

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДО ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Подоба Світлана

У межах дослідження ресурсних та стресогенних чинників адаптації внутрішньо переміщених осіб у приймаючих громадах було обрано комплексний підхід, що охоплює чотири ключові напрями: когнітивний, соціально-поведінковий, емоційний та мотиваційний. Така структура дозволила всебічно оцінити психологічні особливості адаптаційного процесу, враховуючи як індивідуальні, так і соціальні аспекти [1–6].

Мета дослідження – виявити та проаналізувати ключові ресурсні й стресогенні чинники, що впливають на процес соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб у приймаючих громадах, з урахуванням особистісних, соціокультурних та інституційних аспектів інтеграції.

Когнітивна сфера передбачала аналіз процесів усвідомлення, самооцінки, знань про себе та життєвих обставин, згідно чого використано:

1) методику «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ- 3)» (О. Калюк, О. Савченко), яка оцінює рівень задоволеності життям, міжособистісними стосунками та глибину внутрішнього розчарування;

2) тест-карту оцінки готовності до сімейного життя (І. Юнда), що дозволяє визначити рівень підготовленості до побудови сімейних стосунків;

3) тест на емоційний інтелект (Н. Голл), який оцінює здатність до емоційного самоконтролю, емпатії та впливу на емоції інших.

Соціально-поведінкова сфера охоплювала вивчення моделей міжособистісної взаємодії та поведінки у конфліктних ситуаціях. Застосовано:

1) опитувальник Томаса–Кілманна, що класифікує типи поведінки у конфлікті та допомагає оцінити здатність до конструктивного вирішення суперечностей;

2) методику оцінки агресивності у відносинах (А. Ассінгер), яка дозволяє визначити рівень коректності та емоційної стриманості у спілкуванні.

Емоційна сфера включала аналіз психоемоційного стану, здатності до саморегуляції та позитивного сприйняття життя. Використано:

1) шкалу позитивного ментального здоров'я (PMH-Scale) в адаптації Л. Карамушки, О. Креденцер, К. Терещенко, що оцінює рівень психологічної стійкості та здатність до конструктивної взаємодії;

2) модифіковану шкалу суб'єктивного благополуччя BBC-SWB, яка охоплює три компоненти: психологічне благополуччя, фізичне самопочуття та міжособистісні взаємини.

Мотиваційна сфера досліджувала прагнення до побудови стосунків, створення сім'ї та реалізації особистісно значущих цілей. Застосовано:

1) опитувальник «Для тих, хто любить» (Т. Говорун, О. Кікінежді), що дозволяє оцінити глибину романтичних почуттів;

2) авторську анкету для оцінки психологічної готовності до шлюбних стосунків у юнацькому віці.

Застосування зазначених методик забезпечило багатовимірний аналіз адаптаційного потенціалу внутрішньо переміщених осіб, дозволяючи виявити ключові чинники, що сприяють або ускладнюють інтеграцію в нове соціальне середовище. Результати дослідження свідчать про те, що психологічна готовність до шлюбних стосунків є багатокомпонентним явищем, яке формується під впливом низки індивідуально-психологічних чинників. Зокрема, ключовими детермінантами виступають здатність до емоційної регуляції, сформована позитивна Я-концепція, досвід партнерської взаємодії та мотивація до відповідальності у стосунках.

Здатність керувати власними емоціями забезпечує стабільність у міжособистісній взаємодії, сприяє зниженню конфліктності та формуванню

довірливих стосунків. Позитивне уявлення про себе, як складова Я-концепції, корелює з рівнем самооцінки, що, у свою чергу, впливає на здатність до побудови рівноправного партнерства. Наявність попереднього досвіду романтичних взаємин формує у молоді уявлення про особливості спільного життя, очікування від партнера та моделі поведінки у парі.

Гендерні особливості також виявилися значущими: дівчата частіше демонстрували емоційну залученість, орієнтацію на емоційне зближення та внутрішню мотивацію до створення сім'ї. Юнаки, натомість, були більш сфокусовані на реалізації особистих цілей і виявляли готовність до виконання традиційних соціальних ролей у шлюбі. Суб'єктивне відчуття психологічного благополуччя виявилось важливим чинником, що сприяє конструктивній взаємодії у партнерських стосунках. Високий рівень внутрішньої гармонії, задоволеності життям та емоційної стабільності створює сприятливе підґрунтя для формування зрілих, відповідальних і довготривалих шлюбних зв'язків.

Отже, психологічна готовність до шлюбних стосунків є результатом інтеграції емоційних, когнітивних та мотиваційних компонентів, що формуються у процесі соціального розвитку особистості та її міжособистісного досвіду. У межах дослідження було виокремлено три основні типи психологічної готовності до шлюбних стосунків, що відображають рівень емоційної зрілості, мотиваційної налаштованості та усвідомлення відповідальності у партнерських взаєминах.

Зріла готовність передбачає емоційну стабільність, емпатію, реалістичні очікування та відповідальність у стосунках.

Умовна готовність має формальний характер, базується на соціальних уявленнях без глибокого емоційного осмислення.

Неусвідомлена неготовність проявляється у романтизованому сприйнятті шлюбу, ідеалізації партнера та униканні відповідальності через низьку емоційну зрілість.

Запропонована типологія дозволяє глибше зрозуміти внутрішню структуру

психологічної готовності молоді до шлюбних стосунків та є основою для подальшої психодіагностики, корекційної роботи й освітніх програм, спрямованих на розвиток емоційної компетентності та партнерської відповідальності.

Емпіричне дослідження, дозволило комплексно оцінити рівень психологічної готовності молоді до шлюбних стосунків та виявити ключові чинники, що її формують. Застосування багатовимірного підходу (когнітивного, соціально-поведінкового, емоційного та мотиваційного) забезпечило глибоке розуміння внутрішніх механізмів готовності до партнерства. Результати засвідчили, що психологічна готовність до шлюбних взаємин залежить від здатності до емоційної саморегуляції, позитивної Я-концепції, досвіду міжособистісної взаємодії та мотивації до відповідальності. Виявлені гендерні відмінності свідчать про різні акценти у сприйнятті шлюбних ролей: емоційна глибина у дівчат і практична орієнтація у юнаків.

Визначення трьох типів готовності (зрілої, умовної та неусвідомленої) дозволяє окреслити рівень психологічної зрілості молоді та її потенціал до побудови гармонійних стосунків. Зріла готовність, що поєднує емоційну стабільність, емпатію та реалістичні очікування, є найсприятливішою основою для формування здорової сім'ї.

Таким чином, психологічна готовність до шлюбних стосунків у юнацькому віці є складним і динамічним процесом, що потребує системного підходу до діагностики, розвитку та підтримки в освітньому і соціальному середовищі.

Список використаних джерел

1. Максимова Н. Ю. Сімейне консультування : навч. посіб. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. 304 с.
2. Потапчук Н. Д., Карпова Д. Є. Вплив батьківської сім'ї на формування дитини як майбутнього сім'янина. Габітус : науковий журнал з соціології та психології. Одеса, 2023. Вип. 45. С. 254–258.
3. Помиткіна Л. та ін. Психологія сім'ї : навч. посіб. Київ : Нац. авіац. ун-т «НАУ-друк», 2010. 270 с.
4. Столярчук О. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук : ПП Щербатих О. П., 2015. 136 с.
5. Титаренко Т. М., Злобіна О. Г., Лепіхова Л. А. та ін. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості : наук. моногр. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 512 с.
6. Федоренко Р. П. Психологія молоді сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та допов. Луцьк, 2021. 480 с.
7. Федоришин Г. М. Психологічні проблеми сімейного виховання. Івано-Франківськ, 2013. 224 с.
8. Чепмен Г. П'ять мов любові. Київ : Брайт Букс, 2016. 200 с.