

Особливості побудови подружжям гармонійних міжособистісних взаємин

Тетяна Редько

*магістрантка кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: RedkoTV@krok.edu.ua*

Олена Никоненко

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: nikonenkoev@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0002-0794-7905*

Міжособистісні взаємини подружжя є одним з найбільш важливих аспектів подружнього життя, оскільки вони включають взаємодію, комунікацію, емоційну підтримку, розподіл обов'язків і спільне вирішення проблем. Особливості побудови цих взаємин у сім'ї можуть у значній мірі впливати на задоволеність шлюбом, якість подружнього життя. Міжособистісні взаємини подружжя є важливими для встановлення гармонійних відносин між партнерами, задоволення їх потреб у любові, прийнятті, емоційній підтримці, у взаєморозумінні і визнанні цінності та гідності.

Психологія сімейних відносин акцентує увагу на вивченні особливостей міжособистісних взаємин у подружніх парах, внутрішньо-сімейних відносин, їхньої стабільності та стійкості, з позиції їх впливу на розвиток особистості. Знання цих закономірностей дає можливість проводити практичну роботу з подружніми парами, діагностувати проблеми і допомагати у формуванні здорових сімейних відносин.

Під міжособистісними взаєминами подружжя слід розуміти систему орієнтацій, установок, очікувань чоловіка та дружини щодо один одного, які обумовлені змістом та організацією їх спільної діяльності та цінностями, на яких базується їх спілкування. На особливості міжособистісних взаємин партнерів в подружній парі чинять вплив багато різноманітних чинників, серед яких особливого значення набувають індивідуально-психологічні особливості подружжя [1].

Так, В. Ткаченко пропонує ці фактори поділити на два блоки, яким властиві наступні характеристики:

- особистісні якості кожного з партнерів: високий рівень зрілості, адекватність самооцінки, узгодженість особливостей ціннісно-сенсової сфери (життєвих та сімейних цінностей, домінуючих потреб), толерантність стосовно індивідуальних розбіжностей з партнером, готовність пробачати та бути пробаченим, соціально-психологічна компетентність партнерів;

- особливості міжособистісної подружньої взаємодії, що попереджають виникнення та загострення криз у подружньому житті: взаємна допомога у особистісному зростанні, взаємна направленість на особистісну ідентифікацію з партнером, взаємні емоційне прийняття та емоційна теплота, взаємне підтвердження

та підтримка особистісної ідентичності партнерів, дотримання в спілкуванні оптимальної дистанції, можливість саморозкриття у спілкуванні, легкість спілкування, узгодженість особливостей взаємодії, створення сімейної субкультури [2].

Значний вплив на успішність міжособистісних взаємин подружжя мають особистісні схильності чоловіка та дружини до вияву тактовності, поваги, комунікативної компетентності під час спілкування [3]. Адже протилежні характеристики комунікативної взаємодії подружньої пари спричиняють виникнення сімейних конфліктів. На цей процес впливають такі чинники: неповага до почуття гідності партнера іншим партнером, незадоволення потреби у значущості власного «Я» та у позитивних емоціях (відсутність уваги, ласки, розуміння, турботи), протилежність прагнень та інтересів [4]. Тоді як позитивний вплив на розвиток відносин у шлюбі мають такі особистісні характеристики партнерів: позитивне самоприйняття (виявляється у природності поведінки), відношення до іншого партнера як до себе, адекватна самооцінка, емоційна рівноваженість, помірна схильність до ризику, компетентність у часі (жити «тут і зараз», сприймаючи при цьому зв'язок подій) [5].

Л. Сердюк звертає увагу на важливість позитивної самооцінки у шлюбі, зокрема вона зазначає, що у міжособистісній взаємодії подружжя напруженість виникає тоді, коли рівень самооцінки одного з партнерів перевищує рівень оцінки, наданої іншим партнером (тобто коли кожен з партнерів вважає себе кращим за іншого), а також у протилежній ситуації – коли рівень очікуваної оцінки зі сторони одного партнера перевищує рівень реальної оцінки, наданої іншим партнером (тобто коли один з партнерів має занижену самооцінку та вважає, що інший партнер ставиться до нього занадто добре) [5].

Також на встановлення гармонійних взаємин між партнерами у подружжі впливають їх риси характеру. Характер кожного з партнерів виявляється у системі відношення до навколишнього середовища: до себе (гордість або приниженість, скромність або самозакоханість), до інших людей (правдивість або облудність, товариськість або замкнутість, тактовність або брутальність); до власності (ощадливість або марнотратність, щедрість або жадібність), до справи (працьовитість або лінощі, відповідальність або несумлінність) [6].

Важливе значення для формування гармонійних відносин у шлюбі має узгодженість уявлень партнерів про розподіл їх ролей у сім'ї, при чому сам характер розподілу ролей не пов'язаний із їх задоволеністю шлюбом – головне, щоб його приймали обоє партнерів. Так, у сільських сім'ях розподіл побутових та господарських обов'язків чоловіка та дружини традиційний. При спільності розуміння головних та другорядних господарських завдань та гарній спрацьованості подружжя обоє партнерів задоволені шлюбом [7;8].

Таким чином, міжособистісні взаємини подружніх пар є складною та багатогранною системою взаємодії, успіх якої залежить від ефективної комунікації, здатності до співпраці, гнучкості у вирішенні конфліктів і збереження емоційної близькості. На якість міжособистісних взаємин подружжя впливають їх інди-

відуальні психологічні особливості, такі як риси характеру, тип темпераменту кожного з партнерів, якими обумовлюються особливості їхньої поведінки.

Список використаних джерел

1. Вінс В. Гармонізація міжособистісних взаємин подружніх пар засобами психологічного консультування. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. Вип. 1. С. 42–46.
2. Євсюкова А. О. Міжособистісна взаємодія молодого подружжя. *Теорія і практика сучасної психології*. 2016. № 1. с. 16-21.
3. Кругла Т. О. Сімейний конфлікт: причини виникнення, попередження, врегулювання. *Медсестринство*. 2017. № 4. С. 71-74.
4. Сайтарли І. А. Культура міжособистісних стосунків: навч. посібник. Київ: «Академвидав», 2007. 240 с.
5. Сердюк Л. З. Взаємозв'язок ставлення до себе та до партнера як фактор стабільності шлюбу. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2019. Том. VI. Психологія обдарованості. Вип. 16. С. 36-45.
6. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї: навч. посіб. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
7. Ткаченко В. Є. Соціально-психологічні умови благополуччя подружніх відносин. *Наукові студії із соціальної та політичної психології: Збірник наукових праць*. 2011. Вип. 27 (30). С. 233–249.
8. Никоненко О.В. Діадний копінг як чинник сексуального благополуччя під час війни. *Наукові перспективи*. 2025. № 7(61). С. 1282-1293. - [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-7\(61\)-1282-1293](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-7(61)-1282-1293)