

Чинники задоволеності шлюбом

Анна Бурда

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

Ганна Склярєва

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: honcharovago@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0001-9366-4591*

Задоволеність шлюбом є актуальною проблемою в сучасному суспільстві, оскільки вона безпосередньо впливає на якість особистого життя та сприяє формуванню стійких міжособистісних відносин. Розуміння чинників, які впливають на задоволеність шлюбом, має важливе значення для розробки ефективних стратегій підтримки та покращення якості міжособистісних взаємин.

У сучасному світі, де зростає кількість розлучень та взаєморозуміння між партнерами стає викликом, дослідження чинників задоволеності шлюбом стає критично важливим завданням. Вивчення цієї проблеми дозволить розкрити основні аспекти взаємин, які призводять до щасливих та тривалих шлюбів, та сприятиме розробці практичних рекомендацій для створення міцних родин [1].

Шлюб – це не лише юридичний акт, але й складне партнерство, яке вимагає уваги, розуміння та зусиль від обох партнерів.

Задоволеність шлюбом – це глибокі емоційні та психологічні переживання, які виникають у результаті взаєморозуміння, спільного розвитку та відданості між подружжям. Це стан психологічної гармонії, який виникає з розкриття індивідуальності кожного партнера та їхньої взаємодії на шляху спільного життя [1].

Вона відображається в якості взаємних відносин і взаємоприйнятті. Це взаємне відчуття підтримки та безпеки, яке виникає, коли обидва партнера віддані ідеї будівництва щасливого та стійкого сімейного життя. Задоволення шлюбом визначається не лише якістю спільного часу та розваг, але й глибиною емоційного зв'язку, що забезпечує відчуття повноти та задоволеності в обох партнерах.

Задоволеність шлюбом визначається різноманітними чинниками, що взаємодіють між собою, і включає як аспекти особистісного розвитку, так і емоційний комфорт.

Одним із ключових чинників задоволеності є здатність партнерів ефективно спілкуватися між собою. Відкритість, чесність і здатність вислухати один одного створюють основу для розуміння та взаємної підтримки. Коли обидва партнера відчують, що їхні почуття та потреби розуміються, це сприяє зміцненню емоційного зв'язку та стабільності у відносинах [1, 2].

Ще одним важливим аспектом є спільні цілі та цінності. Коли партнери

мають спільні цілі й переконання, це створює відчуття спільного напрямку активності та сприяє взаєморозумінню. Спільна побудова майбутнього та спільний розвиток зміцнюють партнерство, роблячи його більш стійким та задовольняючим обидві сторони [3].

Також важливою складовою задоволеності шлюбом є емоційна підтримка та взаєморозуміння в труднощах. Здатність підтримувати одне одного в складних ситуаціях, розуміти емоції партнера і спільно працювати над подоланням труднощів є важливою складовою міцного шлюбу [4, 5].

Не менш важливою є і взаємна повага та толерантність. Партнери повинні приймати один одного такими, які вони є, і залишатися відкритими до індивідуальності кожного. Повага до простору та прав особистості допомагає уникнути конфліктів та зміцнює взаємини [6].

Узагальнюючи, задоволеність шлюбом залежить від різноманітних чинників, включаючи ефективне спілкування, спільні цілі та цінності, емоційну підтримку та взаємну повагу [7]. Врахування цих аспектів сприяє будівництву здорових та щасливих відносин, які розцвітають на шляху спільного життя.

Список використаних джерел

1. Лисенко Л. М., *Психологічні чинники задоволеності стосунками в подружніх парах*, 2018.
2. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Дучимінська Т. І., Магдисюк Л. І. *Психологія молодої сім'ї: монографія* / М. І. Мушкевич, Р. П. Федоренко, Т. І. Дучимінська, Л. І. Магдисюк ; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. – Луцьк : Вежа-Друк, 2018. – 235 с.
3. Сазонова, О. В. *Сімейні цінності та рольові установки подружніх пар. Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*, 2018, 39: 272-295.
4. Овчаренко А. М., *Конфліктність і сумісність у молодих подружніх парах. актуальні питання сучасної психології*, 2016, 166.
5. Баратинська Анастасія, *Пось Лоліта. Ступінь задоволеності шлюбом у осіб з різним рівнем адаптивної поведінки. Молодий вчений*, 2022, 3 (103): 37-42.
6. Семьонкіна І. А. *Подружжя дезадаптація при порушенні функцій сім'ї та її психологічна корекція: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.04. Київ, 2001. 14 с.*
7. Сингаївська Ірина, Осауленко Наталія. *Особливості комунікативних проблем в шлюбних партнерських стосунках переселенців під час війни. Вчені записки Університету «КРОК»*, 2023, 3 (71): 125-134.