подружньої взаємодії.

Табл. 3.1

Описова статистика за шкалами авторської анкети (N = 60)

Шкала	М	SD
Комунікація	3,68	0,52
Прийняття рішень і конфлікти	3,57	0,55
Емоційна підтримка	3,86	0,48
Спільні цінності й активності	3,65	0,50
Межі та ролі	3,45	0,56
Довіра і безпека	3,78	0,49
Особистісна значущість партнера	3,72	0,51
Емоційно-ціннісне ставлення	3,77	0,47

Найвищі середні показники зафіксовано за шкалами емоційної підтримки ($M = 3,86$), довіри та психологічної безпеки ($M = 3,78$), а також емоційно-ціннісного ставлення до партнера ($M = 3,77$). Це підкреслює ключову роль емоційної близькості, підтримки та відчуття значущості партнера у забезпеченні стабільності подружніх стосунків. Водночас відносно нижчі середні значення за шкалами меж і ролей ($M = 3,45$) та прийняття рішень і розв'язання конфліктів ($M = 3,57$) вказують на наявність потенційно вразливих зон у сімейній взаємодії, що можуть виступати джерелами напруження у шлюбі.

Інтерпретація результатів наведена на рис. 3.1-3.5.



Рис.3.1. Середні показники за шкалами авторської анкети ($N = 60$)

Як видно з рис. 3.1, середні значення за всіма шкалами авторської анкети перебувають у межах середнього та вище середнього рівнів, що свідчить про загалом позитивне сприйняття подружніх стосунків у досліджуваній вибірці. Найвищі показники було зафіксовано за шкалами емоційної підтримки (3,86), емоційно-ціннісного ставлення (3,77) та довіри і психологічної безпеки (3,78), що підкреслює провідну роль емоційного компонента у формуванні задоволеності шлюбом. Водночас відносно нижчі середні значення зафіксовано

за шкалами меж і ролей (3,45) та прийняття рішень і розв'язання конфліктів (3,57), що вказує на наявність потенційно вразливих зон у сімейній взаємодії.

З метою поглиблення аналізу наступним кроком стало порівняння показників залежно від статі респондентів (рис. 3.2).

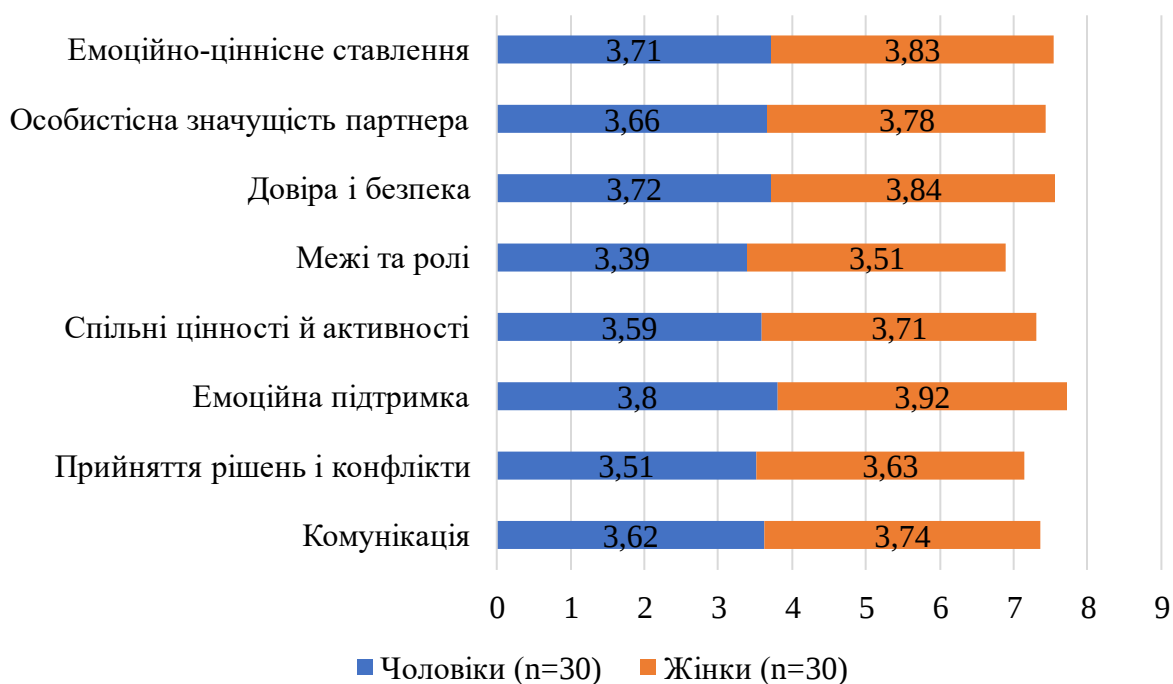


Рис. 3.2. Порівняння показників за статтю

Дані, представлені на рис. 3.2, демонструють тенденцію до дещо вищих середніх показників у жінок за всіма досліджуваними шкалами порівняно з чоловіками. Найбільш виражені відмінності спостерігаються за шкалами емоційної підтримки, емоційно-ціннісного ставлення та довіри і безпеки, що свідчить про більшу емоційну залученість жінок у подружні стосунки та їх вищу чутливість до емоційних аспектів взаємодії. Водночас отримані розбіжності мають помірний характер і потребують подальшої статистичної перевірки, що буде здійснено на наступних етапах аналізу.

Наступним важливим соціально-демографічним чинником, що впливає на задоволеність шлюбом, є наявність або відсутність дітей у подружжі (рис. 3.3).

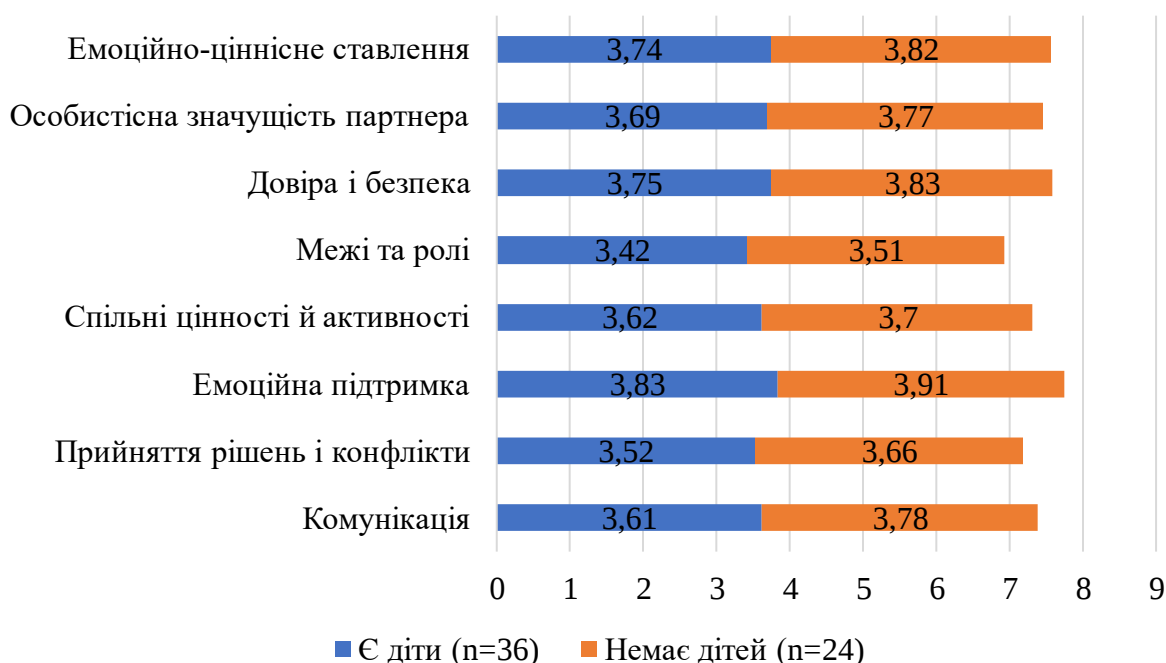


Рис. 3.3. Порівняння за наявністю дітей

Як засвідчують результати, подані на рис. 3.3, пари без дітей демонструють дещо вищі середні показники за більшістю шкал авторської анкети. Зокрема, це стосується показників комунікації, меж і ролей, довіри та безпеки, а також емоційно-ціннісного ставлення. Така тенденція пояснюватися більшими ресурсами часу, емоційної уваги та гнучкості у взаємодії, якими володіють подружні пари без батьківських обов'язків. Водночас у парах із дітьми спостерігається відносна стабільність емоційної підтримки, що свідчить про компенсаторні механізми у сімейній системі.

Для розуміння динаміки подружніх стосунків доцільним є також аналіз показників залежно від тривалості шлюбу (табл. 3.2), які демонструють нелінійний характер змін психологічних чинників залежно від стажу подружнього життя.

Найвищі середні значення за більшістю шкал зафіксовано у групі подружжів зі стажем до 5 років, що відображає етап емоційної близькості та високої взаємної залученості.

Табл. 3.2.

Показники залежно від стажу шлюбу

Шкала	До 5 років	5–10 років	Понад 10 років
Комунікація	4,12	3,28	3,74
Прийняття рішень і конфлікти	4,01	3,17	3,63
Емоційна підтримка	4,32	3,45	3,98
Спільні цінності й активності	4,05	3,22	3,81
Межі та ролі	3,94	3,02	3,57
Довіра і безпека	4,28	3,18	4,02
Особистісна значущість партнера	4,16	3,14	3,96
Емоційно-ціннісне ставлення	4,21	3,12	3,99

Найнижчі показники характерні для групи зі стажом 5–10 років, що потенційно відповідає періоду підвищеного навантаження та кризових змін у сімейній системі. У подружжів зі стажом понад 10 років показники знову зростають, що свідчить про адаптацію, стабілізацію ролей і формування зрілих моделей взаємодії.

Психологічний профіль подружніх пар за узагальненими результатами дослідження відображено на рис. 3.4.

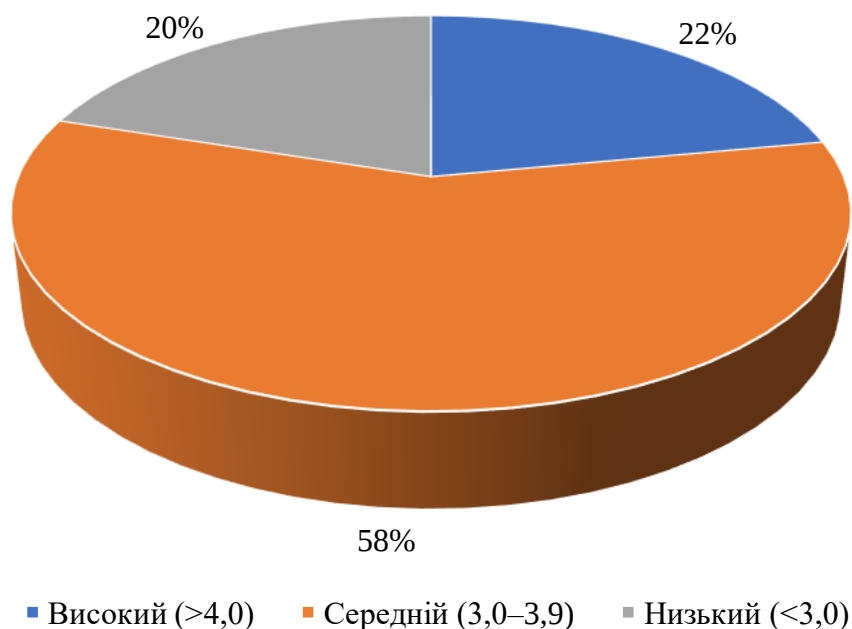


Рис. 3.4. Узагальнений психологічний профіль подружніх пар

Як показано на рис. 3.4, у більшості досліджуваних пар (58%) спостерігається середній рівень вираженості психологічних чинників задоволеності шлюбом, що характеризує відносно стабільні, але потенційно вразливі стосунки. Водночас 22% респондентів демонструють високий рівень показників, що відповідає гармонійним і ресурсним подружнім взаєминам. 20% пар мають низький рівень показників, що свідчить про наявність напруження, емоційної дистанційованості або ризику зниження шлюбного благополуччя. Отримані результати підтверджують доцільність подальшого поглибленого аналізу взаємозв'язків між психологічними чинниками подружньої взаємодії та рівнем задоволеності шлюбом, за методикою Опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості».

Аналіз результатів, отриманих за опитувальником «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» (FACES-3), дозволяє комплексно оцінити системні характеристики функціонування подружніх сімей, зокрема рівень емоційної єдності та гнучкості сімейної взаємодії. В Додатку Ж відображено первинні результати дослідження. Аналіз системних характеристик сімейного функціонування, виміряних за допомогою опитувальника FACES-3, також засвідчив важливі закономірності (табл. 3.3).

Табл. 3.3

Описова статистика за шкалами FACES-3 (N = 60)

Шкала	M	SD
Згуртованість (реальна сім'я)	3,55	0,46
Адаптація (реальна сім'я)	3,35	0,50
Згуртованість (ідеальна сім'я)	4,33	0,39
Адаптація (ідеальна сім'я)	4,22	0,41

Зокрема, середні показники згуртованості та адаптації реальної сім'ї перебувають у межах середнього рівня ($M = 3,55$ та $M = 3,35$ відповідно), тоді як відповідні показники ідеальної сім'ї є суттєво вищими ($M = 4,33$ та $M = 4,22$). Такий розрив між реальним і бажаним образом сімейної системи відображає

прагнення подружніх пар до більшої емоційної близькості, взаємної підтримки та гнучкості у прийнятті рішень, а також свідчить про наявність нереалізованого потенціалу сімейного функціонування.

Далі звернемося до узагальнених показників реальної та ідеальної сім'ї, що відображають базові уявлення респондентів про актуальний та бажаний стан сімейної системи (рис.2.5).

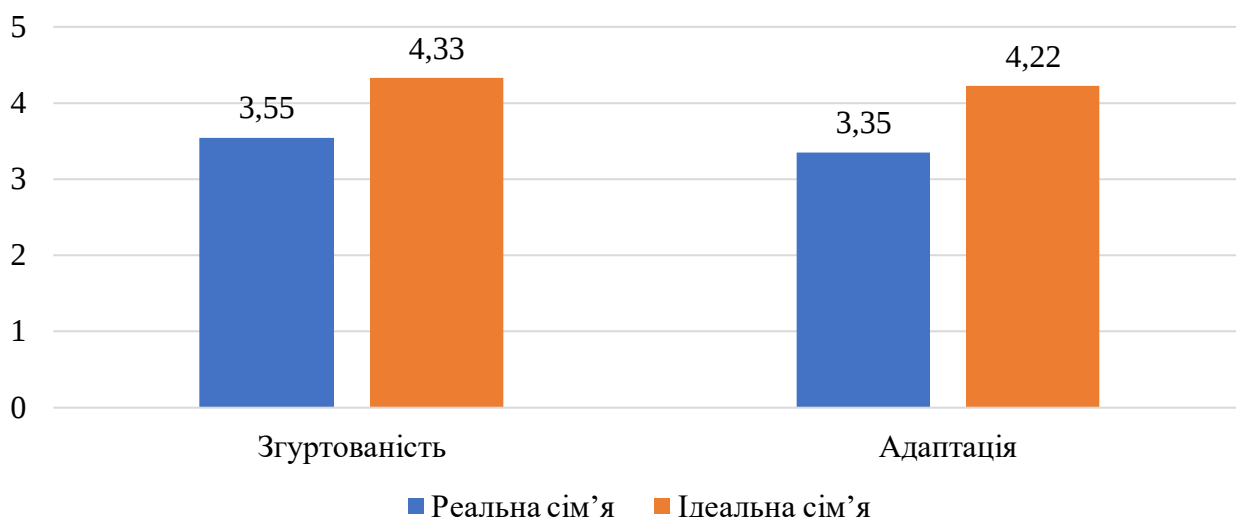


Рис. 3.5. Середні показники за шкалами FACES-3 (N = 60)

Як видно з рис. 3.5, середні показники згуртованості та адаптації реальної сім'ї перебувають у межах середнього рівня (3,55 та 3,35 відповідно), тоді як показники ідеальної сім'ї є суттєво вищими (4,33 та 4,22). Такий розрив між реальними й бажаними параметрами свідчить про наявність невикористаного потенціалу сімейного функціонування та прагнення подружніх пар до більшої емоційної близькості, взаємної підтримки та гнучкості у прийнятті рішень. Отримані дані підтверджують припущення про те, що задоволеність шлюбом тісно пов'язана не лише з об'єктивними характеристиками сім'ї, а й з рівнем відповідності між очікуваним та реальним образом сімейних стосунків.

Поглиблюючи аналіз, доцільно розглянути особливості сприйняття сімейної системи залежно від статі респондентів. Дані, представлені на рис. 3.6, демонструють дещо вищі показники як реальної, так і ідеальної згуртованості та адаптації у жінок порівняно з чоловіками.

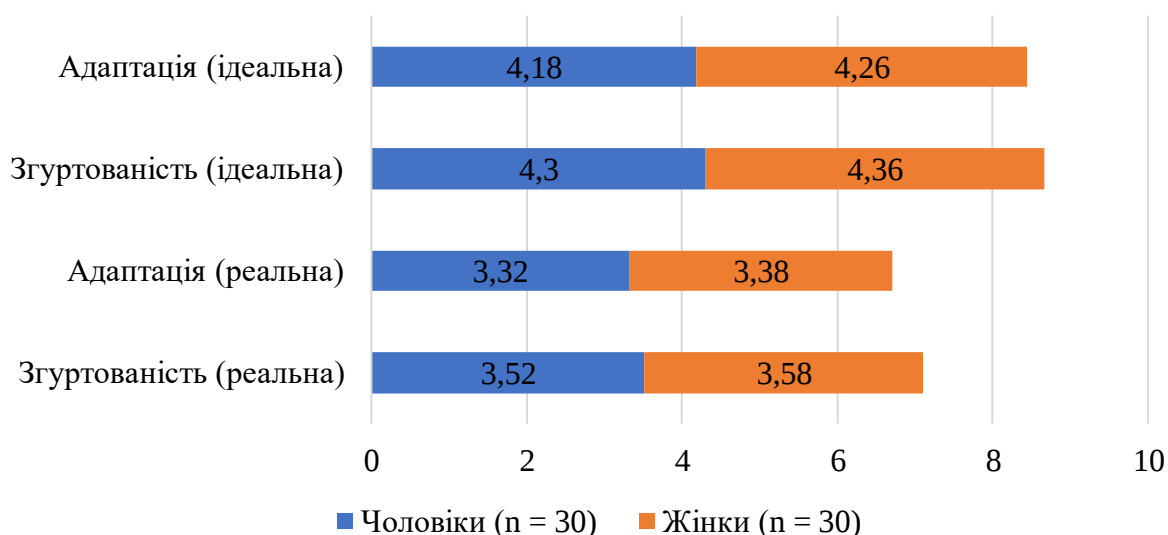


Рис. 3.6. Порівняння показників за статтю

Хоча ці відмінності не мають різко вираженого характеру, вони вказують на тенденцію більшої емоційної залученості жінок у сімейну взаємодію та вищу значущість для них аспектів близькості й гнучкості сімейної системи. Таким чином, гендерний чинник виступає модифікатором суб'єктивного сприйняття якості сімейного функціонування.

Наступним важливим аспектом аналізу є вплив наявності дітей на системні характеристики сім'ї (рис. 3.7)

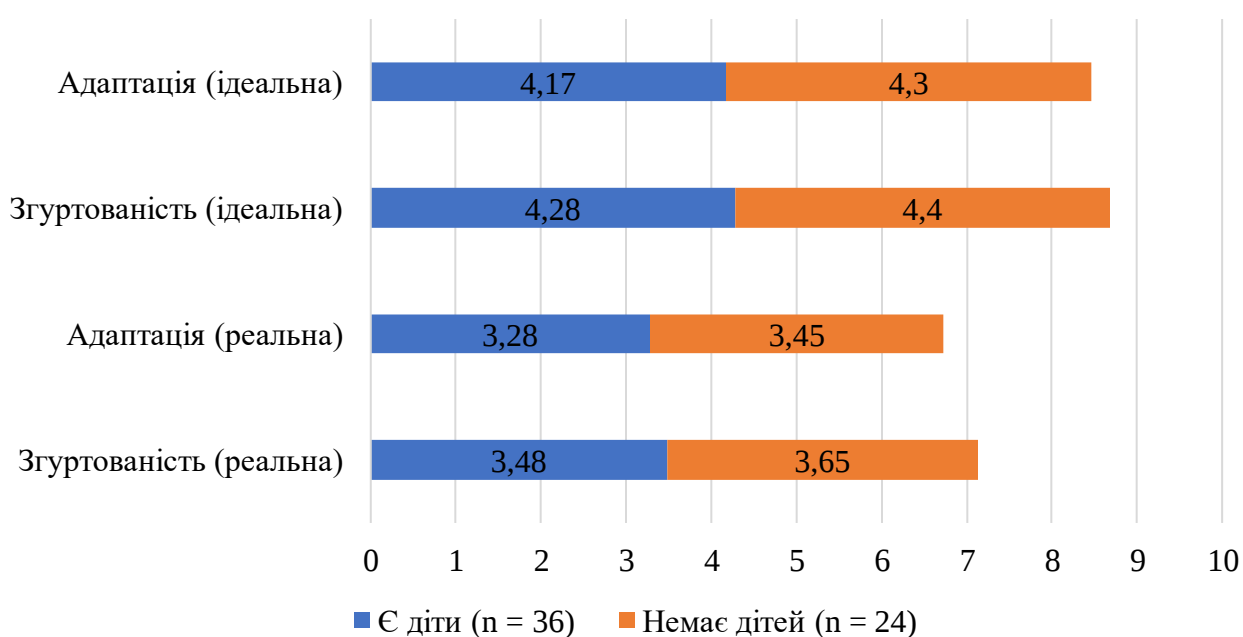


Рис. 3.7. Порівняння за наявністю дітей

Як показано на рис. 3.7, подружні пари без дітей демонструють дещо вищі показники як реальної, так і ідеальної згуртованості та адаптації порівняно з парами, що мають дітей. Це зумовлено меншим рівнем рольового та часового навантаження, більшою гнучкістю у взаємодії та можливістю зосередження на партнерських стосунках. Водночас у сім'ях із дітьми спостерігається певне зниження адаптаційних показників, що відображає підвищену структурованість та необхідність чіткішого розподілу ролей у сімейній системі.

Для більш глибокого розуміння динаміки сімейного функціонування важливим є аналіз показників залежно від стажу подружнього життя (табл. 3.4).

Табл. 3.4

Показники залежно від стажу шлюбу

Шкала	До 5 років	5–10 років	Понад 10 років
Згуртованість (реальна)	4,05	3,15	3,62
Адаптація (реальна)	3,90	3,05	3,45
Згуртованість (ідеальна)	4,65	4,05	4,32
Адаптація (ідеальна)	4,55	3,95	4,25

Дані табл. 3.4 засвідчують наявність нелінійної динаміки змін згуртованості та адаптації. Найвищі показники реальної сім'ї спостерігаються у подружніх пар зі стажем до 5 років, що пов'язано з етапом емоційної близькості, високої взаємної залученості та оптимістичних очікувань. Найнижчі значення характерні для групи зі стажем 5–10 років, що потенційно відповідає періоду сімейних криз, підвищеного навантаження та необхідності перегляду сімейних ролей. У парах зі стажем понад 10 років показники знову зростають, що свідчить про поступову стабілізацію сімейної системи та формування зрілих моделей взаємодії.

Узагальнення отриманих результатів відображене на рис. 3.8, який демонструє розподіл сімей за типами функціонування. Переважна частка вибірки (55%) належить до сімей середнього діапазону, що характеризуються відносною стабільністю за наявності потенційних зон напруження.

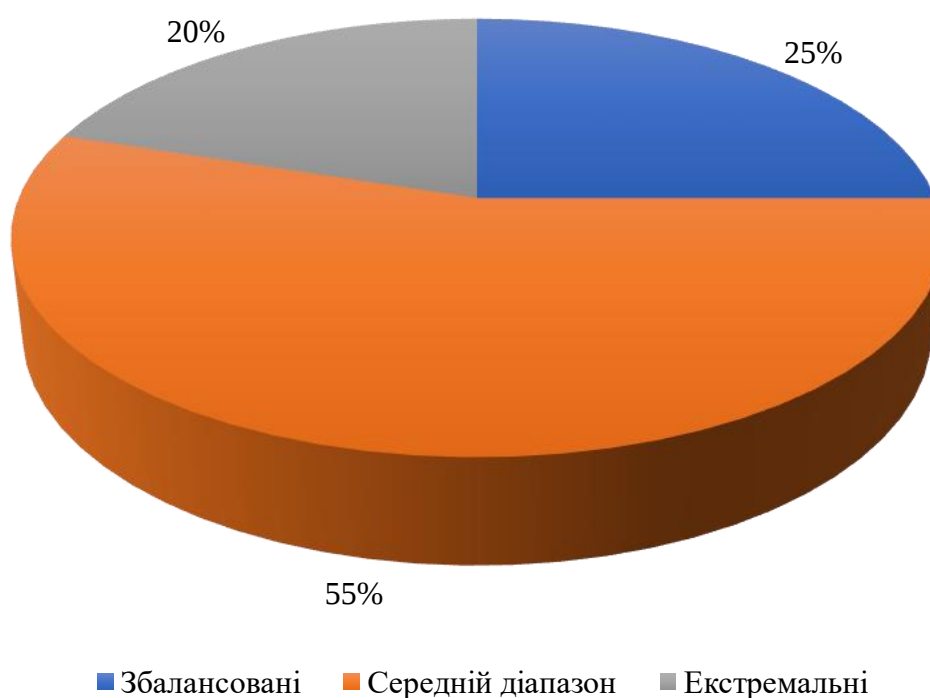


Рис. 3.8. Розподіл типів сімей за рівнем функціонування

Чверть респондентів (25%) становлять збалансовані сім'ї, для яких притаманна оптимальна комбінація згуртованості та адаптації. Водночас 20% сімей віднесено до екстремальних, що свідчить про ризик дисфункцій у сімейній взаємодії та зниження шлюбного благополуччя.

У цілому результати, отримані за методикою FACES-3, свідчать про складний і багатовимірний характер сімейного функціонування, в якому поєднуються як ресурсні, так і вразливі аспекти. Виявлені тенденції створюють надійну емпіричну основу для подальшого аналізу взаємозв'язків між системними характеристиками сім'ї та індивідуально-психологічними чинниками задоволеності шлюбом, що буде розглянуто далі.

Аналіз результатів дослідження задоволеності шлюбом, отриманих за допомогою тесту-опитувальника В. Століна, Т. Романової та Г. Бутенко, дозволяє оцінити рівень суб'єктивного благополуччя подружніх стосунків у досліджуваній вибірці та виявити соціально-психологічні чинники, що його модифікують. Первинні результати наведено в додатку 3.

Досліджуючи показники суб'єктивного благополуччя, слід зазначити, що середній рівень задоволеності шлюбом у вибірці становить $M = 3,62$ (табл. 3.5), що відповідає середньо-високому рівню.

Табл. 3.5

Описова статистика показника задоволеності шлюбом

Показник	M	SD
Інтегральний рівень задоволеності шлюбом	3,62	0,58

Це вказує на загальну стабільність подружніх стосунків за наявності певних труднощів, які не носять критичного характеру, але можуть знижувати відчуття повної задоволеності шлюбом.

Далі доцільно розглянути загальний розподіл респондентів за рівнями задоволеності шлюбом (табл. 3.6).

Табл. 3.6

Розподіл респондентів за рівнем задоволеності шлюбом (N = 60)

Рівень задоволеності шлюбом	Кількість осіб	Частка вибірки (%)
Високий	20	33%
Середній	30	50%
Низький	10	17%

Як видно з табл. 3.6, половина досліджуваних (50%) характеризується середнім рівнем задоволеності шлюбом, що свідчить про відносну стабільність подружніх відносин за наявності певних труднощів або зон напруження. Високий рівень задоволеності продемонстрували 33% респондентів, що вказує на гармонійні, емоційно насичені та ресурсні стосунки. Водночас 17% опитаних мають низький рівень задоволеності шлюбом, що відображає емоційну дистанційованість, конфліктність або кризовий стан подружніх взаємин. Отриманий розподіл загалом узгоджується з результатами сучасних емпіричних досліджень у галузі сімейної психології.

Для поглиблення аналізу було здійснено порівняння рівнів задоволеності шлюбом залежно від статі респондентів, що представлено на рис. 3.9.

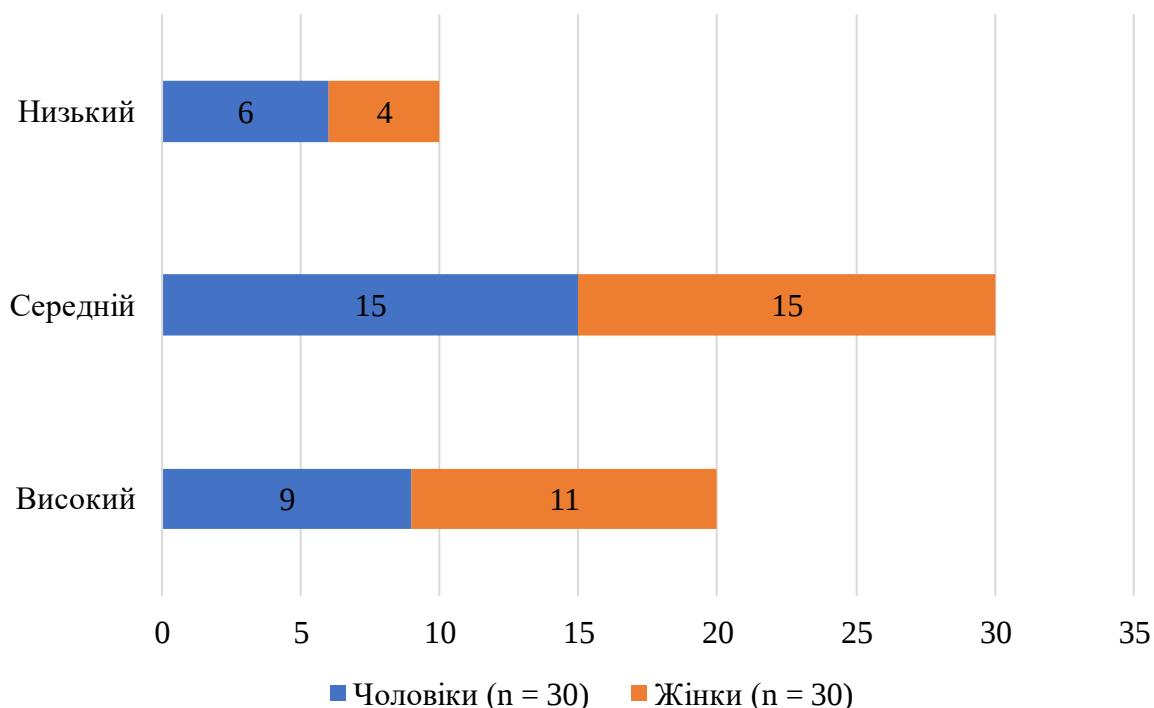


Рис. 3.9. Порівняння показників за статтю

Дані свідчать про дещо більшу частку жінок із високим рівнем задоволеності шлюбом порівняно з чоловіками (11 проти 9 осіб). Водночас кількість респондентів із середнім рівнем задоволеності в обох групах є однаковою. Чоловіки частіше демонструють низький рівень задоволеності шлюбом, що свідчить про гендерні відмінності у сприйнятті подружніх відносин, рівні емоційної залученості та очікуваннях від шлюбу. Проте ці відмінності мають помірний характер і потребують подальшої статистичної перевірки.

Наступним кроком аналізу стало вивчення впливу наявності дітей на рівень задоволеності шлюбом (рис. 3.10).

Отримані результати показують, що у подружніх парах без дітей частка осіб із низьким рівнем задоволеності є значно меншою порівняно з парами, які мають дітей (2 проти 8 осіб). Водночас кількість респондентів із високим рівнем задоволеності в обох групах є однаковою.

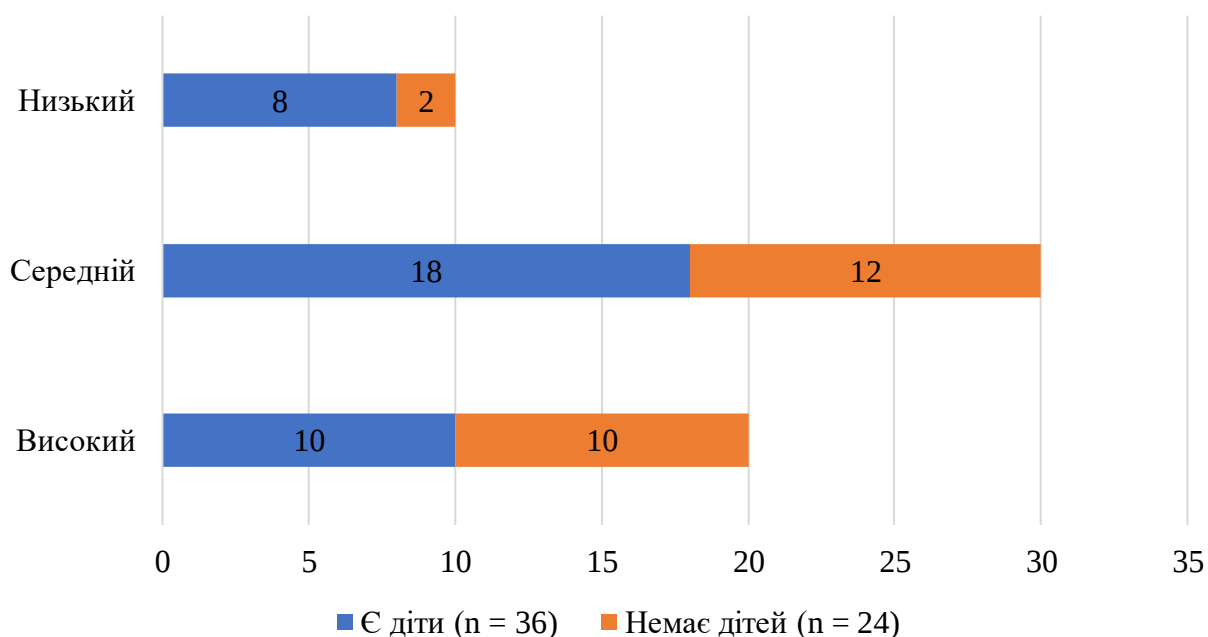


Рис. 3.10. Порівняння за наявністю дітей

Це свідчить про те, що батьківство, з одного боку, не знижує потенціал шлюбного благополуччя, а з іншого – підвищує ризик напруження та зниження задоволеності у частини подружніх пар через збільшення відповідальності, рольового навантаження та обмеження ресурсів для подружньої взаємодії.

Особливу увагу в межах дослідження було приділено аналізу рівня задоволеності шлюбом залежно від стажу подружнього життя, результати якого наведено в табл. 3.7.

Табл. 3.7

Показники залежно від стажу шлюбу

Рівень задоволеності	До 5 років	5–10 років	Понад 10 років
Високий	9	4	7
Середній	8	10	12
Низький	1	6	3

Найвищі показники задоволеності характерні для подружніх пар зі стажем до 5 років, що пов'язано з етапом емоційної близькості, високої мотивації до підтримання стосунків і оптимістичних очікувань. Найнижчі показники зафіксовано у групі зі стажем 5–10 років, де спостерігається найбільша кількість

респондентів із низьким рівнем задоволеності. Це підтверджує уявлення про кризовий характер цього періоду, пов'язаний із переглядом ролей, накопиченням побутових і емоційних труднощів та зниженням інтенсивності романтичних почуттів. У подружніх парах зі стажем понад 10 років показники задоволеності знову зростають, що свідчить про адаптацію до змін, стабілізацію сімейної системи та формування зрілих моделей взаємодії.

Наступним кроком первинної обробки даних стало дослідження рівня діадного копінгу за опитувальником DCI (Додаток К). Описова статистика за чотирма шкалами методики DCI наведена у табл. 3.8.

Табл. 3.8

Описова статистика за шкалами DCI (N = 60)

Шкала	M	SD	Min	Max
Позитивний копінг	3,85	0,51	3,00	4,61
Спільний копінг	3,69	0,53	2,76	4,60
Копінг партнера	3,94	0,52	3,07	4,73
Негативний копінг	2,33	0,46	1,51	2,99

Середні значення позитивних шкал DCI перебувають у межах 3,69–3,94 бала, що відповідає рівню вище середнього за п'ятибальною шкалою. Найвищий показник зафіксовано за шкалою «Копінг партнера» ($M = 3,94$, $SD = 0,52$), що відображає суб'єктивне сприйняття респондентами підтримувальної поведінки партнера. Показник позитивного власного копінгу дещо нижчий ($M = 3,85$), тоді як спільний копінг є найменш вираженим серед позитивних форм ($M = 3,69$). Середнє значення негативного копінгу становить 2,33 бала, що свідчить про помірну вираженість деструктивних патернів взаємодії у досліджуваній вибірці.

Розподіл респондентів за рівнями позитивного копінгу показав (рис. 3.11): 32% демонструють низький рівень ($< 3,5$ бала), 35% – середній (3,5–4,2 бала), 33% – високий ($\geq 4,2$ бала). Щодо негативного копінгу: у 30% респондентів зафіксовано низький рівень ($< 2,0$ бала), у 40% – середній (2,0–2,7 бала), у 30% – підвищений ($\geq 2,7$ бала). Така диференціація вибірки свідчить про значну варіативність стратегій подолання стресу у досліджуваних парах.

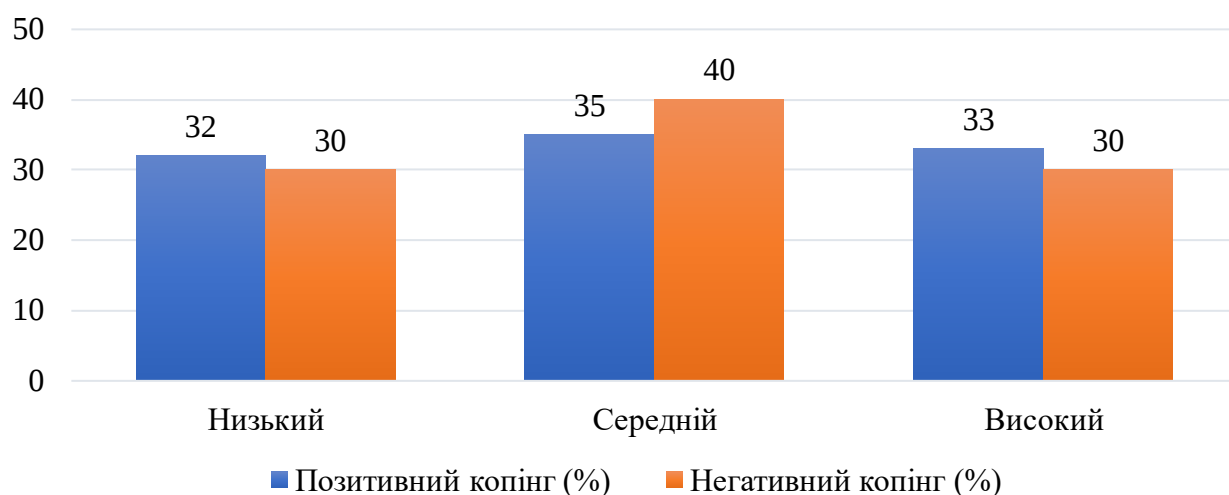


Рис. 3.11. Розподіл за рівнями позитивного та негативного діадного копіngu

Для більш детального аналізу особливостей діадного копіngu було здійснено порівняння середніх значень його основних показників залежно від статі респондентів (рис. 3.12).

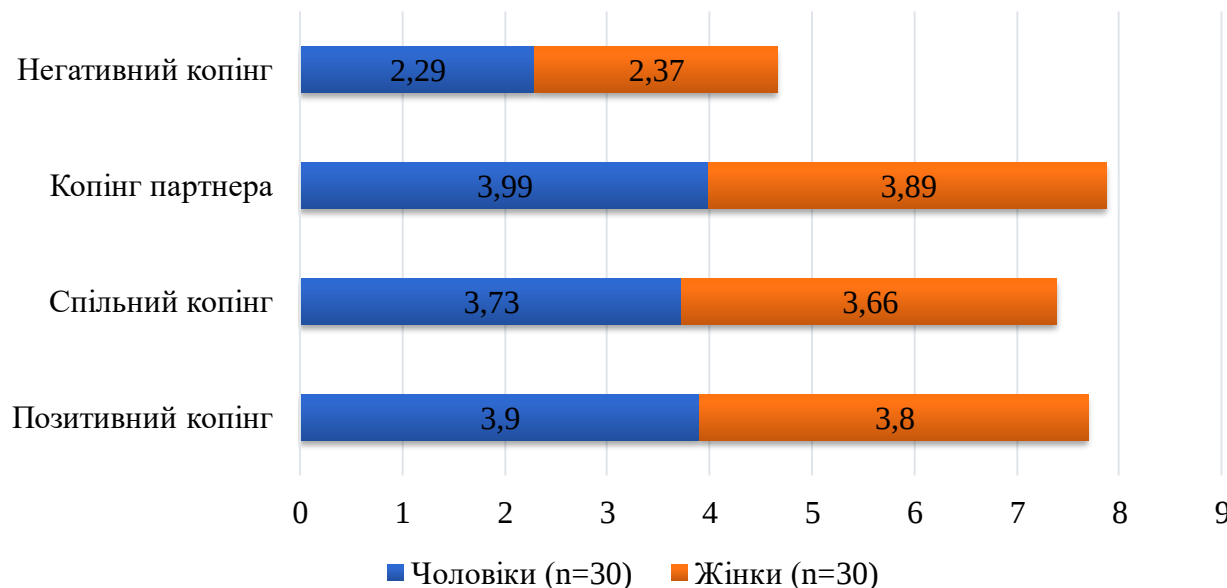


Рис. 3.12. Порівняння показників за статтю

Показники діадного копіngu у чоловіків і жінок є загалом близькими, проте простежуються незначні відмінності. Зокрема, у чоловіків дещо вищий рівень позитивного копіngu (3,9 проти 3,8 у жінок), спільного копіngu (3,73 проти 3,66)

та копінгу партнера (3,99 проти 3,89). Водночас жінки демонструють трохи вищий рівень негативного копінгу (2,37 порівняно з 2,29 у чоловіків). Отримані результати свідчать про те, що чоловіки в досліджуваній вибірці дещо частіше використовують конструктивні стратегії взаємодії у подоланні стресу, тоді як жінки частіше проявляють елементи напруженого або менш ефективного реагування. Разом з тим, незначна різниця показників вказує на відносну узгодженість стратегій діадного копінгу у подружніх парах.

Водночас, показники діадного копінгу дещо відрізняються залежно від наявності дітей у подружніх парах (2,13). Зокрема, у респондентів без дітей зафіксовано вищі значення позитивного копінгу (4,1 проти 3,95 у пар з дітьми), спільного копінгу (3,95 проти 3,8) та копінгу партнера (4,15 проти 4,0). Водночас у парах з дітьми спостерігається дещо вищий рівень негативного копінгу (2,4 порівняно з 2,2 у респондентів без дітей).

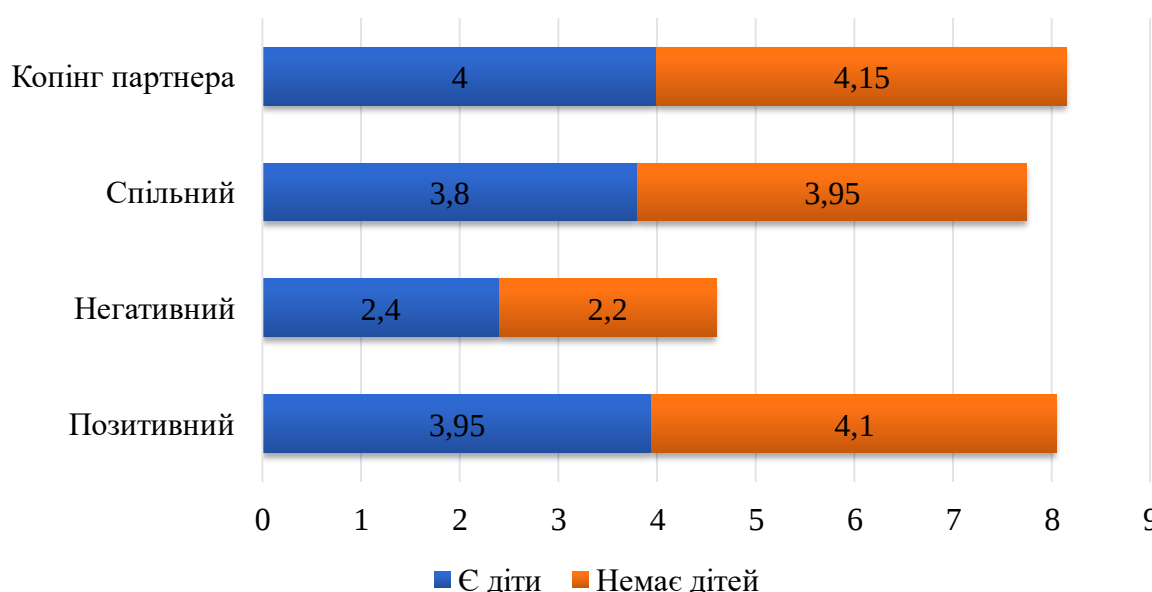


Рис. 3.13. Порівняння за наявністю дітей

Отримані результати свідчать про те, що подружні пари без дітей частіше використовують конструктивні стратегії спільного подолання стресу, тоді як наявність дітей може супроводжуватися підвищеним рівнем напруження та менш ефективними формами взаємодії. Разом з тим, відмінності є помірними,

що вказує на загальну подібність стратегій діадного копіngu незалежно від сімейного статусу щодо дітей.

Аналіз показників DCI залежно від стажу шлюбу (табл. 3.9) виявив певну нелінійну динаміку.

Табл. 3.9

Показники залежно від стажу шлюбу

Шкала	До 5 років	5–10 років	Понад 10 років
Позитивний копінг	3,84	3,71	3,90
Спільний копінг	3,69	3,55	3,74
Копінг партнера	3,94	3,80	3,98
Негативний копінг	2,30	2,58	2,26

Найнижчі показники позитивного копіngu зафіксовано у групі зі стажем 5–10 років ($M = 3,71$), водночас у цій групі найвищими є показники негативного копіngu ($M = 2,58$). Цей патерн узгоджується з результатами аналізу задоволеності шлюбом та сімейного функціонування для тієї самої групи і підтверджує уявлення про середній етап шлюбу як кризовий, що супроводжується зниженням ефективності спільних адаптивних стратегій. У подружніх парах зі стажем понад 10 років показники позитивного копіngu є найвищими ($M = 3,90$), а негативного – найнижчими ($M = 2,26$), що свідчить про вироблення ефективніших стратегій подолання стресу з набуттям спільного подружнього досвіду.

Отримані результати свідчать про наявність певної динаміки діадного копіngu залежно від стажу подружнього життя, що відображає зміни у способах взаємодії партнерів у процесі спільного подолання стресу. Виявлені відмінності підтверджують важливість урахування не лише діадного, але й індивідуально-особистісного рівня функціонування подружжя, зокрема особливостей рольової структури та очікувань партнерів.

У зв'язку з цим наступним етапом емпіричного аналізу стало дослідження сімейних ролей подружжя як одного з ключових компонентів індивідуально-особистісного рівня психологічних чинників задоволеності шлюбом. Зокрема,

було здійснено аналіз показників за методикою «Діагностика сімейних ролей подружжя» (ДСРП), що дозволяє оцінити ступінь реалізації та узгодженості ролей у різних сферах сімейного функціонування (Додаток Л). Описова статистика за шкалами ДСРП наведена у табл. 3.10.

Табл. 3.10

Описова статистика за шкалами ДСРП (N = 60)

Шкала	M	SD	Min	Max
Інтелектуально-світоглядні ролі	3,86	0,46	3,03	4,68
Морально-психологічні ролі	3,84	0,43	3,01	4,53
Інтимно-сексуальні ролі	3,86	0,52	3,00	4,67
Господарсько-матеріальні ролі	3,79	0,50	2,81	4,48
Загальний бал	3,84	0,28	3,24	4,35

Середні показники за всіма шкалами ДСРП є відносно однорідними та перебувають у діапазоні 3,79–3,86 бала, що відповідає рівню «вище середнього». Це свідчить про загалом задовільний рівень рольової реалізації у досліджуваних парах. Найвищі середні значення зафіксовано за шкалами інтелектуально-світоглядних (M = 3,86) та інтимно-сексуальних ролей (M = 3,86), тоді як найнижчим є показник господарсько-матеріальних ролей (M = 3,79). Відносно мале стандартне відхилення загального балу (SD = 0,28) вказує на узгодженість оцінок у вибірці.

Розподіл респондентів за рівнями загального балу ДСРП (рис. 3.14): 10% мають низький рівень (< 3,5 бала), 62% – середній (3,5–4,0 бала), 28% – високий ($\geq 4,0$ бала). Переважання середнього рівня свідчить про відсутність різких крайнощів у рольовій реалізації, однак також про наявність резервів для покращення.

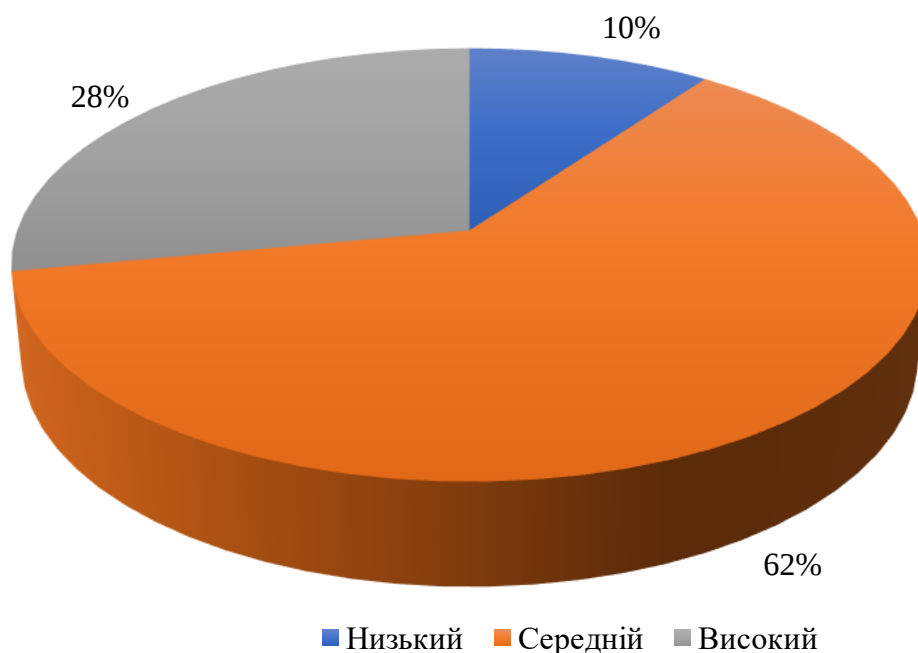


Рис. 3.14. Розподіл за рівнями загального балу ДСРП

Порівняльний аналіз за статтю (рис. 3.15) не виявив суттєвих відмінностей: у жінок дещо вищим є показник інтимно-сексуальних ролей ($M = 3,94$ проти $3,78$ у чоловіків), а чоловіки незначно перевищують жінок за інтелектуально-світоглядними та морально-психологічними ролями.

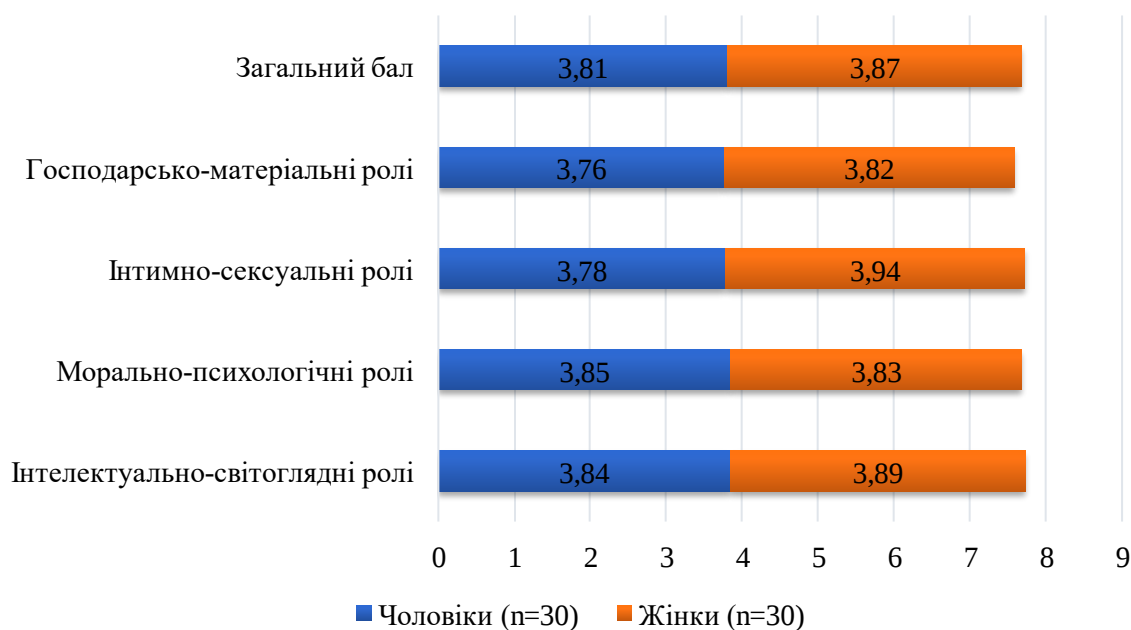


Рис. 3.15. Порівняння показників за статтю

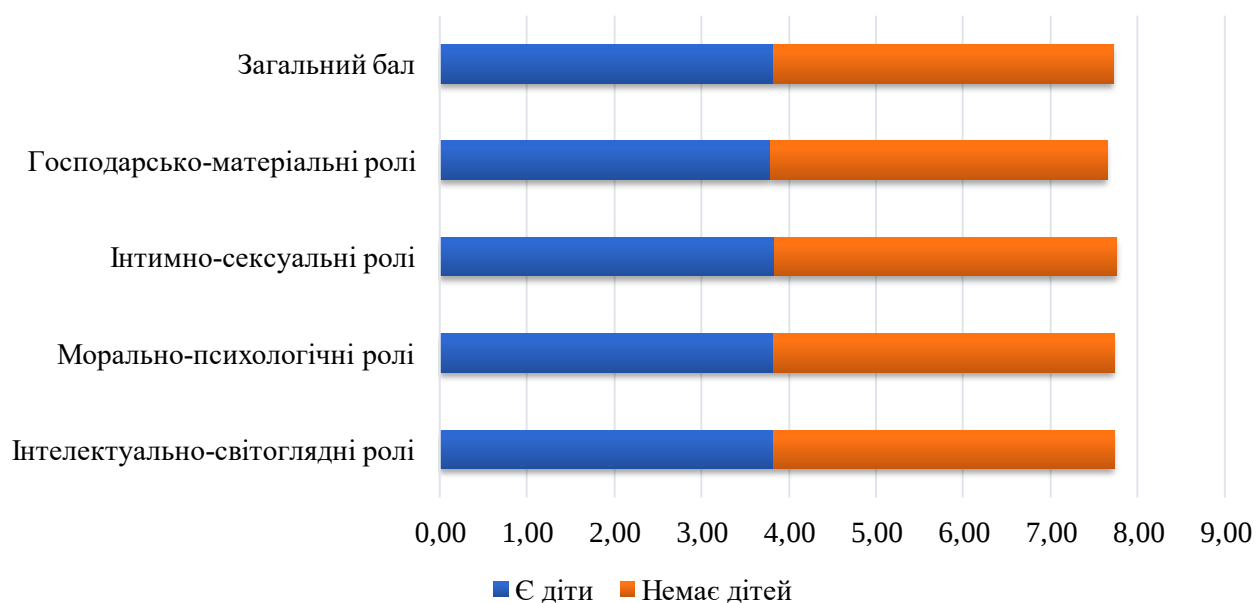


Рис. 3.16. Порівняння за наявністю дітей

Показники сімейних ролей за методикою ДСРП дещо варіюють залежно від наявності дітей у подружніх парах. Загалом у респондентів без дітей спостерігаються вищі значення за всіма шкалами: інтелектуально-світоглядними, морально-психологічними, інтимно-сексуальними та господарсько-матеріальними ролями, а також за загальним балом. Різниця є помірною, проте стабільною за всіма показниками, що свідчить про більш виражену реалізацію та узгодженість сімейних ролей у парах без дітей.

Водночас у подружніх парах із дітьми показники є дещо нижчими, що пов'язано з перерозподілом ролей, підвищеним навантаженням та обмеженими ресурсами часу і енергії. Отримані результати вказують на те, що наявність дітей виступає фактором, який ускладнює повну реалізацію рольових функцій у подружжі, хоча не призводить до суттєвих дисбалансів. Загалом можна констатувати відносну стабільність рольової структури сім'ї незалежно від наявності дітей за незначного зниження її узгодженості у батьківських парах.

Аналіз показників ДСРП залежно від стажу шлюбу (табл. 3.11) виявив відносну стабільність загального балу: показники є найнижчими у групі до 5 років ($M = 3,78$) та зростають у групах із більшим стажем (5–10 років: $M = 3,90$;

понад 10 років: $M = 3,83$). Це свідчить про формування більш зрілих та узгоджених рольових патернів з набуттям спільного досвіду.

Табл. 3.11

Показники залежно від стажу шлюбу

Шкала	До 5 років	5–10 років	Понад 10 років
Інтелектуально-світоглядні ролі	3,70	3,97	3,86
Морально-психологічні ролі	3,97	3,87	3,81
Інтимно-сексуальні ролі	3,78	3,91	3,85
Господарсько-матеріальні ролі	3,67	3,88	3,79
Загальний бал	3,78	3,90	3,83

Отже, результати первинної обробки даних та описової статистики засвідчили, що досліджувана вибірка характеризується переважно середнім рівнем психологічних чинників подружньої взаємодії, сімейного функціонування та задоволеності шлюбом, що свідчить про відносну стабільність подружніх стосунків за наявності окремих вразливих зон. Аналіз результатів за методикою DCI показав, що у вибірці домінують помірно виражені конструктивні стратегії діадного копіngu ($M = 3,69–3,94$), водночас спостерігається достатньо висока варіативність показників, що відображає індивідуальні відмінності у способах подолання стресу. За результатами методики ДСРП встановлено, що рівень рольової реалізації у подружніх парах є загалом задовільним і відносно однорідним ($M = 3,79–3,86$), що свідчить про сформованість базових рольових функцій.

Водночас результати обох методик виявили спільну тенденцію: найбільш уразливою групою є подружні пари зі стажем 5–10 років, для яких характерні зниження рівня позитивного копіngu, підвищення негативного копіngu та відносно нижчі показники рольової узгодженості. Це підтверджує наявність кризового періоду середньої тривалості шлюбу.

Встановлені відмінності за статтю та наявністю дітей мають помірний характер, проте дозволяють розглядати ці змінні як потенційні модифікатори подружньої взаємодії. Зокрема, пари без дітей демонструють дещо вищі

показники як діадного копіngu, так і рольової реалізації, тоді як у сім'ях із дітьми спостерігається більша напруженість взаємодії.

Результати описової статистики за основними показниками дослідження наведено у табл. 3.12.

Табл. 3.12

Описова статистика основних показників дослідження (N = 60)

Показник	M	SD	Min	Max
Задоволеність шлюбом (ОЗШ)	32,77	5,05	23	42
Згуртованість реальна (FACES-3)	3,53	0,37	2,9	4,3
Адаптивність реальна (FACES-3)	3,36	0,34	2,8	4,1
Згуртованість ідеальна (FACES-3)	4,33	0,39	—	—
Адаптивність ідеальна (FACES-3)	4,22	0,41	—	—
DCI: позитивний копінг	3,85	0,51	3,00	4,61
DCI: спільний копінг	3,69	0,53	2,76	4,60
DCI: копінг партнера	3,94	0,52	3,07	4,73
DCI: негативний копінг	2,33	0,46	1,51	2,99
ДСРП: інтелектуально-світоглядні ролі	3,86	0,46	3,03	4,68
ДСРП: морально-психологічні ролі	3,84	0,43	3,01	4,53
ДСРП: інтимно-сексуальні ролі	3,86	0,52	3,00	4,67
ДСРП: господарсько-матеріальні ролі	3,79	0,50	2,81	4,48
ДСРП: загальний бал	3,84	0,28	3,24	4,35

Результати описової статистики за основними показниками дослідження свідчать про переважно середній та вище середнього рівень психологічного благополуччя подружніх пар у досліджуваній вибірці. Середній показник задоволеності шлюбом становить $M = 32,77$ бала при $SD = 5,05$, що вказує на загальну стабільність подружніх взаємин за наявності індивідуальних відмінностей між респондентами. За методикою FACES-3 встановлено, що показники ідеальної згуртованості ($M = 4,33$) та адаптивності ($M = 4,22$) перевищують відповідні показники реальної сім'ї ($M = 3,53$ та $M = 3,36$), що свідчить про прагнення респондентів до більшої емоційної близькості та гнучкості сімейної взаємодії. Аналіз діадного копіngu показав переважання конструктивних стратегій взаємодії: найвищим є показник копіngu партнера ($M = 3,94$), тоді як негативний копінг характеризується найнижчим середнім значенням ($M = 2,33$), що вказує на помірний рівень деструктивних реакцій у подружніх стосунках. Результати методики ДСРП засвідчили достатньо високий

та однорідний рівень рольової реалізації у сім'ї, про що свідчать середні значення у межах 3,79–3,86 бала та низьке стандартне відхилення загального балу ($SD = 0,28$). Найбільш розвиненими виявилися інтелектуально-світоглядні та інтимно-сексуальні ролі, тоді як господарсько-матеріальні ролі мають дещо нижчі показники, що може свідчити про складність узгодження побутових функцій у подружжі. Загалом отримані результати підтверджують, що задоволеність шлюбом формується під впливом комплексу системних, діадних та особистісних чинників, серед яких провідну роль відіграють емоційна підтримка, згуртованість сім'ї, конструктивний копінг та узгодженість сімейних ролей.

Такими чином, результати емпіричного дослідження дозволили дати відповідь на перше дослідницьке питання щодо загальних тенденцій у вираженості задоволеності шлюбом та психологічних чинників системного, діадного й особистісного рівнів у досліджуваній вибірці. Встановлено, що більшість подружніх пар характеризуються середнім або помірно високим рівнем задоволеності шлюбом, психологічного благополуччя та ефективності сімейної взаємодії. Найбільш розвиненими компонентами подружніх стосунків виявилися емоційна підтримка, довіра, емоційно-ціннісне ставлення до партнера та конструктивні форми діадного копіngu, що свідчить про провідну роль емоційної близькості у підтриманні стабільності шлюбу. Водночас найбільш вразливими зонами стали сфери розподілу ролей, прийняття рішень, розв'язання конфліктів і негативного копіngu, які можуть виступати джерелом напруження у подружніх взаєминах. Аналіз соціально-демографічних чинників показав, що найбільш кризовою є група подружжів зі стажем 5–10 років, для якої характерні нижчі показники згуртованості, адаптації, задоволеності шлюбом та конструктивного копіngu. Натомість у парах зі стажем понад 10 років спостерігається тенденція до відновлення та стабілізації психологічних показників, що свідчить про адаптацію сімейної системи та формування зрілих моделей взаємодії.

3.2. Аналіз взаємозв'язків між характеристиками сімейної системи, діадного копінгу, шлюбного потенціалу особистості та задоволеністю шлюбом

Для відповіді на друге дослідницьке питання було проведено кореляційний аналіз взаємозв'язків між усіма досліджуваними предикторами та показником задоволеності шлюбом (ОЗШ). Результати наведено у табл. 3.13.

Табл. 3.13

Кореляції предикторів з показником задоволеності шлюбом (ОЗШ) (N = 60)

Показник	r (Пірсон)	p	rs (Спірмен)
Згуртованість реальна (FACES-3)	0,982***	< 0,001	0,991***
Адаптивність реальна (FACES-3)	0,970***	< 0,001	0,987***
DCI: позитивний копінг	-0,188	0,150	-0,180
DCI: негативний копінг	0,101	0,444	0,076
DCI: спільний копінг	-0,174	0,184	-0,168
DCI: копінг партнера	-0,176	0,179	-0,172
ДСРП: загальний бал	-0,248	0,056	-0,291*
ДСРП: інтелектуально-світоглядні ролі	-0,257*	0,047	-0,260*

Примітка: * $p < 0,05$; *** $p < 0,001$.

Результати кореляційного аналізу засвідчують надзвичайно сильні та статистично високозначущі взаємозв'язки між характеристиками сімейної системи та задоволеністю шлюбом. Рівень сімейної згуртованості ($r = 0,982$, $p < 0,001$, $rs = 0,991$) та адаптивності ($r = 0,970$, $p < 0,001$, $rs = 0,987$) є найпотужнішими корелятами задоволеності шлюбом у досліджуваній вибірці. Такі значення коефіцієнтів кореляції свідчать про те, що обидва виміри FACES-3 й ОЗШ фіксують тісно пов'язані або частково спільні конструкти – суб'єктивне сприйняття якості подружніх стосунків. Ця закономірність узгоджується з концептуальними положеннями Д. Олсона: збалансовані рівні згуртованості та адаптивності є необхідними умовами задовільного функціонування подружньої системи.

Показники діадного копінгу (DCI) не виявили статистично значущих кореляцій із задоволеністю шлюбом на рівні $p < 0,05$. Зокрема, позитивний копінг ($r = -0,188$, $p = 0,150$), спільний копінг ($r = -0,174$, $p = 0,184$) та копінг партнера ($r = -0,176$, $p = 0,179$) демонструють незначущі й незначні за величиною зв'язки. Негативний копінг також не виявив значущого зв'язку ($r = 0,101$, $p = 0,444$). Відсутність значущих кореляцій між DCI і ОЗШ може пояснюватися кількома факторами: по-перше, домінуванням характеристик сімейної системи як провідного предиктора, що статистично «перекриває» внесок діадного копінгу; по-друге, тим, що DCI вимірює специфічну поведінку в умовах стресу, тоді як ОЗШ є більш широким інтегральним показником задоволеності. Обидва ці чинники разом можуть зумовлювати нейтралізацію кореляційних зв'язків.

Загальний бал ДСРП продемонстрував граничний результат ($r = -0,248$, $p = 0,056$; $r_s = -0,291$, $p = 0,024$): за коефіцієнтом Спірмена зв'язок є статистично значущим на рівні $p < 0,05$, тоді як за коефіцієнтом Пірсона він перебуває на рівні тенденції. Напрямок зв'язку є від'ємним, що на перший погляд є контрінтуїтивним: вищий рівень рольової реалізації пов'язаний із дещо нижчою задоволеністю. Проте ця закономірність може пояснюватися тим, що у парах із нижчою задоволеністю шлюбом партнери більш інтенсивно «компенсують» труднощі через виконання конкретних ролей. Статистично значущою ($r = -0,257$, $p = 0,047$) є також кореляція з субшкалою інтелектуально-світоглядних ролей.

Додатково було проаналізовано взаємозв'язки між предикторами різних рівнів. Між характеристиками сімейної системи та показниками діадного копінгу значущих кореляцій не виявлено, що свідчить про відносну статистичну незалежність вимірюваних конструктів. Між шкалами DCI виявлено дуже сильні внутрішні взаємозв'язки (DCI позитивний $\times$ DCI спільний: $r = 0,983$; DCI позитивний $\times$ DCI партнера: $r = 0,994$), що свідчить про мультиколінеарність між позитивними шкалами опитувальника.

Таким чином, відповідь на друге дослідницьке питання: статистично значущими корелятами задоволеності шлюбом є характеристики сімейної системи – згуртованість ($r = 0,982$) та адаптивність ($r = 0,970$). Показники

діадного копінгу не виявили значущих кореляцій із задоволеністю шлюбом у даній вибірці. Загальний рольовий потенціал (ДСРП) виявляє граничну обернену тенденцію ($r_s = -0,291$, $p = 0,024$ за Спірменом).

3.3. Регресійний аналіз психологічних предикторів задоволеності шлюбом у подружніх парах

Для відповіді на третє дослідницьке питання про значущість психологічних чинників різних рівнів як предикторів задоволеності шлюбом було проведено ієрархічний множинний регресійний аналіз. Побудовано три послідовні моделі із поступовим введенням предикторів кожного рівня теоретичної моделі.

Результати ієрархічного регресійного аналізу наведено у табл. 3.14.

Табл. 3.14

Результати ієрархічного регресійного аналізу (залежна змінна: ОЗШ, N = 60)

Предиктор	β	SE	t	p
Модель 1: системний рівень ($R^2 = 0,975$)				
Константа	-13,96	1,17	-11,93	< 0,001
Згуртованість реальна	12,48	0,52	24,00	< 0,001
Адаптивність реальна	1,86	0,57	3,26	0,002
Модель 2: + діадний рівень ($R^2 = 0,977$)				
Константа	-13,55	2,56	-5,29	< 0,001
Згуртованість реальна	27,63	3,42	8,08	< 0,001
Адаптивність реальна	-15,80	3,77	-4,19	< 0,001
DCI: позитивний копінг	-0,50	2,31	-0,22	0,829
DCI: негативний копінг	0,21	0,24	0,85	0,399
DCI: спільний копінг	1,33	1,13	1,17	0,247
DCI: копінг партнера	-0,57	1,89	-0,30	0,763
Модель 3: + особистісний рівень ($R^2 = 0,977$)				
+ ДСРП загальний бал	0,18	0,42	0,42	0,675

Модель 1, що включає лише характеристики сімейної системи (згуртованість та адаптивність реальної сім'ї), пояснює 97,5% варіативності задоволеності шлюбом ($R^2 = 0,975$, $F(2, 57) = 1\,117$, $p < 0,001$). Це є надзвичайно високим показником для психологічних досліджень і свідчить про те, що системний рівень є домінуючим предиктором задоволеності шлюбом. Обидва

предиктори є статистично значущими: згуртованість ($\beta = 12,48$, $t = 24,00$, $p < 0,001$) та адаптивність ($\beta = 1,86$, $t = 3,26$, $p = 0,002$) позитивно пов'язані із задоволеністю шлюбом. Внесок згуртованості є значно більшим, ніж внесок адаптивності.

Водночас отримане значення коефіцієнта детермінації потребує обережної інтерпретації. Надзвичайно високий рівень поясненої дисперсії ($R^2 = 0,975$), а також дуже сильні кореляції між показниками FACES-3 та задоволеністю шлюбом ($r = 0,970-0,982$) можуть частково пояснюватися концептуальним перекриттям досліджуваних конструктів. Обидві методики певною мірою відображають суб'єктивне сприйняття якості подружніх взаємин, емоційної близькості, взаєморозуміння та ефективності сімейного функціонування. Тому високі статистичні показники не обов'язково свідчать про абсолютну прогностичну незалежність характеристик сімейної системи, а можуть відображати наявність спільного змістового компонента між вимірюваними змінними. У зв'язку з цим результати регресійного аналізу доцільно розглядати як підтвердження провідної ролі системних характеристик сім'ї у структурі задоволеності шлюбом, а не як доказ їх повної причинної детермінації досліджуваного феномену.

Модель 2, в якій до характеристик сімейної системи додано всі чотири шкали DCI, незначно підвищує пояснювальну здатність до $R^2 = 0,977$ (приріст $\Delta R^2 = 0,002$, $p = 0,49$). Жодна зі шкал діадного копіngu не виявилася статистично значущим предиктором при включенні до регресійної моделі разом із характеристиками сімейної системи. Це пояснюється, зокрема, мультиколінеарністю між позитивними шкалами DCI ($r > 0,98$), а також тим, що на рівні парних кореляцій діадний копінг не виявив значущих зв'язків із ОЗШ. У контексті регресійної моделі зміна знаків β -коефіцієнтів (зокрема адаптивності) зумовлена саме ефектом мультиколінеарності.

Модель 3, що доповнює попередню загальним балом ДСРП, не призводить до додаткового приросту пояснювальної здатності ($R^2 = 0,977$, $\Delta R^2 < 0,001$; ДСРП: $\beta = 0,18$, $t = 0,42$, $p = 0,675$). Таким чином, рольовий потенціал особистості

не додає унікального пояснення у варіативності задоволеності шлюбом понад той внесок, який вносять характеристики сімейної системи.

З метою перевірки прогностичної ролі суто системних характеристик окремо була побудована парсимонна модель на основі єдиного найбільш потужного предиктора – згуртованості реальної сім'ї. Ця модель пояснює 96,5% варіативності ($R^2 = 0,965$, $\text{Adj } R^2 = 0,964$; $\beta = 13,23$, $t = 40,00$, $p < 0,001$), що є найбільш економним і прогностично точним рішенням.

Результати регресійного аналізу дозволяють сформулювати відповідь на третє дослідницьке питання: найбільш значущим психологічним предиктором задоволеності шлюбом у досліджуваній вибірці є рівень згуртованості сімейної системи (FACES-3). Характеристики системного рівня в сукупності пояснюють 97,5% варіативності задоволеності шлюбом, тоді як додавання показників діадного копінгу та рольового потенціалу особистості не призводить до суттєвого приросту пояснювальної здатності моделі. Діадний копінг і рольовий потенціал особистості не є самостійними значущими предикторами задоволеності шлюбом у даній вибірці.

3.4. Практичні рекомендації щодо підвищення рівня задоволеності шлюбом у подружніх парах

На основі результатів емпіричного дослідження сформульовано практичні рекомендації для психологів-консультантів, фахівців із сімейної терапії та подружніх пар, спрямовані на підвищення рівня задоволеності шлюбом.

Першочергова мішень психологічної роботи – підтримання та розвиток збалансованої сімейної згуртованості. Оскільки рівень згуртованості реальної сім'ї є домінуючим предиктором задоволеності шлюбом ($\beta = 13,23$, $R^2 = 0,965$), психологічна робота насамперед має бути спрямована на розвиток емоційної близькості між партнерами за умови збереження індивідуальної автономії кожного. Практично це реалізується через: запровадження регулярних ритуалів спільного часу (спільні вечери, прогулянки, традиції); практику активного

слухання та рефлексивного відображення почуттів партнера; усвідомлення та повагу до особистісних меж і потреби кожного з подружжя в автономному просторі; навчання технікам «емоційного повернення» до партнера після конфліктів або тривалого стресу.

Другий пріоритет – розвиток адаптивності сімейної системи. Адаптивність є другим за значущістю системним предиктором задоволеності шлюбом. Психологічна робота у цьому напрямі передбачає: формування гнучких рольових моделей, здатних адаптуватися до змін (народження дітей, зміна роботи, воєнні обставини); навчання конструктивному перегляду сімейних правил і договорів за потреби; розвиток навичок спільного прийняття рішень; профілактику рольової жорсткості та надмірної структурованості, що знижує адаптаційний потенціал сімейної системи.

Третій напрям роботи стосується групи ризику – пар зі стажем 5–10 років, які демонструють найнижчий середній рівень задоволеності шлюбом ($M = 28,60$) і найбільшу кількість осіб із низьким рівнем задоволеності. Для цієї групи доцільними є: психоедукація про нормативні кризи подружнього функціонування та динаміку задоволеності шлюбом у часі; профілактичні консультації щодо реструктурування рольових очікувань; групові програми підтримки, що сприяють формуванню спільної ідентичності пари.

Четвертий напрям – корекційна робота із парами з низьким рівнем задоволеності та екстремальними показниками за FACES-3 (20% вибірки). Для цих пар рекомендується: системна сімейна терапія з фокусом на відновлення емоційного зв'язку між партнерами; роботата з патернами емоційного відчуження або злитості; навчання технік комунікації (Я-повідомлення, ненасильницьке спілкування); опрацювання некоригованих очікувань від шлюбу.

П'ятий напрям – розвиток навичок діадного копінгу, хоча в даному дослідженні DCI не виявив самостійного значущого зв'язку з ОЗШ, доцільність роботи з цим компонентом обумовлена теоретично та підтверджується іншими дослідженнями. Особливо актуальною є ця робота для подружніх пар, які

перебувають в умовах хронічного стресу (воєнний контекст, розлуки, перевантаження). Рекомендовані інтервенції: навчання партнерів чітко комунікувати про власні стресори; розвиток навичок підтримувального та спільного діадного копіngu; корекція негативних копінг-патернів.

Шостий напрям стосується психоедукаційних програм для молодих пар (до 5 років шлюбу), оскільки вони демонструють найвищий рівень задоволеності, який, однак, ризикує знизитися у кризовій фазі. Профілактична робота з цією групою передбачає: формування реалістичних уявлень про динаміку подружніх стосунків; розвиток навичок конструктивного розв'язання конфліктів; роботу з рольовими очікуваннями та їх узгодженням.

В табл. 3.15 відображено комплексну структуру рекомендацій щодо рольового балансу.

Табл. 3.15

Рекомендовані напрями оптимізації рольового балансу та відповідні практичні стратегії (складено автором)

Напрямок роботи	Психологічна проблема	Практична стратегія	Очікуваний результат
Діагностичний	Неусвідомленість рольових очікувань	Спільне заповнення ДСРП та порівняння результатів	Рефлексія зон розбіжності
Комунікативний	Накопичення незадоволеності без вираження	«Рольова карта подружжя»; рольовий контракт; «я-висловлювання»	Відкрите обговорення; взаємна домовленість
Гендерний	Несвідомі стереотипні установки щодо ролей	Деконструкція гендерних стереотипів; побудова егалітарної моделі	Гнучка, ціннісно-узгоджена рольова модель
Динамічний	Ригідний розподіл ролей при зміні обставин	«Сценарне планування»; регулярне «рольове аудитування»	Рольова гнучкість та адаптивність системи
Ресурсний	Виснаження та рольове перевантаження	Аудит ресурсів пари; взаємний перерозподіл навантаження	Рівновага вкладів і запобігання вигоранню
Інтимно-особистісний	Дисбаланс очікувань в інтимній сфері	Відкрита комунікація про потреби; сексуальна психоедукація	Взаємна задоволеність у партнерській сфері

Наведені напрями роботи охоплюють різні виміри рольових стосунків у шлюбі – від когнітивної діагностики до практичного перерозподілу навантаження. Важливо, що ці напрями не є ізольованими: ефективна робота з

рольовим балансом потребує інтеграції діагностичного, комунікативного та динамічного компонентів.

Додатково важливим елементом інтегративної моделі психологічного супроводу є врахування специфіки життєвого циклу подружжя та соціального контексту, у якому функціонує сім'я. Результати дослідження показали, що психологічні характеристики подружньої взаємодії мають виражену динаміку залежно від стажу шлюбу, наявності дітей та рівня адаптації сімейної системи. Зокрема, найбільш уразливою групою виявилися пари зі стажем 5–10 років, для яких характерні найнижчі показники задоволеності шлюбом, зниження позитивного діадного копінгу та нижчий рівень згуртованості й адаптивності сімейної системи. Це дає підстави розглядати середній етап шлюбу як критичний період, що потребує особливої профілактичної та корекційної уваги з боку психолога. У межах ІМПС для цієї групи доцільно впроваджувати спеціалізовані модулі психоедукації щодо нормативних криз подружнього життя, технік профілактики емоційного відчуження та навичок оновлення емоційної близькості між партнерами. Важливо також акцентувати увагу на відновленні спільної ідентичності подружжя, яка часто послаблюється через батьківські, професійні та побутові навантаження.

Окремий напрям моделі стосується психологічного супроводу молодих подружніх пар зі стажем до 5 років. Хоча ця група продемонструвала найвищі показники задоволеності шлюбом, згуртованості та позитивного копінгу, результати дослідження свідчать, що саме на цьому етапі закладаються базові моделі взаємодії, які в подальшому можуть або зміцнювати, або послаблювати шлюбне благополуччя. Тому профілактичний характер психологічної роботи з молодими парами є не менш важливим, ніж кризове консультування. У межах ІМПС для таких пар рекомендується проводити тренінги з розвитку конструктивної комунікації, навичок спільного прийняття рішень та управління конфліктами. Доцільним є також формування реалістичних очікувань щодо подружнього життя, оскільки саме розбіжність між ідеалізованими уявленнями та реальністю часто стає джерелом розчарування у подальшому. Практика

профілактичної психоедукації дозволяє знизити ризик формування деструктивних патернів взаємодії у майбутньому.

Особливого значення у межах ІМПС набуває робота з подружніми парами, які мають дітей. Результати дослідження показали, що у таких сім'ях спостерігається дещо нижчий рівень задоволеності шлюбом, адаптивності та рольової узгодженості порівняно з парами без дітей. Це пов'язано зі збільшенням рольового навантаження, дефіцитом часу для партнерської взаємодії та необхідністю постійного балансування між батьківськими й подружніми ролями. У зв'язку з цим ІМПС передбачає включення спеціальних технік підтримання партнерської близькості в умовах батьківства. До таких технік належать планування регулярного часу для подружньої взаємодії без дітей, навчання партнерів навичкам взаємної емоційної підтримки та профілактика емоційного вигорання. Важливою умовою ефективності психологічної роботи є допомога партнерам у переосмисленні ролей після народження дитини та формуванні більш гнучкої системи розподілу відповідальностей.

Суттєвої уваги потребує також комунікативний компонент подружніх взаємин, оскільки результати авторської анкети показали високий зв'язок між якістю комунікації та рівнем задоволеності шлюбом. У зв'язку з цим ІМПС включає окремий блок розвитку комунікативної компетентності партнерів. Його основними завданнями є формування навичок активного слухання, розвитку емпатійної чутливості, конструктивного вираження емоцій та профілактики комунікативних бар'єрів. Практичні техніки включають тренування «я-повідомлень», техніку рефлексивного слухання, навчання конструктивному веденню конфлікту та методам деескалації емоційного напруження. Особливу роль відіграє формування навички відкритого обговорення власних потреб та очікувань, оскільки саме приховані або неусвідомлені очікування часто стають причиною подружніх конфліктів. Включення комунікативного блоку до ІМПС дозволяє не лише підвищити якість взаємодії між партнерами, але й підсилити ефективність інших напрямів психологічного супроводу.

Важливою складовою моделі є також ресурсно-орієнтований підхід до психологічної допомоги. Отримані результати показали, що навіть у парах із середнім рівнем задоволеності шлюбом існують значні внутрішні ресурси для покращення якості взаємин. У зв'язку з цим ІМПС орієнтована не лише на корекцію проблем, а й на посилення вже наявних сильних сторін подружньої системи. Практична робота у цьому напрямі передбачає виявлення позитивного досвіду спільного подолання труднощів, актуалізацію спільних цінностей, підтримку сімейних традицій та розвиток позитивної емоційної взаємодії. Одним із ефективних методів є практика «ресурсного діалогу», під час якого партнери обговорюють ситуації успішної взаємопідтримки та спільного досягнення цілей. Такий підхід сприяє зміцненню відчуття партнерства та формуванню більш позитивного образу подружніх взаємин.

Крім того, інтегративна модель враховує актуальні соціально-психологічні виклики, пов'язані з воєнним станом та тривалим хронічним стресом, у якому перебуває значна частина українських сімей. Воєнний контекст створює додаткове емоційне, економічне та рольове навантаження на подружні стосунки, що може посилювати конфліктність і знижувати рівень задоволеності шлюбом. У межах ІМПС це передбачає включення кризових інтервенцій, спрямованих на стабілізацію емоційного стану партнерів, розвиток стресостійкості та підтримання емоційного контакту в умовах невизначеності. Особливо актуальною є робота з парами, які переживають вимушену розлуку, переміщення або адаптацію після повернення одного з партнерів із військової служби. Психологічний супровід у таких випадках має бути спрямований на відновлення довіри, перебудову рольової структури сім'ї та формування нових адаптивних моделей взаємодії.

Загалом, результати дослідження вказують на те, що першочерговою мішенню будь-якої психологічної роботи з подружніми парами є підтримання збалансованих характеристик сімейної системи – особливо рівня емоційної згуртованості між партнерами. Саме цей чинник є найпотужнішим визначником

задоволеності шлюбом і повинен бути у центрі консультативної та психотерапевтичної роботи з подружніми парами.

Висновки до розділу 3

Відповідаючи на перше дослідницьке питання, встановлено, що у досліджуваній вибірці переважає середній рівень задоволеності шлюбом (50,0% респондентів), тоді як високий рівень виявлено у 33,3%, а низький у 16,7% учасників. Виявлено статистично значущі відмінності рівня задоволеності шлюбом залежно від тривалості подружнього життя ($F = 15,12$, $p < 0,001$): найнижчі показники зафіксовано у групі зі стажем шлюбу 5–10 років ($M = 28,60$), що відповідає нормативній кризовій фазі подружнього циклу. Гендерних відмінностей у рівні задоволеності шлюбом не встановлено.

Аналіз характеристик сімейної системи показав, що більшість досліджуваних пар належать до сімей середнього діапазону (55%), тоді як збалансований тип виявлено у 25%, а екстремальний у 20% випадків. Встановлено розрив між показниками реального та бажаного сімейного функціонування за параметрами згуртованості (+0,80) і адаптивності (+0,86), що може свідчити про наявність запиту на більшу емоційну близькість і гнучкість взаємодії у подружніх стосунках. Дослідження діадного копінгу показало переважання позитивних форм спільного подолання труднощів ($M = 3,69–3,94$) у більшості досліджуваних пар.

Відповідаючи на друге дослідницьке питання, встановлено наявність статистично значущих взаємозв'язків між окремими психологічними чинниками та рівнем задоволеності шлюбом. Найбільш виражені зв'язки виявлено для характеристик сімейної системи: згуртованість ($r = 0,982$, $p < 0,001$) та адаптивність ($r = 0,970$, $p < 0,001$), що підтверджує провідну роль системного рівня у формуванні суб'єктивної оцінки якості подружніх взаємин. Водночас показники діадного копінгу не продемонстрували статистично значущих кореляцій із рівнем задоволеності шлюбом у межах досліджуваної вибірки.

Відповідаючи на третє дослідницьке питання, результати регресійного аналізу показали, що найбільший внесок у пояснення варіативності задоволеності шлюбом здійснюють характеристики сімейної системи. Найбільш економною та прогностично ефективною виявилася модель, у якій провідним предиктором виступає згуртованість сімейної системи. Додавання показників інших рівнів не забезпечило суттєвого приросту пояснювальної здатності моделі, що свідчить про домінуючу роль структурних характеристик сімейної взаємодії у поясненні рівня задоволеності шлюбом.

На основі отриманих результатів дослідження розроблено практичні рекомендації щодо підтримання та підвищення задоволеності шлюбом у подружніх парах. Основний акцент рекомендацій спрямований на розвиток збалансованої сімейної згуртованості, підтримання адаптивності сімейної системи та формування конструктивних способів подружньої взаємодії як ключових ресурсів психологічного благополуччя подружньої пари.

Разом із тим встановлені дуже високі кореляційні зв'язки між показниками сімейної згуртованості, адаптивності та задоволеності шлюбом потребують обережної інтерпретації. Це може бути пов'язано з частковим концептуальним перекриттям конструктів, які оцінюються методиками FACES-3 та ОЗШ. Тому отримані результати доцільно розглядати як свідчення тісного взаємозв'язку зазначених характеристик, а не як підтвердження їх повної психологічної тотожності.

ВИСНОВКИ

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню психологічних чинників задоволеності шлюбом у подружніх парах. Проведене теоретико-емпіричне дослідження дозволило реалізувати поставлену мету, виконати всі завдання, отримати відповіді на дослідницькі питання та перевірити висунуті гіпотези.

У процесі виконання першого завдання здійснено комплексний теоретичний аналіз сучасних підходів до вивчення задоволеності шлюбом як інтегрального показника психологічного благополуччя подружніх пар. Встановлено, що задоволеність шлюбом формується під впливом взаємодії системних, діадних та особистісних чинників. Теоретично обґрунтовано трирівневу модель взаємозв'язку характеристик сімейної системи, діадного копінгу та шлюбного потенціалу особистості із задоволеністю шлюбом. Теоретично обґрунтовано, що згуртованість та адаптивність сімейної системи пов'язані з якістю функціонування подружжя на системному рівні, діадний копінг характеризує особливості спільного подолання стресу, а шлюбний потенціал особистості розглядається як внутрішній ресурс підтримання конструктивних подружніх взаємин. Сформована модель стала концептуальною основою емпіричного дослідження.

У межах виконання другого завдання обґрунтовано психодіагностичний інструментарій дослідження та організовано емпіричне вивчення психологічних чинників задоволеності шлюбом у подружніх парах. Дослідження проведено на вибірці з 60 осіб (30 подружніх пар), що забезпечило можливість комплексного аналізу особливостей подружньої взаємодії залежно від стажу шлюбу, статі та наявності дітей. Для дослідження системного рівня використано методику FACES-3, для діадного рівня – опитувальник DCI, для особистісного рівня – ДСРП та авторську анкету, а залежну змінну виміряно тестом задоволеності шлюбом ОЗШ. Підібраний комплекс психодіагностичних методик забезпечив операціоналізацію всіх компонентів теоретичної моделі та створив підґрунтя для

комплексного емпіричного аналізу психологічних чинників задоволеності шлюбом.

У результаті виконання третього завдання здійснено описовий аналіз показників задоволеності шлюбом, характеристик сімейної системи, діадного копінгу та шлюбного потенціалу особистості. Встановлено, що у вибірці переважає середній рівень задоволеності шлюбом (50,0%), тоді як високий рівень мають 33,3% респондентів, а низький – 16,7%. За методикою FACES-3 виявлено, що 55% сімей належать до середнього діапазону функціонування, 25% – до збалансованих, а 20% – до екстремальних типів. Позитивні форми діадного копінгу перебувають на рівні вище середнього ($M = 3,69-3,94$), а показники сімейних ролей за методикою ДСРП характеризуються відносною узгодженістю та достатнім рівнем реалізації ($M = 3,84$). Найбільш уразливою групою виявилися подружні пари зі стажем 5–10 років, для яких характерні найнижчі показники задоволеності шлюбом, згуртованості та позитивного копінгу.

Виконання четвертого завдання дозволило встановити особливості взаємозв'язків між характеристиками сімейної системи, діадного копінгу, шлюбного потенціалу особистості та рівнем задоволеності шлюбом. Виявлено, що найсильніший позитивний зв'язок із задоволеністю шлюбом мають показники згуртованості сімейної системи ($r = 0,982, p < 0,001$) та адаптивності ($r = 0,970, p < 0,001$). Це свідчить про визначальну роль емоційної близькості та гнучкості сімейної системи у підтриманні шлюбного благополуччя. Показники діадного копінгу не продемонстрували статистично значущих кореляцій із рівнем задоволеності шлюбом у межах досліджуваної вибірки, що може свідчити про опосередкований характер їхнього зв'язку або меншу пояснювальну силу порівняно із системними характеристиками подружньої взаємодії. Загальний бал особистісно-рольового рівня, представлений показниками ДСРП, виявив слабку обернену тенденцію із задоволеністю шлюбом, що дозволяє припустити важливість не абсолютного рівня рольової реалізації, а саме узгодженості рольових очікувань між партнерами.

У межах виконання п'ятого завдання за допомогою множинного регресійного аналізу визначено найбільш значущі психологічні предиктори задоволеності шлюбом. Регресійний аналіз показав, що характеристики сімейної системи забезпечують найбільший внесок у пояснення варіативності задоволеності шлюбом ($R^2 = 0,975$, $p < 0,001$), що свідчить про їх домінуючу роль у структурі шлюбного благополуччя. Найбільш прогностично потужним предиктором виявилася згуртованість сімейної системи ($\beta = 13,23$, $p < 0,001$), яка самостійно пояснює 96,5% варіативності задоволеності шлюбом. Додавання показників діадного копінгу та рольового потенціалу не забезпечило суттєвого приросту пояснювальної здатності моделі. Отримані результати дозволяють припустити провідну роль емоційної близькості, підтримки та збалансованої взаємодії партнерів у формуванні задоволеності шлюбом.

У результаті виконання шостого завдання розроблено комплекс практичних рекомендацій щодо підвищення рівня задоволеності шлюбом у подружніх парах. Практичні рекомендації охоплюють розвиток діадного копінгу, оптимізацію рольового балансу, підвищення сімейної згуртованості та адаптивності, а також профілактику кризових проявів у подружніх взаєминах. На основі результатів дослідження запропоновано авторську інтегративну модель психологічного супроводу подружніх пар (ІМПС), що включає діагностичний, пріоритизаційний, інтервенційний та оцінювально-профілактичний компоненти. Окремий напрям рекомендацій орієнтований на підтримку подружніх пар зі стажем шлюбу 5–10 років як групи, що продемонструвала відносно нижчі показники задоволеності шлюбом. Розроблені рекомендації мають практичну цінність для психологів, сімейних консультантів і психотерапевтів та можуть бути використані у практиці психологічного супроводу подружніх пар.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамюк О. І. Діадний копінг у подружніх стосунках : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Львів, 2023. 202 с. URL: https://lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/12/diss_Abramiuk.pdf (дата звернення: 01.04.2026).
2. Баратинська А., Пось Л. Ступінь задоволеності шлюбом у осіб з різним рівнем адаптивної поведінки. *Молодий вчений*. 2022. № 3 (103). С. 37–42.
3. Березовська Л. І., Ямчук Т. Ю. Психологія міжособистісних взаємин подружньої пари. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ : НУОУ, 2020. Вип. 3 (56). С. 5–13.
4. Борщ К. К. Трансформація статусно-рольових характеристик сучасної сім'ї в Україні. *Наукові праці Чорноморського державного університету ім. Петра Могили*. 2021. Т. 201, № 189. С. 81–84.
5. Буряк Д. Психологічні особливості готовності до шлюбу у сучасній молоді. *Освіта і наука*. 2021. № 1. С. 90–95.
6. Вишнеvsька О. П. Психологічні особливості розвитку когнітивного компонента благополуччя молодих сімей у шлюбі. *Science and technology: problems, prospects and innovations : proceedings of the 4th International scientific and practical conference (January 18-20, 2023)*. Osaka : CPN Publishing Group, 2023. С. 346.
7. Вінс В. А., Кашпур Ю. М., Кузьменко Т. М. Гармонізація міжособистісних взаємин подружніх пар засобами психологічного консультування. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2022. Вип. 1. С. 42–46.
8. Волошок О. В. Соціально-психологічні чинники задоволеності шлюбом осіб періоду ранньої дорослості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. Вип. 3. С. 122–128.
9. Всеукраїнське опитування: 11–12 грудня 2024 року. Група «Рейтинг». URL:

https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg_files/rg_ukraine_periodical_survey_11-12.2024.pdf (дата звернення: 01.04.2026).

10. Дідковська Л., Абрамюк О. Особливості копінг-стратегій шлюбних партнерів на різних етапах життєвого циклу сім'ї та їх вплив на сімейне благополуччя. *Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки*. 2018. № 3. С. 89–102.

11. Енциклопедія сімейних студій Вайлі Блеквелла. 2016. URL: https://www.researchgate.net/publication/313876640_Marital_Satisfaction (дата звернення: 01.04.2026).

12. Зубовський Д. Адаптація та апробація україномовної версії методики «Опитувальник посттравматичного зростання». *Психологічний часопис*. 2018. Т. 7, № 17. С. 121–135. <https://doi.org/10.31108/1.2018.7.17> (дата звернення: 01.04.2026).

13. Іваненко О. В., Лисенко О. М. Вплив гендерних особливостей подружжя на задоволеність шлюбом. *Збірник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2022. С. 85–89.

14. Ковтонюк Т. А., Герасіна С. В. Сімейне благополуччя як соціально-психологічний феномен. 2025. С. 387.

15. Косьянова О., Матченко О. Мультифакторний аналіз особистісних характеристик в аспекті мотивації схвалення. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2025. № 8. С. 130–141.

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. № 1. С. 223–228.

17. Левицький Н. Я., Потапчук Є. М. Використання психодіагностичного інструментарію для дослідження посттравматичного зростання членів сімей військовослужбовців в умовах війни. *Габітус*. 2025. Вип. 73. С. 292–294.

18. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П., Шкарлатюк К. І. Гендерні особливості задоволеності подружніми взаєминами в молодій сім'ї. *Психологічні студії*. 2023. № 3. С. 89–94.
19. Нагорняк Ю. Модель впливу чинників війни на рівень сексуального благополуччя пари. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2025. № 1 (77). С. 568–575.
20. Пирог Г. В., Свінціцька М. М. Задоволеність жінок подружніми стосунками в умовах війни. *Наука та освіта в умовах викликів сьогодення*. 2023. С. 264–267.
21. Поспелова І., Косьянова О. Вплив соціально-психологічних установок сучасного подружжя на їх задоволеність шлюбом. *Наука і освіта*. 2020. № 1. С. 5–13.
22. Потапчук Є., Колесник О. Вплив засобів масової інформації на формування майбутнього сім'янина. *Psychology Travelogs*. 2024. № 3. С. 29–36.
23. Потапчук Н. Д., Карпова Д. Є. Формування майбутнього сім'янина як психологічна проблема. *Габітус: науковий журнал з соціології та психології*. 2022. № 40. С. 183–188.
24. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навч.-наоч. підруч. / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Ліра-К, 2020. 266 с.
25. Радчук Н. В., Крижановська З. Ю. Сучасні тенденції в системі освіти: теорія прив'язаності Джона Боулбі. *Нова українська школа: теорія та практика*. Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. С. 138–140.
26. Радько О. В., Григоренко Ю. В. Психологічні особливості переживання тривалої розлуки в подружніх стосунках: теоретична модель. *Журнал сучасної психології*. Запоріжжя, 2026. Вип. 1 (40). С. 85–92.
27. Свінціцька М. М. Психологічні особливості адаптації подружніх пар в умовах війни. *Психологічний журнал*. 2023. URL: <https://journals.urau.ua> (дата звернення: 01.04.2026).

28. Світїна О., Брюховецька О. В. Психологічні фактори, що впливають на задоволеність шлюбом. *Вісник «Університет менеджменту освіти»*. 2023. С. 340.
29. Січка В. І. Особливості розвитку образу світу у підлітків з різним соціальним статусом. *Innovative solutions in modern science*. 2016. № 8 (8). С. 9–12.
30. Соя О. М., Косовець О. П., Крупський Я. В. Місце індивідуально-психологічних характеристик пізнавальної сфери особистості в адаптивному навчанні. *Проблеми вищої математичної освіти*. 2022. С. 189–197.
31. Стасюк Я., Сабадуха О. Критерії психологічної готовності до подружнього життя. *Актуальні соціальні тренди як предмет соціогуманітарних та психологічних наук : матеріали Інтернет-конференції молодих науковців (м. Житомир, 23 листоп. 2023 р.)*. 2023. С. 107–110.
32. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук : ПП «Щербатих О. В.», 2015. 136 с.
33. Татенко В. К. Методологія суб'єктно-вчинкового підходу: соціально-психологічний вимір : монографія. Київ : Міленіум, 2017. 184 с.
34. Токарева В. О. До питання психологічних особливостей вступу молодого покоління при вступі в цивільний шлюб. *Topical aspects of modern scientific research : proceedings of the 5th International scientific and practical conference (January 25-27, 2024)*. Tokyo : CPN Publishing Group, 2024. С. 394–400.
35. Удод С. Ю. Адаптивність та згуртованість як чинники сімейного функціонування: результати дослідження за методикою FACES-3. *Психологія і суспільство*. 2022. URL: <https://journals.oa.edu.ua> (дата звернення: 01.04.2026).
36. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. 3-тє вид., змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2024. 624 с.
37. Хіврич А., Ковальчук З., Яремко Р. Особливості формування готовності до сімейного життя осіб юнацького віку. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2024. № 3. С. 33–40.

38. Цьомик Х. Б. Динаміка емоційно-значущих взаємин у циклі подружнього життя. *Fundamental and applied research in the modern world : proceedings of the 4th International scientific and practical conference (November 18-20, 2020)*. Boston : BoScience Publisher, 2020. С. 961–962.
39. Шахрай В. М. Сімейно-шлюбні орієнтації сучасних старшокласників: стан та необхідність педагогічного реагування. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2021. Т. 2, № 25. С. 235–250.
40. Юшкова Г., Афанасьєва Н. Гендерні особливості задоволеності шлюбом. *UNIVERSUM*. 2024. № 12. С. 85–91.
41. Abreu-Afonso J, Ramos MM, Queiroz-Garcia I, Leal I. How Couple's Relationship Lasts Over Time? A Model for Marital Satisfaction. *Psychol Rep*. 2022 Jun;125(3):1601-1627. doi: 10.1177/00332941211000651.
42. Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L., Marrero, R., Wood, J. Predicting Psychological and Subjective Well-Being from Personality: A Meta-Analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 2020. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7006385/> (дата звернення: 28.11.2025).
43. Dobrowolska, M.; Groyecka-Bernard, A.; Sorokowski, P.; Randall, A.K.; Hilpert, P.; Ahmadi, K.; Alghraibeh, A.M.; Aryeetey, R.; Bertoni, A.; Bettache, K.; et al. Global Perspective on Marital Satisfaction. *Sustainability* 2020, 12, 8817. <https://doi.org/10.3390/su12218817>
44. Dunst, C. J. Family Strengths as Indicators of Family Functioning: Meta-Analysis. *International Journal of Research & Practice*, 2021. URL: <https://journals.sagepub.com> (дата звернення: 27.11.2025).
45. Michael, K. Psychological Resources, Marital Support, and Marital Satisfaction. *Europe's Journal of Psychology*, 2024. URL: <https://ejop.psychopen.eu/index.php/ejop/article/view/11769/11769.html> (дата звернення: 28.11.2025).
46. Olson, D. H. Circumplex Model: Validation Studies and FACES IV. *Journal of Marital and Family Therapy*, 2011. URL:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1752-0606.2009.00175.x> (дата звернення: 27.11.2025).

47. Olson, D. H., Tiesel, J. F. FACES IV and the Circumplex Model: Development and Validation. Family Process, 2013. URL: <https://doi.org/10.1111/famp.12030> (дата звернення: 27.11.2025).

48. Sabzianpoor B, Ghazanfari Amrai M, Jalali Farahani M, Soheila R, Mahdavi A, Rahmani S. The impact of teaching psychological welfare on marital satisfaction and self-efficacy in nurses. J Med Life. 2015;8(Spec Iss 4):307-312. PMID: 28316749; PMCID: PMC5319253.

49. Sayehmiri K, Kareem KI, Abdi K, Dalvand S, Gheshlagh RG. The relationship between personality traits and marital satisfaction: a systematic review and meta-analysis. BMC Psychol. 2020 Feb 7;8(1):15. doi: 10.1186/s40359-020-0383-z. PMID: 32033583; PMCID: PMC7006385.

50. Wang H, Xie X, Li Z, Xue L, Liao Q. Perceived Family Functioning of Adolescents with Affective Disorders: A Multicentric Cross-Sectional Study. Psychol Res Behav Manag. 2024 Jun 26;17:2505-2517. doi: 10.2147/PRBM.S460961.

ДОДАТКИ

Додаток А

Авторська анкета для дослідження психологічних чинників задоволеності шлюбом

Мета: виявити додаткові соціально-психологічні та індивідуально-емоційні чинники, що впливають на рівень задоволеності шлюбом: стиль спілкування; емоційна підтримка; розподіл ролей; конфліктність; очікування від партнера; почуття безпеки, довіри та емоційної значущості.

Інструкція для респондентів

Шановний(а) учаснику(це) дослідження Вам пропонується анонімна анкета, мета якої – з'ясувати особливості подружньої взаємодії, емоційно-ціннісного ставлення до партнера та індивідуальних характеристик сімейного життя. Будь ласка, уважно прочитайте кожне твердження та оберіть варіант відповіді, який найточніше відображає Вашу думку або досвід.

Усі відповіді є конфіденційними та використовуються лише для наукових цілей.

Блок I. Загальні відомості

1. Вік: _____
2. Стать: ☐ чоловіча ☐ жіноча
3. Тривалість шлюбу (років): _____
4. Наявність дітей: ☐ так ☐ ні
5. Тип шлюбу: ☐ перший ☐ повторний
6. Освіта: ☐ середня ☐ вища ☐ інше
7. Як би Ви загалом охарактеризували Ваш шлюб?
☐ щасливий ☐ переважно задовільний ☐ конфліктний ☐ кризовий

Блок II. Психологічні чинники подружньої взаємодії

Оцінювання за шкалою: 1 – зовсім не згоден, 5 – повністю згоден.

Комунікація

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	Ми відкрито обговорюємо проблеми, навіть неприємні.	☐	☐	☐	☐	☐
2	Мені легко висловлювати партнераві свої почуття.	☐	☐	☐	☐	☐
3	Критика з боку партнера зазвичай є конструктивною і допомагає мені.	☐	☐	☐	☐	☐
4	Я інколи відчуваю, що мої думки або досягнення знецінюються партнером. (зворотне твердження)	☐	☐	☐	☐	☐
6	Ми спільно приймаємо важливі рішення.	☐	☐	☐	☐	☐
7	Думка кожного з нас враховується у сімейних питаннях.	☐	☐	☐	☐	☐
8	Конфлікти зазвичай закінчуються взаємним примиренням.	☐	☐	☐	☐	☐
9	Після сварки ми можемо довго не розмовляти один з одним. (деструктивна тактика)	☐	☐	☐	☐	☐
10	Я часто змушений(а) «вгадувати» настрій або бажання партнера.	☐	☐	☐	☐	☐
11	Я відчуваю, що мене підтримують у складних ситуаціях.	☐	☐	☐	☐	☐
12	Партнер цікавиться моїм емоційним станом і намагається зрозуміти мої переживання.	☐	☐	☐	☐	☐
13	Ми маємо спільні життєві цінності та цілі.	☐	☐	☐	☐	☐
14	У нас є спільні заняття чи хобі, яким ми регулярно приділяємо час.	☐	☐	☐	☐	☐
15	Мій партнер поважає мій особистий простір та час для себе.	☐	☐	☐	☐	☐
16	У нашій парі існує справедливий розподіл обов'язків.	☐	☐	☐	☐	☐

№	Твердження	1	2	3	4	5
17	Я можу довіряти своєму партнерові повністю.	☐	☐	☐	☐	☐
18	Я почуваюся у стосунках психологічно захищеним(ою).	☐	☐	☐	☐	☐
19	Мій партнер надихає мене на розвиток і самовдосконалення.	☐	☐	☐	☐	☐
20	Я відчуваю, що партнер цінує мене як особистість.	☐	☐	☐	☐	☐

Блок III. Емоційно-ціннісне ставлення до партнера

Оцінювання: 1 – ніколи, 5 – завжди.

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	Я відчуваю вдячність до свого партнера.	☐	☐	☐	☐	☐
2	Я відчуваю емоційну близькість і тепло у наших стосунках.	☐	☐	☐	☐	☐
3	Я часто демонструю партнеру любов і ніжність.	☐	☐	☐	☐	☐
4	Я задоволений(задоволена) інтимним аспектом наших стосунків.	☐	☐	☐	☐	☐
5	Я відчуваю гордість за свого партнера.	☐	☐	☐	☐	☐
6	Мій партнер вважає мене привабливим(ою).	☐	☐	☐	☐	☐
7	Я відчуваю романтичний потяг до свого партнера.	☐	☐	☐	☐	☐
8	Я вірю, що наші стосунки мають майбутнє.	☐	☐	☐	☐	☐

Додаткові відкриті питання (за бажанням респондента)

1. Що, на Вашу думку, найбільше зміцнює Ваші стосунки?
2. Що найчастіше викликає труднощі чи конфлікти?
3. Яких змін у взаєминах Ви хотіли б у майбутньому?

Дякуємо за Вашу участь!

Додаток Б
Опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості»
(Опитувальник FACES-3 / Тест Д. Х. Олсона)

Інструкція: Опишіть вашу реальну сім'ю (подружжя та діти). Прочитайте твердження та оцініть за допомогою наступної шкали: 1- майже ніколи, 2- рідко, 3- час від часу, 4- часто, 5- майже завжди. Потім оцініть всі твердження з точки зору ідеальної сім'ї, такої, про яку мрієте. Оцініть за такою ж шкалою.

Ваш вік:

до 21 року 22-30 років понад 30 років

Склад вашої сім'ї:

Чоловік та дружина

Чоловік, дружина та 1-2 дитини

Чоловік, дружина та більше 3 дітей

Текст опитувальника:

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	Члени нашої сім'ї звертаються один до одного за допомогою					
2	При вирішенні проблем враховується думка дітей					
3	Ми зі схваленням відносимось до друзів членів сім'ї					
4	Діти самостійно обирають, як хочуть себе поводити					
5	Ми спілкуємось лише у вузькому сімейному колі					
6	Кожний член нашої сім'ї лідером					
7	Члени нашої сім'ї більш близькі з іншими людьми, ніж один з одним					
8	В нашій сім'ї змінюється спосіб виконання повсякденних обов'язків					
9	В нашій сім'ї ми любимо проводимо разом вільний час					
10	Покарання обговорюються батьками і дітьми разом					
11	Члени нашої сім'ї відчують себе близькими один одному					
12	В нашій сім'ї більшість рішень приймається батьками					
13	На сімейних заходах присутня більшість членів сім'ї					
14	Правила нашої сім'ї змінюються					
15	Нам важко уявити, що б ми могли зробити всією сім'єю					
16	Домашні обов'язки можуть переходити від одного члена сім'ї до іншого					
17	Ми радимось один з одним про прийняття рішення					
18	Важко сказати хто в нашій сім'ї лідер					
19	Єдність важлива для нашої сім'ї					
20	Важко сказати, які обов'язки в домашньому господарстві виконує кожен член сім'ї					

Додаток В
Тест-опитувальник задоволеності шлюбом
(за Т. Романовою, Г. Бутенко)

Інструкція для респондента: перед Вами тест-опитувальник, який містить 24 запитання про різні сторони подружнього життя. Будь ласка, уважно прочитайте кожне запитання і виберіть один варіант відповіді, який найбільше відповідає Вашій думці або почуттям у даний момент. Варіанти відповідей зазначено після кожного запитання, наприклад: а) вірно; б) важко сказати / не впевнений; в) невірно. Підкресліть відповідь з якою ви погоджуєтесь.

Немає «правильних» чи «неправильних» відповідей. Важливо, щоб Ви відповідали щиро і спонтанно, не замислюючись занадто довго над кожним пунктом.

№	Текст запитання	Варіанти відповідей
1	Коли люди живуть так близько, як це відбувається в сімейному житті, вони неминуче втрачають взаєморозуміння і гостроту сприйняття іншої людини:	а) вірно; б) не впевнений; в) невірно.
2	Ваші подружні відносини приносять Вам:	а) швидше занепокоєння і страждання; б) важко відповісти; в) швидше радість і задоволення.
3	Родичі та друзі оцінюють Ваш шлюб:	а) вдалий; б) щось середнє; в) як невдалий.
4	Якби Ви могли, то:	а) Ви б багато що змінили в характері Вашого чоловіка (Вашої дружини); б) важко сказати; в) Ви б не стали нічого змінювати.
5	Одна з проблем сучасного шлюбу в тому, що все приїдається, в тому числі і сексуальні відносини:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
6	Коли Ви порівнюєте Вашу сімейне життя із сімейним життям Ваших друзів і знайомих, Вам здається:	а) що Ви найнещасніші інших; б) важко сказати; в) Ви щасливіше інших.
7	Життя без сім'ї, без близької людини – надто дорога ціна за повну самостійність:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
8	Ви вважаєте, що без Вас життя Вашого чоловіка (Вашої дружини) була б неповноцінною:	а) так, вважаю; б) важко сказати; в) ні, не вважаю.
9	Більшість людей в якійсь мірі обманюється у своїх очікуваннях щодо шлюбу:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
10	Тільки безліч різних обставин заважає подумати Вам про розлучення:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
11	Якби повернувся час, коли Ви вступали в шлюб, то Вашим чоловіком (дружиною) міг би стати:	а) хто завгодно, але тільки не теперішній (я) чоловік (дружина); б) важко сказати; в) можливо, що саме теперішній (я) чоловік (дружина).

12	Ви пишаєтеся що така людина, як Ваш (а) чоловік (дружина), поруч з Вами:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
13	На жаль, недоліки Вашого (її) дружини (чоловіка) часто переважають його достоїнства:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
14	Основні перешкоди для щасливого подружнього життя криються:	а) швидше в характері Вашого чоловіка; б) важко сказати; в) скоріше в Вас самих.
15	Почуття, з якими Ви вступали в шлюб:	а) посилюлися; б) важко сказати; в) ослабли.
16	Шлюб притупляє творчі можливості людини:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
17	Можна сказати, що Ваш чоловік (дружина) володіє такими перевагами, які компенсують його недоліки:	а) згоден; б) щось середнє; в) ні, не згоден.
18	На жаль, у Вашому шлюбі не все гаразд з емоційною підтримкою один одного:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
19	Вам здається, що Ваш (а) чоловік (дружина) часто робить дурниці, говорить невлад, недоречно жартує:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
20	Життя в сім'ї, як Вам здається, не залежить від Вашої волі:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
21	Ваші сімейні відносини не внесли в життя того порядку і організованості, яких Ви очікували:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
22	Не праві ті, хто вважає, що саме в сім'ї людина найменше може розраховувати на повагу:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
23	Як правило, суспільство Вашого чоловіка (і) доставляє Вам задоволення:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
24	По правді сказати, у Вашій подружнього життя немає і не було жодного світлого моменту:	а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

Додаток Г

Опитувальник діадного копінгу (DCI), Дж. Боденман)

Інструкція. Ця шкала призначена для вимірювання того, як Ви і Ваш партнер/партнерка справляєтесь зі стресом. Будь ласка, дайте відповідь на всі запитання, позначивши той варіант, який відповідає Вашій особистій ситуації. Вкажіть першу відповідь, яку Ви вважаєте відповідною, будьте чесними, будь ласка. Тут немає помилкових відповідей.

Як Ви повідомляєте про свій стрес партнеру?	Ніколи	Рідко	Іноді	Часто	Дуже часто
1. Я даю знати партнеру, що ціную його/її практичну підтримку, пораду чи допомогу.					
2. Я прошу свого партнера допомогти мені, коли я перевантажений/а					
3. Я показую партнеру своєю поведінкою, коли я перевантажений/а або коли маю проблеми.					
4. Я відкрито розповідаю своєму партнеру, як я почуваюсь, і що буду вдячний/а за його/її підтримку					

Що робить Ваш партнер, коли дізнається, що у Вас	Ніколи	Рідко	Іноді	Часто	Дуже часто
5.Мій партнер проявляє до мене співпереживання та					
6.Мій партнер висловлює, що він/вона на моїй					
7.Мій партнер звинувачує мене, що я недостатньо добре справляюся зі стресом.					
8.Він/вона допомагає мені побачити ситуацію у іншому світлі, щоб об'єктивніше оцінити проблему.					
9.Мій партнер слухає мене і дає мені можливість розповісти те, що мене справді турбує.					
10.Мій партнер не відноситься до мого стресу					
11.Він/вона забезпечує мені підтримку, та робить це неохоче та без зацікавлення					
12. Мій партнер бере на себе речі, які я зазвичай роблю, щоб виручити мене					
13.Мій партнер допомагає мені проаналізувати ситуацію, щоб я краще справився/лась з проблемою					
14.Коли я дуже зайнятий/а, мій партнер виручає мене.					
15.Коли у мене стрес, мій партнер тримається					

Як Ваш/а партнер/партнерка повідомляє Вам про свій стрес?	Ніколи	Рідко	Іноді	Часто	Дуже часто
16.Мій партнер дає мені знати, що він/вона цінує мою практичну підтримку, пораду чи допомогу.					
17.Мій партнер просить допомогти йому/їй, коли він/вона перевантажений/а.					
18.Мій партнер показує мені своєю поведінкою, що він/вона не справляється чи коли має проблеми.					
19.Мій партнер відкрито говорить мені, як він / вона себе почуває і що він/вона буде вдячний/а за мою підтримку.					

Що робите Ви, коли дізнається, що у Вашого/ї партнера/партнерки стрес?	Ніколи	Рідко	Іноді	Часто	Дуже часто
20.Я виявляю співпереживання і розуміння моєму партнерові.					
21.Я висловлюю своєму партнеру, що я на його / її стороні.					
22.Я звинувачую свого партнера, що він/вона не достатньо добре справляється					
23.Я кажу своєму партнеру, що не все так погано і допомагаю побачити ситуацію в іншому світлі.					
24.Я вислуховую свого партнера, даю можливість йому/їй сказати все, що насправді його/її турбує.					

25.Я не сприймаю стрес свого партнера серйозно.					
26.Коли у мого партнера стрес, я намагаюсь триматись					
27.Я підтримую свого партнера, але роблю це неохоче, тому що вважаю, що він/вона може вирішити свої проблеми самостійно.					
28.Я роблю речі, які мій партнер зазвичай робить для того, щоб виручити його/її.					
29.Я намагаюся проаналізувати ситуацію разом з моїм партнером, щоб допомогти йому/їй зрозуміти проблему і щось змінити.					
30.Коли мій партнер відчуває, що він/вона перевантажений/а , я допомагаю йому/ їй					

Що Ви та Ваш партнер робите, коли ви обоє переживаєте стрес?	Ніколи	Рідко	Іноді	Часто	Дуже часто
31.Ми намагаємося впоратися з проблемою разом і знайти конкретне вирішення її.					
32. Ми обговорюємо проблему і аналізуємо, що потрібно зробити.					
33.Ми допомагаємо один одному побачити проблему в новому світлі.					
34.Ми допомагаємо один одному знімати чи зменшувати напругу, роблячи масаж, приймаючи спільну ванну чи слухаючи музику разом.					

35. Ми ніжні один до одного, займаємося коханням і в такий спосіб намагаємося знизити наш стрес.					
--	--	--	--	--	--

Як Ви оцінюєте Ваше спільне додання стресу як пари?	Ніколи	Рідко	Іноді	Часто	Дуже часто
36. Я задоволений/а підтримкою, яку я отримую від свого партнера і як ми долаємо стрес разом.					
37. Я вважаю підтримку свого партнера і наше спільне додання стресу ефективним.					

Додаток Д
Психологічна методика «Діагностика сімейних ролей подружжя» (ДСРП)
Автори Карпова Д. Є., Потапчук Є. М.

Інструкція до методики: оцініть свій чи свого шлюбного партнера рівень виконання сімейних ролей за допомогою п'ятибальної шкали: «5» – повністю виконується; «4» – у більшості випадків виконується; «3» – у деяких випадках виконується; «2» – у більшості випадків не виконується; «1» – повністю не виконується.

1. Діагностика сімейних ролей за інтелектуально-світоглядною функцією сім'ї (задоволення інтелектуально-світоглядних потреб подружжя)

№	Сімейна роль шлюбного партнера	Оцінка
1	Винахідник (той, хто створює щось нове для покращення сімейного побуту)	
2	Вихователь (той, хто виховує членів сім'ї)	
3	Гід (той, хто знайомить членів сім'ї з природою та історичними пам'ятками)	
4	Гуру (той, хто має винятковий авторитет в сім'ї)	
5	Експерт (той, хто дає оцінку задумам, планам, діям членів сім'ї)	
6	Естет (той, хто шанує прекрасне і привчає до цього членів сім'ї)	
7	Інтелектуал (хто володіє розвиненим інтелектом)	
8	Компаньйон (той, хто є співучасником сімейних проєктів, ігор)	
9	Лідер (той, хто приймає серйозні рішення і вирішує важливі сімейні проблеми)	
10	Медіатор (той, хто сприяє конструктивному обговоренню сімейних проблем і сприяє порозумінню членів сім'ї)	
11	Модник (той, хто власним прикладом навчає членів сім'ї мати стильний та красивий вигляд)	
12	Однодумець (той, хто має однакові погляди з важливих сімейних питань)	
13	Опонент (той, хто має інші погляди з важливих сімейних питань і часто дискутує при їх обговоренні)	
14	Порадник (той, хто надавати корисні, мудрі поради членам сім'ї)	
15	Прагматик (той, хто оцінює дії членів сім'ї з точки зору практичності і доцільності)	
16	Слухач (той, хто вислуховує думки членів сім'ї)	
17	Соціалізатор (той, хто впливає на думку інших членів сім'ї і сприяє засвоєнню вимог суспільства)	
18	Співрозмовник (той, хто розмовляє на цікаві теми з членами сім'ї)	
19	Спортсмен (той, хто власним прикладом залучає членів сім'ї до здорового способу життя)	
20	Учитель (той, хто навчає членів сім'ї)	
Загальна оцінка		

2. Діагностика сімейних ролей за морально-психологічною та інтимносексуальною та функціями сім'ї (задоволення інтимно-сексуальних та морально-психологічних потреб подружжя)

№	Сімейна роль шлюбного партнера	Оцінка
1	Альтруїст (той, хто жертвує своїми інтересами заради членів сім'ї)	
2	Активіст (той, хто є енергійним, діяльним)	
3	Акуратист (той, хто охайно одягається і любить порядок)	
4	Батько (мама) (той, хто виконує батьківські обов'язки)	
5	Берегиня (захисник) (той, хто оберігає сім'ю і дає відчуття безпеки)	
6	Донька (син)	
7	Друг (той, хто виявляє прихильність, довір'я)	
8	Жартівник (той, хто любить вигадувати та жартувати)	
9	Зять (невістка)	
10	Ініціатор (той, хто є джерелом різних сімейних справ)	
11	Контролер (той, хто контролює виконання членами сім'ї суспільних норм)	
12	Коханець (той, хто задовольняє інтимно-сексуальні потреби шлюбного партнера)	
13	Креативщик (той, хто робить життя сім'ї цікавішим і яскравішим)	
14	Миротворець (той, хто йде на примирення, примиряє членів сім'ї)	
15	Мораліст (той, хто ратує за дотримання членами сім'ї моральних норм)	
16	Мотиватор (той, хто надихає членів сім'ї)	
17	Оптиміст (той, хто виявляє бадьорість та життєрадісність)	
18	Репродуктор (той, хто задовольняє потребу партнера у продовженні роду)	
19	Розрадник (той, хто втішає, розраджує)	
20	Романтик (той, хто створює романтичну атмосферу)	
Загальна оцінка		

3. Діагностика сімейних ролей за господарською та матеріальнофінансовою функціями сім'ї (задоволення господарсько-побутових та матеріально-фінансових потреб подружжя)

№	Сімейна роль шлюбного партнера	Оцінка
1	Годувальник (той, хто годує і доглядає членів сім'ї)	
2	Господарник (той, хто веде домашнє господарство)	
3	Дбайливець (той, хто дбає про потреби членів сім'ї)	
4	Дизайнер (хто підтримує та удосконалює дизайн житла)	
5	Дієтолог (той, хто дбає про здорове харчування членів сім'ї)	
6	Добувач (той, хто добуває засоби для існування сім'ї)	
7	Економіст (той, хто контролює фінансові витрати членів сім'ї)	
8	Кухар (той, хто готує їжу для членів сім'ї)	
9	Масовик (той, хто дбає про відпочинок та розваги членів сім'ї)	
10	Медик (той, хто дбає про здоров'я членів сім'ї)	
11	Нянька (той, хто доглядає дитину)	
12	Організатор (той, хто організовує побут сім'ї)	
13	Обліковець (той, хто веде облік домашнього майна)	
14	Підприємець (той, хто організовує прибуткові для сім'ї справи)	
15	Покупець (той, хто купує товари для своєї сім'ї)	
16	Прибиральник (той, хто прибирає житло, територію проживання сім'ї)	
17	Ремонтник (той, хто підтримує та відновлює об'єкти і речі своєї сім'ї)	
18	Садівник (той, хто доглядає за кімнатними рослинами, клумбами, садом)	
19	Стиліст (той, хто дбає про зовнішній вигляд членів сім'ї)	
20	Фінансист (той, хто займається грошовими справами сім'ї)	
Загальна оцінка		

Додаток Е – Узагальнені результати дослідження за власною анкетною

№ респондента	Стать	Вік	Стаж шлюбу (р.)	Діти	Комунікація	Прийняття рішень і конфлікти	Емоційна підтримка	Спільні цінності й активності	Межі та ролі	Довіра і безпека	Особистісна значущість партнера	Емоційно-ціннісне ставлення
1	Ч	28	3	ні	4,2	4,0	4,5	4,0	3,8	4,6	4,4	4,5
2	Ж	26	3	ні	4,4	4,2	4,6	4,1	4,0	4,7	4,5	4,6
3	Ч	35	8	так	3,6	3,4	3,8	3,5	3,2	3,9	3,7	3,8
4	Ж	33	8	так	3,5	3,3	3,7	3,4	3,1	3,8	3,6	3,7
5	Ч	42	15	так	4,0	3,9	4,2	4,1	3,9	4,3	4,1	4,2
6	Ж	40	15	так	3,9	3,8	4,1	4,0	3,8	4,2	4,0	4,1
7	Ч	29	4	ні	4,1	4,0	4,3	4,0	3,9	4,4	4,2	4,3
8	Ж	27	4	ні	4,3	4,2	4,5	4,1	4,0	4,6	4,4	4,5
9	Ч	34	9	так	3,7	3,6	3,8	3,6	3,4	3,9	3,7	3,8
10	Ж	32	9	так	3,6	3,5	3,9	3,5	3,3	3,8	3,6	3,7
11	Ч	41	12	так	3,9	3,8	4,1	3,9	3,7	4,2	4,0	4,1
12	Ж	39	12	так	4,0	3,9	4,2	4,0	3,8	4,3	4,1	4,2
13	Ч	25	2	ні	4,5	4,4	4,6	4,3	4,2	4,7	4,5	4,6
14	Ж	24	2	ні	4,6	4,5	4,7	4,4	4,3	4,8	4,6	4,7
15	Ч	37	10	так	3,2	3,1	3,3	3,0	2,9	3,2	3,1	3,0
16	Ж	36	10	так	3,3	3,2	3,4	3,1	3,0	3,3	3,2	3,1
17	Ч	45	18	так	4,0	3,9	4,2	4,1	3,8	4,3	4,1	4,2
18	Ж	43	18	так	3,9	3,8	4,1	4,0	3,7	4,2	4,0	4,1
19	Ч	31	6	ні	2,9	2,8	3,0	2,7	2,6	2,9	2,8	2,7
20	Ж	30	6	ні	3,0	2,9	3,1	2,8	2,7	3,0	2,9	2,8
21	Ч	27	3	ні	4,4	4,3	4,6	4,2	4,1	4,7	4,5	4,6
22	Ж	26	3	ні	4,5	4,4	4,7	4,3	4,2	4,8	4,6	4,7
23	Ч	38	11	так	3,8	3,7	4,0	3,8	3,6	4,1	3,9	4,0
24	Ж	36	11	так	3,7	3,6	3,9	3,7	3,5	4,0	3,8	3,9
25	Ч	33	7	так	3,4	3,3	3,6	3,4	3,2	3,6	3,5	3,4
26	Ж	32	7	так	3,5	3,4	3,7	3,5	3,3	3,7	3,6	3,5
27	Ч	44	16	так	4,1	4,0	4,3	4,1	3,9	4,4	4,2	4,3
28	Ж	42	16	так	4,0	3,9	4,2	4,0	3,8	4,3	4,1	4,2
29	Ч	29	5	ні	3,1	3,0	3,2	3,0	2,9	3,1	3,0	3,0
30	Ж	28	5	ні	3,2	3,1	3,3	3,1	3,0	3,2	3,1	3,1
31	Ч	46	20	так	3,6	3,5	3,9	3,7	3,4	3,9	3,8	3,9

32	Ж	44	20	так	3,7	3,6	4,0	3,8	3,5	4,0	3,9	4,0
33	Ч	34	8	так	2,8	2,7	3,0	2,8	2,6	2,9	2,8	2,7
34	Ж	33	8	так	2,9	2,8	3,1	2,9	2,7	3,0	2,9	2,8
35	Ч	39	13	так	3,9	3,8	4,1	3,9	3,7	4,2	4,0	4,1
36	Ч	26	2	ні	4,6	4,5	4,7	4,4	4,3	4,8	4,6	4,7
37	Ж	25	2	ні	4,7	4,6	4,8	4,5	4,4	4,9	4,7	4,8
38	Ч	40	14	так	3,5	3,4	3,7	3,5	3,3	3,8	3,6	3,7
39	Ж	38	14	так	3,6	3,5	3,8	3,6	3,4	3,9	3,7	3,8
40	Ч	31	6	ні	3,0	2,9	3,1	2,9	2,8	3,0	2,9	2,9
41	Ж	30	6	ні	3,1	3,0	3,2	3,0	2,9	3,1	3,0	3,0
42	Ч	48	22	так	4,0	3,9	4,2	4,0	3,8	4,3	4,1	4,2
43	Ж	46	22	так	3,9	3,8	4,1	3,9	3,7	4,2	4,0	4,1
44	Ч	35	9	так	3,3	3,2	3,5	3,3	3,1	3,4	3,3	3,2
45	Ж	34	9	так	3,4	3,3	3,6	3,4	3,2	3,5	3,4	3,3
46	Ч	29	4	ні	2,7	2,6	2,8	2,6	2,5	2,7	2,6	2,6
47	Ж	28	4	ні	2,8	2,7	2,9	2,7	2,6	2,8	2,7	2,7
48	Ч	27	3	ні	4,2	4,1	4,4	4,1	3,9	4,5	4,3	4,4
49	Ж	26	3	ні	4,3	4,2	4,5	4,2	4,0	4,6	4,4	4,5
50	Ч	41	15	так	3,8	3,7	4,0	3,8	3,6	4,1	3,9	4,0
51	Ж	39	15	так	3,7	3,6	3,9	3,7	3,5	4,0	3,8	3,9
52	Ч	34	8	так	3,3	3,2	3,5	3,3	3,1	3,4	3,3	3,2
53	Ж	33	8	так	3,4	3,3	3,6	3,4	3,2	3,5	3,4	3,3
54	Ч	46	19	так	4,1	4,0	4,3	4,1	3,9	4,4	4,2	4,3
55	Ж	44	19	так	4,0	3,9	4,2	4,0	3,8	4,3	4,1	4,2
56	Ч	30	5	ні	2,9	2,8	3,0	2,8	2,7	2,9	2,8	2,8
57	Ж	29	5	ні	3,0	2,9	3,1	2,9	2,8	3,0	2,9	2,9
58	Ч	37	11	так	3,6	3,5	3,9	3,6	3,4	3,9	3,7	3,8
59	Ж	31	6	ні	2,8	2,6	2,9	2,7	2,5	2,6	2,8	2,7
60	Ж	30	6	ні	2,9	2,7	3,0	2,8	2,6	2,7	2,9	2,8

Додаток Ж – Узагальнені результати дослідження за опитувальником «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» (Опитувальник FACES-3 / Тест Д. Х. Олсона)

№ респондента	Стать	Вік	Стаж шлюбу (р.)	Діти	Тип сім'ї	Згуртованість (реальна сім'я)	Адаптація (реальна сім'я)	Згуртованість (ідеальна сім'я)	Адаптація (ідеальна сім'я)
1	Ч	28	3	ні	Подружжя	3,8	3,6	4,4	4,3
2	Ж	26	3	ні	Подружжя	3,9	3,7	4,5	4,4
3	Ч	35	8	так	Подружжя + діти	3,4	3,2	4,2	4,1
4	Ж	33	8	так	Подружжя + діти	3,3	3,1	4,1	4,0
5	Ч	42	15	так	Подружжя + діти	3,7	3,5	4,3	4,2
6	Ж	40	15	так	Подружжя + діти	3,6	3,4	4,2	4,1
7	Ч	29	4	ні	Подружжя	3,9	3,7	4,5	4,4
8	Ж	27	4	ні	Подружжя	4,0	3,8	4,6	4,5
9	Ч	34	9	так	Подружжя + діти	3,5	3,3	4,2	4,1
10	Ж	32	9	так	Подружжя + діти	3,4	3,2	4,1	4,0
11	Ч	41	12	так	Подружжя + діти	3,6	3,4	4,3	4,2
12	Ж	39	12	так	Подружжя + діти	3,7	3,5	4,4	4,3
13	Ч	25	2	ні	Подружжя	4,1	3,9	4,7	4,6
14	Ж	24	2	ні	Подружжя	4,2	4,0	4,8	4,7
15	Ч	37	10	так	Подружжя + діти	3,1	3,0	4,0	3,9
16	Ж	36	10	так	Подружжя + діти	3,2	3,1	4,1	4,0
17	Ч	45	18	так	Подружжя + діти	3,8	3,6	4,4	4,3
18	Ж	43	18	так	Подружжя + діти	3,7	3,5	4,3	4,2
19	Ч	31	6	ні	Подружжя	3,0	2,9	4,0	3,9
20	Ж	30	6	ні	Подружжя	3,1	3,0	4,1	4,0
21	Ч	27	3	ні	Подружжя	4,0	3,8	4,6	4,5
22	Ж	26	3	ні	Подружжя	4,1	3,9	4,7	4,6
23	Ч	38	11	так	Подружжя + діти	3,5	3,3	4,2	4,1
24	Ж	36	11	так	Подружжя + діти	3,4	3,2	4,1	4,0
25	Ч	33	7	так	Подружжя + діти	3,3	3,1	4,1	4,0
26	Ж	32	7	так	Подружжя + діти	3,4	3,2	4,2	4,1
27	Ч	44	16	так	Подружжя + діти	3,9	3,7	4,5	4,4
28	Ж	42	16	так	Подружжя + діти	3,8	3,6	4,4	4,3

29	Ч	29	5	ні	Подружжя	3,2	3,1	4,1	4,0
30	Ж	28	5	ні	Подружжя	3,3	3,2	4,2	4,1
31	Ч	46	20	так	Подружжя + діти	3,5	3,3	4,2	4,1
32	Ж	44	20	так	Подружжя + діти	3,6	3,4	4,3	4,2
33	Ч	34	8	так	Подружжя + діти	3,0	2,9	4,0	3,9
34	Ж	33	8	так	Подружжя + діти	3,1	3,0	4,1	4,0
35	Ч	39	13	так	Подружжя + діти	3,8	3,6	4,4	4,3
36	Ч	26	2	ні	Подружжя	4,2	4,0	4,8	4,7
37	Ж	25	2	ні	Подружжя	4,3	4,1	4,9	4,8
38	Ч	40	14	так	Подружжя + діти	3,4	3,2	4,2	4,1
39	Ж	38	14	так	Подружжя + діти	3,5	3,3	4,3	4,2
40	Ч	31	6	ні	Подружжя	3,1	3,0	4,1	4,0
41	Ж	30	6	ні	Подружжя	3,2	3,1	4,2	4,1
42	Ч	48	22	так	Подружжя + діти	3,9	3,7	4,5	4,4
43	Ж	46	22	так	Подружжя + діти	3,8	3,6	4,4	4,3
44	Ч	35	9	так	Подружжя + діти	3,2	3,1	4,1	4,0
45	Ж	34	9	так	Подружжя + діти	3,3	3,2	4,2	4,1
46	Ч	29	4	ні	Подружжя	2,9	2,8	4,0	3,9
47	Ж	28	4	ні	Подружжя	3,0	2,9	4,1	4,0
48	Ч	27	3	ні	Подружжя	4,0	3,8	4,6	4,5
49	Ж	26	3	ні	Подружжя	4,1	3,9	4,7	4,6
50	Ч	41	15	так	Подружжя + діти	3,6	3,4	4,3	4,2
51	Ж	39	15	так	Подружжя + діти	3,5	3,3	4,2	4,1
52	Ч	34	8	так	Подружжя + діти	3,3	3,1	4,1	4,0
53	Ж	33	8	так	Подружжя + діти	3,4	3,2	4,2	4,1
54	Ч	46	19	так	Подружжя + діти	3,9	3,7	4,5	4,4
55	Ж	44	19	так	Подружжя + діти	3,8	3,6	4,4	4,3
56	Ч	30	5	ні	Подружжя	3,0	2,9	4,0	3,9
57	Ж	29	5	ні	Подружжя	3,1	3,0	4,1	4,0
58	Ч	37	11	так	Подружжя + діти	3,6	3,4	4,3	4,2
59	Ж	31	6	ні	Подружжя	2,9	2,8	4,0	3,9
60	Ж	30	6	ні	Подружжя	3,0	2,9	4,1	4,0

**Додаток 3 – Первинні результати за тестом-опитувальником
задоволеності шлюбом (N = 60)**

№	Стать	Вік	Стаж шлюбу (р.)	Діти	ІБЗШ (бали)	Рівень задоволеності
1	Ч	28	3	ні	38	високий
2	Ж	26	3	ні	39	високий
3	Ч	35	8	так	32	середній
4	Ж	33	8	так	31	середній
5	Ч	42	15	так	36	високий
6	Ж	40	15	так	35	середній
7	Ч	29	4	ні	37	високий
8	Ж	27	4	ні	38	високий
9	Ч	34	9	так	33	середній
10	Ж	32	9	так	32	середній
11	Ч	41	12	так	35	середній
12	Ж	39	12	так	36	високий
13	Ч	25	2	ні	40	високий
14	Ж	24	2	ні	41	високий
15	Ч	37	10	так	28	середній
16	Ж	36	10	так	29	середній
17	Ч	45	18	так	36	високий
18	Ж	43	18	так	35	середній
19	Ч	31	6	ні	25	низький
20	Ж	30	6	ні	26	середній
21	Ч	27	3	ні	39	високий
22	Ж	26	3	ні	40	високий
23	Ч	38	11	так	33	середній
24	Ж	36	11	так	32	середній
25	Ч	33	7	так	30	середній
26	Ж	32	7	так	31	середній
27	Ч	44	16	так	37	високий
28	Ж	42	16	так	36	високий
29	Ч	29	5	ні	27	середній
30	Ж	28	5	ні	28	середній
31	Ч	46	20	так	34	середній
32	Ж	44	20	так	35	середній
33	Ч	34	8	так	24	низький
34	Ж	33	8	так	25	низький
35	Ч	39	13	так	36	високий
36	Ч	26	2	ні	41	високий
37	Ж	25	2	ні	42	високий
38	Ч	40	14	так	32	середній
39	Ж	38	14	так	33	середній
40	Ч	31	6	ні	28	середній
41	Ж	30	6	ні	29	середній
42	Ч	48	22	так	37	високий
43	Ж	46	22	так	36	високий
44	Ч	35	9	так	29	середній

45	Ж	34	9	так	30	середній
46	Ч	29	4	ні	23	низький
47	Ж	28	4	ні	24	низький
48	Ч	27	3	ні	38	високий
49	Ж	26	3	ні	39	високий
50	Ч	41	15	так	34	середній
51	Ж	39	15	так	33	середній
52	Ч	34	8	так	30	середній
53	Ж	33	8	так	31	середній
54	Ч	46	19	так	37	високий
55	Ж	44	19	так	36	високий
56	Ч	30	5	ні	26	середній
57	Ж	29	5	ні	27	середній
58	Ч	37	11	так	33	середній
59	Ж	31	6	ні	24	низький
60	Ж	30	6	ні	25	низький

Додаток К – Первинні результати за опитувальником діадного копінгу
(N = 60)

№	Стать	Вік	Стаж	Діти	Позитивний копінг	Негативний копінг	Спільний копінг	Копінг партнера	Задоволення шлюбом
1	Ч	28	20	так	4,44	2,65	4,36	4,54	
2	Ж	38	17	так	4,11	2,68	4,08	4,12	
3	Ч	36	15	так	4,03	2,65	3,82	4,08	
4	Ж	31	20	так	4,61	2,85	4,6	4,62	
5	Ч	41	2	ні	4,6	2,07	4,54	4,68	
6	Ж	24	18	так	3,38	2,16	3,23	3,43	
7	Ч	31	9	так	4,29	2,93	4,01	4,37	
8	Ж	41	5	ні	3,32	2,99	3,06	3,34	
9	Ч	34	18	так	4,59	2,13	4,34	4,72	
10	Ж	33	11	так	4	2,82	3,75	4,1	
11	Ч	42	3	ні	3,82	2,62	3,7	3,95	
12	Ж	35	19	так	4,5	2,66	4,28	4,52	
13	Ч	45	18	так	3,18	1,75	2,93	3,25	
14	Ж	47	2	ні	3,8	1,96	3,55	3,92	
15	Ч	42	14	так	4,1	1,75	4,03	4,1	
16	Ж	30	19	так	4,56	2,32	4,44	4,63	
17	Ч	42	13	так	3,78	1,9	3,62	3,97	
18	Ж	24	14	так	4,33	2,73	4,06	4,48	
19	Ч	28	18	так	4,32	1,81	4,04	4,42	
20	Ж	35	20	так	3,94	2,91	3,82	4,1	
21	Ч	37	13	так	3	2,31	2,76	3,07	
22	Ж	43	2	ні	4,37	2,45	4,2	4,41	
23	Ч	26	19	так	4,36	2,72	4,28	4,53	
24	Ж	45	4	ні	3,14	1,53	3,14	3,29	
25	Ч	31	10	так	3,19	2,44	3,09	3,2	
26	Ж	29	10	так	3,9	1,75	3,82	4,04	
27	Ч	38	12	так	3,84	1,67	3,75	3,91	
28	Ж	30	10	так	3,18	2,85	3,03	3,22	
29	Ч	43	15	так	4,39	1,53	4,38	4,42	
30	Ж	47	7	так	3,76	2,26	3,63	3,93	
31	Ч	44	18	так	3,77	2,29	3,76	3,9	
32	Ж	34	15	так	3,1	1,95	2,81	3,28	
33	Ч	33	4	ні	4,46	1,97	4,18	4,61	
34	Ж	37	20	так	3,43	1,51	3,17	3,44	
35	Ч	30	20	так	3,78	2,74	3,52	3,94	
36	Ж	43	18	так	3,06	1,8	3,03	3,17	
37	Ч	37	20	так	3,33	1,66	3,13	3,39	
38	Ж	39	2	ні	3,55	2,81	3,28	3,55	
39	Ч	30	12	так	4,38	2,35	4,34	4,47	
40	Ж	32	5	ні	4,42	2,9	4,32	4,6	
41	Ч	45	19	так	3,82	2,98	3,75	3,97	
42	Ж	26	6	так	3,29	2,87	3,23	3,44	
43	Ч	43	18	так	4,43	2,05	4,33	4,49	

44	Ж	43	17	так	3,23	2,33	3,2	3,24	
45	Ч	26	14	так	4,47	2,68	4,22	4,54	
46	Ж	43	20	так	4,33	2,07	4,16	4,37	
47	Ч	26	10	так	3,62	1,94	3,46	3,64	
48	Ж	32	5	ні	4,34	2,74	4,34	4,47	
49	Ч	26	15	так	3,2	2,83	3,19	3,25	
50	Ж	42	15	так	3,28	2,18	3,08	3,31	
51	Ч	27	15	так	4,55	2,07	4,26	4,73	
52	Ж	33	19	так	3,43	2,22	3,4	3,56	
53	Ч	25	2	ні	3,02	2,97	2,93	3,14	
54	Ж	38	14	так	3,53	1,59	3,26	3,72	
55	Ч	38	5	ні	3,43	2,68	3,2	3,61	
56	Ж	46	17	так	4,13	1,89	3,97	4,19	
57	Ч	31	13	так	3,14	1,92	2,84	3,23	
58	Ж	44	20	так	4,09	2,91	3,97	4,15	
59	Ж	34	7	так	3,54	2,77	3,27	3,6	
60	Ж	34	5	ні	3,93	2,37	3,75	3,98	

**Додаток Л – Первинні результати за опитувальником сімейних ролей
подружжя (N = 60)**

№	Стать	Вік	Стаж	Діти	Інтелекту альні ролі	Психологі чні ролі	Інтимні ролі	Господарс ькі ролі	Загальний бал
1	Ч	28	20	так	3,03	3,41	3,12	3,74	3,32
2	Ж	38	17	так	3,12	3,13	4,08	3,29	3,41
3	Ч	36	15	так	4,35	3,84	4,47	3,06	3,93
4	Ж	31	20	так	3,85	4,35	3,13	4,41	3,93
5	Ч	41	2	ні	3,29	4,32	4,67	4,2	4,12
6	Ж	24	18	так	3,54	3,18	3,87	4,36	3,74
7	Ч	31	9	так	3,5	4,52	3,24	4,35	3,9
8	Ж	41	5	ні	3,05	3,54	4,54	4,17	3,82
9	Ч	34	18	так	4,54	4,43	4,27	3,97	4,3
10	Ж	33	11	так	3,3	3,74	3,27	4,02	3,58
11	Ч	42	3	ні	4,14	3,43	3,11	4,44	3,78
12	Ж	35	19	так	4,37	3,93	3,92	4,25	4,12
13	Ч	45	18	так	3,77	3,67	3,58	3,24	3,56
14	Ж	47	2	ні	3,04	4,1	3,71	3,77	3,65
15	Ч	42	14	так	3,11	3,6	3,24	3,01	3,24
16	Ж	30	19	так	3,44	4,41	3,68	3,48	3,75
17	Ч	42	13	так	4,04	3,4	3,01	3,7	3,54
18	Ж	24	14	так	3,85	4,1	3,75	3,97	3,92
19	Ч	28	18	так	4,24	3,41	3,84	3,61	3,77
20	Ж	35	20	так	3,38	3,7	3,95	4,34	3,84
21	Ч	37	13	так	4,56	3,47	4,1	2,88	3,75
22	Ж	43	2	ні	3,12	3,87	4,49	3,07	3,64
23	Ч	26	19	так	4,3	4,5	3,53	3,98	4,08
24	Ж	45	4	ні	4,44	3,63	4,19	4,05	4,08
25	Ч	31	10	так	4,01	4,46	4,52	4,43	4,35
26	Ж	29	10	так	3,97	3,3	3,43	3,17	3,47
27	Ч	38	12	так	3,97	4,29	3,09	3,96	3,83
28	Ж	30	10	так	4,22	3,59	3,88	3,08	3,69
29	Ч	43	15	так	4,24	3,07	4,67	4,17	4,04
30	Ж	47	7	так	4,07	3,45	4,55	4,43	4,12
31	Ч	44	18	так	3,24	4,32	4,43	3,92	3,98
32	Ж	34	15	так	4,19	3,76	4,57	4,45	4,24
33	Ч	33	4	ні	3,65	4,36	3,74	3,08	3,71
34	Ж	37	20	так	3,55	3,21	4,55	4,43	3,93
35	Ч	30	20	так	3,2	4,02	3,69	3	3,48
36	Ж	43	18	так	3,5	3,42	4,27	2,81	3,5
37	Ч	37	20	так	3,32	3,75	3,04	3,87	3,5
38	Ж	39	2	ні	4,03	4,42	3,35	3,28	3,77
39	Ч	30	12	так	3,92	3,46	4	3,23	3,65

40	Ж	32	5	ні	4,16	4,34	4,37	4,46	4,33
41	Ч	45	19	так	3,93	3,83	4,45	4,11	4,08
42	Ж	26	6	так	3,97	3,65	3,48	2,98	3,52
43	Ч	43	18	так	4,37	3,2	4,27	3,73	3,89
44	Ж	43	17	так	4,64	4,29	4,65	3,03	4,15
45	Ч	26	14	так	3,85	3,97	3,53	3,66	3,75
46	Ж	43	20	так	3,61	3,9	3	3,55	3,51
47	Ч	26	10	так	3,76	3,52	3,68	4,13	3,77
48	Ж	32	5	ні	4,16	3,84	4,1	3,44	3,88
49	Ч	26	15	так	3,35	3,01	3,47	3,82	3,41
50	Ж	42	15	так	4,5	4,41	3,87	4,48	4,32
51	Ч	27	15	так	3,78	4,42	3,7	4,07	3,99
52	Ж	33	19	так	4,68	3,52	3,29	3,85	3,83
53	Ч	25	2	ні	3,9	3,61	3,01	3,46	3,5
54	Ж	38	14	так	3,72	3,69	4,46	3,79	3,92
55	Ч	38	5	ні	4,25	4,53	4,27	3,64	4,17
56	Ж	46	17	так	4,27	4,09	4,1	3,87	4,08
57	Ч	31	13	так	3,69	4,07	4,08	4,39	4,06
58	Ж	44	20	так	4,33	4,44	4,3	4,19	4,32
59	Ж	34	7	так	4,03	3,59	3,45	4	3,77
60	Ж	34	5	ні	4,49	3,93	3,26	4,22	3,97
					3,864833	3,840167	3,8555	3,792333	