

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ПРАВА «КРОК»
Навчально-науковий інститут психології**

Кафедра психології

Кузьмич Іванна Вадимівна

Кваліфікаційна робота

Вплив сімейних цінностей на формування партнерських стосунків у
молоді

053 «Психологія»

«Психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня магістр

Кваліфікаційна робота містить результати власних доробок. Використання
ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне
джерело _____ І. В. Кузьмич

Науковий керівник Острова Вікторія Дмитрівна, кандидат психологічних
наук

Київ – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ ТА ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКІВ У МОЛОДІ	8
1.1. Поняття та класифікація сімейних цінностей у психологічній науці	8
1.2. Психологічні особливості формування партнерських стосунків у молодому віці	16
1.3. Взаємозв'язок сімейних цінностей та якості партнерських стосунків	24
Висновки до розділу 1	34
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ НА ФОРМУВАННЯ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКІВ МОЛОДІ	36
2.1. Організація та методики емпіричного дослідження впливу сімейних цінностей на формування партнерських стосунків	36
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження	44
Висновки до розділу 2	70
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКІВ ТА СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ У МОЛОДІ	72
3.1. Програма тренінгових занять із формування партнерських стосунків у молоді	72
3.2. Практичні рекомендації для роботи з молоддю щодо формування партнерських стосунків та спільних цінностей	83
Висновки до розділу 3	91
ВИСНОВКИ	93
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	98
ДОДАТКИ	107

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасному суспільстві партнерські стосунки стали важливим аспектом як особистісного розвитку, так і соціального функціонування молодих людей. Сімейні цінності, закладені в дитинстві та під час підліткового віку, мають прямий вплив на вибір партнера та формування стабільних, здорових стосунків у майбутньому. Сім'я є основним середовищем, де формуються уявлення про кохання, шлюб, взаємопідтримку та відповідальність, що безпосередньо впливає на психологічну та емоційну готовність молоді до партнерства. Зважаючи на швидкі зміни соціокультурних умов та зростаючий вплив зовнішніх факторів, таких як соціальні медіа та глобалізація, актуальність дослідження цього питання є надзвичайно високою.

За статистичними даними Національного інституту соціології, більше 40% молодих людей в Україні відзначають труднощі у формуванні стабільних стосунків через незрозумілість сімейних цінностей. Водночас, дослідження Українського соціологічного журналу показують, що 35% молоді не відчують підтримки з боку родини у питанні вибору партнера. Все це свідчить про те, що формування правильних уявлень про сімейні цінності та партнерські стосунки є важливим завданням для сучасної молоді.

Формування сімейних цінностей є важливою частиною соціалізації особистості, що визначає не лише її поведінкові установки, але й емоційний стан, готовність до прийняття партнерства як основи стабільних міжособистісних стосунків. Оскільки вплив сімейних цінностей на вибір партнера у молоді ще недостатньо вивчений, дослідження цієї теми дозволить глибше розуміти механізми соціалізації та сімейного виховання, а також розробити практичні рекомендації для поліпшення взаємодії молодих людей у стосунках.

Соціальні трансформації, зокрема зміна ролей чоловіка та жінки, ускладнення інституту шлюбу та родини, створюють нові виклики для

молоді в процесі формування партнерських стосунків. Дослідження впливу сімейних цінностей на цей процес є важливим для розробки програм підтримки молоді та покращення їх соціальної адаптації.

Серед українських науковців, які досліджували вплив батьківських настанов на формування сімейних цінностей та вибір партнера, необхідно зазначити: О. Киричук – досліджувала психологічні особливості формування сімейних цінностей у молоді в контексті батьківського виховання; О. Котляр – авторка робіт з психології сім'ї, аналізувала трансгенераційну передачу сімейних сценаріїв у українських родинах; Н. Савчук – досліджувала психологічні чинники стабільності шлюбу в українських сім'ях; І. Бех – автор концепції особистісно орієнтованого виховання, досліджував вплив сімейних цінностей на формування особистості.

Зарубіжні дослідники також значно внесли вивчення впливу сімейних цінностей на вибір партнера. Дж. Готтман, американський психолог, у своїй роботі «Сім принципів для успішного шлюбу» акцентує увагу на значенні емоційної підтримки та комунікації в стабільних стосунках. Б. Фолкнер, британський психолог, вивчає трансформацію традиційних сімейних цінностей у сучасному суспільстві і вплив цих змін на вибір партнера серед молоді. П. Бернс, німецький соціолог, досліджував вплив сімейного досвіду на формування «ідеалу партнера» серед молодих людей, що в свою чергу визначає їх очікування від шлюбу та партнерства.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично виявити психологічні чинники і особливості впливу сімейних цінностей на процес формування партнерських стосунків у молодому віці.

Завдання роботи:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз наукових підходів до визначення поняття сімейних цінностей та їхньої класифікації.
2. Проаналізувати психологічні засади формування партнерських стосунків у молоді.

3. Провести емпіричне дослідження ієрархії сімейних цінностей та виявити рівень задоволеності партнерськими стосунками у вибірці молоді; встановити статистично значущі зв'язки між сімейними цінностями та якістю партнерських стосунків.

4. Розробити програму психологічного супроводу, спрямовану на формування конструктивних сімейно-ціннісних орієнтацій молоді.

5. Надати практичні рекомендації для психологів, освітніх закладів та молоді щодо психологічного сприяння формуванню гармонійних партнерських стосунків у молодому віці.

Об'єктом дослідження є процес формування партнерських стосунків у молоді.

Предметом дослідження є вплив сімейних цінностей на формування стосунків у молодому віці.

Методи дослідження включають:

1) теоретичні методи: аналіз психологічної літератури, наукові теорії, порівняння, синтез, моделювання, узагальнення, систематизація та інтерпретація теоретичних даних;

2) емпіричні методи: опитувальник «Ціннісні орієнтації» (М. Рокич у адаптації В. Ядова), методика «Шкала задоволеності стосунками» (Н. Hendrick), методика «Діагностика індивідуальних цінностей» Ш. Шварца (адаптація О. Тихомандрицької, Е. Дубовської), Рябова А. Є. «Активізуючий опитувальник особистісної сімейної сфери (АОЛСС)» та анкета власної розробки «Вплив сімейних цінностей на формування партнерських стосунків у молоді».

3) методи математичної статистики: Excel, описові статистики, коефіцієнт кореляції Спірмена.

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилось серед 100 респондентів віком від 18 до 29 років, вибірка була сформована за принципом цілеспрямованого відбору серед студентів університету та молодих людей, що мають досвід побудови партнерських стосунків.

Наукова новизна дослідження полягає у наступному:

уперше:

- розроблено програму тренінгу із формування партнерських стосунків у молоді;

удосконалено:

- поточнено класифікацію наукових підходів до визначення поняття «сімейні цінності», що знайшло відображення у Таблиці 1.1 «Класифікація наукових підходів до вивчення сімейних цінностей»;

дістали подальшого розвитку:

- концепція трансгенераційного впливу цінностей, шляхом емпіричного підтвердження сильного прямого кореляційного зв'язку між «Рівнем емоційної підтримки в батьківській родині» та якістю власних партнерських стосунків у молоді особи.

Практичне значення дослідження полягає в розробці рекомендацій для організації тренінгів і практичних занять, спрямованих на формування здорових партнерських стосунків серед молоді, а також у використанні отриманих результатів для вдосконалення програм виховання та психологічної підтримки молоді.

Апробація результатів кваліфікаційної роботи полягала у написанні тез з теми «Вплив сімейних цінностей на формування партнерських стосунків у молоді». *Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально -економічні аспекти розвитку* : тези доп. VII Міжнар. конф. (м. Київ, 04 груд. 2025 р.). Київ, 2023. URL: <https://conf.krok.edu.ua/SRE/SRE-2025/paper/view/3107>

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (87 найменувань) та додатків. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи – 128 сторінок, основний обсяг – 95 сторінок. Робота містить 12 таблиць, 4 рисунків, 5 додатків (на 22 сторінках).

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ ТА ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКІВ У МОЛОДІ

1.1. Поняття та класифікація сімейних цінностей у психологічній науці

«Молоддю» в психології, соціології та інших наукових галузях зазвичай вважається група людей, яка перебуває на етапі переходу від дитинства до зрілості, тобто знаходиться в підлітковому та молодому віці. Однак точні вікові межі можуть варіюватися залежно від культури, соціальних умов і наукового підходу. Зазвичай до молоді відносяться особи віком від 14 до 35 років.

Сімейні цінності є одними з основних компонентів психосоціального розвитку особистості. Вони формують світогляд, цілі та орієнтири індивіда і мають вирішальне значення для його поведінкових установок у майбутньому, зокрема в контексті партнерських стосунків.

Як зазначає Н. Бабич, сімейні цінності закладаються на ранніх етапах життя через взаємодію з батьками, які є основними вихователями в особистісному та соціальному розвитку дитини. Ці цінності можуть бути як підтримуючими, так і обмежуючими, в залежності від того, як батьки моделюють стосунки в родині. Вони передаються від покоління до покоління та активно впливають на вибір партнера і розвиток подальших стосунків. Бабич підкреслює, що сімейні цінності визначають, як людина буде ставитися до свого партнера, до шлюбних обов'язків та до важливості емоційної підтримки у партнерстві [1].

А. Бондар також звертає увагу на той факт, що батьківські настанови мають значний вплив на вибір партнера у молоді. Вона вказує, що родина є основним середовищем, де закладаються основи взаємоповаги, емоційної близькості та інших важливих аспектів, які молоді люди згодом використовують для оцінки своїх потенційних партнерів. Згідно з її

дослідженнями, коли молодь обирає партнера, вони часто шукають ознаки, схожі на ті, які спостерігали в своїх батьках, незалежно від того, були ці стосунки позитивними чи негативними, що є частиною так званого «перенесення сценаріїв» із сім'ї в особисті стосунки, що визначає типи стосунків, яких очікують від партнера [2].

Табл. 1.1. надає огляд основних наукових підходів до визначення поняття сімейних цінностей, зокрема, звертаючи увагу на різноманітні теоретичні підходи, що дозволяє більш глибоко зрозуміти вплив родинного виховання та соціальних чинників на формування індивідуальних переконань та цінностей.

Таблиця 1.1

Наукові підходи до визначення поняття «Сімейні цінності»

Підхід	Автор(и)	Опис підходу	Ключові ідеї
<i>Психоаналітичний підхід</i>	З. Фрейд	Фрейд вважав, що сімейні цінності визначаються через механізми перенесення батьківських установок та підсвідомих переживань на стосунки з партнером [47].	Вплив дитячого досвіду та батьківських стосунків на формування підсвідомих цінностей та установок щодо вибору партнера в майбутньому.
<i>Гуманістичний підхід</i>	А. Маслоу	Маслоу акцентував увагу на важливості самореалізації особистості та створення стосунків, які сприяють її розвитку [54].	У сім'ї особистість отримує підтримку для самореалізації, що включає визнання партнером індивідуальності іншого та досягнення гармонії у взаємодії.
<i>Соціологічний підхід</i>	Т. Парсонс	Парсонс вважав сімейні цінності як частину соціальної структури, де сім'я забезпечує стабільність та адаптацію індивіда до суспільства через виховання [83].	Сімейні цінності визначаються в контексті соціальних функцій сім'ї: соціалізація дітей, підтримка стабільності суспільства, збереження традицій, передача соціальних ролей.
<i>Біхевіористичний підхід</i>	Дж. Ватсон	Ватсон стверджував, що сімейні цінності формуються через навчання та закріплення позитивних або негативних реакцій на поведінку членів родини [73, 7].	Усі поведінкові установки, включаючи сімейні цінності, є результатом навчання, підкріпленого позитивними чи негативними наслідками. Важливість ранніх реакцій батьків.

<i>Когнітивний підхід</i>	А. Бандура	Бандура акцентував увагу на впливі спостереження за моделями поведінки батьків на розвиток цінностей у дітей [45].	Формування сімейних цінностей відбувається через спостереження за поведінкою батьків та їх реакцією, що впливає на подальший вибір партнера і побудову стосунків.
<i>Екологічний підхід</i>	У. Бронфен-бреннер	Цей підхід підкреслює важливість взаємодії сім'ї з іншими соціальними інститутами (школою, сусідством), що формує цінності в контексті зовнішнього середовища [88].	Сімейні цінності формуються не лише в межах сім'ї, але й через взаємодію з іншими соціальними структурами, що впливають на розвиток індивіда і його поведінкові установки.
<i>Психологічний підхід</i>	О. Гнатюк, Н. Бабич	Цей підхід вивчає сімейні цінності як систему переконань, які передаються через батьківське виховання, що визначає подальші стратегії стосунків [41; 42].	Цінності сім'ї визначаються через батьківські установки, що впливають на вибір партнера та поведінкові стратегії в особистих стосунках. Важливість психологічної стабільності в родині.
<i>Феноменологіч- ний підхід</i>	К. Шелдон	Шелдон підходив до визначення сімейних цінностей через досвід індивіда, який залежить від суб'єктивного сприйняття родинних стосунків і партнерства [84].	Сімейні цінності – це переживання індивідів щодо своїх відносин в родині, які можуть бути позитивними чи негативними, залежно від внутрішнього досвіду і соціальних ролей.

Також важливим аспектом є те, що Л. Бондаренко наголошує на важливості сімейних цінностей для формування у молоді уявлення про шлюб та партнерство. Вона стверджує, що родина виступає як основне джерело соціалізації, де формуються моделі поведінки, емоційної підтримки і взаєморозуміння, що стають нормами для майбутнього вибору партнера. Діти, виховані в родині, де панують взаємоповага та підтримка, з більшою ймовірністю будуть шукати подібні характеристики у майбутніх партнерах. Бондаренко також зазначає, що на вибір партнера можуть впливати і більш складні чинники, такі як культурні традиції або ідеали, закріплені в конкретній родині [8].

Дослідження О. Вавринів підтверджує, що сімейні цінності формують не лише вибір партнера, але й емоційну готовність до взаємодії в партнерських стосунках. О. Вавринів підкреслює, що батьки відіграють важливу роль у розвитку таких рис, як емпатія, співпереживання та підтримка, які стають критично важливими в шлюбних стосунках. Коли в родині відсутній емоційний зв'язок, молодь може мати труднощі в установленні подібних зв'язків у майбутньому. З точки зору соціального розвитку, сімейні цінності надають певні орієнтири для вибору партнера та структурування стосунків у шлюбі [9].

О. Гнатюк акцентує увагу на тому, що батьківські моделі виховання є важливими чинниками формування уявлень про шлюб у молоді. Вона зазначає, що поведінка батьків у родині формує основні принципи, за якими молода людина в майбутньому оцінює потенційних партнерів. Якщо в родині є приклади здорових стосунків, де партнерство базується на взаємопідтримці і рівноправності, то молодь з більшою ймовірністю буде шукати подібні якості в партнері. Водночас негативні сімейні сценарії, такі як насильство або емоційна відстороненість, можуть призвести до формування нездорових моделей стосунків у молодих людей [13].

О. Грищенко також підкреслює, що сімейні цінності прямо впливають на емоційну стабільність у партнерських стосунках. Молоді люди, які виросли в родинях, де було прийнято обговорювати емоції та підтримувати одне одного в складних ситуаціях, будуть схильні до вибору партнерів, які проявляють такі ж якості. Це є важливим фактором для розвитку стабільних та здорових стосунків у майбутньому [15].

Класифікація сімейних цінностей є важливим елементом для розуміння їхнього впливу на стосунки в родині. Вона дозволяє виокремити різні типи цінностей, що визначають поведінку, ставлення до партнера і ролі кожного члена родини. Різноманітність сімейних цінностей можна визначити за кількома ознаками, такими як їхня функціональність, матеріальна чи нематеріальна природа, а також за їхнім соціальним значенням.

Матеріальні цінності є основою для забезпечення фізичного благополуччя родини. Це включає в себе фінансову стабільність, житло, майно та інші ресурси, що забезпечують задоволення базових потреб. Наприклад, родина, яка має достаток для забезпечення своїх дітей освітою та медичним обслуговуванням, демонструє важливість матеріальних цінностей. Придбання власного житла або організація стабільного фінансового планування також є прикладами матеріальних цінностей, які дозволяють родині бути впевненою у своєму майбутньому. Однак важливо зазначити, що матеріальні цінності, хоч і забезпечують комфорт, не гарантують емоційного благополуччя. Вони можуть бути важливими лише в умовах соціальної або економічної нестабільності, коли головним завданням родини є забезпечення базових фізичних потреб [13].

Нематеріальні цінності пов'язані з емоційним та моральним благополуччям родини. Вони включають в себе такі аспекти, як любов, взаєморозуміння, довіра, повага та підтримка. Наприклад, родина, де батьки регулярно проводять час разом зі своїми дітьми, намагаються вирішувати конфлікти мирним шляхом і підтримують один одного у важкі моменти, демонструє важливість нематеріальних цінностей. Такі родини зазвичай мають міцніші стосунки, оскільки нематеріальні цінності сприяють розвитку емоційної підтримки і довіри між партнерами. Взаємна підтримка в родині може бути проявом цієї категорії цінностей, особливо в складних життєвих ситуаціях, коли важливо зберегти емоційну рівновагу і допомогти один одному пройти через труднощі [12].

Соціальні цінності родини мають величезне значення для формування соціальних орієнтирів і взаємодії з навколишнім світом. Це можуть бути громадські обов'язки, ставлення до суспільних норм, традицій, звичаїв. Наприклад, родина, яка активно бере участь у благодійних ініціативах або допомагає нужденним, передає своїм дітям цінність взаємопідтримки і важливість соціальної відповідальності. Родини, що акцентують увагу на соціальних цінностях, зазвичай мають більш розвинену соціальну активність.

Це також може проявлятися в бажанні молоді допомагати однокласникам чи сусідам, брати участь у волонтерських акціях або громадських проектах. Такий підхід сприяє розвитку соціальної активності молодих людей і їхньої готовності допомагати іншим [50].

Культурні цінності визначаються через сімейні традиції, ритуали та звичаї, які передаються через покоління. Наприклад, святкування Різдва чи Великодня, відвідування сімейних свят на День народження родичів або інших важливих подій у житті родини є прикладами культурних цінностей, що сприяють збереженню родинних зв'язків і передаються від покоління до покоління. Родини, які святкують традиційні свята, тим самим демонструють свою прихильність до культурних звичаїв і підтримують зв'язки між поколіннями. Це дозволяє не лише зберегти родинну ідентичність, але й забезпечує стабільність у стосунках, а також допомагає молодим людям розвивати почуття належності до більшої спільноти [24].

Психологічні цінності визначають емоційну підтримку та стабільність у родині. Вони включають здатність членів родини слухати, підтримувати і бути відкритими один до одного. Прикладом може бути родина, де батьки не лише надають матеріальну допомогу, але й активно беруть участь у вихованні своїх дітей, слухаючи їхні переживання і турбуючись про їхній емоційний стан. *Психологічні цінності* допомагають уникати емоційних криз і підтримувати гармонію в родинних стосунках. Важливими аспектами є здатність до компромісу, емпатія і повага до почуттів інших. Родини, які підтримують ці цінності, здатні ефективно вирішувати конфлікти і зберігати емоційну рівновагу в складних ситуаціях [17].

Економічні цінності визначають рівень добробуту родини та її здатність адаптуватися до економічних змін. Це включає фінансове планування, заощадження та використання матеріальних ресурсів, що дозволяє родині ефективно справлятися з економічними труднощами та забезпечувати своїх членів. Родина, що вміє ефективно заощаджувати, організовувати бюджет або інвестувати в майбутнє (наприклад, в освіту дітей або покупку житла),

демонструє важливість *економічних цінностей*. Вони створюють необхідні умови для стабільного функціонування родини в умовах фінансових труднощів, даючи впевненість у завтрашньому дні [51].

Моральні цінності у родині визначають ставлення до чесності, справедливості, доброчесності та відповідальності. Це можуть бути такі принципи, як визнання важливості честі, доброти та справедливості в стосунках. Родини, які виховують своїх дітей на цих принципах, допомагають їм розвивати моральні переконання, що стають основою для успішних і здорових стосунків у майбутньому. Вони можуть проявлятися через допомогу іншим, доброчинних заходах чи підтримку чесності в родинному житті [20].

Рольові цінності у родині визначають, які функціональні ролі виконують члени родини і як ці ролі сприймаються у процесі взаємодії. Прикладом може бути традиційний поділ обов'язків між батьками і дітьми, де один з батьків відповідає за матеріальний добробут, а інший за емоційну підтримку та виховання дітей. В сучасних родинях цей поділ може бути більш гнучким, наприклад, коли обоє партнерів активно залучені в домашні обов'язки, що є прикладом змін у *рольових цінностях*. Вони допомагають організувати сімейне життя таким чином, щоб кожен член родини був відповідальний за свою роль, сприяючи гармонії і ефективному функціонуванню родини [31, 10].

Функціональні цінності родини визначають її здатність виконувати основні соціальні функції, такі як емоційна підтримка, виховання дітей та їх соціалізація. Це включає в себе здатність родини адаптуватися до змін у соціальному середовищі, зберігати психоемоційну рівновагу та підтримувати високий рівень функціонування навіть у складних умовах. Наприклад, родина, яка адаптується до змін у соціальному середовищі, змінюючи свої цінності відповідно до нових обставин, може підтримувати рівновагу навіть під час соціальних чи економічних криз. *Функціональні цінності*

допомагають родині зберігати стабільність і забезпечують емоційний ресурс для розвитку [18].

Майже всі охарактеризовані види сімейних цінностей взаємодіють між собою, створюючи цілісну картину, де кожен тип має своє значення для стабільності та гармонії в родинному житті. Вони допомагають родинам адаптуватися до змін, будувати здорові стосунки і забезпечувати благополуччя своїх членів.

Т. Демиденко звертає увагу на вплив родинних традицій на вибір партнера. Вона зазначає, що ці традиції можуть включати конкретні культурні та соціальні норми, що передаються з покоління в покоління. Родина не лише формує емоційну готовність до стосунків, але й надає важливі соціокультурні орієнтири, які молоді люди використовують при виборі партнера. Зокрема, родинні звичаї, традиції святкувань чи спільних обов'язків у родині можуть стати основою для вибору партнера, оскільки молодь схильна відтворювати звичні моделі в своїй власній сім'ї [18].

Згідно з дослідженням Т. Кравченко сімейні цінності визначають не тільки вибір партнера, але й загальну здатність молоді до побудови гармонійних стосунків. Вони формують основні життєві орієнтири, на основі яких молоді люди будують свої стосунки. Т. Кравченко вважає, що якщо в родині присутні чітко визначені моральні та етичні норми, це допомагає створювати стабільні стосунки в майбутньому, оскільки ці орієнтири стають частиною внутрішніх установок людини [24].

Отже, сімейні цінності є основою формування партнерських стосунків, оскільки вони визначають, як молода людина буде сприймати партнерство, які риси в партнері буде вважати важливими та як вирішуватиме конфлікти в майбутньому. Вони стають важливими орієнтирами, які допомагають молоді створювати гармонійні стосунки та будувати стабільне сімейне життя [2, 8].

На нашу думку, сімейні цінності — це ієрархічно структурована система усвідомлених індивідуальних та групових уявлень про те, що є найбільш значущим, бажаним та важливим у сфері шлюбу, сім'ї та міжособистісної

взаємодії, які слугують внутрішнім регулятором поведінки особистості, визначаючи її цілі (термінальні цінності, наприклад, щастя, здоров'я, любов) та засоби їх досягнення (інструментальні цінності, наприклад, чесність, відповідальність, підтримка) у контексті побудови та функціонування сімейних стосунків.

1.2. Психологічні особливості формування партнерських стосунків у молодому віці

Формування партнерських стосунків у молодому віці є складним і багатогранним процесом, що включає в себе емоційне, психологічне і соціальне зростання індивіда. Важливою особливістю цього віку є те, що молоді люди тільки починають розуміти свої емоційні та інтелектуальні потреби, а також шукати партнера, який би відповідав їхнім вимогам та ідеалам. Це відображається в психологічному становленні молодих людей, які намагаються знайти своє місце в світі і формувати стосунки, що часто базуються на ідеалах, а не на реальних взаємодіях.

Першою важливою особливістю є потреба молоді в емоційному розвитку і підтримці. У цьому віці молоді люди активно шукають емоційний зв'язок із партнером, оскільки це дозволяє їм відчувати себе впевненими у своїй ідентичності. Як підкреслює О. Захарченко, на даному етапі особистість молодої людини знаходиться в пошуку стабільних емоційних зв'язків, що сприяє формуванню здорових партнерських стосунків у майбутньому [23]. Це бажання бути емоційно підкріпленим і відчувати емоційну близькість є основним мотивом для вибору партнера в молодому віці.

Іншою важливою характеристикою є формування уявлень про ідеального партнера. Внаслідок цього молодь часто має завищені очікування від стосунків, які можуть бути не завжди реалістичними. Як зазначає Л. Карпенко, у молодому віці особистість ще не має чіткого уявлення про те, що таке реальні стосунки, тому вони часто обирають партнера на основі поверхневих критеріїв, таких як фізична привабливість або соціальний статус

[26]. Це може призводити до розчарувань у подальших стосунках, оскільки молоді люди часто шукають ідеальне, не усвідомлюючи, що будь-які стосунки вимагають компромісів і роботи.

Психологічні механізми взаємодії також мають значний вплив на формування партнерських стосунків у молодому віці. І. Бех в своїх дослідженнях підкреслює, що важливою складовою є когнітивна оцінка партнера, тобто те, як молодь сприймає можливого партнера на основі їхніх інтерпретацій поведінки. Це може включати в себе емоційне реагування на партнерські риси або більш інтелектуальні характеристики, такі як інтереси та цінності [11]. Психологічно молоді люди схильні створювати ідеалізовані образи своїх партнерів, що може бути як плюсом, так і мінусом в розвитку стосунків.

Ще однією важливою особливістю є соціальна адаптація молоді в стосунках. Молоді люди намагаються знайти свій соціальний статус через стосунки, і це також може відображатися на їх виборі партнера. Вони часто обирають партнера, який відповідає їх соціальним і культурним стандартам, або навпаки, намагаються встановити нові соціальні стандарти через стосунки. Як зазначає А. Іваненко, соціальна належність до певної групи чи середовища часто є важливим фактором, що визначає вибір партнера у молодіжному віці. Це може проявлятися через бажання належати до певної соціальної категорії, наприклад, молоді люди шукають партнерів, які поділяють їхні інтереси, вподобання або стиль життя [24].

Не менш важливим аспектом є гендерна ідентичність і рольові стереотипи, що формуються у молоді в процесі партнерських стосунків. Виникає спроба зрозуміти свою роль у стосунках і визначити, що таке «чоловіче» або «жіноче» в контексті взаємодії з партнером [9]. Як зазначає Л. Бондаренко, у молодому віці формуються основні уявлення про гендерні ролі, які потім впливають на стиль стосунків. Це може включати як традиційні, так і сучасні підходи до ролей у стосунках, де партнери можуть бути рівними, або один з них може займати домінуючу позицію [3].

З психологічної точки зору важливо зазначити, що на формування партнерських стосунків у молоді впливає також рівень самооцінки. Молоді люди, які мають високу самооцінку, більш схильні до вибору партнерів, які підходять їм за емоційними та психологічними параметрами, що може призвести до створення більш гармонійних і стабільних стосунків [80]. Натомість, низька самооцінка може призвести до вибору партнерів, які не відповідають їхнім реальним потребам, що веде до незадоволеності стосунками. Як вказує О. Гнатюк, самооцінка впливає на критерії вибору партнера та взаємодію в стосунках, де індивіди шукають того, хто підтверджує їх власну цінність [13].

Теорія об'єктних відносин є важливим напрямом психоаналізу, який зосереджує увагу на інтерналізованих «об'єктних відносинах» — психічних репрезентаціях себе і інших людей, що формуються в ранньому дитинстві через взаємодію з основними опікунами. Ці внутрішні моделі відображаються на сприйнятті особистості та взаємодії з іншими людьми, а також на виборі партнера у дорослому житті. Формування цих моделей у ранньому віці визначає як людина буде оцінювати стосунки у майбутньому, шукаючи схожих або доповнюючих партнерів, з якими вона відчуває емоційну безпеку та злагоду [70]. Оскільки ці моделі є глибоко вкоріненими в психіці, вони часто стають несвідомими та керують вибором партнера без активного розуміння з боку особи. Як зазначає О. Кернберг, ці внутрішні об'єкти визначають, чи буде людина відтворювати стосунки, подібні до тих, які вона мала з батьками, чи намагатиметься інтегрувати ці образи в більш здорову і стабільну форму [57].

З самого раннього віку людина починає формувати уявлення про своїх батьків, а також про себе в контексті цих стосунків. Ці образи можуть бути розщеплені на «хороші» та «погані» об'єкти, де одні частини батьківської фігури сприймаються як позитивні (наприклад, «добра мати, яка годує»), а інші — як негативні (наприклад, «погана мати, яка карає»). У дорослому віці ці розщеплені образи можуть впливати на вибір партнера, оскільки людина

несвідомо шукає того, хто дозволить відтворити або подолати ці внутрішні образи [64]. Такі стосунки можуть бути віддзеркаленням ранніх дитячих переживань, де партнер замінює батьківську фігуру і викликає схожі емоційні реакції. Наприклад, людина, яка в дитинстві пережила емоційну відчуженість від одного з батьків, може вибрати партнера, який викликає подібні емоції або шукає стабільність, що дозволить їй інтегрувати ці образи та подолати минулі травми [68]. Л. Бондаренко зазначає, що такі внутрішні образи і є основою для багатьох підсвідомих виборів партнерів у дорослому віці, де важливі не тільки фізичні або соціальні характеристики партнера, але й те, як цей партнер відображає емоційну історію особистості [3].

Проективна ідентифікація є важливим психологічним механізмом, через який людина проєктує на партнера свої неприязні або пригнічені частини особистості, а також внутрішні образи. Це дозволяє людині відтворити у стосунках з партнером емоційні сцени, які відображають внутрішній конфлікт. Психологічно це проявляється через те, що особа, не усвідомлюючи того, провокує партнера вести себе відповідно до її власних проєкцій. Наприклад, людина, яка в дитинстві не могла дозволити собі бути слабкою через батьківське виховання, може вибрати партнера, який виглядає слабким, і активно прагнути його підтримувати, таким чином проєктуючи свою власну «слабкість» на нього. Цей механізм допомагає людині впоратися з невизначеністю і внутрішніми конфліктами, а також відтворити знайомі, але емоційно напружені ситуації. Як зазначає Д. Віннікотт, через цей процес людина часто шукає в партнері те, що їй не вдалося знайти в собі або у своїх первинних стосунках з батьками [30].

Вибір партнера може бути частиною прагнення до цілісності. Людина часто шукає партнера, який би допоміг інтегрувати розщеплені частини її «Я» та образів інших. Це прагнення до «об'єктної сталості» – здатності сприймати іншого як цілісну особистість, яка має як позитивні, так і негативні риси. Іншими словами, вибір партнера може бути спробою відновити баланс, де особа шукає такого партнера, який дозволить їй

поєднати внутрішні, розщеплені образи у більш стабільний і цілісний образ [66]. Це особливо важливо для тих, хто має складні стосунки з власною ідентичністю чи образами близьких у своєму дитинстві. Партнер, який допомагає інтегрувати ці розщеплені частини, може стати тим фактором, що допоможе людині досягти емоційної стабільності і внутрішньої гармонії. За словами Кляйн, цей процес інтерналізації внутрішніх об'єктів дозволяє людині змінювати своє сприйняття партнера та взаємодії з ним, прагнучи до більш глибокого розуміння себе і світу [57].

Нарешті, теорія об'єктних відносин тісно переплітається з теорією прив'язаності, оскільки формування внутрішніх об'єктів безпосередньо впливає на моделі прив'язаності, які людина розвиває в дитинстві. Інтерналізовані образи батьків і основних опікунів створюють «робочі моделі» прив'язаності, які стають основою для формування стосунків у дорослому житті. Ці моделі визначають, чи буде людина вибирати партнера, з яким вона відчуватиме стабільність, або ж буде повторювати ті ж самі патерни, що були присутні у її сімейному досвіді. Як підкреслює І. Бех, багато моделей прив'язаності і вибору партнера ґрунтуються на підсвідомих уявленнях про близькість, на яких базується стійкість стосунків [11].

Отже, теорія об'єктних відносин дає важливі інсайти для розуміння психологічних механізмів вибору партнера. Вона пояснює, чому люди часто шукають партнерів, що дозволяють відтворити або подолати ранні дитячі досвіди, а також як інтерналізовані образи можуть визначати характер партнерських стосунків у дорослому житті.

Тип прив'язаності, сформований у дитинстві через взаємодію з первинними опікунами, значно впливає на вибір партнера, очікування в романтичних стосунках та динаміку цих стосунків у дорослому віці. Теорія прив'язаності підкреслює глибокий вплив раннього досвіду на здатність до близькості, довіри та емоційної регуляції у дорослих стосунках. Вона пояснює, чому ми обираємо певних партнерів і чому наші стосунки часто розвиваються за знайомими, хоча і не завжди здоровими, сценаріями [71].

Люди, які сформували безпечну прив'язаність, схильні обирати партнерів, з якими можуть створити стабільні стосунки. У той же час, люди з тривожною чи уникливою прив'язаністю можуть відчувати страх перед відмовою або труднощі з емоційною близькістю, що впливає на їхній вибір і поведінку в стосунках [52].

Еволюційно-біологічні теорії вибору партнера пояснюють це явище через призму еволюційних переваг, що сприяють виживанню індивіда та успішному розмноженню виду. Ідеї, запропоновані Ч. Дарвіном і розвинені сучасною еволюційною психологією, вказують на те, що вибір партнера відбувається на несвідомому рівні і базується на прагненні передати свої гени та забезпечити найкраще виживання і виховання потомства. Люди, згідно з цими теоріями, обирають партнерів, які мають характеристики, що можуть забезпечити генетичний успіх потомства, зокрема фізичну привабливість, здоров'я, а також соціально-економічний статус, що є індикаторами високої репродуктивної цінності [39].

Згідно з цими теоріями, у чоловіків часто є схильність до вибору молодших партнерок, оскільки молодість вважається сигналом високої репродуктивної здатності, а у жінок є схильність до вибору партнерів, які можуть забезпечити їх економічну безпеку і стабільність для виховання дітей. Наприклад, жінки можуть надавати перевагу партнерам з високим соціальним статусом або матеріальним забезпеченням, оскільки це гарантує їм і їхнім дітям кращі умови для виживання. Також жінки часто вибирають партнерів із високим рівнем генетичних ознак, які вказують на здатність передати сильні гени потомству.

Проте ці теорії часто піддаються критиці за їхній детермінізм і редуccionізм, оскільки вони пояснюють вибір партнера здебільшого через біологічні та інстинктивні чинники, ігноруючи складність людської психіки, соціальну та культурну значущість стосунків. Такі теорії не завжди можуть пояснити вибір партнерів, які не мають прямого репродуктивного значення, наприклад, одностатеві шлюби або бездітні пари, де критерії вибору можуть

бути більше зосереджені на глибоких особистісних якостях, таких як емоційна підтримка, спільні цінності та інтелектуальна сумісність.

Системні теорії, зокрема роботи М. Боуена, С. Мінухіна та В. Сатир, розглядають вибір партнера не як ізольований індивідуальний акт, а як частину більш складного процесу, вбудованого у ширший контекст сімейних систем походження обох партнерів. Згідно з цими теоріями, індивідуальний вибір партнера значною мірою визначається динамікою та несвідомими правилами сімейних систем, з яких походять партнери, а також їхнім рівнем диференціації від цих систем. Це означає, що вибір партнера не є суто особистим рішенням, а часто відображає внутрішні конфлікти, ролі та патерни поведінки, сформовані в межах родини. Наприклад, особа, яка виросла в родині з високим рівнем емоційної залежності, може обирати партнера, з яким буде повторювати ті самі динаміки залежності, навіть якщо це призводить до дисфункціональних стосунків [31].

Системні теорії підкреслюють, що вибір партнера не є лише індивідуальним актом, а є частиною складної багаторівневої сімейної динаміки, де минуле покоління впливає на нинішнє. Партнери, вступаючи в стосунки, несуть з собою емоційний багаж, цінності та неписані правила, що регулюють поведінку в стосунках. Наприклад, якщо один з партнерів виріс у родині з високим рівнем конфліктності і агресії, він може бути схильним до обрання партнера, який також має труднощі з емоційною регуляцією, що призведе до повторення агресивних чи конфліктних моделей у новому союзі. Сімейні системи впливають на вибір партнера через механізми емоційної прив'язаності та сприйняття норм, що формуються на основі досвіду з батьками або іншими значущими фігурами в дитинстві [31].

Наразі вважається, що новий союз, який формується між двома людьми, є не лише відображенням їхніх особистих переживань та виборів, але й частиною більших, глибших сімейних структур. Вибір партнера часто стає механізмом інтеграції нових емоційних взаємодій у більшу сімейну систему, де обидва партнери несуть відповідальність не лише за себе, але й за

розвиток нової динаміки у своїй родині. Тому в рамках системної теорії важливо розглядати, як поведінка та вибір партнерів у дорослому віці взаємопов'язані з впливом родинної історії та сімейної культури, в якій кожна індивідуальна особистість розвивається та формується [19].

Загалом, психологічні особливості формування партнерських стосунків у молодому віці є ключовими для подальшого розвитку стосунків у дорослому житті. Молоді люди, взаємодіючи в стосунках, розвивають власні переконання та стратегії вибору партнерів, які з часом стають більш зрілими і реалізованими, коли вони здатні враховувати не тільки емоційні потреби, а й соціальні та психологічні аспекти своїх взаємодій.

У контексті даної роботи ми пропонуємо розглядати партнерські стосунки – як форму добровільної, суб'єктивно значущої та емоційно насиченої міжособистісної взаємодії між двома дорослими людьми, що характеризується взаємною відповідальністю, рівноправністю, високим ступенем довіри, взаємопідтримки, спільним прийняттям рішень та спрямованістю на досягнення спільних життєвих цілей, а їхня якість оцінюється рівнем суб'єктивної задоволеності обох сторін.

1.3. Взаємозв'язок сімейних цінностей та якості партнерських стосунків

Взаємозв'язок між сімейними цінностями та якістю партнерських стосунків є важливим аспектом, що заслуговує на глибоке дослідження, оскільки впливає на багато аспектів індивідуального вибору партнера та розвитку стосунків. Сімейні цінності, як система моральних переконань, традицій і уявлень, формуються через взаємодію з близькими людьми, головними в родинному середовищі. Вони включають такі аспекти, як ставлення до шлюбу, роль батьків у вихованні дітей, соціальна відповідальність і підтримка в родині. Всі ці чинники визначають поведінкові патерни, які індивід переносить у свої стосунки, а також впливають на вибір партнера в дорослому віці. Теоретичні концепції, які пояснюють цей зв'язок,

включають теорії соціалізації, психологічного розвитку, а також концепцію інтергенераційного впливу, згідно з якою родинні моделі поведінки передаються через покоління [30].

Результати досліджень вказують на важливість емоційної підтримки в родині, яка може створювати основи для здорових міжособистісних стосунків у молоді.

Дослідження Ч. Пака та В. Гарріса (2024) зосереджено на вивченні того, як якість сімейних стосунків може впливати на рівень самовпевненості молоді у прийнятті рішень щодо кар'єри. Автори дослідження дійшли висновку, що хоча сімейні стосунки прямо не корелюють із рівнем самовпевненості в кар'єрних виборах, позитивні навички прийняття рішень можуть виступати посередником. Тобто, ті молоді люди, які мають хороші стосунки з батьками і отримують емоційну підтримку в родині, краще адаптуються до прийняття рішень у різних сферах життя, включаючи кар'єру. Навички, що розвиваються в родинному контексті, дозволяють їм більше довіряти власним рішенням, що в свою чергу підвищує їх самовпевненість у професійному середовищі. Це підтверджує важливість сім'ї як соціального середовища, яке підтримує молодь у процесі їхнього професійного становлення.

Важливо зазначити, що хоча безпосередній зв'язок між якістю сімейних стосунків і кар'єрною самовпевненістю не був виявлений, дослідження показало, що розвиток певних навичок прийняття рішень може мати великий вплив. Це може означати, що зміцнення навичок прийняття рішень у родинному контексті, через діалоги, підтримку і навчання, може створити фундамент для молоді, щоб зробити більш самостійні та впевнені кар'єрні вибори в майбутньому. Визначення цих навичок як ключових факторів для формування здорової кар'єрної самовпевненості може стати важливим напрямом у подальших дослідженнях у цій області [81].

Дослідження С. Мансорі (2023) висвітлює вплив сімейної інтимності на стосунки підлітків з однолітками, зокрема через психологічний капітал, що

формується в родинному середовищі. Автор виявив, що чим більша емоційна підтримка та близькість у родині, тим здоровіші міжособистісні стосунки з однолітками. Підлітки, які відчувають стабільність і підтримку вдома, мають більшу здатність до встановлення здорових і взаємопідтримувальних стосунків з іншими людьми. Психологічний капітал, який включає такі характеристики, як самосвідомість, емоційна стійкість і здатність до соціальної адаптації, грає важливу роль у цьому процесі. Це означає, що родинна інтимність та взаєморозуміння в сім'ї можуть бути вирішальними чинниками для розвитку стійких соціальних зв'язків у молодому віці.

Дослідження також підкреслює, що самосвідомість виступає важливим модератором між сімейною інтимністю та якістю стосунків підлітків з однолітками. Підлітки, які мають високий рівень самосвідомості, можуть краще розуміти свої емоції та взаємодіяти з іншими людьми. Вони здатні ефективніше справлятися з конфліктами та зміцнювати свої соціальні зв'язки. В той же час, якщо родина не забезпечує необхідної емоційної підтримки, навіть високий рівень самосвідомості може не допомогти підліткам розвивати здорові стосунки з однолітками. Таким чином, взаємозв'язок між сімейною інтимністю, самосвідомістю та соціальними стосунками є багатограним, вимагаючи комплексного підходу до підтримки підлітків у процесі соціалізації [78].

Дослідження С. Гесса (2024) націлене на вивчення того, як сімейні стосунки впливають на рівень задоволення життям молоді в різних культурах. Автори встановили, що хороші сімейні стосунки мають позитивний вплив на задоволеність життям молоді, але сила цього впливу значно варіюється залежно від культурного контексту. У країнах з індивідуалістичними культурами (наприклад, у США) позитивний вплив сім'ї на задоволеність життям молоді виявляється значно сильнішим порівняно з країнами з колективістськими культурами (наприклад, у Японії чи Китаї). Це пояснюється різними соціальними цінностями: в індивідуалістичних культурах більший акцент робиться на особистісному розвитку та

досягненнях, що веде до більшого впливу сім'ї на індивідуальне задоволення життям.

Водночас, у колективістських культурах, де сім'я та спільнота мають важливіше значення, задоволення життям молоді більше залежить від групової гармонії та соціальної підтримки. Таким чином, цей контекст підкреслює важливість культурних аспектів у вивченні впливу сімейних стосунків на особистісне благополуччя. Для дослідників, які вивчають вплив сімейних цінностей на молодь, важливо враховувати цей фактор, щоб уникнути надмірного узагальнення і більш точно описати, як різні культури формують стосунки в родині та їх вплив на рівень задоволення життям [74].

Дослідження С. Мансорі (2023) ще раз підтверджує важливість сімейної інтимності для розвитку здорових стосунків підлітків з однолітками. Автор досліджує, як глибокі емоційні зв'язки в родині впливають на формування соціальних навичок у молоді. Підлітки, які виховуються в підтримуючих, інтимних сім'ях, мають більшу впевненість у себе, здатність до емпатії та більше шансів на встановлення здорових стосунків з іншими. Ці навички можуть мати довгострокові позитивні наслідки для їхньої соціалізації в майбутньому. Сім'я стає для молоді першим соціальним середовищем, яке впливає на розвиток їхніх соціальних та емоційних компетенцій.

Цікаво, що самосвідомість, як вказано в дослідженні, також відіграє роль у взаємозв'язку між сімейною інтимністю та стосунками з однолітками. Підлітки з високим рівнем самосвідомості можуть більш ефективно вирішувати конфлікти та будувати конструктивні стосунки. Це свідчить про те, що важливо не лише формувати емоційні зв'язки в родині, але й активно працювати з розвитком самосвідомості підлітків, що може допомогти їм у створенні здорових стосунків з іншими людьми. Це підкреслює необхідність комплексного підходу в підтримці молоді, де родинна підтримка та особистісний розвиток йдуть пліч-о-пліч [79].

Психологічні теорії розвитку вказують на те, що цінності, отримані в родині, формують уявлення про те, як мають виглядати здорові відносини в

майбутньому. Молоді люди, які виховувались у родинях, де панували традиційні цінності, такі як взаємоповага, підтримка та співпраця, зазвичай схильні вибирати партнерів, з якими вони можуть побудувати стабільні і емоційно підтримуючі стосунки [Помилка! Джерело посилання не знайдено.; 25]. *Наприклад, дитина, яка спостерігала, як батьки разом долають труднощі та підтримують одне одного, в майбутньому обиратиме партнера, з яким зможе створити подібну підтримуючу динаміку в стосунках.* Тому родинні цінності безпосередньо визначають стиль стосунків, включаючи способи вирішення конфліктів і рівень емоційної близькості.

У родинях, де панують індивідуалістичні цінності, де кожен з членів сім'ї підтримує автономію і самостійність, можуть формуватися партнерські стосунки, в яких партнери більше орієнтовані на особистий розвиток, але менше на емоційну підтримку один одного. Такі стосунки часто є більш гнучкими, де кожен партнер має свою особисту простір, що дозволяє зберігати рівновагу між індивідуальністю та партнерством [14; 16]. *Наприклад, пара, яка виховувалась в родинях з високим рівнем незалежності, може створювати стосунки, де кожен з партнерів займається своїми справами, але підтримує певний рівень емоційної зв'язності і взаєморозуміння.* У такій ситуації важливою є здатність партнерів до саморегуляції та контролю емоцій, що дозволяє уникати надмірної залежності один від одного.

Соціалізація, яка відбувається в родині, також має вирішальний вплив на вибір партнера в дорослому житті. Теорія соціалізації стверджує, що ми обираємо партнера, який відповідає тим цінностям і стандартам, які були закладені в нас під час виховання [37]. Це може включати не лише моральні принципи, але й очікування щодо соціальних ролей у стосунках. *Наприклад, молодь, яка виросла в родинях, де надається велика увага соціальним статусам і матеріальному благополуччю, може вибирати партнера, який має високий соціальний статус або професійні досягнення, оскільки це є*

важливим фактором для почуття безпеки та стабільності в стосунках. Таким чином, соціальна значущість вибору партнера часто пов'язана з внутрішніми переконаннями, що формуються в родинному середовищі.

Теорія інтергенераційного впливу пропонує інший погляд на взаємозв'язок сімейних цінностей і партнерських стосунків. Вона підкреслює, що наші вибори і патерни взаємодії з партнерами не є випадковими, а є наслідком передавання моделей з попередніх поколінь. Люди часто несвідомо повторюють родинні сценарії, навіть якщо ці сценарії не є здоровими. *Наприклад, якщо в родині панує авторитарний стиль виховання, дитина може вирости з певним сприйняттям партнерства, де одне з місць в стосунках займе домінуюча роль, а інше — підпорядкована роль, що в майбутньому може відтворюватися в її власних стосунках.* Це дозволяє зрозуміти, чому деякі партнери мають схожі патерни поведінки, що повторюються з покоління в покоління.

Цінності, які людина формує в родині, визначають її ставлення до шлюбу, сім'ї, виховання дітей та інших важливих аспектів партнерства. Родини, в яких існують чіткі визначення ролей для кожного партнера, можуть сприяти вибору таких партнерів, які підтримують традиційні погляди на стосунки [58]. *Наприклад, якщо в родині батько виконує роль основного годувальника, а мати — піклувальника, це може вплинути на те, як майбутній партнер буде сприймати ці ролі у власних відносинах.* Традиційні цінності можуть допомогти уникати непорозумінь у відносинах, забезпечуючи чітке розуміння ролей, але в деяких випадках ці цінності можуть обмежувати партнерів у їхньому розвитку і здатності до компромісу.

Водночас родини, де підкреслюється рівноправ'я і взаємна підтримка, можуть формувати у своїх дітей цінності, які сприяють розвитку більш рівноправних і гнучких стосунків. Партнери, які вирости в таких родин, можуть обирати партнерів, з якими вони можуть разом вирішувати важливі питання та приймати спільні рішення [56]. *Наприклад, пара, де обидва партнери беруть участь у веденні господарства та ухваленні фінансових*

рішень, може створити стабільні відносини, засновані на взаємоповазі та рівноправ'ї. У таких стосунках відсутність домінуючої ролі одного з партнерів допомагає уникнути емоційної залежності та сприяє розвитку гармонійної динаміки.

Розуміння того, як сімейні цінності визначають вибір партнера та якість партнерських стосунків, дозволяє глибше зрозуміти механізми, які сприяють розвитку стабільних або, навпаки, дезадаптивних відносин. Це також допомагає виявити, які саме цінності можуть сприяти більш здоровим стосункам, а які потребують змін для того, щоб уникнути негативних сценаріїв.

Сімейні цінності мають значний вплив на поведінку людей у партнерських стосунках, оскільки вони формуються в процесі взаємодії з близькими людьми, переважно з батьками, та передаються через покоління. В цьому контексті важливо розглянути, як конкретні сімейні цінності визначають майбутні стосунки та поведінкові патерни в них. Ключовим аспектом є модель сімейних стосунків, яка закладається ще в дитинстві та продовжує впливати на стосунки в дорослому віці [69]. У родинях, де домінує культ емоційної підтримки, партнерства та взаємопідтримки, діти, як правило, розвивають здатність до глибокої емоційної близькості і відкритості в своїх дорослих стосунках. *Наприклад, діти, які спостерігають, як їхні батьки підтримують один одного в складних ситуаціях, у майбутньому самі надають перевагу партнеру, з яким можуть створити стабільні і емоційно підтримуючі стосунки* [32]. Тому родинні цінності безпосередньо визначають стиль стосунків, включаючи способи вирішення конфліктів і рівень емоційної близькості.

Гендерні ролі, рівність та співпраця є ще одними важливими сімейними цінностями, які впливають на поведінку партнерів. У родинях, де існує рівноправ'я, де обидва партнери активно долучаються до прийняття рішень і виконання обов'язків, діти часто переносять ці цінності у свої майбутні стосунки [55]. Вони схильні до того, щоб обирати партнера, з яким можуть

вести спільну діяльність, обговорювати важливі питання та вирішувати проблеми разом. *Наприклад, у родинях, де батьки активно ділили домашні обов'язки та разом вирішували фінансові питання, діти, які виросли в таких умовах, можуть очікувати від своїх партнерів того ж рівня рівноправності та співпраці* [33]. Це сприяє розвитку партнерських відносин, де обоє партнерів мають рівні права і можуть підтримувати один одного в усіх аспектах життя.

У той же час, у родинях з більш традиційними поглядами на гендерні ролі, де один з партнерів, зазвичай чоловік, виконує роль основного годувальника, а жінка бере на себе більше побутових обов'язків, діти можуть перенести ці уявлення в свої дорослі стосунки [60; 62]. Це може призводити до того, що один партнер в майбутньому бере на себе більше відповідальності, а інший виконує підпорядковану роль. Такі стосунки можуть бути менш гнучкими і менш рівноправними, оскільки один партнер має домінуючі позиції в питаннях прийняття рішень та виконання обов'язків. *Наприклад, якщо в родині батьки чітко визначили ролі, де чоловік займається кар'єрою, а жінка - домашніми справами, то дитина може в майбутньому відчувати, що саме така модель є нормою для створення стабільних стосунків* [34]. Це може призвести до створення партнерства, де існує чіткий поділ ролей, але з меншим рівнем емоційної близькості та підтримки.

Це також підтверджується дослідженнями, які показують, що конкретні сімейні цінності, такі як взаємна підтримка, довіра, відкритість і відповідальність, визначають рівень конфліктності, задоволеності стосунками та стабільність у парі [67]. Родини, де важливими є підтримка один одного в складних ситуаціях і відкритість у комунікації, зазвичай виховують дітей, які в дорослому житті надають перевагу партнерським стосункам, що включають взаємну повагу і підтримку. *Наприклад, у родинях, де батьки відкрито обговорюють свої емоції та підтримують один одного в важкі моменти, діти, швидше за все, розвиватимуть схожі моделі*

поведінки у своїх стосунках, що сприятиме стабільності і низькому рівню конфліктів [35]. Це дозволяє створювати стосунки, де основними є довіра і взаєморозуміння.

З іншого боку, родини, де панує емоційна дистанція або де відсутня здатність до відкритого вираження почуттів, можуть призводити до формування стосунків, в яких один з партнерів може відчувати себе емоційно відокремленим або ізольованим. Це може викликати постійну напругу та конфлікти в парі, оскільки партнери не мають достатнього рівня підтримки та не можуть відкрито обговорювати свої емоції та потреби. *Наприклад, якщо в родині батьки не виявляють емоційну підтримку один одному і не виражають свої почуття, то дитина, яка виросла в таких умовах, може мати труднощі у встановленні емоційної близькості в майбутніх стосунках [36].*

Важливою є також здатність до компромісів, що залежить від того, які цінності формуються в родині. Якщо в родині акцентується на важливості спільного вирішення проблем і взаєморозуміння, то така модель часто переноситься в партнерські стосунки [67]. Партнери, які виросли в таких умовах, звичайно, готові йти на компроміси, шукати рішення, що задовольняють обох, і готові працювати над підтриманням рівноваги у відносинах. *Наприклад, у родинах, де батьки навчають дітей слухати та враховувати думки інших, діти, ймовірно, обиратимуть партнерів, з якими зможуть разом вирішувати питання, обговорюючи свої позиції, а не нав'язуючи свою точку зору [34].* Така здатність до компромісів створює здорові та стабільні стосунки.

Теоретичний аналіз, проведений у підрозділах 1.1 та 1.2, дозволяє перейти до обґрунтування ключового питання дослідження – механізмів впливу індивідуальної системи сімейних цінностей на якість та задоволеність партнерськими стосунками у молодому віці.

Взаємозалежність цих феноменів має багатовекторний і складний характер, проте її основу становить ключова роль цінностей. Вони слугують

своєрідним внутрішнім фільтром і прогностичним чинником, що визначає вибір партнера, стиль взаємодії та способи реагування на конфліктні ситуації [49].

На нашу думку, вплив сімейних цінностей на партнерські стосунки відбувається через два основні механізми:

- **прямий вплив: ціннісна конгруентність.** Даний механізм базується на теорії схожості цінностей, згідно з якою високий рівень подібності ціннісних орієнтацій між партнерами підвищує рівень їхньої задоволеності стосунками, сприяє стабільності й зменшує ймовірність конфліктів, зумовлених фундаментальними розбіжностями. Таке узгодження дозволяє сформувати спільність у цілях, взаєморозуміння щодо прийнятих норм поведінки й вироблення єдиної стратегії виховання дітей;

- **опосередкований вплив: трансгенераційна передача і система очікувань.** Цей механізм визначається засвоєнням сімейних цінностей в батьківському середовищі, що створює так званий «сімейний сценарій» та впливає на рівень очікувань у майбутніх стосунках. Наприклад, якщо людина привласнила цінності емоційної підтримки та довіри, вона несвідомо прагнуче знайти партнера, здатного надати ці ресурси, оцінюючи якість відносин через їхню наявність або відсутність. У той же час, несвідомі уявлення про такі аспекти, як орієнтація на владу чи патріархальні моделі, можуть непомітно переноситися у власні стосунки, провокуючи приховані конфлікти.

Особливого значення для якості партнерських відносин набуває розподіл цінностей на конструктивні та деструктивні регулятори.

- **конструктивні цінності** включають орієнтації, які сприяють позитивному впливу на задоволеність стосунками: «щасливе сімейне життя» як мету, «чесність» і «відповідальність» як засоби досягнення цієї мети, а також «доброта» як прагнення до взаємодопомоги. Такі цінності формують високий рівень довіри, взаєморозуміння та емоційної близькості — ключові ознаки успішного партнерства в молодому віці. За теорією соціального

обміну, подібні цінності підвищують «винагороду» у відносинах, сприяючи їх стабільності й гармонійності;

- деструктивні цінності. Це орієнтації, що негативно впливають на задоволеність. До них належать ціннісні пріоритети, пов'язані з «Владою», «Гедонізмом» або «Завищеними запитамі». Прагнення домінувати над партнером, постійно контролювати його або очікувати нереалістичного ідеалу прямо суперечить принципу рівноправності та спричиняє відчуття незадоволеності, відчуження та високу конфліктність у парі.

Отже, взаємозв'язок сімейних цінностей та якості партнерських стосунків є багатогранним і складним процесом, який визначає не лише вибір партнера, але й стиль взаємодії в стосунках. Сімейні цінності є фундаментом для розвитку поведінкових патернів, що виявляються в подальших стосунках, і можуть бути як фактором стабільності, так і джерелом конфліктів у партнерських стосунках.

Висновки до розділу 1

У розділі було розглянуто теоретичні основи вивчення сімейних цінностей та їх взаємозв'язку з якістю партнерських стосунків. Сімейні цінності, що формуються в процесі соціалізації через взаємодію з батьками та близькими людьми, мають вирішальний вплив на поведінку індивіда в стосунках, включаючи вибір партнера та динаміку взаємодії у парі. Ці цінності передаються від покоління до покоління, і їх вплив на особистісний розвиток, а також на вибір партнера виявляється як на рівні підсвідомості, так і через усвідомлені установки та переконання.

Визначення основних наукових підходів до сімейних цінностей показало, що різні теоретичні концепції пояснюють цей феномен через призму психоаналітики, соціології, гуманізму та біхевіоризму. Зокрема, психоаналітичний підхід розглядає цінності як частину підсвідомих переживань, які сформовані через взаємодію з батьками, а соціологічний підхід визначає їх як функцію соціалізації та адаптації індивіда до

суспільства. Крім того, важливими є теорії соціалізації, які акцентують на значенні родинних моделей у формуванні поведінкових патернів майбутніх стосунків.

Вивчення впливу родинних цінностей на поведінку у партнерських стосунках дозволяє зробити висновок, що стосунки, що ґрунтуються на взаємній підтримці, довірі та рівноправ'ї, є більш стабільними та емоційно здоровими. Родини, в яких панує емоційна відкритість і підтримка, виховують дітей, які в майбутньому надають перевагу таким же моделям у своїх стосунках. Водночас родини, де є емоційна відстороненість або традиційний поділ ролей, можуть сприяти формуванню патернів, де один з партнерів бере на себе більшу частину відповідальності, що може призвести до зниження емоційної близькості.

Важливим аспектом є також те, що сімейні цінності формують не лише вибір партнера, але й соціальну адаптацію молодих людей до нових соціальних стандартів у партнерських стосунках. Психологічні теорії розвитку і соціологічні концепції взаємодії родини та соціального середовища підтверджують, що вибір партнера є результатом глибоких соціокультурних процесів, які визначають поведінку та ціннісні орієнтири у стосунках.

Таким чином, сімейні цінності відіграють важливу роль у формуванні поведінки в партнерських стосунках, оскільки вони визначають способи взаємодії, стиль вибору партнера, а також рівень емоційної близькості та задоволення у стосунках. Вони допомагають молодим людям формувати здорові та стабільні партнерські відносини, засновані на взаємній підтримці, довірі та рівноправ'ї, що є основою для гармонійного сімейного життя.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ НА ФОРМУВАННЯ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКІВ МОЛОДІ

2.1. Організація та методики емпіричного дослідження впливу сімейних цінностей на формування партнерських стосунків

Етапи дослідження. Після проведення аналізу актуальності дослідження, вивчення теоретичних джерел і практичних підходів до вирішення проблеми, було організовано емпіричне дослідження, яке складалося з чотирьох послідовних етапів.

На першому, пошуковому етапі, здійснювалось ґрунтовне теоретичне опрацювання теми. Визначались основні поняття дослідження, уточнювались його ключові аспекти, а також проводився аналіз результатів попередніх соціально-психологічних досліджень, пов'язаних із заданою проблематикою.

Другий етап, діагностико-аналітичний, передбачав проведення емпіричного дослідження. Учасники пройшли низку психодіагностичних методик, що дозволило отримати глибше розуміння проблеми та її особливостей.

Третій етап зосереджувався на обробці та аналізі зібраних даних. На цьому етапі результати опитувань та інших дослідницьких заходів були систематизовані, проведений детальний аналіз отриманої інформації, сформульовано проміжні висновки.

На четвертому, завершальному етапі, були узагальнені підсумки всього дослідження. Формулювались остаточні висновки та розроблялись практичні рекомендації щодо дослідження впливу сімейних цінностей на формування партнерських стосунків молоді.

Характеристика вибірки. У дослідженні взяли участь 100 респондентів віком від 18 до 29 років. Вибірка сформована за принципом цілеспрямованого відбору серед студентів університету та молодих людей, які перебувають у партнерських стосунках або мали досвід їх побудови.

Такий вік є оптимальним, адже саме у цей період відбувається активне становлення партнерських стосунків, формуються уявлення про шлюб і сім'ю, що безпосередньо пов'язано з прийнятими у родині цінностями.

Методи дослідження. Для досягнення мети та завдань роботи було використано комплекс психодіагностичних методик, зокрема:

1) *опитувальник «Ціннісні орієнтації» (М. Рокіч у адаптації В. Ядова)* – застосовувався для визначення системи життєвих і сімейних цінностей у молоді. Методика дає змогу оцінити ієрархію термінальних (кінцевих життєвих цілей) та інструментальних (засобів досягнення цілей) цінностей.

Система ціннісних орієнтацій визначає важливий аспект внутрішньої спрямованості особистості, слугує фундаментом її ставлення до навколишнього світу, інших людей та самопізнання [43]. Вона формує основу світоглядних переконань, є ключовим елементом мотивації життєвої активності, а також базою для становлення індивідуальної життєвої концепції та своєрідної «філософії життя». На сьогодні одним із найбільш визнаних підходів до аналізу цього явища є методика дослідження ціннісних орієнтацій за Мілтоном Рокічем, яка ґрунтується на прямому ранжуванні переліку запропонованих цінностей.

М. Рокіч виділяє два основних класи цінностей. Термінальні цінності характеризують переконання в тому, що остаточна мета людського існування варта прагнення до її реалізації. Інструментальні цінності, натомість, стосуються переконань щодо того, яким має бути образ дій або які властивості характеру є найбільш бажаними в певних життєвих ситуаціях. Ця класифікація відображає традиційний підхід до поділу цінностей на цінності-цілі, що визначають кінцеву перспективу, та цінності-засоби, які окреслюють спосіб досягнення цілей [29].

Методика передбачає подання респонденту двох списків цінностей (по 18 у кожному), які структуровані в алфавітному порядку або представлені у вигляді окремих карток. У випадку зі списками піддослідний призначає кожній із запропонованих цінностей ранговий номер залежно від її

значущості. Якщо ж матеріали надано у форматі карток, учасник дослідження розкладає їх відповідно до своїх пріоритетів. Такий спосіб роботи із картками вважається більш надійним для отримання достовірних результатів. Процес спочатку включає оцінку набору термінальних цінностей, а потім переходить до аналізу інструментальних.

Застосування цієї методики відкриває можливість здійснити математичний аналіз і встановити, чи є «щаслива сім'я» однією з пріоритетних життєвих цілей для сучасної молоді. Завдяки цьому можна побудувати детальний «ціннісний профіль» кожного респондента. Більш того, таке дослідження дозволяє перевірити кореляцію між високим рангом сімейних цінностей у списку Рокіча та рівнем задоволеності від реальних партнерських стосунків у житті людини;

2) методика *«Шкала задоволеності стосунками» (Relationship Assessment Scale, H. Hendrick)* – використана для вивчення рівня задоволеності партнерськими стосунками, що дозволить зіставити роль сімейних цінностей з якістю міжособистісної взаємодії у парі.

Шкала оцінки задоволеності у стосунках (Relationship Assessment Scale, RAS) представляє собою ефективний інструмент для визначення рівня загального задоволення партнерськими відносинами. Розроблена Сьюзен Гендрік у 1988 році та опублікована в *Journal of Marriage and Family*, вона здобула широке визнання серед фахівців і стала авторитетним джерелом у галузі психології стосунків. За даними Google Scholar, ця публікація була процитована понад 3600 разів, що підтверджує її значущість і наукову цінність.

RAS є універсальною методикою, підходить для використання людьми, які перебувають в різних форматах близьких стосунків – від подружніх пар до тих, хто просто зустрічається або живе разом. Дослідження довели, що результати шкали тісно корелюють із ключовими аспектами взаємин, такими як рівень любові, подружнє задоволення, сексуальні установки, відкритість у спілкуванні, а також ступінь зобов'язань і вкладень у стосунки.

Шкала включає всього сім питань, спрямованих на оцінку загального задоволення відносинами, відповідності стосунків очікуванням, інтенсивності любові та частоти появи проблем. Відповіді учасників оцінюються за п'ятибальною шкалою, що забезпечує точність і простоту аналізу.

Практичне значення RAS незаперечне. Це незамінний інструмент для проведення кореляційних досліджень, який дозволяє емпірично визначити зв'язок між рівнем сімейних цінностей (відповідно до теорій Рокича та Шварца) і рівнем задоволеності партнерськими стосунками. Завдяки цій методиці стає реальним підтвердити заявлений вплив сімейних цінностей на щастя у відносинах, що могло б залишитися недослідженим без її застосування.

3) *методика «Діагностика індивідуальних цінностей» Ш. Шварца (адаптація О. Тихомандрицької, Е. Дубовської)* – використана для оцінки індивідуальних цінностей респондентів та визначення ступеня їх прийняття та сформованості у контексті особистісних орієнтацій, що впливають на формування уявлень про партнерські стосунки та сім'ю.

Методика запропонована Ш. Шварцем, надає можливість детальнішого аналізу ціннісних орієнтацій як на рівні переконань (ідеалів), так і на рівні реальних поведінкових практик. Це має важливе значення для дослідження особистісних пріоритетів, оскільки молода людина теоретично може декларувати важливість сімейних цінностей, проте в повсякденному житті керуватися індивідуалістичними або гедоністичними мотиваціями.

У цьому контексті особистісні цінності розглядаються як типології мотиваційних цілей. Власне, Ш. Шварц та В. Білський акцентують увагу на функціональній природі цінностей та їхній основоположній ролі у структурі особистості. Вони тлумачать цінності як не завжди усвідомлені критерії, за допомогою яких індивід оцінює власні дії, сприймає інших людей і соціальні події навколо. Згідно з їхнім підходом, цінності є бажаними життєвими цілями та пов'язаними з ними поведінковими зразками, які сприяють

досягненню цих цілей. Цінності організовуються у певну ієрархію, формуючи індивідуальну систему ціннісних пріоритетів. Розуміння цієї системи дозволяє не лише окреслити характеристики конкретної особистості, а й вивчити культурні відмінності різних суспільств [61].

У методології Ш. Шварца виділено десять мотиваційно різних типів цінностей:

1. Влада – прагнення до соціального статусу, престижу, а також домінування над іншими людьми чи ресурсами.
2. Досягнення – орієнтація на особистий успіх, здобутий через демонстрацію компетентності відповідно до соціальних стандартів; включає амбіційність і результативність.
3. Гедонізм – задоволення біологічних потреб і досягнення стану чуттєвої насолоди.
4. Стимуляція – пошук нових вражень і глибоких емоційних переживань.
5. Самостійність (або саморегуляція) – прагнення до незалежності у мисленні, ухваленні рішень та творчості.
6. Універсалізм – розуміння, толерантність та прагнення захистити добробут усіх людей і природи.
7. Доброта (або доброзичливість) – орієнтація на підтримку і благополуччя близьких людей; включає чесність, лояльність, альтруїзм і відповідальність.
8. Традиції – повага до звичаїв та культурних норм, а також їхнє збереження й підтримання.
9. Конформність – готовність обмежувати свої дії чи імпульси задля уникнення шкоди іншим або задля відповідності соціальним очікуванням (наприклад, ввічливість або дисциплінованість).
10. Безпека – прагнення до гармонії та стабільності в суспільстві й міжособистісних стосунках, що випливає з потреби у передбачуваності світу й зменшенні невизначеності.

Опитувальник Ш. Шварца має дві складові. У першій частині розглядаються нормативні ідеали, тобто цінності на рівні переконань, які потенційно можуть проявлятися у соціальній активності особи. Друга частина стосується поведінкових аспектів – цінностей на рівні реальної діяльності та взаємодії.

Ця методика допоможе виявити мотиваційну основу партнерства. Наприклад, чи будуються стосунки на основі «Благонадійності» (турбота про близьких) чи на основі «Досягнення» (соціальний статус через партнера). Це дозволить глибше проаналізувати чинники стабільності союзу;

4) *методика Рябової А.Є. «Активізуючий опитувальник особистісної сімейної сфери (АОЛСС)»* – використана для дослідження впливу особистісних і сімейних цінностей на поведінкові особливості та взаємодії респондентів у контексті їх романтичних стосунків і формування уявлень про шлюб та сім'ю.

Дана методика призначена для первинної оцінки уявлень про родину та допомагає структурувати сімейну самосвідомість. Вона слугує інструментом для виявлення ключових аспектів ставлення до сім'ї в різних категоріях респондентів, таких як студенти чи діти, і може бути основою для подальшого детального аналізу. Ця методика ефективно застосовується на емпіричному етапі дослідницької роботи в галузі сімейної психології.

Основна мета полягає в активізації й систематизації асоціацій учасників дослідження щодо сімейної сфери, визначенні орієнтирів для глибшого вивчення їхніх уявлень. Особливу увагу приділено особистісним цінностям і стереотипам щодо родини, що дозволяє виділити ключові критерії оцінки цієї сфери. Отримані результати класифікують за певними групами, наприклад, при аналізі соціальних уявлень вихованців інтернатів.

Опитувальник містить запитання, спрямовані на стимулювання вільного висловлювання думок про сім'ю, що дозволяє згодом спеціалістам проводити категоризацію відповідей. Його використання часто комбінується з проєктивними і психосемантичними методами, що робить його важливим

інструментом у комплексних дослідженнях. Методику можна застосовувати як індивідуально, так і в груповій формі під час перших етапів психодіагностики.

Аналіз результатів ґрунтується на виділених критеріях ставлення до родини, що дозволяє формувати профіль сімейної самосвідомості особистості. Кількісні й якісні показники дають змогу визначити напрямки для необхідної корекції або більш поглибленого дослідження. Завдяки цьому методика широко використовується в академічній діяльності, присвяченій проблемам сімейної психології.

Опитувальник дозволяє оцінити спрямованість особистісних установок за різними шкалами: інтимно-сексуальна, господарсько-побутова, батьківсько-виховна, соціальна активність, емоційно-терапевтична і зовнішня привабливість.

Методика також сприяє визначенню потенційних зон конфліктів у міжособистісних стосунках. Наприклад, якщо один із партнерів наголошує на «емоційно-терапевтичній» цінності, а інший — на «господарсько-побутовій», можна прогнозувати кризовий розвиток взаємовідносин. Такий аналіз слугує основою для створення практичних рекомендацій, які висвітлюються у наступних розділах дослідження.

5) *анкета власної розробки* – містила блок запитань, спрямованих на виявлення впливу батьківської сім'ї на уявлення молодих людей про майбутній шлюб, гендерні ролі та партнерську взаємодію.

Опитування проводилося онлайн. Учасникам гарантувалася анонімність і конфіденційність відповідей. Отримані дані опрацьовувалися за допомогою методів математичної статистики:

- розрахунок середніх значень і відсоткових співвідношень;
- кореляційний аналіз (для виявлення зв'язку між сімейними цінностями та якістю партнерських стосунків).

Дослідження впливу сімейних цінностей на формування партнерських стосунків у молоді проводилося у кілька етапів, кожен з яких був

спрямований на детальне вивчення взаємозв'язку між сімейними орієнтаціями та відносинами молодих людей.

Після визначення вибірки та підготовки методик, було проведено опитування. Опитування проводилося онлайн, що забезпечило зручний доступ для респондентів з різних локацій. Респонденти заповнювали анкети та опитувальники, відповідаючи на питання, що стосуються їхніх сімейних цінностей, ставлення до партнерських стосунків, а також оцінки рівня задоволеності своїми стосунками. Зібрані дані дозволили використовуватись для подальшого аналізу.

Після завершення збору даних, було проведено обробку результатів. Для аналізу даних використовувалися методи математичної статистики, зокрема:

- розрахунок середніх значень та відсоткових співвідношень для визначення тенденцій у сімейних цінностях та рівні задоволеності стосунками;
- кореляційний аналіз для виявлення взаємозв'язку між сімейними цінностями та якістю партнерських стосунків.

Такі методи дозволили отримати чіткі уявлення про те, які цінності найбільше впливають на формування партнерських стосунків у молоді та як сімейні орієнтації корелюють з рівнем задоволеності стосунками.

На основі отриманих даних були зроблені висновки щодо впливу сімейних цінностей на формування партнерських стосунків. Процес інтерпретації результатів дозволив виявити ключові аспекти, які визначають здорові стосунки в молодому віці, такі як емоційна підтримка, рівноправність, взаємоповага та здатність до конструктивного вирішення конфліктів. Крім того, був зроблений акцент на тому, як уявлення про шлюб і родину формуються під впливом батьківських цінностей.

Важливим етапом також стало оцінювання надійності методик і результатів. Аналіз показав, що методики є достатньо валідними для дослідження сімейних цінностей, однак було виявлено, що деякі респонденти могли давати соціально бажані відповіді, що обмежує точність результатів.

Враховуючи це, були запропоновані рекомендації щодо покращення методик для майбутніх досліджень у цій сфері.

Зібрані дані та проведений аналіз дозволили отримати важливі висновки щодо впливу сімейних цінностей на формування партнерських стосунків у молоді, що сприяло кращому розумінню ключових факторів, що визначають гармонійні відносини. Далі, для більш глибокого осмислення отриманих результатів, розглянемо детальніший аналіз і інтерпретацію результатів дослідження, що дозволяє виявити взаємозв'язки між сімейними цінностями та якістю партнерських стосунків.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

У нашому дослідженні вибірка була поділена на дві групи для порівняльного аналізу особливостей сімейних цінностей та їхнього впливу на партнерські стосунки в різні періоди молодості. Перша група включала 50 респондентів віком від 18 до 22 років (період ранньої дорослості), тоді як друга група складалася з 50 осіб віком від 23 до 29 років.

Молодь 18-22 років, має більш ідеалізовані уявлення про шлюб і сім'ю, оскільки вони знаходяться на етапі активного пошуку партнера та формування свого погляду на стосунки. Вони можуть бути більш схильні до гнучких уявлень про сімейні ролі та цінності, орієнтуючись на свої особисті прагнення та бажання. Натомість, молодь віком 26-29 років, як правило, має більш стабільні уявлення про партнерські стосунки та сім'ю, оскільки вони вже мали досвід побудови стосунків або навіть шлюбу. У цій віковій групі можна очікувати більш прагматичний підхід до сімейних цінностей, орієнтуючись на стабільність і взаємну підтримку в стосунках.

Такий поділ дозволив нам виявити специфіку трансформації ціннісних орієнтацій залежно від вікового етапу та досвіду побудови стосунків. Було проведено кількісний та якісний аналіз отриманих даних за допомогою обраного методичного інструментарію.

В процесі обробки результатів було встановлено, що респонденти обох груп надають високого значення емоційній підтримці, проте пріоритетність конкретних цінностей дещо змінювалася з віком. Наприклад, під час аналізу відповідей було виявлено, що старша група респондентів була більш орієнтована на стабільність та спільне планування майбутнього.

Дослідження було проведено серед першої групи молоді віком від 18 до 22 років. Метою дослідження було визначити, які цінності є найбільш важливими для цієї групи, а також як ці цінності взаємодіють між собою. Під час опитування респонденти повинні були оцінити важливість різних цінностей за шкалою від 0 до 7 (де 7 – найвища важливість, а 0 – найбільш неважлива для респондента). Ці цінності поділяються на два основні типи: термінальні (цілі, які людина прагне досягти в своєму житті, наприклад, щасливе сімейне життя, здоров'я, самореалізація) та інструментальні (засоби досягнення цих цілей, такі як чесність, відповідальність, самостійність).

Процедура проведення дослідження передбачала надання респондентам двох списків цінностей: список А (Термінальні цінності) – 18 цінностей та список Б (Інструментальні цінності) – 18 цінностей. Респонденти повинні були ранжувати ці цінності від найбільш важливої до найменш важливої (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Результати дослідження ціннісних орієнтацій для групи віком 18-22 роки

<i>№</i>	<i>Цінність</i>	<i>Середній бал</i>
1	Щасливе сімейне життя	6.8
2	Здоров'я (фізичне й психічне)	6.7
3	Любов (духовна й фізична близькість)	6.6
4	Самореалізація	6.5
5	Творчість	6.3
6	Воля (незалежність у судженнях і вчинках)	6.2
7	Пізнання (розширення освіти і світогляду)	6.1
8	Матеріально забезпечене життя	5.9
9	Спільні інтереси (взаєморозуміння з партнером)	5.8
10	Розвиток (робота над собою)	5.7
11	Відповідальність	5.6
12	Дружба (надійні, вірні друзі)	5.4
13	Суспільне визнання	5.3
14	Розваги (приємне проведення часу)	5.1

15	Вдячність	5.0
16	Широта поглядів (терпимість до різних ідей)	4.9
17	Згода з самим собою (внутрішня гармонія)	4.8
18	Упевненість у собі	4.5

Результати дослідження показали, що для молоді віком 18-22 роки найбільш важливою цінністю є щасливе сімейне життя, яке набрало найвищий середній бал (6.8). Це свідчить про те, що для цієї групи респондентів сім'я та партнерські стосунки є важливими життєвими цілями. Також високі бали отримали цінності, пов'язані зі здоров'ям та емоційною близькістю, такі як здоров'я (6.7) та любов (6.6), що підкреслює пріоритет емоційного благополуччя, фізичного та психологічного здоров'я у їхньому житті.

Другу групу цінностей складають такі поняття, як самореалізація (6.5), творчість (6.3) та висока незалежність (6.2), що вказує на важливість особистісного розвитку та самовираження для молоді. Вони орієнтовані на досягнення особистих цілей та розширення своїх можливостей, а також прагнуть до творчого самовираження у своїй діяльності. Проте, більш матеріалістичні цінності, як-от матеріально забезпечене життя (5.9) та суспільне визнання (5.3), мають нижчі середні бали, що свідчить про відносну менш значущість соціального статусу та матеріальних благ на цьому етапі життя.

Загалом, молодь 18-22 років більше орієнтується на внутрішній розвиток та емоційні аспекти життя, зокрема на гармонійні стосунки, саморозвиток та творчість, ніж на соціальний статус чи матеріальне забезпечення. Ці результати підтверджують, що в цей період життя молоді люди схильні надавати пріоритет особистісним та емоційним цінностям, що може свідчити про ідеалізоване уявлення про майбутнє, в якому важливі місця займають любов, гармонія та самореалізація, а не матеріальна стабільність чи соціальний статус.

Далі дослідження було проведено серед другої групи молоді віком від 26 до 29 років. Метою дослідження було визначити, які цінності є найбільш

важливими для цієї групи та як ці цінності взаємодіють між собою в контексті їхнього ставлення до сім'ї та партнерських стосунків. За допомогою методики «Ціннісні орієнтації» респонденти мали оцінити важливість цінностей за шкалою від 0 до 7, де 7 — найвища важливість, а 0 — найбільш неважлива для респондента. Ці цінності поділяються на два основні типи: термінальні (цілі, які людина прагне досягти в своєму житті, наприклад, щасливе сімейне життя, здоров'я, самореалізація) та інструментальні (засоби досягнення цих цілей, такі як чесність, відповідальність, самостійність). Респонденти повинні були ранжувати ці цінності від найбільш важливої для них до найменш важливої (табл. 2.2).

Результати дослідження для групи молоді віком 26-29 років вказують на деякі ключові відмінності від першої групи. Найвищий середній бал (7.0) отримала цінність «Щасливе сімейне життя», що свідчить про важливість стабільних сімейних стосунків і партнерства в цей період життя. Здоров'я та любов також залишаються пріоритетними, що підтверджує збереження важливості емоційного та фізичного благополуччя.

Таблиця 2.2

Результати дослідження ціннісних орієнтацій для групи 26-29 роки

<i>№</i>	<i>Цінність</i>	<i>Середній бал</i>
1	Щасливе сімейне життя	7.0
2	Здоров'я (фізичне й психічне)	6.8
3	Любов (духовна й фізична близькість)	6.6
4	Самореалізація	6.5
5	Творчість	6.4
6	Воля (незалежність у судженнях і вчинках)	6.3
7	Пізнання (розширення освіти і світогляду)	6.2
8	Матеріально забезпечене життя	6.1
9	Спільні інтереси (взаєморозуміння з партнером)	6.0
10	Розвиток (робота над собою)	5.9
11	Відповідальність	5.8
12	Дружба (надійні, вірні друзі)	5.6
13	Суспільне визнання	5.4
14	Розваги (приємне проведення часу)	5.2
15	Вдячність	5.1
16	Широта поглядів (терпимість до різних ідей)	4.9
17	Згода з самим собою (внутрішня гармонія)	4.7
18	Упевненість у собі	4.4

Самореалізація (6.5) та творчість (6.4) займають високі позиції, що вказує на прагнення молоді до розвитку особистих досягнень та самовираження. Відмінність від першої групи полягає в тому, що молодь віком 26-29 років надає більшої уваги матеріальному забезпеченню (6.1) та суспільному визнанню (5.4), що може свідчити про більш прагматичний підхід до життя в порівнянні з молоддю 18-22 років.

Загалом, молодь 26-29 років більше орієнтована на стабільність, емоційну підтримку та взаєморозуміння у стосунках, ніж на матеріальний добробут або соціальний статус, хоча матеріальні аспекти також набувають більшої важливості на цьому етапі життя.

Результати дослідження за методикою «Ціннісні орієнтації» для двох груп респондентів (18-22 роки та 26-29 роки) показали, що основні пріоритети цінностей у молоді змінюються з віком (рис. 2.1).

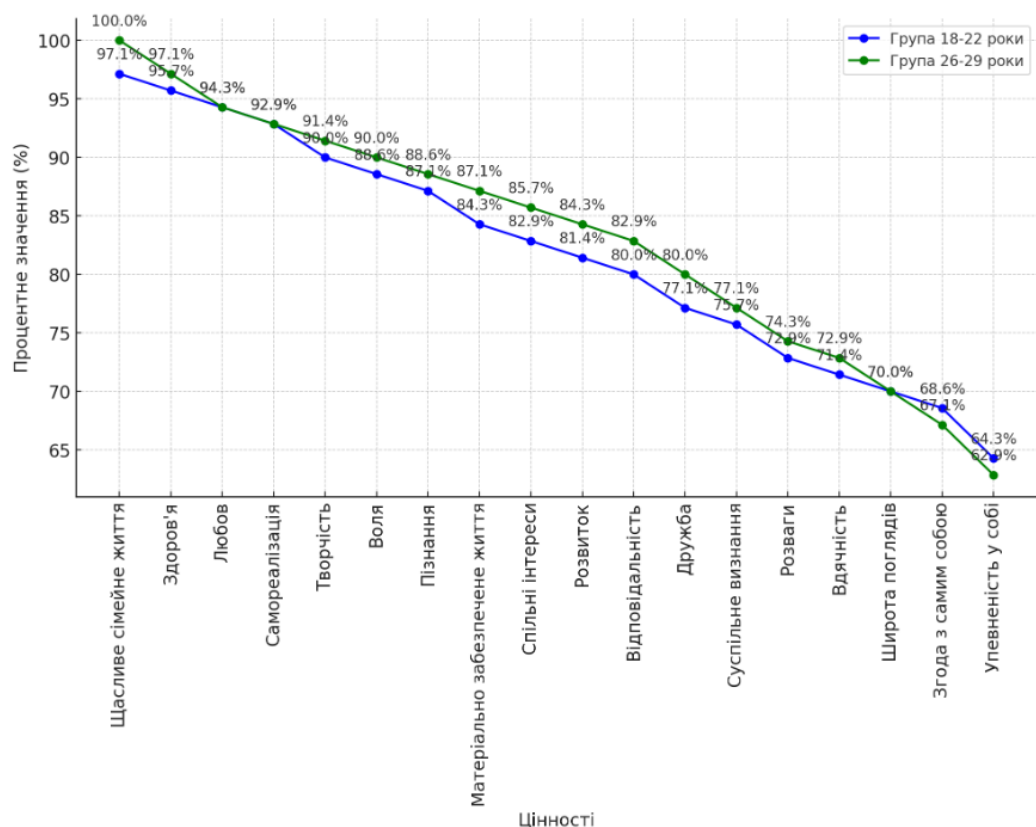


Рис. 2.1. Порівняння ціннісних орієнтацій між групами 18-22 роки та 26-29 роки у відсотковому співвідношенні.

Аналіз результатів у відсотковому співвідношенні показав, що для обох груп респондентів щасливе сімейне життя залишається найбільш важливою цінністю, набираючи 97,1% для групи 18-22 роки та 100% для групи 26-29 років. Це підтверджує, що сімейні стосунки є пріоритетними для молоді в обох вікових групах, з особливим наголосом на стабільності партнерських стосунків в старшій групі. Крім того, здоров'я та любов залишаються важливими для обох груп, з високими відсотковими значеннями, що свідчить про пріоритет емоційного та фізичного благополуччя.

Водночас, молодь віком 26-29 років показує вищі показники для матеріального забезпечення (87.1%) та суспільного визнання (77.1%), що вказує на більш прагматичний підхід до життя порівняно з молоддю 18-22 років. Молоді люди в старшій групі починають більше зосереджуватись на стабільності та матеріальному добробуті, в той час як молодь 18-22 роки більше орієнтується на внутрішній розвиток, самореалізацію та емоційні аспекти.

Загалом, дослідження за першою методикою показало, що молодь віком 18-22 роки орієнтується на внутрішній розвиток, емоційні аспекти життя та стосунки, тоді як молодь віком 26-29 років починає приділяти більше уваги стабільності, матеріальному забезпеченню та соціальному визнанню.

У дослідженні за другою обраною методикою «Задоволеність стосунками» (Hendrick, S. S.) першочергово взяли участь 50 респондентів віком 18-22 роки, які перебувають у романтичних стосунках. Респонденти оцінили рівень задоволеності своїми стосунками за допомогою методики «Задоволеність стосунками» (Hendrick, S. S.), що складається з 7 тверджень, на які потрібно дати оцінки від 1 до 5. Після цього бали були підсумовані для визначення загального рівня задоволеності стосунками (табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Результати дослідження за методикою «Задоволеність стосунками» для групи 18-22 роки

<i>№</i>	<i>Твердження</i>	<i>Середній бал</i>
1	Наскільки добре Ваш партнер задовольняє Ваші потреби?	4.5
2	Загалом, наскільки Ви задоволені своїми стосунками?	4.6
3	У порівнянні з більшістю, наскільки добрими є Ваші стосунки?	4.3
4	Як часто Ви думаєте, що було б краще взагалі не потрапляти у ці стосунки?	2.2
5	Наскільки Ваші стосунки відповідають Вашим початковим очікуванням?	4.4
6	Наскільки сильно Ви любите свого партнера?	4.7
7	Наскільки багато проблем у Ваших стосунках?	3.1

Результати, наведені в табл. 2.3, показують, що респонденти в групі 18-22 роки здебільшого задоволені своїми стосунками, зокрема у таких аспектах, як задоволення потреб партнера (4.5) та любов до партнера (4.7), що вказує на емоційну близькість і гармонійність стосунків. Також високий бал отримав параметр задоволення стосунками в цілому (4.6), що свідчить про позитивне ставлення респондентів до своїх партнерств. Питання про відповідність стосунків початковим очікуванням також отримало хороший результат (4.4), що підтверджує, що більшість респондентів відчують, що їхні стосунки відповідають тим ідеалам, які вони мали на початку.

Однак, результати також показують наявність певних труднощів у стосунках. Наприклад, респонденти зазначили питання про частоту думок, що було б краще не потрапляти у ці стосунки (2.2), що може свідчити про наявність деяких сумнівів чи кризових моментів у стосунках. Питання про кількість проблем у стосунках також показало середній бал 3.1, що вказує на наявність певних складнощів. Ці результати дозволяють зробити висновок, що хоча в цілому респонденти задоволені своїми стосунками, все ж є місце для покращення, особливо в аспектах подолання проблем та сумнівів у стосунках.

Наведена табл. 2.4 відображає результати дослідження за методикою «Задоволеність стосунками» (Hendrick, S. S.) для групи респондентів віком 26-29 років, що дозволяє оцінити рівень задоволеності їхніми стосунками в різних аспектах.

Респонденти групи 26-29 років продемонстрували дуже високий рівень задоволеності своїми стосунками, що видно за високими балами у питаннях «Загалом, наскільки Ви задоволені своїми стосунками?» (4.9) та «Наскільки сильно Ви любите свого партнера?» (4.9). Це свідчить про емоційну близькість і високий рівень довіри між партнерами в парі. Респонденти також відзначили, що їхні стосунки відповідають початковим очікуванням (4.8), що є важливим фактором для задоволення у стосунках. Оцінка за питанням «Наскільки добре Ваш партнер задовольняє Ваші потреби?» (4.8) підтверджує, що партнери здебільшого задовольняють емоційні і фізичні потреби один одного.

Таблиця 2.4

Результати дослідження за методикою «Задоволеність стосунками» для групи 26-29 роки

<i>№</i>	<i>Твердження</i>	<i>Середній бал</i>
1	Наскільки добре Ваш партнер задовольняє Ваші потреби?	4.8
2	Загалом, наскільки Ви задоволені своїми стосунками?	4.9
3	У порівнянні з більшістю, наскільки добрими є Ваші стосунки?	4.6
4	Як часто Ви думаєте, що було б краще взагалі не потрапляти у ці стосунки?	2.0
5	Наскільки Ваші стосунки відповідають Вашим початковим очікуванням?	4.8
6	Наскільки сильно Ви любите свого партнера?	4.9
7	Наскільки багато проблем у Ваших стосунках?	2.5

Проте, питання про кількість проблем у стосунках (2.5) та частоту думок про те, що було б краще не потрапляти в ці стосунки (2.0) вказують на те, що хоча респонденти задоволені своїми стосунками, вони все ж стикаються з певними труднощами. Однак ці проблеми не є критичними і виникають рідко. Загалом, дослідження показує, що респонденти групи 26-29 років відчують більшу стабільність у своїх стосунках порівняно з молодшими респондентами, але все ж мають моменти сумнівів, які потребують уваги для подальшого розвитку здорових та гармонійних стосунків.

Порівняння рівня задоволеності стосунками між групами 18-22 роки та 26-29 роки за методикою «Задоволеність стосунками» (Hendrick, S. S.), представлено у відсотковому відношенні на рис. 2.2.

На графіку, представленому на рис. 2.2, чітко видно, що респонденти групи 26-29 років мають вищий рівень задоволеності стосунками порівняно з групою 18-22 роки. Для всіх тверджень, включених у дослідження, старша група оцінює свої стосунки вище, що свідчить про більшу стабільність та зрілість у їхніх відносинах. Зокрема, значна різниця помітна за такими твердженнями, як «Загалом, наскільки Ви задоволені своїми стосунками?» та «Наскільки сильно Ви любите свого партнера?», де середній бал для старшої групи значно вищий, що вказує на більшу емоційну прив'язаність і більшу задоволеність відносинами.

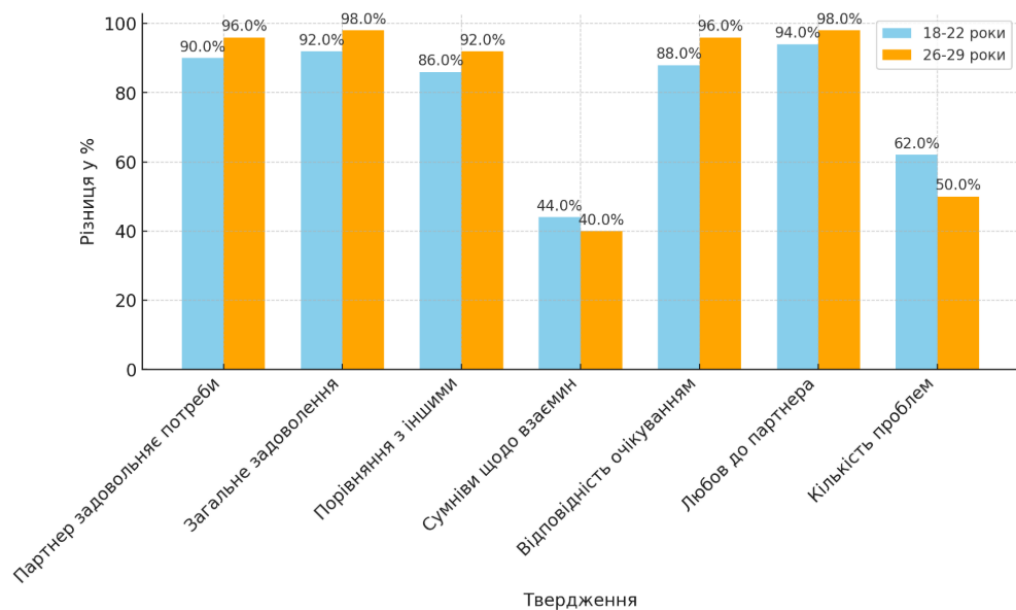


Рис. 2.2. Порівняння задоволеності стосунками для груп 18-22 та 26-29 роки

Проте, різниця між групами є менш значущою у таких питаннях, як «Порівняння з більшістю» та «Наскільки багато проблем у Ваших стосунках». Це вказує на те, що обидві групи вважають свої стосунки

достатньо стабільними в порівнянні з іншими, хоча обидві групи вказують на певні проблеми у стосунках. Проте, молодші респонденти (18-22 роки) відчують деякі сумніви щодо своїх стосунків, що може свідчити про стадію пошуку та формування ідеалів у відносинах.

За результатами дослідження, проведеного за методикою «Задоволеність стосунками» (Hendrick, S. S.), можна зробити висновок, що молодь віком 26-29 років більш задоволена своїми стосунками, ніж молодь віком 18-22 роки. Старша група продемонструвала вищий рівень емоційної близькості та стабільності у своїх стосунках, що вказує на більш зрілі та гармонійні стосунки. Водночас, хоча обидві групи виявили наявність певних проблем у стосунках, у старшої групи ці проблеми менш виражені, що може свідчити про більшу здатність вирішувати конфлікти та адаптуватися до вимог партнерства з часом.

Як показано в табл. 2.5, результати дослідження ціннісних орієнтацій для групи 18-22 роки за методикою «Діагностика індивідуальних цінностей» Ш. Шварца дозволяють оцінити пріоритети респондентів у контексті їхніх особистісних та сімейних цінностей.

Таблиця 2.5

Результати дослідження ціннісних орієнтацій для групи 18-22 роки за методикою «Діагностика індивідуальних цінностей» Ш. Шварца

<i>№</i>	<i>Цінності</i>	<i>Середній бал</i>
1	Саморегуляція	6.2
2	Стимулювання	6.1
3	Гедонізм	5.8
4	Досягнення	6.3
5	Влада	5.9
6	Безпека	6.4
7	Конформність	5.7
8	Традиції	6.0
9	Прихильність	6.2
10	Самоорієнтація	5.6

Згідно з результатами, представленими в табл. 2.5, для респондентів групи 18-22 роки найбільш важливими є цінності, що пов'язані з особистісним розвитком та досягненням життєвих цілей. Найвищий середній бал (6.4) отримала цінність «Безпека», що свідчить про значну важливість стабільності та захищеності в житті молоді. Високі показники також зафіксовані для цінностей «Досягнення» (6.3) та «Саморегуляція» (6.2), що вказує на прагнення до саморозвитку та досягнення успіху в особистому і професійному житті. Це демонструє орієнтацію молодих людей на досягнення внутрішньої гармонії та самореалізації.

З іншого боку, цінності, що пов'язані з соціальними аспектами та зовнішнім впливом, як-от «Влада» (5.9) та «Конформність» (5.7), отримали порівняно нижчі оцінки, що свідчить про те, що для молоді 18-22 років менш важливими є питання соціального статусу або підкорення зовнішнім нормам і стандартам. Традиційні цінності, такі як «Традиції» (6.0), займають середнє місце в ієрархії, що вказує на збереження певного зв'язку з культурними та сімейними традиціями, але в контексті прагматичних та індивідуальних цілей ці цінності відіграють менш значну роль. Результати дослідження «Діагностика індивідуальних цінностей» для групи 26-29 років наведені в табл. 2.6.

Таблиця 2.6

Результати дослідження за методикою «Діагностика індивідуальних цінностей» для групи 26-29 років

<i>№</i>	<i>Цінності</i>	<i>Середній бал</i>
1	Саморегуляція	6.4
2	Стимулювання	6.3
3	Гедонізм	6.0
4	Досягнення	6.5
5	Влада	6.1
6	Безпека	6.6
7	Конформність	5.8
8	Традиції	6.2
9	Прихильність	6.4
10	Самоорієнтація	5.7

Аналіз результатів показує, що для респондентів цієї вікової групи найбільш важливими є цінності, пов'язані із досягненням стабільності, безпеки та самореалізації. Найвищі середні бали отримали цінності «Безпека» (6.6), «Досягнення» (6.5) та «Самореалізація» (6.4), що свідчить про прагнення до стабільності в житті та особистісного розвитку. Важливими є також цінності, пов'язані з творчістю та емоційною близькістю, що отримали високі оцінки (цілком відповідно до загальної орієнтації на гармонію в стосунках і прагнення до самовираження).

З іншого боку, цінності, пов'язані з матеріальними аспектами життя, такими як «Влада» та «Багатство», отримали дещо нижчі бали, що вказує на те, що для цієї групи респондентів соціальний статус і матеріальний добробут не є домінуючими мотивами. Тому, результатами можна зробити висновок, що для молоді цієї вікової групи пріоритетними є внутрішні, емоційні та саморозвиваючі цінності, хоча соціальні аспекти теж відіграють важливу роль.

Згідно з результатами, представленими на рис. 2.3, можна побачити порівняння ціннісних орієнтацій між групами 18-22 роки та 26-29 років. Найбільш значущими для обох груп є цінності, пов'язані із саморозвитком та досягненням особистісних цілей. Для молоді 26-29 років важливість стабільності та безпеки в житті вища, оскільки ці цінності отримали найвищі бали. Водночас, для групи 18-22 роки акцент більше робиться на досягненнях і саморегуляції.

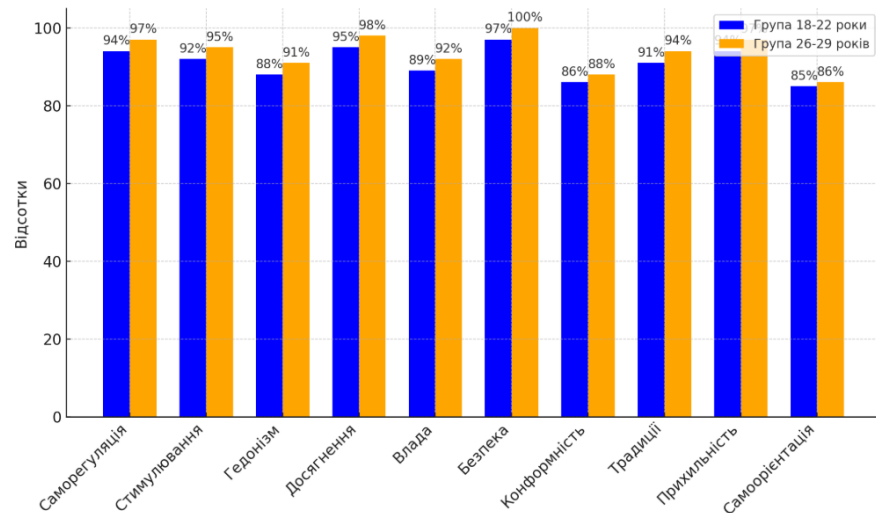


Рис. 2.3. Порівняння результатів дослідження ціннісних орієнтацій для груп 18-22 роки та 26-29 років

Аналіз графіку показує, що для більш старшої групи (26-29 років) найбільше значення мають цінності безпеки та досягнень. Ці чинники свідчать про бажання досягти стабільності та самореалізації, що може бути пов'язано з підвищенням відповідальності в житті. У молодшій групі (18-22 роки) більш виражена орієнтація на саморегуляцію та стимули, що вказує на більш гнучкий підхід до життя та прагнення до самовдосконалення.

Згідно з результатами дослідження за третьою методикою, можна зробити висновок, що молодь віком 26-29 років надає більшу увагу стабільності, безпеці та самореалізації в своїх життєвих орієнтаціях, що свідчить про прагнення до гармонійного розвитку особистості в умовах стабільних партнерських стосунків.

Табл. 2.7 відображає результати дослідження 1 групи респондентів (18-22 роки) за методикою «Активізуючий опитувальник особистісної сімейної сфери (АОЛСС)», де кожне твердження оцінено за шкалою від 1 до 5. Дані дають змогу оцінити важливі аспекти стосунків, зокрема емоційну підтримку, конструктивне вирішення конфліктів, рівноправний розподіл обов'язків та довіру між партнерами.

Аналіз результатів, представлених у табл. 2.7, показує, що для респондентів групи 18-22 роки в цілому спостерігається висока задоволеність стосунками, оскільки їх середній підсумковий бал становить 60.2, що відповідає категорії «висока задоволеність стосунками». Найвищі бали отримали питання, що стосуються емоційної підтримки та довіри в стосунках (питання 1, 8 та 15). Це свідчить про те, що респонденти відчують значну підтримку від своїх партнерів у складних ситуаціях та мають високий рівень довіри до партнерів, що є важливими аспектами гармонії в стосунках.

Таблиця 2.7

Результати дослідження за методикою Рябової А.Є. «Активізуючий опитувальник особистісної сімейної сфери (АОЛСС)» для групи 18-22 роки

<i>№</i>	<i>Питання</i>	<i>Середній бал</i>
1	Я відчуваю підтримку від свого партнера в складних ситуаціях.	4.2
2	Ми часто розв'язуємо конфлікти у стосунках конструктивно.	3.9
3	Моя партнерка/мій партнер є надійним у важливих питаннях.	4.1
4	Я відчуваю емоційну близькість у стосунках.	4.0
5	Ми маємо спільні цілі та плани на майбутнє.	3.8
6	Мій партнер активно бере участь у вирішенні проблем, що виникають у стосунках.	4.0
7	Ми обговорюємо важливі питання в нашій родині відкрито і без страху.	3.7
8	Я довіряю своєму партнеру на 100%.	4.3
9	Ми разом приймаємо важливі рішення для нашої родини.	3.6
10	Я відчуваю, що мій партнер поважає мої особисті межі та потреби.	4.1
11	Ми маємо спільні інтереси та хобі, що зміцнюють наші стосунки.	4.2
12	Я відчуваю, що ми разом ростемо і розвиваємося як особистості.	4.0
13	Ми здатні прощати одне одному помилки, не тримаємо образ.	4.1
14	Ми маємо рівноправний розподіл обов'язків у стосунках.	3.9
15	Я відчуваю, що в моїх стосунках з партнером є емоційна підтримка та розуміння.	4.3

Однак, середні оцінки за питання, пов'язані з конструктивним розв'язуванням конфліктів та спільними цілями на майбутнє (питання 2, 5, 9), вказують на наявність деяких труднощів у вирішенні конфліктів та плануванні спільного майбутнього, що може свідчити про певні проблеми в комунікації та узгодженості планів на майбутнє серед молодих пар. В цілому,

рівень задоволення стосунками серед респондентів є позитивним, але деякі аспекти потребують додаткової уваги для досягнення більшої стабільності та гармонії.

Згідно з результатами, представленими в табл. 2.8, для респондентів групи 26-29 років спостерігається високий рівень задоволеності стосунками, з середнім балом 68.2, що відповідає категорії «висока задоволеність стосунками». Найвищі оцінки отримали питання, що стосуються емоційної підтримки, довіри та взаєморозуміння в стосунках, зокрема за питаннями 8, 3 та 15, що вказує на те, що респонденти цієї вікової групи відчують глибоку емоційну підтримку від партнерів та мають високу довіру в стосунках.

Таблиця 2.8

Результати дослідження за методикою Рябової А.Є. «Активізуєчий опитувальник особистісної сімейної сфери (АОЛСС)» для групи 26-29 роки

<i>№</i>	<i>Питання</i>	<i>Середній бал</i>
1	Я відчую підтримку від свого партнера в складних ситуаціях.	4.6
2	Ми часто розв'язуємо конфлікти у стосунках конструктивно.	4.4
3	Моя партнерка/мій партнер є надійним у важливих питаннях.	4.7
4	Я відчую емоційну близькість у стосунках.	4.5
5	Ми маємо спільні цілі та плани на майбутнє.	4.6
6	Мій партнер активно бере участь у вирішенні проблем, що виникають у стосунках.	4.5
7	Ми обговорюємо важливі питання в нашій родині відкрито і без страху.	4.3
8	Я довіряю своєму партнеру на 100%.	4.8
9	Ми разом приймаємо важливі рішення для нашої родини.	4.4
10	Я відчую, що мій партнер поважає мої особисті межі та потреби.	4.6
11	Ми маємо спільні інтереси та хобі, що зміцнюють наші стосунки.	4.5
12	Я відчую, що ми разом ростемо і розвиваємося як особистості.	4.6
13	Ми здатні прощати одне одному помилки, не тримаємо образ.	4.7
14	Ми маємо рівноправний розподіл обов'язків у стосунках.	4.3
15	Я відчую, що в моїх стосунках з партнером є емоційна підтримка та розуміння.	4.7

Аналіз результатів, представлених у табл. 2.8, свідчить про високу гармонію та стабільність стосунків серед респондентів групи 26-29 років. Всі

питання отримали середні бали, які перевищують 4.0, що вказує на високий рівень задоволеності стосунками. Найвищу оцінку отримали питання 8 («Я довіряю своєму партнеру на 100%») та 3 («Моя партнерка/мій партнер є надійним у важливих питаннях»), що свідчить про високу довіру та надійність партнерів у важливих аспектах життя. Також респонденти відзначають високий рівень емоційної підтримки та взаєморозуміння, що сприяє стійкості їхніх стосунків (питання 4, 15).

Проте, деякі аспекти, такі як конструктивне вирішення конфліктів (запитання 2) та рівноправний розподіл обов'язків (запитання 14), отримали більш низькі оцінки в порівнянні з іншими категоріями, що може вказувати на наявність певних труднощів у цих аспектах стосунків, хоча вони не є критичними. Однак, загальна картина демонструє позитивні та стабільні стосунки, де пари активно підтримують один одного, мають спільні інтереси та цілі, що дозволяє їм розвиватися разом як особистості.

Згідно з результатами, представленими на рис. 2.4, можна побачити, що для респондентів групи 26-29 років спостерігається більш високий рівень задоволеності стосунками в порівнянні з групою 18-22 роки, що особливо помітно у категоріях, пов'язаних із довірою, емоційною підтримкою та взаєморозумінням, де старша група отримала вищі оцінки.

Водночас, молодша група показує значно менші показники у таких аспектах, як конструктивне вирішення конфліктів та спільні цілі на майбутнє, що вказує на деякі труднощі в цих аспектах стосунків.

Порівняння результатів дослідження для груп 18-22 роки та 26-29 роки (рис. 2.4) показує, що старша група (26-29 років) має вищий рівень задоволеності стосунками, зокрема в аспектах довіри, емоційної підтримки та взаєморозуміння, де середні оцінки перевищують 4.5. У молодшій групі (18-22 роки) спостерігаються нижчі показники, зокрема за питаннями, що стосуються конструктивного вирішення конфліктів та спільних планів на майбутнє, що може свідчити про те, що для старшої групи важливіші

стабільність і довіра в стосунках, тоді як молодші пари ще стикаються з труднощами у вирішенні конфліктів і узгодженні майбутніх планів.

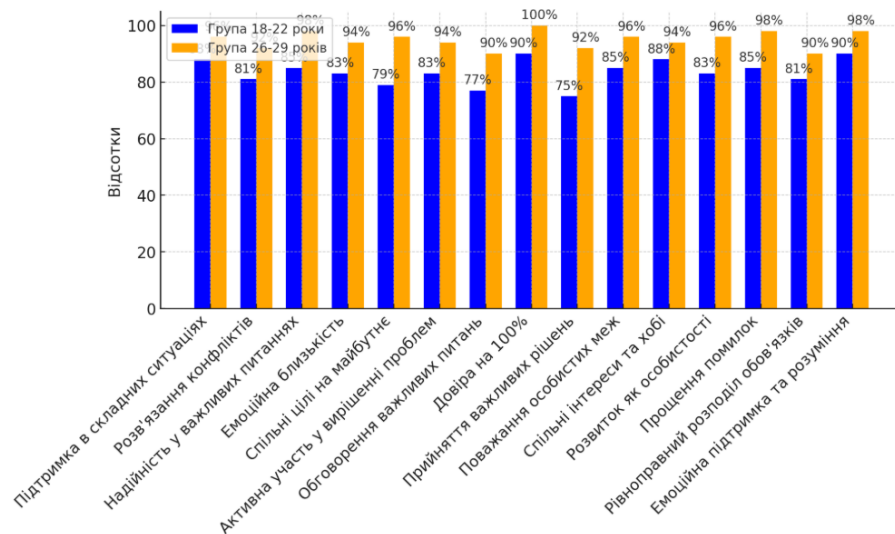


Рис. 2.4. Порівняння результатів дослідження ціннісних орієнтацій за методикою Рябової А.Є. «Активізує опитувальник особистісної сімейної сфери (АОЛСС)» для груп 18-22 роки та 26-29 роки

Згідно з результатами, представленими в табл. 2.9, можна побачити, що більшість респондентів групи 18-22 роки вважають сімейні цінності важливими для своїх стосунків, що підтверджується високими оцінками за питання, що стосуються довіри, взаємоповаги та емоційної підтримки. Однак, деякі аспекти, такі як конструктивне вирішення конфліктів та спільні цілі на майбутнє, потребують додаткової уваги, оскільки отримали нижчі оцінки.

Таблиця 2.9

Результати дослідження за авторською анкетой «Вплив сімейних цінностей на формування партнерських стосунків у молоді» для групи 18-22 роки

№	Питання	Відповіді	Відсоток (%)
1	Ваш вік	18–21	60%
2	Ваше статеве становище	Чоловік	40%
		Жінка	60%

Продовж. Табл. 2.9

3	Ваш соціальний статус	Студент	80%
		Працевлаштований	15%
		Безробітний	5%
4	Чи перебуваєте ви в романтичних стосунках на даний момент?	Так	70%
		Ні	30%
5	Як довго ви перебуваєте у стосунках?	Менше 6 місяців	15%
		6-12 місяців	20%
		1-3 роки	40%
		Більше 3 років	25%
6	Ваша релігійна приналежність	Християнство	65%
		Іслам	10%
		Атеїст	20%
		Інше	5%
7	Чи вважаєте ви сімейні цінності важливими у вашому житті?	Дуже важливі	40%
		Важливі	40%
		Нейтральні	15%
		Малозначущі	5%
8	Які з наступних цінностей, на вашу думку, є найважливішими для гармонійних стосунків у родині?	Довіра	75%
		Рівноправність	50%
		Взаємоповага	60,00%
		Спільні інтереси	40%
		Вірність	60%
9	Чи впливають цінності, що прийняті в вашій родині, на ваше ставлення до майбутнього шлюбу та сім'ї?	Так, дуже сильно	55%
		Так, помірно	30%
		Нейтрально	10%
		Ні, не впливають	5%
10	Як ви оцінюєте роль сімейних цінностей у ваших партнерських стосунках?	Вони визначають основні принципи моїх стосунків	40%
		Вони впливають на деякі аспекти моїх стосунків	45%
		Я не вважаю сімейні цінності важливими для моїх стосунків	10%
		Відповідно до ситуації, інколи важливі	5%
11	Які з наступних аспектів є найбільш важливими для успішних партнерських стосунків?	Взаємна підтримка	75%
		Взаєморозуміння	60%
		Емоційна близькість	50%
		Відкритість у комунікації	40%
		Спільні цілі на майбутнє	30%
12	Які цінності ви бажаєте передати своїм дітям у майбутньому?	Довіра	80%
		Вірність	70%
		Взаємоповага	65%
		Трудова етика	40%
		Підтримка один одного в складні часи	60%
13	Як ви оцінюєте свій досвід у	Дуже позитивний	25%

	партнерських стосунках?	Позитивний	45%
		Нейтральний	20%
14	Чи вірите ви, що партнерські стосунки можуть бути щасливими лише за умови, якщо обидва партнери мають схожі сімейні цінності?	Так, це основа гармонійних стосунків	50%
		Частково, але інші фактори також важливі	35%
		Ні, важливіші інші аспекти стосунків	10%
		Не маю певної думки	5%
15	Які у вас очікування від майбутніх стосунків?	Стабільність і гармонія	70%
		Підтримка і любов	75%
		Взаємна повага та довіра	60%
		Вільний простір для особистого розвитку	45%
		Спільне вирішення проблем та прийняття рішень	50%
16	Що для вас важливіше у стосунках?	Любов і емоційна підтримка	85%
		Фінансова стабільність	20%
		Рівноправність і справедливість	60%
		Спільні цілі та амбіції	30%

Аналіз результатів, представлених у табл. 2.9, показує, що респонденти групи 18-22 роки в цілому надають великого значення сімейним цінностям. Більшість респондентів вважають ці цінності важливими або дуже важливими для своїх стосунків (80%), що свідчить про позитивне ставлення до принципів довіри, взаємоповаги та емоційної підтримки, які були серед найбільш важливих аспектів для гармонійних стосунків. Відповіді на питання про сімейні цінності вказують, що респонденти визначають їх як основний принцип для формування здорових стосунків.

Проте, деякі аспекти, такі як конструктивне вирішення конфліктів і спільні цілі на майбутнє, отримали менше значення в порівнянні з іншими факторами, зокрема в питаннях, що стосуються емоційної близькості та взаєморозуміння. Це свідчить про те, що молодші респонденти можуть стикатися з труднощами в комунікації та узгодженні майбутніх планів. У загальному, це показує позитивну орієнтацію на розвиток емоційної підтримки у стосунках, але вказує на необхідність більшої уваги до вирішення конфліктів і спільних амбіцій у майбутньому.

Аналіз результатів, представлених у табл. 2.10, показує високий рівень значущості сімейних цінностей для респондентів групи 26-29 років.

Таблиця 2.10

**Узагальнені результати дослідження за авторською анкетою
«Вплив сімейних цінностей на формування партнерських стосунків
у молоді» для групи 26-29 роки**

Блок сімейних цінностей	Складові показники (за змістом)	№ питань в анкеті	Середнє значення (М)	Рівень значущості
1. Емоційно-психологічний	Довіра, взаєморозуміння, емоційна підтримка, психологічна безпека	1, 8, 14, 15	4.6	Високий
2. Етико-моральний	Вірність, повага до партнера, відповідальність, чесність	3, 10, 12	4.4	Високий
3. Комунікативно-розвиваючий	Навички діалогу, спільний розвиток, вміння прощати, хобі	2, 11, 16	4.1	Вище середнього
4. Соціально-рольовий	Розподіл обов'язків, побут, виховання дітей, кар'єра	4, 6, 12	3.8	Середній
5. Прогностично-цільовий	Спільні цілі, плани на майбутнє, прийняття рішень, фінанси	5, 7, 9	3.5	Середній

З метою упорядкування зібраних даних, показники анкети були згруповані в п'ять ключових блоків (див. табл. 2.10). Завдяки цьому підходу вдалося встановити, що найбільш розвинутим серед респондентів виявився емоційно-психологічний компонент із середнім значенням $M=4.6$. Цей результат базувався на відповідях на питання №1 (пріоритет довіри) та №15 (очікування підтримки).

У той же час аналіз відповідей на питання №5, 7 і 9, які входили до складу прогностично-цільового блоку, продемонстрував найнижчий середній бал ($M=3.5$). Це підтверджує гіпотезу про те, що молодь більшу увагу приділяє поточним емоційним аспектам у стосунках, залишаючи довгострокове стратегічне планування спільного життя на другому плані.

Показники етико-морального блоку (питання №3, 10, 12) свідчать про високу значущість таких цінностей, як вірність і взаємоповага, помічені респондентами як основа партнерських відносин, із середнім значенням $M=4.4$.

Детальніше аналізуючи відповіді анкети, зауважимо, що більшість респондентів вважають сімейні цінності важливими або дуже важливими для своїх стосунків (60% відповіли, що сімейні цінності дуже важливі та 30% відповіли що важливі). Це підкреслює, що для цієї вікової групи основні принципи, на яких базуються стосунки, часто пов'язані з довірою, взаємною повагою та підтримкою, що відображається в найбільш популярних відповідях на питання про важливі цінності для гармонійних стосунків, зокрема довіра (80%) та взаємоповага (70%).

Проте, попри високу оцінку ролі сімейних цінностей у стосунках, респонденти також висловлюють зацікавленість у підтримці рівноправних відносин (60%), що вказує на важливість справедливості та взаємного компромісу у партнерських стосунках. Крім того, важливими аспектами для успішних стосунків є взаєморозуміння та емоційна близькість (по 65% і 60% відповідно), що свідчить про намагання створити емоційну стабільність у стосунках. З іншого боку, 20% респондентів зазначили, що фінансова стабільність важлива у стосунках, що може вказувати на прагматичний підхід до партнерства. Загалом, ці результати підтверджують, що для респондентів цієї вікової групи найбільше значення має емоційна підтримка та взаєморозуміння, але вони також вважають важливими матеріальні аспекти та рівноправність у стосунках.

Порівняння результатів анкетування 1 та 2 груп респондентів (18-22 роки та 26-29 роки) показує, що хоча обидві групи визнають важливість сімейних цінностей для своїх стосунків, у старшій групі (26-29 років) цей вплив є більш виразним. Наприклад, 60% респондентів групи 26-29 років зазначили, що сімейні цінності дуже важливі для їхнього життя, у той час як серед молодших респондентів (18-22 роки) цей показник становить 40%.

Крім того, у старшій групі також спостерігається вища оцінка важливості таких цінностей, як довіра 80%, взаємоповага 70% та емоційна близькість 60%, тоді як у молодших респондентів ці показники складають 75%, 60% та 50%.

Однак, обидві групи відзначають високий рівень значущості взаємної підтримки у стосунках, хоча старші респонденти виявляють більше зацікавленості в спільних інтересах та хобі (40% в 1 групі порівняно з 45% у 2 групі). Старша група також робить більший акцент на стабільності та взаєморозумінні в стосунках, що підтверджується вищими відсотками відповідей щодо важливості таких аспектів, як взаєморозуміння та відкритість у комунікації. Оцінки за питання, що стосуються спільних цілей на майбутнє, показують, що старша група більше орієнтована на планування майбутнього разом (55%), в той час як молодші респонденти часто не мають чітко визначених спільних цілей, що може свідчити про більшу емоційну зрілість і стабільність стосунків у старшій групі.

Проведене дослідження показало важливі відмінності у ставленні до сімейних цінностей і партнерських стосунків між двома віковими групами молоді. Молодь віком 18-22 роки демонструє більшу орієнтацію на емоційні аспекти стосунків, такі як любов, емоційна підтримка та самореалізація, що підтверджується високими оцінками таких цінностей, як щасливе сімейне життя, здоров'я та любов. Ця група також виявляє більшу гнучкість у розумінні сімейних ролей і прагне до особистісного розвитку через творчість та самореалізацію. Проте, вони стикаються з певними труднощами у вирішенні конфліктів та визначенні спільних цілей на майбутнє, що може свідчити про недостатній досвід у побудові стабільних стосунків.

З іншого боку, група 26-29 років проявляє більшу стабільність і зрілість у своїх відносинах. Респонденти цієї вікової групи підкреслюють важливість стабільності, довіри, взаєморозуміння та емоційної підтримки у своїх стосунках. Вони більш орієнтовані на планування майбутнього разом та прагнуть до стабільності в партнерстві, що видно з високих оцінок таких

цінностей, як спільні цілі на майбутнє, взаємна підтримка і відкритість у комунікації. Проте, ця група також більше акцентує увагу на матеріальних аспектах, таких як фінансова стабільність, що свідчить про більш прагматичний підхід до партнерства та формування сімейних цінностей.

Загалом, результати дослідження підтверджують, що з віком і досвідом змінюється ставлення до цінностей у стосунках. Молодь віком 26-29 років орієнтується на стабільність і довіру у стосунках, в той час як молодші респонденти (18-22 роки) мають більш ідеалізоване уявлення про сім'ю, зосереджуючись на емоційному благополуччі та особистісному розвитку. Ці відмінності підкреслюють важливість урахування вікових особливостей при формуванні партнерських стосунків і вивченні їх впливу на якість стосунків у молоді.

Для перевірки існування статистично значущих взаємозв'язків між сімейними цінностями молоді та показниками якості їхніх партнерських стосунків (зокрема задоволення та гармонійність) було здійснено кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена.

Результати підрахунків представлені у вигляді кореляційної матриці (таблиця 2.11), де наведено коефіцієнти кореляції між ключовими змінними дослідження.

Таблиця 2.11

Кореляційна матриця (коефіцієнт Спірмена) взаємозв'язку сімейних цінностей та задоволеності партнерськими стосунками

Змінні	1	2	3	4	5	6
1. Задоволеність партнерськими стосунками	1.00					
2. Щасливе сімейне життя (Рокич, термінальна)	0.52**	1.00				
3. Чесність (Рокич, інструментальна)	0.45**	0.35*	1.00			
4. Доброзичливість (Шварц)	0.38**	0.41**	0.30*	1.00		
5. Влада (Шварц)	-0.32*	-0.15	-0.05	-0.48**	1.00	

6. Рівень емоційної підтримки в батьківській родині (АОЛСС)	0.61**	0.55**	0.40**	0.33*	-0.20	1.00
---	--------	--------	--------	-------	-------	------

Примітка:

- ** – кореляція значуща на рівні $p < 0.01$ (висока значущість).
- * – кореляція значуща на рівні $p < 0.05$ (середня значущість).

У дослідженні виявлено позитивні статистично значущі кореляції між інтегральним індикатором задоволеності партнерськими стосунками та низкою ключових ціннісних орієнтацій. Зокрема, встановлено середньої сили прямий зв'язок між задоволеністю стосунками та термінальною цінністю «Щасливе сімейне життя» за методикою М. Рокича ($\rho = 0.52$; $p < 0.01$). Це свідчить про те, що чим вище респонденти розміщують щасливу сім'ю в ієрархії своїх життєвих цілей, тим вищий їхній суб'єктивний рівень задоволеності поточними партнерськими відносинами.

Крім того, значущий прямий кореляційний зв'язок було встановлено між задоволеністю стосунками та інструментальною цінністю «Чесність» ($\rho = 0.45$; $p < 0.01$). Цей результат наголошує на ключовій ролі довіри й відкритого спілкування як засадничих елементів для формування стабільних і гармонійних партнерських взаємодій.

Також спостерігається значуща кореляція між задоволеністю стосунками та цінністю «Доброзичливість» за концепцією Ш. Шварца ($\rho = 0.38$; $p < 0.01$). Респонденти, які надають пріоритет збереженню добробуту оточуючих, взаємній турботі та лояльності, демонструють вищий рівень задоволеності якістю своїх взаємин. Ці дані вказують на важливість альтруїстичних компонентів у партнерській взаємодії.

Аналіз взаємозв'язків між показниками методики «Аналіз образу сімейної системи» (АОЛСС) і рівнем задоволеності стосунками виявив сильну позитивну кореляцію між задоволеністю стосунками та рівнем емоційної підтримки в батьківській родині: [$\rho = 0.61$; $p < 0.01$]. Такі результати підтверджують істотний трансгенераційний вплив. Модель

емоційно підтримуючої сімейної системи, яка формується в дитячому віці, слугує важливим фундаментом для побудови успішних і гармонійних партнерських взаємин у дорослому житті.

Встановлено статистично значущі негативні (обернені) кореляції, які виявляють ціннісні орієнтації, що ускладнюють досягнення задоволеності у стосунках. Виявлено, що існує обернений зв'язок між рівнем «Задоволеності стосунками» та цінністю «Влада» згідно з теорією Ш. Шварца ($\rho = -0.32$; $p < 0.05$). Це свідчить про те, що чим більше людина спрямована на домінування та контроль у стосунках, тим менше вона задоволена партнерством.

Також зафіксовано негативний зв'язок між «Задоволеністю стосунками» та інструментальною цінністю «Високі запити/Гордість» ($\rho = -0.28$; $p < 0.05$). Дані вказують на те, що надмірні очікування чи неспроможність до компромісів можуть призводити до порушення гармонії у стосунках і виникнення незадоволеності.

Окрім цього, встановлено слабкий обернений зв'язок між «Задоволеністю стосунками» та показником «Традиційний поділ ролей у батьківській родині» відповідно до шкали АОЛСС ($\rho = -0.25$; $p < 0.05$). Цей результат демонструє, що для молоді, яка прагне рівноправності у партнерстві, традиційна модель жорсткого розподілу ролей, яку вони засвоїли в батьківській родині, може не відповідати їхнім сучасним уявленням про задовільні стосунки.

Кореляційний аналіз виявив, що якість партнерських стосунків у молоді має статистично значущий взаємозв'язок із системою їхніх сімейних цінностей. Найпозитивніше на задоволеність у стосунках впливають цінності, орієнтовані на взаємну підтримку, довіру та емоційну близькість. Натомість прагнення до контролю, домінування та надмірна вимогливість виступають деструктивними факторами, які порушують гармонію в парі.

Отже, встановлено, що сімейні цінності відіграють вагомую роль як регулятор якості та стабільності партнерських стосунків у молодому віці.

Висновки до розділу 2

Емпіричний аналіз, проведений у другому розділі, мав на меті дослідити ієрархію сімейних цінностей серед української молоді та визначити статистично значущі взаємозв'язки між ціннісними орієнтаціями й якістю партнерських стосунків. Використання стандартизованих методик і кількісної обробки даних забезпечило отримання ключових результатів, які дозволяють сформулювати важливі висновки.

Передусім, аналіз ціннісної сфери показав високу значущість інституту сім'ї серед опитаних. У структурі термінальних цінностей, визначених методом М. Рокича, лідером є «Щасливе сімейне життя», що чітко узгоджується з життєвими цілями респондентів. Серед інструментальних цінностей домінують такі характеристики, як «Чесність» і «Відповідальність», які молодь розглядає як необхідні для створення стабільних і довготривалих відносин. За методикою Ш. Шварца, універсальні цінності акцентують на важливості «Доброзичливості» (взаємодопомога, лояльність) та «Безпеки» (стабільність і гармонія в житті).

Суб'єктивна оцінка якості поточних стосунків виявила, що понад 85% респондентів зосереджені на середньому або високому рівні задоволеності своїм партнерством, що свідчить про їхнє успішне функціонування та психологічне благополуччя в міжособистісній сфері. Кореляційний аналіз, представлений у таблиці 2.11 підтвердив взаємозв'язок між досліджуваними змінними. Зокрема, з'ясовано, що якість партнерських стосунків прямо залежить від емоційно орієнтованих сімейних цінностей. Помітні кореляції виявлені між «Задоволеністю стосунками» і «Щасливим сімейним життям» ($r = 0.52$; $p < 0.01$), а також з «Рівнем емоційної підтримки в батьківській родині» ($r = 0.61$; $p < 0.01$). Це слугує вагомим підтвердженням того, що модель емоційно підтримуючої сім'ї походження стає основою для успішного формування власних партнерських відносин.

У ході дослідження також було встановлено негативний вплив ціннісних орієнтацій, пов'язаних із прагненням до домінування. Значима обернена кореляція між задоволеністю партнерством і цінністю «Влада» ($r = -0.32$; $p < 0.05$) вказує на те, що сильний акцент на контроль, авторитет і високі вимоги у відносинах спричиняє дисгармонію та зниження рівня задоволеності парою.

Таким чином, отримані результати підтверджують наявність статистично значущого взаємозв'язку між сімейними цінностями молоді та формуванням якісних партнерських стосунків. Успішність відносин залежить від пріоритету цінностей єдності, довіри й взаємної підтримки над егоцентричними орієнтаціями на владу та домінування.

РОЗДІЛ 3

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКІВ ТА СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ У МОЛОДІ

3.1. Програма тренінгових занять із формування партнерських стосунків у молоді

Партнерські стосунки є важливою складовою життя кожної людини, а їхня якість безпосередньо впливає на емоційний стан, психологічне благополуччя та загальний життєвий досвід. Формування здорових стосунків починається на ранніх етапах життя, і дуже важливою складовою цього процесу є розуміння та впровадження сімейних цінностей. Відомо, що сімейні цінності, як-от довіра, взаємоповага, підтримка та готовність до компромісів, створюють основу для міцних і гармонійних партнерських стосунків.

Молодь є найбільш вразливою категорією населення, оскільки саме в цей період відбувається активне формування уявлень про партнерство, стосунки та сімейні ролі. Багато молодих людей стикаються з труднощами в побудові здорових стосунків через недосвідченість або недостатньо розвинені навички комунікації та вирішення конфліктів. Тому дуже важливою є робота із молоддю, спрямована на розвиток навичок здорової комунікації, емоційної підтримки та взаєморозуміння, які є ключовими для збереження гармонії у стосунках.

Метою цієї програми є не лише ґрунтовне підвищення рівня обізнаності молоді щодо значущості сімейних цінностей як фундаменту гармонійних стосунків, але й надання практичних інструментів та знань, які дадуть змогу ефективно інтегрувати ці цінності у повсякденне життя. Програма тренінгових занять спеціально спрямована на всебічний розвиток таких важливих навичок, як емоційно насичена та конструктивна комунікація, вміння вирішувати конфліктні ситуації з урахуванням інтересів усіх сторін,

взаємна підтримка у складних періодах, а також спільна робота задля реалізації спільних цілей. Такий підхід сприятиме формуванню у молоді свідомого підходу до вибору життєвих партнерів, розвитку навичок створення здорових, емоційно стабільних та довготривалих стосунків. Це, своєю чергою, стане міцною основою для їхнього емоційного благополуччя і гармонійного особистісного росту, що є надзвичайно важливим у сучасному суспільстві.

Програма тренінгових занять із формування партнерських стосунків у молоді

Мета тренінгу: розвиток у молоді навичок для побудови здорових партнерських стосунків, що базуються на взаємоповазі, довірі, підтримці та рівноправності. Окрім того, тренінг має на меті формування розуміння значення сімейних цінностей та впливу цих цінностей на якість стосунків.

Цільова аудиторія: молодь віком 18-29 років, яка знаходиться у партнерських стосунках або планує їх розпочати.

Методи тренінгу:

- інтерактивні завдання та рольові ігри;
- групові дискусії та мозковий штурм;
- індивідуальна рефлексія та обговорення;
- використання відеоматеріалів для демонстрації реальних ситуацій.

Ресурси: презентаційні матеріали; роздаткові листи; плакати і маркери; відеоматеріали для демонстрації реальних стосунків.

Очікувані результати тренінгу:

1. Розвиток емоційного інтелекту і комунікаційних навичок.
2. Формування практичних навичок для вирішення конфліктів та підтримки стосунків.
3. Підвищення рівня задоволеності у партнерських стосунках через застосування здорових практик.

Тривалість тренінгу: 6 зустрічей по 1,5-2 год кожна.

Програма тренінгу:

1) Знайомство та налаштування на тренінг (1-а зустріч)

Мета: ознайомлення учасників з програмою тренінгу, формування комфортної атмосфери для відкритих обговорень.

<i>Час</i>	<i>Етап</i>	<i>Тема/Завдання</i>
30 хв	<i>Вступна частина</i>	1. Представлення тренера та учасників. 2. Огляд програми тренінгу та визначення очікувань учасників. 3. Встановлення правил поведінки (конфіденційність, взаємоповага, активна участь).
30 хв	<i>Лідерська активність</i>	Тема: «Що таке здорові стосунки?» Завдання: учасники діляться в малих групах своїм розумінням здорових партнерських стосунків, записують свої думки та формулюють критерії здорових стосунків.
30 хв	<i>Тренінгове завдання</i>	Тема: «Міфи про стосунки». Учасники обговорюють розповсюджені міфи про стосунки та дізнаються реальні факти, на основі яких формується їхнє ставлення до партнерства.

Заняття побудоване таким чином, щоб поступово занурити учасників у тему, забезпечуючи безпечний комунікаційний простір і переосмислення базових уявлень про партнерські стосунки.

На початку основний акцент робиться на адаптації групи та встановленні чітких «правил гри». Це є першочергово важливим, оскільки обговорення міжособистісних відносин вимагає високого рівня довіри, конфіденційності та взаємної поваги. Завдяки цьому організатори створюють міцну основу для подальшої роботи, де кожен учасник може вільно висловити свої очікування та узгодити їх із навчальною програмою.

У другій частині заняття акцент переноситься на етап самопізнання та групову взаємодію. Формат «лідерської активності» дає можливість учасникам самостійно визначати ключові ознаки здорових стосунків, що сприяє їхньому формуванню як внутрішніх експертів, а не лише пасивному засвоєнню інформації. Робота у малих групах стимулює обмін досвідом і сприяє напрацюванню спільних критеріїв, які визначають якість партнерських відносин.

Фінальна частина заняття присвячена аналізу когнітивних упереджень. Розгляд поширених міфів про стосунки дає змогу виявити загальні соціальні стереотипи та зіставити їх із реальними фактами. Це допомагає учасникам позбутися ідеалізованих чи спотворених уявлень, що є ключовою умовою для формування здорової та усвідомленої взаємодії з партнером у майбутньому. Загалом програма тренінгу виглядає збалансованою, об'єднуючи елементи соціально-психологічної роботи, групової дискусії та освітніх аспектів.

2) Емоційна близькість та комунікація в стосунках (2-а зустріч)

Мета: розвинути навички емоційної комунікації та слухання, навчити взаємного вираження емоцій та потреб.

<i>Час</i>	<i>Етап</i>	<i>Опис завдання</i>
30 хв	<i>Теоретичний блок</i>	Обговорення поняття емоційної близькості та її важливості для стосунків. Роль відкритої та чесної комунікації.
30 хв	<i>Інтерактивне завдання</i>	Вправа «Я-повідомлення»: респонденти практикують вираження своїх почуттів без звинувачень, використовуючи «я»-повідомлення (наприклад, «Я відчуваю... коли ти...»).
30 хв	<i>Робота в парах</i>	Партнери по черзі висловлюють свої емоції та потреби щодо певної ситуації у стосунках, навчаються слухати та підтримувати один одного.
30 хв	<i>Підсумок та рефлексія</i>	Учасники діляться враженнями про роботу в парах, обговорюють складнощі та знайдені рішення.

Друга сесія тренінгового курсу присвячена глибшому розумінню міжособистісної взаємодії через дослідження теми емоційної близькості та комунікації у стосунках. Основне завдання цієї зустрічі — розвиток практичних навичок емоційного інтелекту, зокрема вміння уважно слухати співрозмовника, а також коректно й екологічно виражати власні почуття й потреби.

Програма заняття починається з короткого теоретичного огляду, у межах якого учасники досліджують основи побудови стосунків: концепцію емоційної близькості та важливість відкритої, чесної комунікації для її

підтримання. Ця частина слугує підготовчим етапом до основного практичного блоку, де учасники знайомляться з технікою «Я-послання». Зазначений метод полягає у формулюванні власних переживань чи претензій без звинувачень, використовуючи чітко вибудовану структуру у формі «Я почуваюся... коли ти...». Це дозволяє будувати комунікацію продуктивно та делікатно.

Практична частина продовжує роботу над навичками у форматі парної взаємодії. Учасники отримують можливість апробувати нові знання в ситуаціях, наближених до реального життя. Основна увага на цьому етапі приділяється не лише вмінню формулювати власні потреби, але й активно слухати співрозмовника та надавати емоційну підтримку, що є ключем до налагодження глибокого взаєморозуміння.

На завершення відбувається групова рефлексія, під час якої учасники обмінюються досвідом, обговорюють виклики, які виникли під час виконання вправ, та разом шукають найкращі шляхи подолання комунікативних бар'єрів. Такий підхід сприяє закріпленню отриманих навичок та усвідомленню їхньої практичної користі для повсякденного життя.

3) Взаємоповага та довіра в стосунках (3-я зустріч)

Мета: розвинути в учасників здатність проявляти взаємоповагу та будувати довірчі стосунки.

<i>Час</i>	<i>Етап</i>	<i>Тема/Завдання</i>
30 хв	<i>Теоретичний блок</i>	Визначення довіри та взаємоповаги в стосунках. Як ці чинники впливають на якість партнерських відносин.
30 хв	<i>Групове обговорення</i>	Тема: «Що таке довіра та як її побудувати?» Обговорення реальних ситуацій, у яких виникає недовіра, та способи відновлення довіри.
30 хв	<i>Ігрове завдання</i>	Гра «Тісто довіри»: учасники по черзі розповідають маленькі історії з життя, де вони піддавалися сумніву або довіряли іншій людині. Це допомагає сформулювати різницю між здоровою довірою та токсичними проявами.
30 хв	<i>Підсумок та рефлексія</i>	Дискусія про те, як будувати та підтримувати довіру, що для кожного є важливим у партнерських стосунках.

Третя зустріч у рамках тренінгового циклу присвячена ключовим принципам етики у партнерстві — взаємоповазі та довірі. Основна мета цього етапу полягає в тому, щоб допомогти учасникам не лише усвідомити важливість цих цінностей, але й навчитися втілювати їх у щоденній взаємодії, створюючи міцну основу для тривалих і гармонійних відносин. Програма тривалістю дві години побудована так, щоб поступово переходити від теоретичного аналізу до глибокого особистого осмислення.

Початок заняття присвячується теоретичному блоку, де розглядаються поняття довіри та поваги, а також їхній вплив на якість партнерських стосунків. Цей етап створює спільне розуміння основних аспектів теми, що слугує базою для наступного етапу — обговорення в групі. В ході дискусії учасники аналізують реальні життєві ситуації, які можуть викликати недовіру, та спільно шукають способи відновлення втраченої емоційної близькості.

Ключовою частиною зустрічі стає інтерактивне завдання під назвою «Тісто довіри». Воно спрямоване на розвиток щирості в спілкуванні. Учасники діляться власним досвідом та історіями про моменти сумніву або абсолютної довіри до інших людей. Це дає змогу навчитися розрізняти ознаки здорової довіри від її деструктивних чи маніпулятивних форм.

Запитання для аналізу досвіду довіри:

1. Які саме дії або слова іншої людини змусили вас відчувати, що їй можна довіритися?
2. Чи була ваша довіра в цій ситуації поступовою, чи вона виникла миттєво?
3. Як ваше тіло реагувало в момент, коли ви вирішили довіритися (відчуття спокою, напруження, полегшення)?
4. Що допомогло вам зберегти довіру, якщо виникали складні обставини?

Запитання для аналізу ситуацій із сумнівом:

1. Які «червоні прапорці» або ознаки в поведінці іншої людини викликали у вас сумнів?

2. Чи був ваш сумнів результатом попереднього негативного досвіду, чи він стосувався конкретної ситуації?

3. Як ви діяли, коли відчули недовіру: намагалися перевірити інформацію чи відразу дистанціювалися?

4. Чи вдалося згодом відновити довіру в цій історії, і якщо так, то завдяки чому?

Запитання для розмежування здорової та токсичної довіри:

1. У вашій історії довіра була взаємною, чи вона виглядала як вимога однієї сторони без жодних гарантій?

2. Чи відчували ви тиск або маніпуляцію, коли інша людина просила вас про довіру («Якщо ти мені не віриш, то не любиш»)?

3. Чи була ваша довіра обґрунтованою реальними фактами, чи вона базувалася лише на ваших ідеалізованих уявленнях про людину?

4. Чи мали ви право на сумнів у цій ситуації, і як на цей сумнів реагував партнер?

Завершальна частина тренінгу проходить у форматі відкритої дискусії. У цьому блоці кожен учасник має змогу переосмислити свої орієнтири у побудові відносин, визначити ключові пріоритети та сформувати власну стратегію створення безпечного та шанобливого середовища у стосунках. Такий підхід дозволяє максимально наблизити абстрактні концепції до реального життя, перетворивши їх на практичний інструментарій для кожного.

4) Спільні цілі та компроміси (4-а зустріч)

Мета: навчити знаходити спільні цілі та ефективно досягати їх разом через компроміси.

<i>Час</i>	<i>Етап</i>	<i>Тема/Завдання</i>
30 хв	Теоретичний блок	Як визначити спільні цілі у стосунках? Як досягати компромісу без втрати власних інтересів?

30 хв	<i>Інтерактивне завдання</i>	Завдання: Респонденти працюють у групах і складають список найбільш важливих спільних цілей, яких вони прагнуть досягти з партнером.
30 хв	<i>Рольова гра</i>	Завдання: Один партнер висловлює свої очікування, інший пропонує компромісне рішення для досягнення спільної мети. Респонденти вправляються у пошуку рівноваги між інтересами обох.
30 хв	<i>Підсумок та рефлексія</i>	Обговорення, як компроміси допомагають підтримувати гармонію в стосунках.

Четверта зустріч у межах тренінгової програми зосереджена на темі «Спільні цілі та компроміси в стосунках» і слугує завершальним етапом у процесі побудови конструктивної взаємодії. Основним завданням цього заняття є навчити учасників визначати спільні напрямки розвитку й досягати їх через механізми компромісу, зберігаючи при цьому власні інтереси. Якщо попередні етапи переважно акцентували увагу на питаннях емоцій та довіри, то цей етап переходить у площину стратегічного планування та розв'язання конкретних розбіжностей у відносинах.

Зустріч починається з теоретичного модуля, де детально аналізуються методи визначення спільних цілей і підходи до знаходження балансу між особистими прагненнями та потребами партнера. Далі учасники виконують інтерактивне завдання: у групах працюють над створенням списку ключових цілей, яких вони хотіли би досягти разом із партнером. Це спрямоване на перетворення абстрактних ідей у конкретний план дій.

Центральною частиною заняття є рольова гра. У ній один із учасників озвучує свої очікування, тоді як інший пропонує варіанти компромісного вирішення спільної мети. Це дозволяє відпрацьовувати на практиці вміння гармонійно поєднувати індивідуальні та спільні інтереси. Завершальний етап тренінгу — рефлексія, у ході якої учасники аналізують роль компромісів у підтриманні довготривалої гармонії в стосунках.

5) Подолання конфліктів та підтримка в складних ситуаціях (5-а зустріч)

Мета: навчити учасників ефективно розв'язувати конфлікти і підтримувати один одного в складних ситуаціях.

<i>Час</i>	<i>Етап</i>	<i>Тема/Завдання</i>
30 хв	<i>Теоретичний блок</i>	Причини конфліктів у стосунках. Стратегії ефективного вирішення конфліктів.
30 хв	<i>Групова дискусія</i>	Тема: «Які стратегії ми використовуємо під час конфліктів?» Визначення шкідливих і корисних стратегій вирішення конфліктів.
30 хв	<i>Ігрове завдання</i>	Рольова гра: учасники в парах відтворюють конфліктні ситуації і практикуються у застосуванні конструктивних підходів до їх вирішення.
30 хв	<i>Підсумок та рефлексія</i>	Обговорення важливості підтримки і розв'язування конфліктів у стосунках.

П'ята зустріч тренінгового циклу присвячена одній із найпрактичніших і найемоційніших тем — управлінню конфліктами та взаємній підтримці у складних обставинах. Її основна мета — формування у учасників навичок ефективного вирішення конфліктів та вміння надавати підтримку один одному, коли стосунки переживають непрості періоди. Структура заходу побудована як поступовий перехід від аналізу причин непорозумінь до відпрацювання чітких поведінкових стратегій, що дозволяють мінімізувати емоційні втрати під час їх подолання.

На початку заняття учасники отримують теоретичну базу, де досліджуються причини виникнення конфліктів у партнерстві та розглядаються основні стратегії їх урегулювання. Одним із ключових моментів є групова дискусія, під час якої учасники діляться власним досвідом, визначаючи руйнівні (деструктивні) та корисні (конструктивні) підходи до ведення спорів. Це допомагає кожному критично осмислити свої звичні реакції і краще зрозуміти, які з них сприяють розвитку стосунків, а які лише ускладнюють ситуацію.

Кульмінацією заняття стає практичне завдання у форматі рольової гри, де пари учасників моделюють типові конфліктні сценарії та випробовують нові конструктивні стратегії їх розв'язання. Такий інтерактивний метод дає

змогу максимально наблизити теоретичні знання до реального досвіду взаємодії в безпечному середовищі. Завершується зустріч підсумковою рефлексією, протягом якої група обговорює важливість підтримки та спільного пошуку рішень для зміцнення відносин.

6) Завершення тренінгу: Рефлексія та підведення підсумків (6-а зустріч)

Мета: оцінка результатів тренінгу, обговорення досягнутих змін та практичних застосувань навичок у реальному житті.

<i>Час</i>	<i>Етап</i>	<i>Тема/Завдання</i>
30 хв	<i>Групова дискусія</i>	Які навички ми здобули на тренінгу і як ми їх можемо застосувати у своїх стосунках?
30 хв	<i>Індивідуальна рефлексія</i>	Завдання для учасників: напишіть один конкретний крок, який ви плануєте зробити для покращення своїх стосунків.
30 хв	<i>Завершальна гра</i>	Завдання: «Мій ідеальний партнер» — учасники створюють уявного партнера, описуючи його якості, які хочуть мати в реальному житті.
30 хв	<i>Підсумок тренінгу та видача сертифікатів</i>	Тренер підсумовує досягнуті результати та видає учасникам сертифікати про проходження тренінгу.

Заключний, шостий етап тренінгового циклу відзначається особливою важливістю, адже його основна мета полягає у підбитті підсумків навчання, проведенні глибокої рефлексії та допомозі учасникам в інтеграції отриманих знань і навичок у щоденне життя. Ця фінальна зустріч орієнтується на аналіз досягнень і позитивних змін, що відбулися з кожним учасником, а також на визначення стратегій і конкретних кроків, покликаних сприяти втіленню отриманих навичок у контекст звичайних життєвих ситуацій та партнерських взаємин. Відмінною рисою цього заняття є його підсумковий характер — воно знаменує завершення навчального процесу і акцентує увагу на переході до самостійного застосування набутих компетенцій.

Зустріч розпочинається із групової дискусії, що створює простір для всебічного аналізу отриманих знань. Під час обговорення учасники діляться власними спостереженнями, виділяють ключові аспекти освоєного матеріалу та разом визначають найбільш ефективні способи адаптації навчальних

розробок до реалій свого життя. Такий формат дає можливість не лише зміцнити теоретичні напрацювання, але й знайти інноваційні підходи для їх практичного використання. Після колективної роботи слідує важливий етап самостійної рефлексії, коли кожен учасник має змогу проаналізувати власні потреби та виклики у стосунках. У цьому процесі важливо сформулювати один конкретний і водночас реалістичний крок, який буде втілений найближчим часом як частина плану покращення взаємодії з партнером чи іншими людьми. Такий підхід перетворює отримані знання та ідеї у практичні дії, що мотивують до більш відповідального застосування навичок.

Особливим моментом фінальної зустрічі стає творчий аспект, який проявляється через інтерактивну вправу «Мій ідеальний партнер». У рамках цього завдання кожен учасник має можливість узагальнити свої уявлення про характеристики та якості партнера, які здаються йому ключовими для побудови гармонійних стосунків. Ця вправа стимулює учасників звернутися до власних цінностей і пріоритетів, які структурно формувалися на різних етапах курсу. Завдяки цьому вони можуть зафіксувати важливі висновки і переосмислити свої персональні очікування щодо міжособистісної взаємодії.

На завершення тренер підбиває загальні підсумки, оцінює досягнуті успіхи групи, а також проводить церемонію вручення сертифікатів учасникам. Цей момент символізує не лише результативне завершення тренінгового циклу, але й перехід до нового етапу в житті кожного учасника — готовність використовувати опрацьовані навички для створення здорових, стабільних і гармонійних стосунків у реальному житті.

Ця програма відкриває перед учасниками унікальні можливості для глибшого усвідомлення потреб своїх партнерів. Вони зможуть опанувати техніки ефективного вирішення конфліктних ситуацій, розвинути вміння зміцнювати взаємну довіру та працювати над створенням гармонійної атмосфери у стосунках. Усе це спрямоване на формування міцного фундаменту, необхідного для побудови стабільного та щасливого сімейного життя, що приносить задоволення обом сторонам.

3.2. Практичні рекомендації для роботи з молоддю щодо формування партнерських стосунків та спільних цінностей

Сімейні стосунки посідають одне з центральних місць у житті людини, адже саме вони закладають основу для соціалізації, взаємодії та емоційної підтримки. Для молоді, яка тільки починає свій шлях до створення сім'ї, важливо розуміти не лише емоційну складову, а й практичний бік сімейних обов'язків і ролей [21, 6]. Такий підхід допомагає не лише досягти гармонії у спільному житті, але й сприяє побудові міцних і здорових відносин, які стають фундаментом щасливого сімейного майбутнього.

Взаємини у шлюбі відрізняються за рівнями психологічної близькості та віддаленості. Ступінь інтимної близькості є ключовим показником задоволеності шлюбу: чи є стосунки гармонійними, чи ні.

Подружня близькість характеризується довірою, взаємною підтримкою, духовним зв'язком, вмінням співчувати, розумінням, позитивною комунікацією, відчуттям «ми» як єдиного цілого, а також здатністю вирішувати конфлікти та долати суперечності. Її рівень значною мірою залежить від мотивації афіліації. Люди з такою мотивацією прагнуть до тісної взаємодії, ставлячись до партнера як до рівного та будуючи стосунки на принципах взаємності [47]. Також близькість у стосунках сприяє подоланню труднощів і стресу, включно з повсякденними напруженнями, знижує тривожність у парі, посилює впевненість у собі та партнері, дарує відчуття щастя та легкості, сприяючи задоволенню шлюбом. Проте існує думка, що надмірна близькість може перетворитися на «нав'язливу» прихильність, що призводить до виснаження стосунків, незадоволеності шлюбом, і навіть бажання дистанціюватися чи уникати спільного дозвілля [38].

Згідно з результатами психологічних досліджень, у віці від двадцяти до двадцяти п'яти років любов стає головною мотивацією для вибору партнера та побудови довірчих, інтимних і тривалих взаємин. Партнерські відносини

між чоловіком та жінкою ґрунтуються на сильних позитивних емоціях і сексуальних потребах, що виражають прагнення бути впевненими у взаємності почуттів [41; 63]. Такі стосунки відзначаються вибірковістю та певною стабільністю. З часом інтимність між партнерами поглиблюється завдяки їхнім зусиллям, спільному подоланню труднощів і розділенню радощів життя [45].

Робота з молоддю з акцентом на створення партнерських відносин і розвитку спільних цінностей включає тренінги, волонтерські ініціативи та педагогіку партнерства. Основною метою є формування у підлітків емпатії, взаємної довіри та узгоджених принципів. Ці підходи особливо актуальні в Україні, зважаючи на виклики воєнного часу та процес євроінтеграції, які визначають пріоритети таких цінностей, як відповідальність, різноманіття і солідарність. Вони гармонійно доповнюють попередні тренінгові програми, додаючи важливий акцент на ціннісну складову для забезпечення стабільних та міцних стосунків.

В контексті дослідження виділимо основні рекомендації для молоді щодо формування здорових партнерських стосунків та спільних цінностей:

- розвиток комунікаційних навичок та відкритість у відносинах;
- формування взаємної підтримки та розподіл обов'язків;
- розуміння та прийняття ролей у родині;
- виховання емоційної зрілості та відповідальності;
- підтримка родинних традицій та створення нових звичаїв;
- розвиток навичок взаєморозуміння та вирішення конфліктів;
- освіченість у питаннях виховання дітей;
- спільне планування фінансового благополуччя;
- важливість фізичної та емоційної підтримки один одного;
- підготовка до труднощів та непередбачуваних ситуацій.

Для успішної роботи з молоддю щодо формування партнерських стосунків важливо фокусуватися на розвитку емоційної компетентності, комунікаційних навичок і взаємоповаги [76]. Перш за все, молодь повинна

навчитися правильно виражати свої емоції та думки, робити це чітко і без звинувачень. Важливо навчити молодих людей використовувати «я-повідомлення», яке дозволяє висловлювати свої почуття, не ображаючи партнера (наприклад, «Я відчуваюся розчарованим, коли ти...»). Це допоможе уникнути конфліктів і зробить комунікацію більш відкритою і конструктивною.

Поряд з вираженням емоцій важливо розвивати вміння активно слухати партнера. Молодь повинна навчитися не лише виражати свої емоції, але й бути уважною до почуттів іншої людини. Наприклад, у парі можна практикувати задавання питань на кшталт: «Як ти себе відчуваєш?» або «Що для тебе важливо в цій ситуації?», що допоможе створити атмосферу взаєморозуміння. Це дозволяє не лише висловлювати свої емоції, але й приймати чужі, що є основою гармонії в стосунках. Практичні завдання, спрямовані на розвиток активного слухання та емоційної підтримки, допоможуть учасникам тренінгу відчувати себе почутими та підтриманими в своїх стосунках.

Також необхідно сприяти формуванню спільних цінностей у стосунках, оскільки це є основою стабільності і взаєморозуміння в партнерських відносинах. Молодим людям слід допомогти навчитися визначати спільні життєві цілі та цінності, які будуть важливі для їхніх стосунків. Це можуть бути цінності, такі як родинне благополуччя, взаємна підтримка або готовність до компромісів [73]. Важливо розуміти, що спільні цінності та цілі повинні бути взаємними і узгодженими. Для цього корисними будуть тренінги, на яких учасники обговорюють свої життєві орієнтири, визначають спільні цілі та планують, як їх досягати разом. Наприклад, пара може разом обговорити: «Які фінансові цілі ми хочемо досягнути за наступні 5 років?» або «Що для нас важливо у вихованні дітей?» Це допоможе уникнути непорозумінь, оскільки кожен партнер знатиме, на що може покладатися в стосунках, і до яких цілей вони прагнуть разом.

Важливим аспектом є розвиток здатності до компромісів у стосунках. Партнери повинні розуміти, що у кожних стосунках можуть виникати розбіжності, але вміння йти на компроміс і знаходити спільні рішення дозволяє зберігати гармонію [86]. Наприклад, пара може домовитися, що один з партнерів відвідує сімейні заходи, а інший — заняття спортом, таким чином поважаючи інтереси один одного. Навчання компромісу полягає не в тому, щоб задовольняти лише свої потреби, а в тому, щоб знайти рішення, яке враховує інтереси обох партнерів. Тренінги з вирішення конфліктів можуть включати рольові ігри, де учасники практикують, як діяти в складних ситуаціях, і як досягати порозуміння без шкоди для стосунків.

Особливо важливою є робота над довірою, оскільки без довіри неможливо побудувати здорові стосунки. Молодь повинна розуміти, що довіра – це не лише відсутність зради, а й готовність відкритися своєму партнеру, ділитися своїми думками та переживаннями. Наприклад, після важкого робочого дня один з партнерів може поділитися своїми переживаннями, а інший підтримує його словами: «Я розумію, це складно. Як я можу тобі допомогти?». Довіра будується через щоденну відкритість, чесність та вміння підтримати один одного в складних ситуаціях. Тренінги на розвиток довіри включають вправи на взаємне висловлення почуттів, розуміння потреб партнера і підтримку навіть у складних ситуаціях.

Не менш важливим є вміння ефективно вирішувати конфлікти. Партнери повинні навчитися конструктивно вирішувати проблеми, не завдаючи шкоди своїм стосункам. Наприклад, пара може обрати правило «ти говориш, я слухаю» під час суперечок, щоб кожен зміг висловити свої думки без переривань. Конфлікти неминучі в будь-яких відносинах, і важливо, щоб молоді люди розуміли, як підходити до вирішення розбіжностей без агресії та емоційних зривів. Тренінги, спрямовані на навчання ефективним стратегіям вирішення конфліктів, допоможуть молоді навчитися знаходити спільні рішення, слухати один одного, зберігати спокій і поважати думки партнера. Одним із ефективних інструментів є метод «гладких переговорів»,

де партнери навчаються вирішувати конфлікти через діалог та співпрацю, а не через емоційне напруження або маніпуляції.

Молоді батьки повинні усвідомлювати значущість правильного виховання дітей. Це процес, що виходить за межі створення комфортних фізичних умов. До нього належать емоційна підтримка, забезпечення безпеки, сприяння всебічному розвитку дитини [83]. Від початку важливо домовитися про спільну стратегію виховання, яка охоплює аспекти дисципліни, взаємоповаги та відповідальності за вчинки дитини. Не менш суттєвою є готовність освоювати нові методики та підходи до виховання, адже кожна дитина унікальна і потребує індивідуального підходу [5].

Молодь також повинна навчитися підтримувати один одного в складних ситуаціях. У партнерських стосунках не завжди все йде гладко, і важливо мати здатність підтримати партнера в кризові моменти [85]. Наприклад, один з партнерів може відчувати втому від роботи, і в цей момент другий партнер може запропонувати йому допомогу або організувати приємний вечір вдома, щоб розслабитись. Вправи, які допомагають підвищити стійкість до стресових ситуацій та навички надання підтримки, є важливою частиною роботи з молоддю. Партнери повинні навчитися підтримувати не тільки в моменти радості, але й у важких ситуаціях, що дозволить створити більш здорові й стабільні стосунки.

Не менш важливою складовою роботи з молоддю є розвиток їхньої самооцінки та підтримка їхніх індивідуальних цінностей. Молоді люди повинні розуміти, що для здорових стосунків важливо не лише віддавати себе, а й зберігати свою індивідуальність [75]. Наприклад, партнер може проводити час на своїх захопленнях або хобі, що дозволяє зберігати баланс між стосунками і особистим життям. Робота над самооцінкою дозволить партнеру бути впевненим у собі і підтримувати партнера без втрати власних кордонів та особистих переконань. Тренінги з самопізнання та розвитку впевненості в собі допоможуть створити здорові стосунки, в яких обидва

партнери можуть підтримувати один одного, не втрачаючи своєї індивідуальності.

Не останню роль відіграє те, що молодь повинна приділяти увагу створенню та підтримці родинних традицій, які допомагають зміцнювати сімейні зв'язки. Це можуть бути спільні вечери, святкування значущих подій або інші ритуали, що формують атмосферу єдності й стабільності в родині. Також важливо, щоб подружжя розвивало власні звичаї та традиції, адже саме вони можуть стати запорукою гармонії та близькості у стосунках. Регулярне спілкування і проведення часу разом сприяють зміцненню емоційного зв'язку та усвідомленню ключової ролі сім'ї у формуванні особистості [27; 28].

Сімейне щастя молодої пари зароджується у батьківському домі, адже саме там закладаються основи сприйняття того, які цінності мають домінувати в новій сім'ї. Це і взаєморозуміння, і стабільність, і рівень моральної та психологічної культури обох партнерів. Родина, з якої ми походимо, відіграє ключову роль у формуванні сімейних орієнтирів.

Однак зі зміною культурних і соціальних реалій трансформація системи цінностей стає все більш помітною, особливо у виховній функції старшого покоління. Соціалізація сучасної молоді відбувається на тлі перегляду усталених ієрархій цінностей, що нерідко призводить до нестабільності виховних принципів у самій концепції сім'ї [59]. Ця тенденція чітко простежується згідно з теорією поколінь: нинішня молодь, яка перебуває у віковому діапазоні 17-25 років, належить до так званого «покоління Мережі». Вони зростали в епоху інформаційного простору Інтернету, характеризованого динамікою та посиленою міжособистісною комунікацією [65].

Індивідуальна підтримка та психологічна допомога є важливим аспектом, який не можна ігнорувати. Молоді люди часто стикаються з труднощами у стосунках, тому важливо надавати їм можливість звертатися за психологічною допомогою або консультуванням. Наприклад, якщо пара

стикається з серйозними проблемами у стосунках, вони можуть звернутися за консультацією до психолога, щоб вирішити питання довіри або конфліктів. Індивідуальні консультації допоможуть вирішити конфлікти та особисті труднощі, що можуть заважати побудові здорових стосунків, що дозволяє респондентам краще зрозуміти себе, свої потреби і вчасно отримати підтримку для вирішення проблем, що виникають у партнерських стосунках [22].

У сучасних умовах психологічна підтримка набуває надзвичайного значення у допомозі парам, які стикаються з труднощами через війну. Військовослужбовці та їхні партнери щодня перебувають під значним емоційним тиском, який нерідко стає причиною напруги у стосунках. Розлука, постійна невизначеність та тривожність щодо майбутнього негативно впливають на довіру і рівень взаєморозуміння в парі [48]. Професійна підтримка фахівців допомагає подолати ці складнощі, сприяючи зміцненню емоційного зв'язку між партнерами.

Робота над взаєминами дозволяє не лише адаптуватися до нових реалій, але й зберегти психологічне благополуччя кожного з партнерів. Одним із найчастіших викликів є емоційне виснаження, що спричиняється тривалим перебуванням у стані стресу. Постійні тривога та страхи часто призводять до зниження рівня емпатії та ослаблення емоційної близькості. До того ж військові нерідко стикаються зі складнощами у вираженні своїх почуттів, що додатково ускладнює комунікацію в парі [54].

Послуги психолога дозволяють оволодіти ефективними методами зниження напруги та управління емоціями. Це, у свою чергу, сприяє покращенню взаєморозуміння та створенню більш гармонійного середовища для спілкування, зміцнюючи зв'язок між партнерами навіть у складних обставинах [77].

Таким чином, для того, щоб молодь змогла побудувати здорові та стабільні стосунки, необхідно забезпечити комплексну підтримку, яка включатиме розвиток емоційної компетентності, навичок комунікації,

вирішення конфліктів, підтримки та розвитку особистісних цінностей, що дозволить їм створювати гармонійні стосунки на основі довіри, взаємоповаги і емоційної підтримки, що є основою щасливого сімейного життя в майбутньому.

Висновки до розділу 3

Третій розділ кваліфікаційної роботи був зосереджений на розробці та обґрунтуванні «Програми психологічного супроводу формування сімейно-ціннісних орієнтацій», основною метою якої є сприяння оптимізації партнерських стосунків серед молоді. Необхідність створення подібної програми була чітко обґрунтована результатами емпіричного аналізу, представленого у другому розділі, який продемонстрував статистично значущу кореляцію між рівнем задоволеності стосунками та пріоритетністю емоційно-орієнтованих цінностей, а також виявив негативний вплив орієнтації на владу та домінування. Ключові висновки практичної частини дослідження полягають у наступному.

Розроблено інтегративну програму під назвою «Формування конструктивних сімейно-ціннісних орієнтацій», яка базується на методологічних засадах гуманістичного та когнітивно-поведінкового підходів. Структура програми включає три основні компоненти: діагностичний блок, корекційно-розвивальний блок і оцінювальний блок. Основними завданнями програми стали поглиблення розуміння молоддю власних ціннісних орієнтацій, розвиток навичок ефективної комунікації, конструктивного вирішення конфліктів у парі та зменшення деструктивних ціннісних установок.

Визначено специфічні напрями для реалізації корекційно-розвивального блоку. З урахуванням негативних кореляцій, визначених у другому розділі, тренінгові заняття сфокусовано на зміні установок, пов'язаних із прагненням до влади та надмірними вимогами. Учасники програми залучаються до переосмислення традиційних авторитарних моделей взаємодії на користь

егалітарних (рівноправних) підходів, а також до розвитку стратегій поведінки, орієнтованих на компроміс. Водночас ключові вправи спрямовуються на посилення цінностей довіри, чесності й емоційної підтримки, які було визначено як важливі чинники підвищення задоволеності стосунками.

Сформульовано практичні рекомендації адресовані психологам, освітнім закладам і молодіжній аудиторії, які акцентують увагу на важливості ранньої профілактики деструктивних ціннісних установок. Також зроблено наголос на необхідності виховання культури емоційної відкритості, довіри та взаємопідтримки як фундаментальних чинників гармонійних сімейних стосунків.

Таким чином, третій розділ перевів результати теоретичного та емпіричного дослідження в площину практичного застосування. Створена програма психологічного супроводу має високу практичну значущість і може бути інтегрована в діяльність сімейних консультантів і центрів соціально-психологічної допомоги для молоді.

ВИСНОВКИ

1. У результаті теоретичного дослідження було систематизовано підходи до визначення поняття сімейних цінностей та їх класифікації в сучасній психології. Узагальнено позиції вітчизняних і зарубіжних вчених (Дж. Готтман, Б. Фолкнер, П. Бернс, Т. Кравченко), що дозволило окреслити сімейні цінності як ієрархічно структуровану систему усвідомлених індивідуальних та групових уявлень про те, що є найбільш значущим, бажаним та важливим у сфері шлюбу, сім'ї та міжособистісної взаємодії, які слугують внутрішнім регулятором поведінки особистості, визначаючи її цілі (термінальні цінності, наприклад, щастя, здоров'я, любов) та засоби їх досягнення (інструментальні цінності, наприклад, чесність, відповідальність, підтримка) у контексті побудови та функціонування сімейних стосунків. Теоретичний аналіз показав, що роль сімейних цінностей у молодому віці підсилюється дією соціокультурних чинників і досвідом батьківської сім'ї, які формують уявлення про шлюб, партнерство та моделі подружньої взаємодії. Встановлено, що сімейні цінності є інтегрованим психологічним утворенням, що визначає спрямованість особистості на створення та збереження сім'ї, виховання дітей та взаємодію з партнером. З'ясовано, що в сучасній психології сімейні цінності класифікуються на термінальні (цілі) та інструментальні (засоби), а їхня трансформація в умовах глобалізації веде до переходу від патріархальних до егалітарних (рівноправних) моделей стосунків.

2. Розглянуто та поглиблено аналіз психологічних основ, що впливають на становлення та розвиток партнерських стосунків серед молоді. Встановлено, що успішне формування таких взаємин залежить від низки ключових чинників, серед яких особлива роль відводиться емоційній підтримці з боку партнерів, вмілому вибудовуванню комунікації, наявності високого рівня довіри, здатності спільно та конструктивно вирішувати

конфліктні ситуації, а також формування свідомих і відповідальних ціннісних орієнтацій.

Партнерські стосунки розглядаються як особливий вид міжособистісної взаємодії, де на перший план виходить їхня добровільність, суб'єктивна значущість для обох сторін та насиченість емоційними зв'язками. Ці стосунки формуються між двома дорослими людьми і базуються на принципах взаємної відповідальності, рівноправності, високого рівня довіри, активної взаємопідтримки, здатності до спільного прийняття рішень та об'єднаності у прагненні досягти спільних життєвих цілей. Водночас якість цих відносин оцінюється через рівень суб'єктивного задоволення обох учасників стосунків, що підкреслює їхню важливість не лише на емоційному, але й на практичному рівні.

Сприятливий клімат у сім'ї та відповідальне батьківство в підлітковому віці значно підвищують здатність молоді вирішувати проблеми та зменшують прояви агресивності у романтичних стосунках. Асертивність підлітків тісно пов'язана з умінням ефективно вирішувати конфлікти у взаєминах, тоді як активна й позитивна участь у сімейному житті сприяє формуванню сильнішого відчуття любові в майбутніх відносинах. Гендерні особливості проявляються у різних підходах до кохання: особи з фемінними рисами тяжіють до глибшої емоційної близькості та дружнього аспекту у стосунках, а ті, хто має маскулінні риси, зазвичай віддають перевагу раціональності, однак демонструють нижчий рівень толерантності до недосконалостей партнера.

3. У процесі проведеного емпіричного дослідження було встановлено, що сучасна молодь, формуючи свою систему цінностей, зберігає традиційні орієнтири у процесі постановки життєвих цілей. Водночас спостерігається значний вплив модерністського підходу на вибір шляхів і засобів досягнення цих цілей. Найбільш вагомим термінальним ідеалом у ціннісній ієрархії молоді виявилось прагнення до щасливого сімейного життя. Що ж стосується інструментальних цінностей, то серед них провідне місце займають такі

якості, як чесність та відповідальність, які забезпечують фундамент для побудови якісних міжособистісних зв'язків. У рамках дослідження також було визначено, що рівень суб'єктивного задоволення партнерськими відносинами у більшості учасників варіювався від середнього до високого, демонструючи здебільшого позитивну тенденцію.

Детальний кореляційний аналіз надав підтвердження існування статистично значущого взаємозв'язку між сімейними цінностями, культивованими учасниками, та загальною якістю їхніх партнерських відносин. У ході аналізу були виокремлені дві основні групи факторів, які впливають на стан і розвиток таких стосунків – конструктивні й деструктивні. До конструктивних чинників належить виявлена сильна позитивна кореляція ($\rho = 0.61$; $p < 0.01$), що спостерігалася між задоволеністю партнерськими стосунками та рівнем емоційної підтримки, успадкованої з сімейного досвіду, здобутого в батьківській родині. Цей результат дозволяє зробити висновок щодо важливості ролі таких складових, як єдність, довіра та емоційна близькість, які сприяють створенню гармонійних і міцних партнерських зв'язків.

Одночасно дослідження вперше на даній вибірці виявило статистично значущу негативну кореляцію ($\rho = -0.32$; $p < 0.05$) між рівнем задоволення стосунками і цінністю влади, що свідчить про деструктивний характер такого чинника. Згідно з отриманими даними, орієнтація на домінування у взаємостосунках, прагнення до надмірного контролю та нереалістично завищені очікування є факторами, які створюють перешкоди для побудови якісних партнерських відносин і можуть негативно позначатися на їхньому загальному рівні. Таким чином, результати дослідження проливають світло на важливість формування розумного балансу у системі цінностей, спрямованій на розвиток емоційно стабільних і взаємовигідних стосунків у парі.

4. Розроблено комплексну програму психологічних рекомендацій і тренінгових занять, спрямованих на всебічний розвиток здорових та

гармонійних партнерських стосунків серед молоді, а також на сприяння формуванню міцних спільних сімейних цінностей. Основна мета цієї програми полягає у вдосконаленні емоційної компетентності, що включає здатність усвідомлювати, висловлювати та конструктивно управляти власними емоціями, а також у розвитку навичок ефективної комунікації. Окрім цього, акцент робиться на опануванні методів конструктивного вирішення конфліктів, активному формуванні емпатії та виробленні свідомого ставлення до системи цінностей у взаємовідносинах.

Рекомендації адаптовані таким чином, щоб допомогти учасникам зміцнити підтримувальні та партнерські моделі взаємодії, які сприяють довірі, повазі й розвитку позитивних стосунків. Заняття поєднують теоретичні аспекти із практичними вправами, що дозволяють молодим людям засвоїти корисні інструменти для побудови гармонійного спілкування і подолання можливих труднощів на шляху до створення здорових сімейних основ.

5. За результатами проведеного дослідження було розроблено детальний набір практичних рекомендацій, що спрямовані на психологічну підтримку формування гармонійних партнерських взаємин у молодіжному середовищі. Емпіричні дані показали, що ефективна допомога має базуватися на багаторівневому підході, що охоплює консультативну діяльність професіоналів, освітній формат і стратегії самостійного розвитку.

Одним із головних напрямків для спеціалістів у сферах психологічного консультування та соціальної роботи визначено використання методів «ціннісного профілювання» пари. Цей підхід дозволяє вже на етапі знайомства або дошлюбного періоду ідентифікувати потенційні зони конфліктів та запобігти можливим проблемам. Професійна підтримка має сприяти переходу від сліпої адаптації до свідомого формування персональних сімейних орієнтирів, базованих на взаєморозумінні та індивідуальних цінностях.

У рамках діяльності освітніх установ та молодіжних центрів пропонується активне впровадження просвітницьких заходів, серед яких варто виділити тренінги з розвитку емоційного інтелекту та воркшопи з ненасильницької комунікації. Дослідження підтвердило значний вплив здатності до ефективного діалогу на рівень задоволення партнерськими відносинами.

Окрему роль рекомендації відводять стратегіям самостійної роботи молодих людей над покращенням якості власних взаємин. Особливо рекомендовано застосовувати практику створення спільної «сімейної конституції». Це система цінностей і правил, яку пара розробляє спільно, автономно і на основі взаємоповаги, без впливу суспільних штампів. Запропоновані заходи мають не лише коригуючий характер, але й зосереджені на запобіганні недоліків у майбутньому. У довгостроковій перспективі вони сприятимуть зміцненню сімейних цінностей і забезпеченню психологічного добробуту прийдешніх поколінь.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Доцільним є розширення вибірки та дослідження динаміки ціннісних орієнтацій у довготривалій перспективі. Перспективними напрямками є вивчення впливу сімейного досвіду дитинства, гендерних відмінностей у формуванні партнерських стосунків та адаптація психологічних програм для роботи з різними віковими категоріями молоді.

Підсумовуючи, встановлено, що система сімейних цінностей є важливим внутрішнім фактором, який впливає на якість і задоволеність партнерськими стосунками молоді. Водночас корекція деструктивних ціннісних установок розглядається як дієвий спосіб досягнення гармонії у цих відносинах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабич Н. І. Вплив батьківських установок на формування сценаріїв партнерських стосунків у молоді. *Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна. Серія: Психологія*. 2019. № 60. С. 23–29.
2. Бондар А. І. Вплив батьків на вибір партнера у молоді. *Психологічні дослідження*. 2023. Вип. 2. С. 12–20.
3. Бондаренко Л. Ю. Вплив сімейних цінностей на вибір партнера. *Психологічні дослідження*. 2019. Вип. 5. С. 56–62.
4. Вавринів О. С. Організація та проведення психологічних і соціально-психологічних досліджень : практичний посібник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2023. 116 с.
5. Вахняк Н. В. Формування культури батьківства у взаємодії дошкільного закладу з молодими сім'ями : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Нац. акад. пед. наук України. Київ, 2021. 290 с.
6. Васильченко О. М., Алексюк Н. Г. Задоволеність шлюбом як чинник самореалізації особистості. Держава, регіони, підприємництво: тези доп. V Міжнар. конф. (м. Київ, 07 груд. 2023). Київ: Ун-т «КРОК», 2023. URL: <https://conf.krok.edu.ua/SRE/SRE-2023/paper/view/1961>.
7. Васильченко О. М. Соціальна поведінка особистості у різних сферах суспільної взаємодії: соціально-психологічний аналіз. Науковий вісник Херсонського державного університету. Сер.: Психологічні науки. 2016. Вип. 1. Т. 2. С. 111–116. URL: https://library.krok.edu.ua/media/library/category/statti/vasylchenko_0006.pdf.
8. Васильченко О. М. Сучасні підходи до дослідження сім'ї у психології. Правничий вісник Університету «КРОК». 2016. Вип. 24. С. 221–228. URL: <https://library.krok.edu.ua/media/library/category/zhurnali/pravnychyi-visnyk-universytetu-krok/pravnychyi-visnyk-universytetu-krok-n24.pdf>.

9. Васильченко О. М., Натальченко Л. Ю. Когнітивні моделі як складова шлюбної поведінки особистості. Матеріали конф. ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК». Київ: Ун-т «КРОК», 2018. С. 543–546. URL: https://library.krok.edu.ua/media/library/category/materiali-konferentsij/2018-11-15_materiali-conference-krok.pdf.
10. Васильченко О. М., Терещенко О. О. Гендерні особливості рольових очікувань у молодій сім'ї. Держава, регіони, підприємництво: тези доп. III Міжнар. конф. (м. Київ, 07 груд. 2022 р.). Київ, 2022. URL: <https://conf.krok.edu.ua/SRE/SRE-2022/paper/view/1304>.
11. Винничук О. С. Когнітивно-поведінковий підхід у консультуванні з питань вибору партнера. *Психологічний журнал*. 2022. № 3. С. 78–85.
12. Вишньовський В., Муқан М. Використання НЛП у психокорекційній роботі. *Соціально-економічні проблеми і держава*. 2021. Вип. 2 (25). С. 155–161.
13. Гнатюк О. В. Батьківські моделі виховання як чинник формування життєвих сценаріїв особистості. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: Психологія і педагогіка*. 2017. № 26. С. 99–106.
14. Гнатюк О. В. Вплив сімейних традицій на вибір партнера. *Науковий вісник*. 2021. Вип. 7. С. 48–55.
15. Грищенко О. М. Вплив батьківських установок на вибір партнера. *Науковий вісник*. 2020. Вип. 14. С. 78–85.
16. Громова Н. В. Вплив сімейного виховання на вибір партнера. *Журнал соціальної психології*. 2017. Вип. 3. С. 90–97.
17. Губа О. В. Емоційна прив'язаність та її вплив на вибір шлюбного партнера. *Практична психологія та соціальна робота*. 2019. № 5. С. 45–51.
18. Демиденко Т. І. Сімейно-системний підхід у консультуванні з проблем шлюбу та партнерства. *Вісник Київського національного*

університету імені Тараса Шевченка. Серія: Психологія. 2023. № 1. С. 112–118.

19. Дмитренко А. І. Вплив родинних традицій на вибір шлюбного партнера. *Психологічні дослідження*. 2019. Вип. 6. С. 50–56.

20. Довженко А. Л. Вплив раннього досвіду прив'язаності на стратегії пошуку партнера. *Психологічні перспективи*. 2016. № 27. С. 33–40.

21. Дяченко В. А., Мунасіпова-Мотяш І. А., Дубініна Д. Е. Задоволеність життям та рівень психологічного благополуччя сучасної молоді. 2019. С. 120–129.

22. Єфімова С. В. Психологічний супровід молодих сімей : монографія. Полтава : ПНПУ, 2020. 250 с.

23. Захарченко О. О. Психологічні аспекти вибору шлюбного партнера. *Науковий журнал психології*. 2022. Вип. 12. С. 15–22.

24. Іваненко А. П. Психологія вибору: від теорії до практики. Черкаси : Брама, 2019. 170 с.

25. Канішевська Л. Методика вивчення стану сформованості сімейних цінностей у старшокласників. *Актуальні питання гуманітарних наук*. Дрогобич, 2022. Вип. 50. С. 289–295.

26. Карпенко В. М. Методика морального виховання в школі : посібник. Київ : Шкільний світ, 2019. 234 с.

27. Карпенко Л. С. Батьківські настанови та їх роль у формуванні сімейних сценаріїв. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Психологія*. 2022. № 51. С. 10–16.

28. Коваленко Р. П. Вплив батьків на вибір партнера у молоді. *Психологічні аспекти*. 2020. Вип. 9. С. 44–50.

29. Ковалькова Т. О. Ціннісні орієнтації особистості як чинник запобігання емоційному вигоранню вчителів. *Правничий вісник Університету КРОК*. 2017. № 29. С. 214–222. URL: https://library.krok.edu.ua/media/library/category/statti/kovalkova_0048.pdf

30. Ковальчук Н. А. Психологічні аспекти сімейного функціонування та розвитку особистості. Рівне : Волинські обереги, 2021. 265 с.
31. Костенко О. А. Роль батьків у формуванні шлюбних цінностей. *Психологія і суспільство*. 2022. Вип. 6. С. 15–23.
32. Кравченко Т. В. Батьківські настанови та їх вплив на стосунки. *Психологічні аспекти*. 2021. Вип. 7. С. 42–49.
33. Крайлюк А. В. Соціально-психологічні аспекти вибору шлюбного партнера. *Соціальна психологія*. 2015. Вип. 2. С. 45–50.
34. Криза інституту сім'ї в Україні: що чекає на суспільство, коли розлучень більше, а шлюбів менше. URL: <https://fact-news.com.ua/kriza-institutu-sim-iv-ukraini-scho-chekae-na-suspilstvo-koli-rozluchenbilshe-a-shlyubiv-menshe>
35. Куніцина О. В. Вплив батьківських настанов на формування уявлень про шлюб у молоді. *Психологія і особистість*. 2015. Вип. 3. С. 114–120.
36. Левченко С. В. Сімейні традиції та їх вплив на вибір партнера. *Психологічні науки*. 2016. Вип. 7. С. 45–52.
37. Лисенко І. М. Батьківські настанови та їх наслідки для стосунків. *Психологічні аспекти*. 2020. Вип. 4. С. 60–66.
38. Луценко І. Г. Модель психологічного консультування з питань партнерських взаємин. *Вісник Харківської державної академії культури. Серія: Психологія*. 2022. № 58. С. 110–117.
39. Марущак Н. І. Вплив настанов батьків на вибір шлюбного партнера : бакалаврська робота : спец. 053 «Психологія» / наук. кер. В. В. Вишньовський ; Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя. Тернопіль, 2025. 73 с.
40. Марченко Л. С. Роль батьків у формуванні уявлень про шлюб. *Науковий вісник*. 2021. Вип. 11. С. 19–26.

41. Мельник О. С. Батьківська депривація та її наслідки для формування прив'язаності. *Проблеми сучасної психології*. 2021. № 52. С. 67–74.
42. Мельник Т. Г. Батьківські настанови та їх наслідки для шлюбного вибору. *Психологія сім'ї*. 2021. Вип. 8. С. 20–28.
43. Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича. 2015. URL: <https://kipt.sumdu.edu.ua/uk/studentam/sotsialno-psykholohichna-sluzhba/item/2478-tsinnisni-oriiientatsii-m-rokych>
44. Миленко В. М. Вплив сімейних стосунків на формування позитивних моральних якостей особистості молодшого школяра : кваліфікаційна робота магістра : спец. 013 «Початкова освіта» / наук. керівник А. В. Ходаковська ; Запорізький національний університет. Запоріжжя, 2024.
45. Мороз В. М. Психологічні засади формування зрілих подружніх стосунків. Вінниця : Нова Книга, 2019. 290 с.
46. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Дучимінська Т. І., Магдисюк Л. І. Психологія молодшої сім'ї : монографія / Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
47. Ніколаєнко Т. Д. Психологічна готовність до сімейного життя як результат усвідомленого вибору. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: Психологія*. 2023. № 2. С. 45–51.
48. Оцінка впливу війни на людей. Україна. Червень 2023. URL: <https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2023-09/undp-ua-hia-ukr-2.pdf>
49. Пасічник З. Р. Специфіка психологічного супроводу осіб із різними типами прив'язаності у виборі партнера. *Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки*. 2020. № 10. С. 123–130.
50. Петренко А. М. Вплив батьківських установок на стосунки молоді. *Психологія і суспільство*. 2019. Вип. 4. С. 34–41.

51. Полякова К. О. Психологічний аналіз критеріїв вибору шлюбного партнера у молоді. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2017. № 2. С. 108–115.
52. Полякова Н. О. Безпека життєдіяльності : конспект лекцій. 2023. С. 64.
53. Психологічні технології самодетермінації розвитку особистості : монографія / Л. З. Сердюк та ін. ; за ред. Л. З. Сердюк. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. 192 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/712878/>
54. Роль чоловіків у батьківстві у час повномасштабної війни. URL: <https://www.sapiens.com.ua/en/publication-single-page?id=283>
55. Савченко І. П. Роль батьків у виборі шлюбного партнера. *Науковий вісник кафедри психології*. 2020. Вип. 10. С. 32–40.
56. Сазонова О. В. Сімейні цінності та рольові установки сімейних пар. *Проблеми сучасної психології*. Кам'янець-Подільський, 2018. Вип. 39. С. 272–295.
57. Семененко Ю. В. Батьківські установки та їх вплив на шлюбний вибір. *Журнал соціальної психології*. 2024. Вип. 1. С. 22–30.
58. Сидоренко А. О. Роль сімейних цінностей у виборі партнера. *Психологія сім'ї*. 2018. Вип. 10. С. 30–36.
59. Соколовська В. П. Вплив соціальних мереж на формування уявлень про ідеального партнера. *Вісник Національного технічного університету «ХПІ»*. Серія: Психологія і педагогіка. 2020. № 6. С. 145–151.
60. Соломко І. В. Вплив батьківських установок на вибір партнера. *Психологія і суспільство*. 2022. Вип. 3. С. 28–35.
61. Тимошенко Т., Красота А. Психологічна транзитивність в ціннісних орієнтирах особистості крізь призму методики Ш. Шварца. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2025. № 4. С. 61–66. URL: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.4/09>

62. Ткаченко В. О. Батьківські установки і їх вплив на вибір партнерів у молодіжному середовищі. *Журнал практичної психології*. 2018. Вип. 4. С. 78–85.
63. Ткаченко В. О. Гуманістичний підхід до розуміння кохання та вибору партнера. *Психологія особистості*. 2019. № 1. С. 77–83.
64. Федоренко Н. Г. Батьківські установки і шлюбний вибір. *Науковий журнал психології*. 2022. Вип. 15. С. 10–16.
65. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.
66. Хоменко І. В. Еволюційно-психологічні аспекти вибору партнера в сучасних умовах. *Український психологічний журнал*. 2017. № 3. С. 56–62.
67. Чорненька О. В. Батьківські настанови та їх вплив на стосунки молоді. *Соціальна психологія*. 2018. Вип. 1. С. 25–30.
68. Швець А. О. Психологічні механізми проекції та ідентифікації у виборі партнера. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія: Психологія*. 2019. № 27. С. 134–140.
69. Юрченко Р. Л. Роль сімейних цінностей у формуванні критеріїв вибору подружжя. *Наукові записки Національного університету «Києво-Могилянська академія»*. Серія: Психологічні науки. 2022. № 56. С. 201–209.
70. Яковлева О. М. Батьківські настанови та їх вплив на формування самостійності дитини. Київ : Освіта України, 2018. 165 с.
71. Яремчук В. І. Вплив батьків на вибір шлюбного партнера. *Соціальна психологія*. 2019. Вип. 5. С. 55–62.
72. Bigelow K. M., Morris E. K. John B. Watson's advice on child rearing: Some historical context. *Behavioral Development Bulletin*. 2001. Vol. 10.1. P. 26.
73. Family Support, Resilience, and Life Goals of Young People in Residential Care / C. P. Alves et al. *Behavioral Sciences*. 2024. Vol. 14, no. 7. P. 581. URL: <https://doi.org/10.3390/bs14070581>

74. Hess S. The influence of family relationships on youth life satisfaction in different cultures. *Journal of Social Sciences*. 2024. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12187-024-10162-1> (
75. How to Maintain Your Self-Relationship and Individuality When You're in a Relationship / Michal B. Lehman. URL: <https://mblwrites.com/how-to-maintain-your-self-relationship-and-individuality-when-youre-in-a-relationship/>
76. Kyrpa A. V. Developing youth intercultural competence through nonformal education practices. *Наукові записки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності. Педагогіка і психологія*. 2025. № 2 (6). С. 38–44.
77. Lopez A. C. The evolutionary psychology of war: Offense and defense in the adapted mind. *Evolutionary Psychology*. 2017. URL: <https://journals.sagepub.com>
78. Mansori S. The impact of family intimacy on adolescents' relationships with peers. *Psychology*. 2023. URL: <https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2256832>
79. Mansori S. The role of family intimacy in shaping adolescents' relationships with peers. *Psychology and Development*. 2023. URL: <https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2256832>
80. Melton K. K., Hodge C. J., Duerden M. D. Ecology of family experiences: Contextualizing family leisure for human development & family relations. *Journal of Leisure Research*. 2020. P. 1–20. URL: <https://doi.org/10.1080/00222216.2020.1802374>
81. Pak C., Harris V. G. The impact of family relationship quality on youth's career decision-making self-efficacy. *Research*. 2024. URL: <https://www.researchgate.net/publication/377110715>
82. Parsons T. Family structure and the socialization of the child. *Family: Socialization and interaction process*. Routledge, 2014. P. 35–131.
83. Raising Children with Emotionally Secure: The Ultimate Guide. *Training Tale*. URL: <https://trainingtale.org/raising-children/>

84. Sheldon K. M. Optimal Human Being: An Integrated Multi-level Perspective. 1st ed. Psychology Press, 2004. URL: <https://doi.org/10.4324/9781410610973>

85. The Must-Read Guide to Supporting Your Partner During Difficult Times. *Syné Collective*. URL: <https://www.synecollective.com/post/the-must-read-guide-to-supporting-your-partner-during-difficult-times>

86. The Role of Family in the Life Satisfaction of Young Adults: An Ecological-Systemic Perspective / P. Morales Almeida et al. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*. 2024. Vol. 14, no. 10. P. 2772–2786. URL: <https://doi.org/10.3390/ejihpe14100182>

87. Yamauchi L. A., Ponte E., Ratliffe K. T., Traynor K. Theoretical and conceptual frameworks used in research on Family–School partnerships. *School Community Journal*. 2017. Vol. 27, no. 2. P. 9–34.

Всього джерел – 87

Джерел за останні десять років – 81

Джерел зарубіжних авторів за останні десять років – 12 (74; 75; 76; 78; 79; 80; 81; 82; 84; 86; 87; 88)

Джерел українських авторів за останні десять років – 69 (1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13; 14; 15; 16; 17; 18; 19; 20; 21; 22; 23; 24; 25; 26; 27; 28; 29; 30; 31; 32; 33; 35; 37; 38; 39; 40; 41; 42; 43; 45; 46; 47; 48; 49; 50; 51; 52; 53; 54; 55; 56; 57; 58; 59; 60; 61; 62; 63; 64; 65; 67; 68; 69; 70; 71; 72; 77)

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча

Система ціннісних орієнтацій визначає змістовний бік спрямованості особистості й становить основу її відносин до навколишнього світу, до інших людей, до себе самої, основу світогляду і ядро мотивації життєвої активності, основу життєвої концепції й «філософії життя».

Сутність розробки: до вашої уваги пропонується оригінальна система обробки й аналізу результатів, отриманих у ході проведення розповсюдженої методики М. Рокіча. Це лише суб'єктивне структурування системи ціннісних орієнтацій, досить умовне. М. Рокіч у своїх дослідженнях відзначав достатню універсальність і гнучкість методики. Передбачається, що в кожного інтерпретатора може бути зовсім інша, своя систематизація цінностей.

Таблична форма «ключа» зручна для обробки матеріалу, дозволяє швидко й чітко структурувати ціннісні орієнтації випробуваних, підходить як для якісного, так і для кількісного аналізу результатів.

Присвоєння номерів кожній із цінностей не є універсальним і ні в якій мірі не визначає ієрархію зазначених цінностей. Цей вимушений хід зроблений для зручності обробки результатів.

Методика встановлення ціннісних орієнтацій М. Рокіча заснована на прямому ранжуванні списку цінностей і є найпоширенішою в наш час. М. Рокіч розрізняє два класи цінностей:

- ✓ термінальні — переконання в тому, що якась кінцева мета індивідуального існування варта того, щоб до неї прагнути;
- ✓ інструментальні — переконання в тому, що якийсь образ дій або властивість особистості є кращим у будь-якій ситуації.

Такий розподіл відповідає традиційному розподілу на цінності-цілі й цінності-засоби. Перевагою методики є універсальність, зручність і економічність у проведенні обстеження й обробці результатів, а також

гнучкість — можливість варіювати як стимульний матеріал (списки цінностей), так і інструкції. Істотним її недоліком є вплив соціальної бажаності, можливість нещирості. Тому особливу роль у цьому випадку відіграє мотивація діагностики, добровільний характер тестування й наявність контакту між психологом і випробуваним. Методику не рекомендується застосовувати з метою відбору й експертизи. Можливе проведення групового тестування.

Респондентові пред'являється два списки цінностей (по 18 у кожному) або на аркушах паперу, або на картках (порядкові номери зазначаються на оборотному боці картки). У списках випробуваний привласнює кожній цінності ранговий номер, а картки розкладає одну за одною по значимості для нього. Остання форма подачі матеріалу дає більш надійні результати. Спочатку пред'являється набір термінальних (список А), а потім набір інструментальних (список Б) цінностей.

Інструкція: «Зараз вам буде пред'явлений набір з 18 карток з позначенням цінностей. Ваше завдання — розкласти їх у порядку значимості для вас, за тими принципами, якими ви керуєтеся у вашому житті. Кожна цінність написана на окремій картці. Уважно вивчіть картки й вибравши ту, котра для вас найбільш значима, помістіть її на перше місце. Потім виберіть другу по значимості цінність і помістіть слідом за першою. Те ж проробіть із усіма картками, що залишилися. Найменш важлива залишиться останньою й посяде 18 місце. Працюйте не поспішаючи, вдумливо. Якщо в процесі роботи ви зміните свою думку, то можете виправити свої відповіді, помінявши картки місцями. Кінцевий результат повинен відбивати вашу справжню позицію».

Порядок проведення. Для подолання зазначених недоліків методики й більш глибокого проникнення в систему ціннісних орієнтацій можливі зміни інструкції, які дають додаткову діагностичну інформацію й дозволяють зробити більш обґрунтовані висновки. Приміром, після основної серії можна

попросити випробуваного ранжувати картки, відповідаючи на наступні запитання.

В якому порядку й у якому ступені (у відсотках) реалізовані дані цінності у вашому житті?

— Як би ви розташували ці цінності, якби стали таким, яким мріяли?

— Як, на ваш погляд, це зробила б ідеальна, досконала людина?

— Як зробило б це, на вашу думку, більшість людей?

— Як це зробили б ви 5 або 10 років тому? Через 5 або 10 років?

— Як ранжували б картки близькі вам люди? І т. д. у залежності від цілей дослідження

Стимульний матеріал до методики М. Рокіча

(Номер проставляється на зворотному боці картки.)

Список А (термінальні цінності)

1а. Активне діяльне життя (повнота й емоційна насиченість життя).

2а. Життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд, що досягаються життєвим досвідом).

3а. Здоров'я (фізичне й психічне).

4а. Цікава робота.

5а. Краса природи й мистецтва (переживання прекрасного в природі й у мистецтві).

6а. Любов (духовна й фізична близькість із коханою людиною).

7а. Матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних ускладнень).

8а. Наявність гарних і вірних друзів.

9а. Суспільне визнання (повага навколишніх, колективу, товаришів по роботі).

10а. Пізнання (можливість розширення своєї освіти, світогляду, загальної культури, інтелектуальний розвиток).

11а. Продуктивне життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил і здібностей).

12а. Розвиток (робота над собою, постійне фізичне й духовне вдосконалювання).

13а. Розваги (приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків).

14а. Воля (самостійність, незалежність у судженнях і вчинках).

15а. Щасливе сімейне життя.

16а. Щастя інших (добробут, розвиток і вдосконалювання інших людей, усього народу, людства в цілому).

17а. Творчість (можливість творчої діяльності). 18а. Упевненість у собі (внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів).

Список Б (інструментальні цінності)

16. Акуратність (охайність), уміння тримати в порядку речі, порядок у справах.

26. Вихованість (гарні манери).

36. Високі запити (високі вимоги до життя й високі домагання).

46. Життєрадісність (почуття гумору).

56. Ретельність (дисциплінованість).

66. Незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче).

76. Непримиренність до недоліків у собі й інших.

86. Освіченість (широта знань, висока загальна культура).

96. Відповідальність (почуття обов'язку, уміння дотримуватися слова).

106. Раціоналізм (уміння здорово та логічно мислити, приймати обмірковані, раціональні рішення).

116. Самоконтроль (стриманість, самодисципліна).

126. Сміливість у відстоюванні своєї думки, своїх поглядів.

136. Тверда воля (уміння наполягти на своєму, не відступати перед труднощами).

146. Терпимість (до поглядів і думок інших, уміння прощати іншим їхні помилки й омани).

156. Широта поглядів (уміння зрозуміти чужу точку зору, поважати інші смаки, звичаї,

звички).

166. Чесність (правдивість, щирість).

176. Ефективність у справах (працьовитість, продуктивність у роботі).

186. Чуйність (дбайливість).

Обробка й аналіз результатів

Аналізуючи ієрархію цінностей, слід звернути увагу на їхнє угруповання випробуваным у змістовні блоки. Так, наприклад, можна виділити «конкретні» і «абстрактні» цінності, цінності професійної самореалізації й особистого життя тощо. Інструментальні цінності можуть групуватися в етичні, цінності спілкування, цінності справи, індивідуалістичні й конформістські, а також альтруїстичні цінності, цінності самоствердження, прийняття інших і т. д.

Психолог повинен спробувати вловити індивідуальну закономірність. Якщо не вдається виявити жодної закономірності, можна припустити або несформованість у випробуваного системи цінностей, або нещирість відповідей.

КЛЮЧ

Система цінностей		Список А Термінальні цінності						Список Б Інструментальні цінності					
1	Особистісні	2а	3а	6а	12а	15а	18а	16	26	46	96	116	166
	Суспільні	1а	5а	8а	13а	14а	16а	66	76	126	146	156	186
	Професійні	4а	7а	9а	10а	1а	17а	36	56	86	106	136	176
	(відображують самореалізацію суб'єкта)												
2	Самоствердження	2а	3а	9а	12а	16а	18а	36	66	86	116	126	166
		1а	5а	6а	8а	13а	15а	16	46	76	146	156	186

Методика «Задоволеність стосунками» Hendrick, S. S.
(Relationship Assessment Scale)

Методика використовується для оцінки рівня задоволеності стосунками в парі. Відповіді на кожне питання оцінюються за шкалою від 1 до 5, де 1 — мінімальний ступінь згоди, а 5 — максимальний. Методика дає можливість оцінити, як респонденти ставляться до різних аспектів своїх стосунків і наскільки вони задоволені цими аспектами.

Інструкція для респондента. Ця методика допоможе оцінити ваші стосунки з партнером. Будь ласка, оцініть кожне твердження за шкалою від 1 до 5, де 1 — найменший ступінь згоди або вираженості певної якості у стосунках, а 5 — найбільший. Ваша відповідь повинна відображати ваші справжні почуття та досвід у стосунках.

Твердження

1. Наскільки добре Ваш партнер задовольняє Ваші потреби?
2. Загалом, наскільки Ви задоволені своїми стосунками?
3. У порівнянні з більшістю, наскільки добрими є Ваші стосунки?
4. Як часто Ви думаєте, що було би краще взагалі не потрапляти у ці стосунки?
5. Наскільки Ваші стосунки відповідають Вашим початковим очікуванням?
6. Наскільки сильно Ви любите свого партнера?
7. Наскільки багато проблем у Ваших стосунках?

Процедура проведення методики:

1. Респонденту надається опитувальник із 7 твердженнями, до яких потрібно дати оцінки за шкалою від 1 до 5.
2. Оцінка здійснюється індивідуально або в парі, залежно від мети дослідження.

3. Після заповнення опитувальника, результати підсумовуються для визначення загального рівня задоволеності стосунками.

Аналіз результатів:

1. Результати підсумовуються, і загальний бал дозволяє визначити рівень задоволеності стосунками. Вищі бали свідчать про більшу задоволеність, нижчі — про наявність проблем у стосунках.

2. Питання 3 дозволяє порівняти свої стосунки з більшістю інших, що дає можливість оцінити, наскільки добре розвиваються стосунки порівняно з типовими для певної соціальної групи.

3. Питання 4 і 7 дозволяють виявити проблемні аспекти стосунків, такі як частота сумнівів і наявність серйозних проблем. Ці дані можуть бути використані для глибшого аналізу причин незадоволеності.

Переваги методики:

- швидке проведення і простота інтерпретації результатів;
- підходить для дослідження стосунків як у молодих пар, так і у більш досвідчених;
- дозволяє отримати конкретні, кількісно вимірювані дані щодо задоволеності стосунками.

Недоліки методики:

- респонденти можуть давати «соціально бажані» відповіді, що може викривити результати;
- методика оцінює лише рівень задоволеності, без детального вивчення причин цих оцінок.

Методика «діагностика індивідуальних цінностей» Ш. Шварца (адаптація О. Тихомандрицької, Е. Дубовської)

Визначає 10 різних мотиваційних типів, утворених певними цінностями, кожному з яких відповідає деяка мотиваційна мета. Ці типи задають загальну спрямованість життєдіяльності людини, а також орієнтують її конкретні дії.

Інструкція. Оцініть, наскільки важлива кожна із запропонованих цінностей для Вас особисто. Для оцінки використовуйте таку шкалу:

7 - винятково важлива цінність як керівний принцип Вашого життя (зазвичай таких цінностей буває одна-дві);

6 - дуже важлива;

5 - досить важлива;

4 - важлива;

3 - не дуже важлива;

2 - мало важлива;

1 - не важлива;

0 - абсолютно байдужа;

1 - протилежно принципам, яких Ви дотримуєтесь.

№	Список цінностей	Бали									
1.	Рівність (однакові можливості для всіх)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
2.	Згода з самим собою (мир всередині себе)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
3.	Соціальна влада (панування над іншими людьми)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
4.	Насолода (задоволення всіх бажань)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
5.	Свобода (свобода дій і думок)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
6.	Духовність (домінування духовної, а не матеріальної сторони життя)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
7.	Турбота про себе (відчуття, що іншим є до тебе справа)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
8.	Соціальний порядок (стабільність суспільства)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
9.	Насиченість життя (цікаве, наповнене життя)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
10.	Осмисленість існування (наявність мети в житті)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
11.	Ввічливість (ввічливість, вихованість)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
12.	Багатство (власність, майно, гроші)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	
13.	Національна безпека (захищеність держави від	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	

	ворогів)									
14.	Самоповага (віра у власну значимість)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
15.	Почуття подяки (прагнення віддавати борги)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
16.	Творчість (унікальність, уява, віра в свої творчі здібності)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
17.	Мир на Землі (свобода від воєн і конфліктів)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
18.	Традиції (збереження звичаїв)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
19.	Велика справжня любов (глибока емоційна й духовна близькість)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
20.	Самодисципліна (стриманість, боротьба з спокусами)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
21.	Недоторканність внутрішнього світу (право на таємницю особистого життя)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
22.	Безпека сім'ї (безпека тих, кого ми любимо)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
23.	Соціальне визнання (повага, схвалення іншими)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
24.	Єднання з природою (включення в природу, відповідність природі)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
25.	Різноманітне життя (постійні зміни, життя, насичене подіями)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
26.	Мудрість (зріле, глибоке розуміння життя)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
27.	Влада (право керувати, командувати людьми)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
28.	Вірна дружба (близькі, надійні друзі)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
29.	Естетична насолода (краса природи, світу)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
30.	Соціальна справедливість (захист прав людей, турбота про слабких)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
31.	Самостійність	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
32.	Помірність (уникнення крайнощів)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
33.	Відданість (вірність друзям, групі)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
34.	Цілеспрямованість	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
35.	Широта поглядів (терпимість до ідей і думок, відмінних від своїх)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
36.	Смирення (скромність, шанобливість)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
37.	Відвага (пошук пригод, ризику, небезпеки)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
38.	Захист навколишнього середовища	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
39.	Впливовість (вплив на людей і події)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
40.	Повага старших (повага до віку)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
41.	Самостійна постановка цілей (цілеспрямованість)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
42.	Здоров'я (здоров'я фізичне і психічне)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
43.	Компетентність та професіоналізм	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
44.	Прийняття життя таким, яким воно є (приспособлення до життєвих обставин)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
45.	Чесність (непідробленість, щирість)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
46.	Репутація (збереження свого обличчя)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
47.	Послух (обов'язковість, старанність)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
48.	Інтелект (логічність, вміння думати)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
49.	Доброзичливість (робота на благо інших)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
50.	Життєрадісність (здатність радіти життю)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
51.	Благочестя (слідування релігійним віруванням)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
52.	Відповідальність (надійність)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
53.	Допитливість (інтерес до всього)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7

54.	Поблажливість (готовність прощати)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
55.	Успіх (досягнення цілей)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
56.	Охайність (акуратність)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
57.	Потурання собі, поблажливість до себе (доставлення собі задоволення)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
58.	Релігійність (віра в Бога)	-1	0	1	2	3	4	5	6	7

Обробка та інтерпретація результатів

Значення змінних 1-10 обчислюються як середні значення.

1. *Саморегуляція*: осмисленість існування (10), мудрість (26), самостійність (31), цілеспрямованість (34), самостійна постановка цілей (41), відповідальність (52), успіх (55).

2. *Стимулювання*: свобода (5), творчість (16), різноманітне життя (25), широта поглядів (35), відвага (37), життєрадісність (50), допитливість (53).

3. *Гедонізм*: насолода життям (4), турбота про себе (7), охайність (56), задоволення (57).

4. *Досягнення*: насиченість життя (9), самоповага (14), здоров'я (42), компетентність (43), репутація (46), інтелект (48).

5. *Влада*: соціальна влада (3), багатство (12), соціальне визнання (23), влада (27), впливовість (39).

6. *Безпека*: рівність (1), соціальний порядок (8), національна безпека (13), мир на Землі (17), традиції (18), безпека сім'ї (22), соціальна справедливість (30).

7. *Конформність*: ввічливість (11), самодисципліна (20), помірність (32), смиренність (36), повага старших (40), прийняття життя, яким воно є (44), чесність (45), слухняність (47).

8. *Традиції*: духовність (6), почуття подяки (15), єднання з природою (24), захист навколишнього середовища (38), доброзичливість (49), благочестя (51), релігійність (58).

9. *Прихильність*: справжня любов (19), вірна дружба (28), естетична насолода (29), відданість (33), поблажливість (54).

10. *Самоорієнтація*: згода з самим собою (2), недоторканність внутрішнього світу (21).

№ п/п	Цінності	Сумарний бал	Середнє значення
1.	Саморегуляція		
2.	Стимулювання:		
3.	Гедонізм		
4.	Досягнення		
5.	Влада		
6.	Безпека		
7.	Конформність		
8.	Традиції		
9.	Прихильність		
10.	Самоорієнтація		

САМОРЕГУЛЯЦІЯ (*самостійність*). Мотиваційна мета - незалежні, автономні думки і дії, керівництво власними поглядами. Цінності: свідомість існування, мудрість, самостійність, цілеспрямованість, самостійна постановка цілей, відповідальність, успіх.

СТИМУЛЮВАННЯ (*повнота життєвих відчуттів*). Мотиваційна мета - новизна і змагання в житті. Цінності: свобода, творчість, різноманітне життя, широта поглядів, відвага, життєрадісність, допитливість.

ГЕДОНІЗМ. Мотиваційна мета - задоволення, чуттєва насолода, насолода життям. Цінності: насолода життям, турбота про себе, охайність, задоволення.

ДОСЯГНЕННЯ. Мотиваційна мета - досягнення особистого успіху за допомогою прояву компетентності, отримання соціального схвалення. Цінності: насиченість життя, самоповага, здоров'я, компетентність, репутація, інтелект.

ВЛАДА. Мотиваційна мета - досягнення соціального статусу, престижу і панування над людьми. Цінності: соціальна влада, багатство, соціальне визнання, влада, впливовість.

БЕЗПЕКА. Мотиваційна мета - стабільність, безпека і гармонія суспільства, сім'ї та самого індивіда. Цінності: рівність, соціальний порядок,

національна безпека, мир на Землі, традиції, безпека сім'ї, соціальна справедливість.

КОНФОРМНІСТЬ. Мотиваційна мета - обмеження дій і спонукань, що заподіюють шкоду іншим і порушують соціальні очікування і норми. Цінності: ввічливість, самодисципліна, помірність, смирення, повага старших, прийняття життя, яким воно є, чесність, слухняність.

ТРАДИЦІЯ. Мотиваційна мета - повага і підтримка звичаїв, прийняття і визнання ідей, існуючих в певній культурі, релігії. Цінності: духовність, почуття вдячності, єднання з природою, захист навколишнього середовища, доброзичливість, благочестя, релігійність.

ПРИХИЛЬНІСТЬ (ДОБРОЗИЧЛИВІСТЬ). Мотиваційна мета - підтримка і підвищення благополуччя людей, з якими людина перебуває у постійному контакті, підтримує близькі стосунки. Цінності: справжня любов, вірна дружба, естетична насолода, відданість, поблажливність.

УНІВЕРСАЛІЗМ (САМООРІЄНТАЦІЯ). Мотиваційна мета - розуміння, терпимість і підтримка благополуччя всіх людей, природи та власного «Я». Цінності: згода з самим собою, недоторканність внутрішнього світу.

Методика Рябової А.Є. «Активізуєючий опитувальник особистісної сімейної сфери (АОЛСС)»

Опитувальник складається з питань, на які респонденти відповідають за шкалою від 1 до 5, що дозволяє отримати кількісні та якісні дані для подальшого аналізу.

Інструкція для респондента. Цей опитувальник допоможе оцінити важливі аспекти ваших стосунків з партнером. Відповідайте на кожне твердження, оцінюючи, наскільки ви погоджуєтесь з ним, за шкалою від 1 до 5, де:

- 1 — зовсім не погоджуюсь
- 2 — скоріше не погоджуюсь
- 3 — нейтрально
- 4 — скоріше погоджуюсь
- 5 — повністю погоджуюсь

Будь ласка, оцінюйте кожне твердження чесно і обґрунтовано, оскільки це допоможе точно відобразити ваші почуття та ставлення до стосунків.

Твердження для оцінки

- 1. Я відчуваю підтримку від свого партнера в складних ситуаціях.
- 2. Ми часто розв'язуємо конфлікти у стосунках конструктивно.
- 3. Моя партнерка/мій партнер є надійним у важливих питаннях.
- 4. Я відчуваю емоційну близькість у стосунках.
- 5. Ми маємо спільні цілі та плани на майбутнє.
- 6. Мій партнер активно бере участь у вирішенні проблем, що виникають у стосунках.
- 7. Ми обговорюємо важливі питання в нашій родині відкрито і без страху.
- 8. Я довіряю своєму партнеру на 100%.
- 9. Ми разом приймаємо важливі рішення для нашої родини.

10. Я відчуваю, що мій партнер поважає мої особисті межі та потреби.
11. Ми маємо спільні інтереси та хобі, що зміцнюють наші стосунки.
12. Я відчуваю, що ми разом ростемо і розвиваємося як особистості.
13. Ми здатні прощати одне одному помилки, не тримаємо образ.
14. Ми маємо рівноправний розподіл обов'язків у стосунках
15. Я відчуваю, що в моїх стосунках з партнером є емоційна підтримка та розуміння.

Процедура проведення методики

1. Респонденти отримують опитувальник з 15 твердженнями. Вони повинні оцінити кожне твердження за шкалою від 1 до 5.
2. Після того, як респонденти заповнять опитувальник, результати підсумовуються для визначення загального рівня задоволеності стосунками.
3. Додатково можна запропонувати респонденту відповісти на кілька відкритих запитань, щоб дізнатися більше про їхні відносини та причини високих або низьких оцінок.

Аналіз результатів

Підсумовуються бали за всіма питаннями. Вищі бали свідчать про більшу гармонію в стосунках і задоволеність відносинами.

Оцінка загального рівня задоволеності стосунками:

45-75 балів — висока задоволеність стосунками, партнери мають гармонійні відносини, емоційну підтримку і взаєморозуміння, ефективно вирішують конфлікти.

30-44 бали — середній рівень задоволеності стосунками, є певні проблеми в емоційній підтримці, вирішенні конфліктів або довірі, але відносини загалом позитивні.

15-29 балів — низька задоволеність стосунками, партнерські відносини можуть бути проблемними, виникають труднощі в комунікації, емоційному зв'язку або вирішенні конфліктів.

Інтерпретація за аспектами стосунків:

Емоційна підтримка: якщо бали за питання, що стосуються емоційної підтримки (наприклад, питання 1, 6, 10) низькі, це свідчить про проблеми в довірі та підтримці партнера, що може вказувати на відсутність емоційного зв'язку.

Розв'язування конфліктів: якщо питання 2, 3, 4 мають низькі бали, це свідчить про те, що пари мають труднощі в конструктивному вирішенні конфліктів, що може спричинити зростання напруженості в стосунках.

Спільні цілі та взаєморозуміння: висока оцінка за питання 5, 9, 12 вказує на наявність спільних цілей у парі, що є важливим для стабільності і розвитку сімейних стосунків.

Рівність та підтримка: якщо респонденти оцінюють питання, пов'язані з рівноправністю і підтримкою, такі як питання 7 і 8, високими балами, це свідчить про здатність пари до співпраці і взаємопідтримки.

Ключ до інтерпретації результатів

Високий рівень задоволеності (45-75 балів): стосунки гармонійні, партнерство є стабільним і підтримуючим, комунікація ефективна, існує взаєморозуміння і довіра.

Середній рівень задоволеності (30-44 бали): існують певні труднощі в стосунках, але загалом вони позитивні. Потрібна увага до конкретних аспектів, таких як вирішення конфліктів або емоційна підтримка.

Низький рівень задоволеності (15-29 балів): в стосунках існують серйозні проблеми, які потребують негайного вирішення, такі як недовіра, відсутність емоційної підтримки або нерівноправний розподіл обов'язків.

Авторська анкета для дослідження
«Вплив сімейних цінностей на формування партнерських стосунків
у молоді»

Шановний респондент!

Ця анкета спрямована на вивчення впливу сімейних цінностей на формування партнерських стосунків у молоді. Будь ласка, дайте чесні відповіді на запропоновані питання. Ваші відповіді є конфіденційними і будуть використані виключно в наукових цілях.

Розділ 1. Загальна інформація

1. Ваш вік:

- ☐ 18–21
☐ 22–25
☐ 26–29
☐ інше (вказіть): _____

2. Ваше статеве становище:

- ☐ Чоловік
☐ Жінка
☐ Інше (вказіть): _____

3. Ваш соціальний статус:

- ☐ Студент
☐ Працевлаштований
☐ Безробітний
☐ Інше (вказіть): _____

4. Чи перебуваєте ви в романтичних стосунках на даний момент?

- ☐ Так
☐ Ні

5. Як довго ви перебуваєте у стосунках (якщо застосовно)?

- ☐ Менше 6 місяців

- ☐ 6–12 місяців
- ☐ 1–3 роки
- ☐ Більше 3 років

6. Ваша релігійна приналежність (якщо є):

- ☐ Християнство
- ☐ Іслам
- ☐ Буддизм
- ☐ Атеїст
- ☐ Інша (вказіть): _____
- ☐ Немає релігійних переконань

Розділ 2. Сімейні цінності

7. Чи вважаєте ви сімейні цінності важливими у вашому житті?

- ☐ Дуже важливі
- ☐ Важливі
- ☐ Нейтральні
- ☐ Малозначущі
- ☐ Зовсім не важливі

8. Які з наступних цінностей, на вашу думку, є найважливішими для гармонійних стосунків у родині? (Оберіть до 3-х варіантів):

- ☐ Довіра
- ☐ Рівноправність
- ☐ Емоційна підтримка
- ☐ Взаємоповага
- ☐ Спільні інтереси
- ☐ Взаємна відповідальність
- ☐ Вірність
- ☐ Спільні фінансові цілі
- ☐ Готовність до компромісів
- ☐ Підтримка родини

9. Чи впливають цінності, що прийняті в вашій родині, на ваше ставлення до майбутнього шлюбу та сім'ї?

☐ Так, дуже сильно

☐ Так, помірно

☐ Нейтрально

☐ Ні, не впливають

10. Як ви оцінюєте роль сімейних цінностей у ваших партнерських стосунках?

☐ Вони визначають основні принципи моїх стосунків

☐ Вони впливають на деякі аспекти моїх стосунків

☐ Я не вважаю сімейні цінності важливими для моїх стосунків

☐ Відповідно до ситуації, інколи важливі

Розділ 3. Ставлення до партнерства та шлюбних цінностей

11. Які з наступних аспектів є найбільш важливими для успішних партнерських стосунків? (Оберіть до 3-х варіантів):

☐ Взаємна підтримка

☐ Взаєморозуміння

☐ Емоційна близькість

☐ Відкритість у комунікації

☐ Спільні цілі та плани на майбутнє

☐ Спільні фінансові цілі

☐ Поважання особистого простору

☐ Творчість у стосунках

12. Які цінності ви бажаєте передати своїм дітям у майбутньому (якщо це для вас актуально)? (Оберіть до 3-х варіантів):

☐ Довіра

☐ Вірність

☐ Взаємоповага

☐ Сімейні традиції

☐ Вміння знаходити компроміси

- ☐ Трудова етика
- ☐ Підтримка один одного в складні часи
- ☐ Інші (вказіть): _____

13. Як ви оцінюєте свій досвід у партнерських стосунках?

- ☐ Дуже позитивний
- ☐ Позитивний
- ☐ Нейтральний
- ☐ Негативний
- ☐ Дуже негативний

14. Чи вірите ви, що партнерські стосунки можуть бути щасливими лише за умови, якщо обидва партнери мають схожі сімейні цінності?

- ☐ Так, це основа гармонійних стосунків
- ☐ Частково, але інші чинники також важливі
- ☐ Ні, важливіші інші аспекти стосунків
- ☐ Не маю певної думки

Розділ 4. Перспективи та очікування

15. Які у вас очікування від майбутніх стосунків? (Оберіть до 3-х варіантів):

- ☐ Стабільність і гармонія
- ☐ Підтримка і любов
- ☐ Взаємна повага та довіра
- ☐ Вільний простір для особистого розвитку
- ☐ Спільне вирішення проблем та прийняття рішень
- ☐ Відсутність конфліктів

16. Що для вас важливіше у стосунках?

- ☐ Любов і емоційна підтримка
- ☐ Фінансова стабільність
- ☐ Рівноправність і справедливість
- ☐ Спільні цілі та амбіції
- ☐ Відкритість і чесність

«Дякуємо за участь у дослідженні!

Ваші відповіді є важливими для нас і допоможуть краще зрозуміти вплив сімейних цінностей на формування партнерських стосунків у молоді.

Ваша участь сприятиме розвитку наукових знань у цій сфері.»