

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет «Києво-Могилянська академія»  
Факультет соціальних наук та соціальних технологій  
Кафедра психології та педагогіки

**Магістерська робота**  
освітньо-кваліфікаційний рівень – магістр

на тему: **«РОЗБІЖНОСТІ В ОЦІНЦІ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЙ ЯК  
ПРИЧИНА ПОДРУЖНІХ КОНФЛІКТІВ»**

Виконала: студентка 2-го року навчання,  
спеціальності 053 «Психологія»

Кібенко Еліна Олегівна

Керівник Поліщук В.М.,  
доктор психологічних наук, професор

Рецензент \_\_\_\_\_

Магістерська робота захищена з  
оцінкою « \_\_\_\_\_ »

Секретар ДЕК \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020 р.

Київ – 2020

## Анотація

*Проаналізовано проблему розбіжностей в оцінці подружжям життєвих ситуацій, яка визначає рівень сприятливого становлення сімейних взаємин з допомогою базових понять (інтенціональність, істинність, спосіб даності, «сповіщення») і методів (передусім – феноменологічна редукція, яка допомагає уникнути ескалації конфлікту шляхом абстрагування від конкретних умов та персоналій) системи наукових уявлень німецького філософа Е. Гуссерля (1859–1938). У сімейних взаєминах на рівні теоретико-емпіричного аналізу перевірено припущення вченого, що суб'єктивний досвід є основним джерелом об'єктивного пізнання навколишньої дійсності. Встановлено головні чинники подружньої конфліктності (зокрема – стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях, комунікативна та конфліктологічна компетентність, світоглядні відмінності) та з'ясовується рівень їхнього впливу на гармонійність сімейних взаємин. Продемонстровано реальність і потенційність феноменологічних ідей, які мають власну специфіку тлумачень у філософії і психології через аналіз та систематизацію відповідної інформації у психіатрії, що, власне, стало вирішальним мотивом для їх використання у «психології сім'ї» як одній із галузей психологічного знання. Як наслідок, з використанням тематичних методик з'ясовано психологічні особливості типових сімейних конфліктів через різне тлумачення подружжям життєвих ситуацій та виокремлено шляхи їх подолання. Встановлено тенденцію у взаєминах, що партнери осмислюють власні переконання та повсякденні настанови здебільшого як істинні та об'єктивні, – тобто інші оцінювальні судження апріорі потрапляють у категорію хибних. Насамкінець, на прикладі окремих феноменологічних ідей Е. Гуссерля продемонстровано перспективність філософських доробок для прикладного психологічного знання (зокрема, для подружжя з врахуванням їхніх пізнавальних інтересів розроблено програму корекції впливу розбіжностей в оцінці життєвих ситуацій на конфліктність).*

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ РОЗБІЖНОСТЕЙ В ОЦІНЦІ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЙ НА КОНФЛІКТНІСТЬ У ПОДРУЖЖЯ .....	9
1.1 Місце психології як науки про факти у феноменології Е. Гуссерля.....	9
1.2 Центральні поняття феноменології: інтенціональність, істинність, спосіб даності, «сповіщення» .....	16
1.3 Метод феноменологічної редукції.....	26
1.4 Феноменологічні ідеї в психіатрії як одна з детермінант їхнього використання в психології .....	30
1.5 Сутність конфліктів у подружжя та шляхи їх подолання.....	35
Висновки до розділу I .....	39
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ РОЗБІЖНОСТЕЙ У ОЦІНЦІ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЙ НА РІВЕНЬ КОНФЛІКТНОСТІ У ПОДРУЖЖЯ.....	41
2.1 Методика дослідження впливу розбіжностей у оцінці життєвих ситуацій на рівень конфліктності у подружжя .....	41
2.2 Вплив розбіжностей у оцінці життєвих ситуацій на рівень конфліктності у подружжя .....	49
2.3 Перспективи дослідження впливу оцінювальних розбіжностей на конфліктність у подружжя .....	62
Висновки до розділу II.....	66
РОЗДІЛ III. КОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА «ГАРМОНІЗАЦІЯ СІМЕЙНИХ ВЗАЄМИН: ПРИЙНЯТТЯ ПОГЛЯДІВ ПАРТНЕРА ЯК ЗАПОРУКА МІНІМІЗАЦІЇ ЙМОВІРНОСТІ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ» .....	68
3.1 Методологічні основи та принципи корекційної програми .....	68
3.2 Корекційна програма: структура та зміст.....	74
3.3 Ефективність корекційної програми: реальні та очікувані результати .....	81

Висновки до розділу III .....	84
ВИСНОВКИ.....	86
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	88

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** У сучасному суспільстві стосунки між двома людьми приймають найрізноманітніші форми, але завжди в сімейних відносинах подружжя має культивувати турботу один про одного, зберігати і продовжувати традиції. Сім'я – це місце та умова постійної реалізації власного досвіду, знань, без чого неможлива наступність поколінь і, як наслідок, гармонійне існування та розвиток суспільства. Сучасна сім'я перебуває у кризовому стані. Зокрема, це можна пояснити спрощеними уявленнями про сімейні взаємини, хоча саме дані знання забезпечують адекватну побудову та подальшу підтримку стосунків у подружжі. Ще однією причиною може слугувати відсутність референтного впливу сімейного досвіду попередніх поколінь. Більш того, на сучасний стан сім'ї негативно впливає обмежена інформативна обізнаність про сімейні цінності, а також фрагментарні відомості про особливості навчання та виховання дітей.

Основними причинами, що у подальшому негативно відображаються на стосунках між партнерами, є відсутня психологічна (інтелектуальна, соціально-психологічна, особистісно-вольова) готовність подружжя до серйозних стосунків та шлюбу та низька загальна обізнаність членів подружжя про потенційну і реальну динаміку подружніх конфліктів. У такому разі стосунки не розвиваються продуктивно і, врешті-решт, пари розлучаються (на прикладі офіційної статистики в Україні у 2020 році 230 тис шлюбів, 40 тис розлучень). Також однією з причин цього можна вважати зниження мотивації до пізнання одне одного, ігнорування самої можливості цього.

У зв'язку з цим, нам було цікаво розв'язати актуальний соціальний запит на вивчення розбіжностей в оцінці подружжям життєвих подій, а, значить, попередити конфлікти, у контексті використання ідей феноменології Е. Гуссерля. Такі наукові спроби раніше досить успішно впроваджувалися у психіатрії, що дало поштовх до виникнення гуманістичної психології, гештальт терапії та екзистенційного аналізу. Водночас, феноменологія у психіатрії хоча й була успішним, але недостатньо адаптованим проектом. Наприклад, Л. Бінсвангер і

В. Е. фон Гебзаттель намагалися трансформувати ідеї феноменології Е. Гуссерля для вивчення психічно хворих людей, однак, як уже загальновизнано, не врахували, що феноменологія розроблялася як ідеальна наука про «сутності», а тому такі методи як трансцендентальна редукція не неможливі, але не необхідні у дослідженні одиничних феноменів. Крім того, ми також прагнули разом із встановленням логістики феноменологічних ідей Е. Гуссерля з'ясувати логістику їх застосування упродовж тривалого історичного часу, не відхиляючись від вчення основоположника та зберігши чистоту його ідей.

У цьому пізнавальному ракурсі предметом нашої дослідницької уваги був творчий доробок зарубіжних (О. Конта, Ф. Ле-Пле, Е. Дюркгейма, Ч. Кулі, З. Фрейда, Л. Моргана, Ф. Енгельса, В. Метьюза, К. Міхановича) та вітчизняних (О. Власової, Г. Кучинського, А. Ямпольської, Г. Челпанова) авторів. Тоді закономірно, що теоретико-методологічну основу нашої магістерської роботи становить вчення Е. Гуссерля та його послідовників (М. Шелера, М. Гайдеггера, К. Ясперса, М. Мерло-Понті, М. Фуко, П. Рікера) з наступними провідними методологічними настановами:

1. Зовнішній світ доступний для людського пізнання лише у тому вигляді, в якому він їй дається.
2. Предмети та явища зовнішнього світу не можуть бути дані навіть двом людям однакою способом.
3. Людина перебуває в інтерсуб'єктивному світі та конституює об'єктивне знання спільно з іншими індивідами.
4. Явища внутрішнього світу (переживання, переконання, відчуття, ціннісні орієнтири) завжди істинні, тому до них неможливо застосовувати категорії хибності чи істинності.
5. Пізнати внутрішній світ іншої людини можна в процесі «почування».
6. Перейти до справжньої суті речей можна за допомогою феноменологічної редукції.

Зважаючи на те, що феноменологія Е. Гуссерля вже була успішно адаптована у психіатрії і започаткувала нові пізнавальні орієнтири для різних галузей психологічного знання, ми 1) актуалізуємо проблему «очищення феноменологічної традиції» до того стану, в якому свого історичного часу був оприлюднений його феноменологічний метод, і 2) для визначення його потенціалу на прикладі психології сімейних взаємин визначаємо тему нашого дослідження: «Розбіжності в оцінці життєвих ситуацій як причина подружніх конфліктів».

**Об'єкт дослідження:** конфлікти у сімейних взаєминах.

**Предмет дослідження:** психологічні закономірності оцінки подружжям життєвих ситуацій.

**Мета дослідження:** теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості впливу розбіжностей в оцінці життєвих ситуацій на конфліктність партнерів у подружжі та розробити програму корекції задля мінімізації впливу розбіжностей у поглядах та, як наслідок, зниження ймовірності виникнення конфліктів.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати тематичні наукові уявлення Е. Гуссерля (причини розбіжностей у поглядах людей, особливості їхньої комунікації, шляхи подолання конфліктів) з перспективою їх використання у психології сім'ї.
2. Емпірично встановити особливості впливу розбіжностей в суб'єктивних оцінках життєвих ситуацій на задоволеність сімейними взаєминами.
3. На основі теоретико-емпіричних даних розробити стратегії поведінки для задоволеності шлюбом і сімейними взаєминами.
4. Створити для подружжя корекційну програму «Гармонізація сімейних взаємин: прийняття поглядів партнера як запорука мінімізації ймовірності конфліктних ситуацій» для здійснення феноменологічної редукції,

демонстрування залежності між прийняттям позицій партнера та рівнем конфліктності.

**Наукова новизна дослідження** полягає у теоретичному та практичному застосуванні ідей феноменології Е. Гуссерля вперше у сфері сімейної психології, а саме у контексті стосунків подружніх пар; встановленні залежності між прийняттям суб'єктивності партнера та рівнем конфліктності у стосунках.

**Практичне значення роботи** полягає у тому, що проведене емпіричне дослідження подружніх пар встановило кореляцію між конфліктністю партнерів та поєднаннями їх стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях, ступенем розбіжностей у оцінці основних сфер подружнього життя та індивідуальною комунікативною компетентністю; уможливило якісну розробку програми корекції для подружніх пар, що мають підвищену конфліктність.

**Апробація результатів дослідження.** Основні результати теоретичного аналізу досліджуваної проблеми були представлені на XIX-ій Міжнародній науково-практичній конференції «Конфліктологічна експертиза: теорія та методика» (21 лютого 2020 р.), що проводилася у Національному університеті «Києво-Могилянська академія».

**Публікації.** Результати магістерської роботи опубліковано у збірнику тез доповідей XIX-ої Міжнародної науково-практичної конференції «Конфліктологічна експертиза: теорія та методика», що проводилася у Національному університеті «Києво-Могилянська академія».



## **РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ РОЗБІЖНОСТЕЙ В ОЦІНЦІ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЙ НА КОНФЛІКТНІСТЬ У ПОДРУЖЖЯ**

### **1.1 Місце психології як науки про факти у феноменології Е. Гуссерля**

Перехід від міфу до логосу радикально змінив людський світогляд та окреслив нові області інтересу. Мислителі античного часу зосередили свою увагу спершу на першопричинах, співвідношенні одиничності та множинності. Пізніше софісти та Сократ здійснили антропологічний поворот, визначивши пріоритетом філософії проблему людини та, зокрема, пізнання. Суспільно-економічна формація змінюється і це не може не вплинути на зміни в інтересах філософів. Елліністичний період досліджує проблеми людини, яка опинилась в нових умовах. Разом з філософією змінювалась і наука. Остання чверть XX ст. розпочалася ще одним ґрунтовним переглядом сутності науки. П. Фейерабенд, австрійсько-американський методолог науки пропонує у своїй праці «Проти методу» застосувати до наукової сфери анархістську теорію пізнання. Він категорично заперечує доцільність слідування виключно науковому методу, що зумовлює відкидання результатів, що отримані іншими методами [43, с. 38]. П. Фейерабенд розуміє світ, що нас оточує, як досить незвідану сутність, а тому не потрібно штучно обмежувати поле зору та свої можливості. Більш того, наукова освіта пригнічує будь-які спроби прояву індивідуальності (а саме це сприяє формуванню всебічно розвиненої особистості) і формує особистість, виходячи виключно в того ідеалу раціональності, який випадково виявився модним в науці на той час. Така переоцінка ролі наукового методу не залишає права нехтувати іншими методами, що збагачують пізнання про світ та людину у цьому світі. Завдяки анархістській теорії пізнання уможливився крос-дисциплінарний аналіз сфер, які раніше суворо визначалися предметами інтересу обмеженого кола наук.

Традиційно до визначення поняття «наука» можна підійти з трьох основних позицій. По-перше, наука – це діяльність, «її зміст не обмежується науковими

теоріями, гіпотезами, моделями, створюваною нею картиною світу, вона складається з наукових фактів та їхнього емпіричного узагальнення, а її головним живим змістом є наукова робота живих людей» [8, с. 252]. По-друге, науку можна розглядати як інститут, підкреслюючи її соціальну природу, беручи до уваги її буття в якості форми суспільної свідомості. У такому разі наука тісно пов'язана з іншими формами суспільної свідомості: релігією, політикою, правом, ідеологією, мистецтвом [44, с. 16]. Дане розуміння науки як соціокультурного феномену у своїй основі має існування зовнішнього світу. Очевидно, така наука зумовлена випадковим набором деяких умов і розвивається відповідно до того, як ці умови змінюються. Оскільки рушієм науки є суспільні інтереси, потреби, що продиктовані вимогами та розвитком сучасного науці на певному етапі суспільства, тому наука Антична, Єгипетська, Середньовічна не будуть ідентичними. Третє визначення науки розглядає її з точки зору логіки. Це вже не наука, а науковчення. Вона не прив'язана до конкретного часу, її аргументація, докази, теорії чимось подібні до середньовічних універсалій, тому що однакові для всіх в усі часи. Наукове мислення у контексті даного визначення не може бути суперечливим, адже засноване на універсальних логічних законах. Саме такого визначення і дотримувався Е. Гуссерль. Його науковчення покликане змінити усталений погляд на проблематику і тематику наук. Проблема полягає в тому, що нам ніби завжди зрозуміло де ми, хто ми і що відбувається. Здоровий глузд говорить нам, що світ як дійсність завжди вже тут, а ми – люди у світі. Людину оточують безліч предметів і явищ, які вона сприймає як такі, що зрозумілі самі по собі і не потребують пояснення чи аналізу. Для людини навколишній світ і вона в ньому постає як зрозуміле саме по собі. Така установка є природною. У феноменології окрім природної установки можна зайняти таку позицію, коли саме по собі зрозуміле стає проблемою.

Феноменологія Е. Гуссерля має кілька фундаментальних положень, що пропонують новий погляд на природу конфліктів та шляхи їх вирішення. Перш ніж перейти до аналізу даних положень, необхідно з'ясувати статус науки

вцілому та, зокрема, місце психології у системі координат феноменологічної традиції. Ще у ранньому періоді творчості, відображеному у «Логічних дослідженнях», Е. Гуссерль визначає головну проблему пізнання як можливість об'єктивного знання. Дану проблему запропоновано розмістити у центрі філософських інтересів, а тому головним завданням філософії стає побудова науки про науку. Червоною ниткою у першому томі «Логічних досліджень» проходить ідея про те, що людині замало орієнтуватися у світі на основі встановлених законів та формул. Необхідно з'ясувати, чим є самі закони природи, речі та події, що відбуваються у світі. Науковчення має досліджувати не тільки форми і закономірності окремих обґрунтувань. Разом з тим, оскільки ми знаходимо окремі обґрунтування і не у полі науки, то вони як несистематичне накопичення обґрунтувань не можуть сформувати науку [16, с. 40]. Е. Гуссерль прагне дослідити науки як впорядковані та системні єдності, з'ясувати що робить конкретну науку наукою, що визначає розмежування наук. Е. Гуссерль поділяє усі науки на реальні та ідеальні, на науки про факти та науки про сутності. Відповідно науки про факти описують реальні події, природний світ, як от фізика та біологія. А ось об'єктами ідеальних наук виступають ідеальні види – числа, значення, геометричні фігури. Прикладом науки про сутності може слугувати чиста логіка. Поштовхом до такого розрізнення наук слугував «взаємозв'язок, який має місце між індивідуальним предметом і сутністю, відповідно до чого кожному індивідуальному предмету належить деяка сутність – в якості *його* сутності, так само і навпаки – кожній сутності відповідають можливі індивіди, які були б її індивідуалізаціями у фактичному» [14, с. 34]. Тому до чистих наук про сутності можна зарахувати чисту логіку, чисту математику, чисте вчення про час, про простір, про рух. Такі вчення не потребують підкріплення фактичним, емпіричним досвідом чи існуванням одиничних об'єктів. Жодний емпіричний досвід не може виступати у науках про сутності в якості обґрунтування їхніх положень. Інакшим чином відбувається у царині наук про факти. Науковець досліджує одиничні об'єкти, експериментує з ними, констатує інформацію про них; і саме такий емпіричний досвід тут виступає актом обґрунтування, який не

можна замінити операціями уявними. Для кращого розуміння Е. Гуссерль наводить такий приклад: «Але для геометра, який досліджує не дійсне, а «ідеальні можливості», не ситуацію у дійсності, а сутнісний стан справ, замість досвіду в якості акту останнього обґрунтування виступає вдивляння сутності» [14, с. 35]. Разом з тим у статті «Філософія як строга наука» Е. Гуссерль критикує натуралістичну позицію, яка розповсюджується на усі науки. Причина критики полягає в тому, що через жагу до натуралізації дослідники концентруються на фізичному боці природи. У такому разі маємо наступне: «Все, що є, або саме фізичне, або може бути психічне, але у такому разі виявляється залежним від фізичних змінних, а в кращому випадку вторинним паралельним супроводжуючим фактом» [18, с. 192]. Такий підхід виявляє слабкість аргументів, що виводяться з наслідків. Не варто обмежуватися лише фактами досвіду, адже емпіричні науки (науки про факти, реальні науки) без опори на науки ідеальні залишатимуться лише накопиченням даних. Психологія як емпірична наука без ґрунтування на чистих поняттях, які окреслюють «всезагальну та необхідну сутнісну форму психічного», неможлива [30, с. 15]. Вихідні поняття, на яких базується будь-яка наука про факти, повинні бути розкриті не власне даною наукою, а апріорною, ідеальною сутнісною наукою (у випадку психології – феноменологією).

Усі природничі науки характеризуються своєю наївністю, тобто природа (об'єкт дослідження) існує для дослідника у даності: у русі чи спокої, у часі та просторі, тому наука дослідна прагне пізнати речі такими, якими вони є в об'єктивній даності. Для області психічного світ не є «світом для себе». Психічне дано «як переживання «я», яке виявляється поєднанням з фізичними тілами» [18, с. 197]. Необхідно зробити висновок, що будь-яке психічне заключає в собі фізичне. Інакше кажучи, для існування психічного необхідне пряме чи непряме існування фізичного. Е. Гуссерль стверджує, що ні психологія, ні будь-яка інша наука про факти не здатна стати основою, фундаментом наукової теорії пізнання. Його ідеї не були сприйняті цілковито позитивно та продуктивно через неокантіанські

тлумачення, зокрема, Г. Ріккєрта та П. Наторпа. Окрім цього, авторитетна на той час фігура у психології – В. Вундт – звинувачував не тільки Е. Гуссерля, а й усіх представників школи Ф. Brentano в протилежному психологізму логіцизмі [28, с. 170]. Якщо психологізм деструктивний через прагнення перетворити логіку на психологію, то логіцизм – така сама крайність, але у зворотному напрямку. Не виключено, що саме тому вітчизняні дослідники приділяють мало уваги потенціалу феноменології.

Ідеї Е. Гуссерля заперечують класичний психологізм XIX ст. Найяскравішим представником позитивізму поряд з О. Контом та психологізму у науці вважають Дж. С. Мілля. Останній здійснив значний вклад в формування психології як науки, хоча часто його постать не беруть до уваги при вивченні історії психології. Це пов'язано з тим, що Дж. С. Мілля зосереджував увагу на методології психології як науки. Він був першим, хто замислився над ідеєю створення «систематичної логіки наук про дух» [32, с. 118]. Він був впевнений у можливості зведення логіки до психології. У своїй праці «Система логіки силогістичної та індуктивної» Дж. С. Мілля визначає логіку як частину процесів мислення [34, с. 22]. Дж. С. Мілля висуває думку про те, що якщо ми розуміємо логіку як науку про правильні судження, а судження – це психічні процеси, тоді логіка однозначно має виступати або як частина психології, або потребує психологічного обґрунтування. Представники антипсихологізму в логіці, як от Г. Фреге та Е. Гуссерль, кардинально не погоджуються з такою думкою. Останній у полеміці з Дж. С. Міллем розмірковує, що психологія – це реальна наука, яка описує реальні процеси, реальні події, які відбуваються всередині, у внутрішньому світі людини, а ось логіка – наука ідеальна. Якщо у психології закони емпіричні, не точні, а імовірні, гіпотетичні, то яким чином логіка як наука ідеальна можлива як частина психології – адже закони логіки теж ідеальні, тобто такі, що не залежать ні від часу, ні від місця, ні від умов, і навіть ні від особливостей нервової системи. А ось що для Е. Гуссерля постає як беззаперечна істина то це те, що кожна людина сприймає світ по-різному. Більш того, закони

реальних наук також передбачають існування деякої реальності, тоді як закони логіки як ідеальної науки цього не потребують. Психологія – це емпірична наука про факти а також про феномени. Психологію, що стикається з вивченням феноменів, Е. Гуссерль називає психологічною феноменологією: її феномени – це «реальні події, які як такі (якщо вони дійсно існують), включаються разом з реальними суб'єктами, яким вони належать, в один і той самий просторово-часовий континуум» [14, с. 21]. Натомість Е. Гуссерль прагнув створити проект чистої, або трансцендентальної феноменології, яка вже буде наукою не про факти, а про сутності, тобто, ідеальною (ейдетичною) наукою. Головною проблемою психологізму Е. Гуссерль вважав змішування реальних та ідеальних законів, що неодмінно призводить до релятивізму та скептицизму. Завданням філософа на шляху до побудови феноменології було дослідження законів логіки, передумов наукового пізнання, виявлення універсальної сутності пізнання, а також опис «голих» актів свідомості, при чому тілесність не виступає обов'язковим елементом. Ми здатні розуміти, пояснювати завдяки рефлексії – процесу, коли свідомість звернена на саму себе. Якщо психологія описує психологічну організацію людини, то якщо людини не буде, то і психології не буде. Навпаки відбувається у феноменології: її закони ідеальні, тому існування людини не необхідне. В феноменології немає унікальності, тому що вона описує акти свідомості незалежно від того, хто їх переживає, описує реальність, а не конститує її.

Якщо будь-яка область досліджень претендує на науковий статус, вона має чітко визначити свій предмет дослідження. На думку Л. С. Виготського «співіснування двох принципово різних типів психології робить завдання визначення єдиного предмета психологічного дослідження і адекватного йому методу дослідження невирішуваною» [13, с. 47]. Ключовим моментом у психології, який часто вважають за доказ її науковості є експеримент, тому психологію можна розділити на експериментальну та неекспериментальну. Сам Л. С. Виготський зосереджував свою увагу на експериментальній психології,

тоді як інша тенденція цікавила цілу низку видатних філософів та психологів. Неекспериментальній психології присвячені «психологія з емпіричної точки зору» Ф. Brentano, «описова психологія» В. Дільтея, «психологія розуміння» К. Ясперса [30, с. 14], а також вчення представників екзистенціалізму, як от М. Гайдеггера, Х. Ортега-і-Гассета, соціолога М. Вебера, ідеї герменевтичної філософії Г. Г. Гадамера та П. Рікера, але саме Е. Гуссерлю вдалось закласти фундамент ідеальної науки феноменології, яка слугувала б основою емпіричної науки про психічне. Ф. Brentano теж розумів необхідність виділення особливої області дослідження, яку «як метафізику, необхідно відрізнити від природознавства та від науки про психічне» [6, с. 17]. До цієї думки його наштовхнуло існування фактів, які однаково достовірні і у зовнішньому, і у внутрішньому досвіді. А закони, яким вони підкорюються не можна звести ні до законів природознавства, ні до законів психології. Він наголошує, що факти, які розглядаються фізіологом, і факти, якими займається психолог, тісно пов'язані між собою. З цими фактами пов'язані фізичні та психічні якості. І не тільки психічні якості викликають зміни у психічному стані, а фізичні – у фізичному, а і фізичні в психічному та навпаки. Ф. Brentano визначає феномен як те, що протилежне істинно сущому. Феномени, як от смак, запах, колір, звук, не існують поза нашою свідомістю, хоча своїм існуванням вказують на істинно суще.

## 1.2 Центральні поняття феноменології: інтенціональність, істинність, спосіб даності, «сповіщення»

Якщо перейти до ідей феноменології, необхідно з'ясувати і термінологічно закріпити кілька фундаментальних понять, на яких власне і побудована наша наукова гіпотеза. Провісником феноменологічної науки, вчителем Е. Гуссерля був австрійський філософ та психолог Ф. Brentano. У своїй праці «Психологія з емпіричної точки зору» Ф. Brentano першим проводить детальний аналіз феноменів з метою чіткої диференціації феноменів психічних та фізичних. Це необхідно для того, щоб чітко розмежувати сфери впливу ідеальних та реальних наук. Оскільки Е. Гуссерль брав до уваги та вдосконалював і розвивав ідеї провісника феноменології, необхідно детальніше зупинитися на деяких значущих для подальшого розгляду ідеях. «Прикладом психічного феномену слугує будь-яке уявлення, що виникає через відчуття чи фантазію (під уявленням слід розуміти не те, що уявляється, а акт уявлення)» [6, с. 24]. Звідси робимо висновок, що до фізичних феноменів належать фігура, ландшафт, звук, колір, тепло, запах, а до психічних – бачення кольору, слухання звуку, відчуття тепла; будь-яке судження, спогад, очікування, висновок, переконання; радість, гнів, сором, подив, надія, бажання, ненависть, захоплення. Ф. Brentano не вважає достатніми розмежування фізичних та психічних феноменів, які були запропоновані раніше, – через реальне існування чи через протяжність і розташування у просторі.

Натомість, він першим пропонує визначати психічні феномени вже не негативно, тобто виходячи з дихотомії з феноменами фізичними, а позитивно. «Будь-який психічний феномен характеризується тим, що середньовічні схоласти називали інтенціональним внутрішнім існуванням предмета. Будь-який психічний феномен містить в собі дещо в якості об'єкта: в уявленні дещо представляється, в судженні щось стверджується чи заперечується, в любові – любить, в ненависті – ненавидиться і т. д.» [6, с. 33]. Ф. Brentano намагається одразу попередити можливе неадекватне трактування ідеї інтенціональності. Зокрема,



аналізуючи біль чи задоволення можна впасти у протиріччя, якщо сприймати об'єкт сприйняття виключно як обов'язково зовнішній предмет. Для наочності Ф. Brentano наводить приклад з милозвучністю: «там, де я чую милозвучність, задоволення, яке я при цьому відчуваю, не є власне задоволення від звуку, але задоволенням від слухання» [6, с. 35]. Саме інтенціональність виявляється достатньою підставою для розрізнення психічних та фізичних феноменів. Ще одна характерна і важлива риса психічних феноменів – це те, що вони сприймаються виключно внутрішньо, тоді як фізичні феномени дані нам виключно у зовнішньому сприйнятті. Ф. Brentano робить висновок, що психічні феномени схоплюються нами через внутрішнє сприйняття, а тому їхнє сприйняття безпосередньо очевидне. Більш того, внутрішнє сприйняття не тільки єдине безпосередньо очевидне, але лише воно і є сприйняттям у власному сенсі слова. Таким чином, зовнішнє сприйняття не є сприйняттям у строгому сенсі цього слова; тому психічними можна називати ті феномени, які сприймаються безпосередньо [6, с. 36]. Наприклад, пізнання, радість, бажання існують як реально, так і інтенціонально, а от тепло, звук та колір позбавлені реального існування, але існують феноменально та інтенціонально. Ф. Brentano стикається з труднощами у вигляді ідей інших філософів, які заперечують існування зовнішнього світу до сприйняття. Тут доречно навести суб'єктивний ідеалізм Дж. Берклі. Філософ стверджував, що «існування ідеї полягає в можливості її сприйняття» [2, с. 172.]. На відміну від Д. Юма, представника емпіризму та скептицизму, який говорив щодо зовнішнього існування наступне: «розуму ніколи не дано нічого реально, окрім його сприйнятів, або вражень та ідей, і зовнішні об'єкти стають нам відомим тільки за допомогою сприйнятів, які вони викликають» [48, с. 125]. Схожу ідею далі розвиватиме І. Кант. Дж. Берклі не відмовляє зовнішньому світу в існуванні. Сприйняття зовнішнього світу залежить від самого суб'єкта сприйняття, але те, що саме сприймається, залишається незалежним від суб'єкта сприйняття. Інакше кажучи, хоч відчуття і суб'єктивні, але те, що сприймається, «об'єктивне» у тому сенсі, що не залежить від суб'єкта сприйняття.

Проблему об'єктивності зовнішнього світу також представлено у філософському питанні: «Чи чутно звук дерева, що падає, в лісі, якщо поруч нікого немає?». Одразу виникає ціла низка питань щодо тотожності чи розбіжності у функціонуванні світу тоді, коли за ним спостерігають, і тоді, коли немає суб'єкта спостережень. Ф. Brentano не може прийняти існування зовнішнього світу тільки у відчуттях, хоча той факт, що, наприклад, колір являється нам тільки тоді, коли ми його уявляємо, не можна піддати сумніву. З іншого боку, звідси не можна зробити висновок, що колір не може існувати, доки його не уявляють. Якщо дотримуватися ідей сенсуалістів, то тоді «абсолютно незрозуміло, як віра в реальне існування фізичних феноменів поза нашим уявленням досягає найширшого розповсюдження і з непорушною впертістю зберігається» [6, с. 37]. У ході власних роздумів у «Психології з емпіричної точки зору» Ф. Brentano натякає, але не робить очевидний висновок: психічні феномени існують реально та інтенціонально, а фізичні – лише інтенціонально. Тут варто наголосити, що маються на увазі не фізичні об'єкти чи речі, а фізичні феномени. Можливо, відсутність саме даного уточнення спонукала Е. Гуссерля не погодитися і стверджувати про відмову фізичному в інтенціональному існуванні.

Найбільш достовірною ознакою психічних феноменів для Ф. Brentano залишається їхня інтенціональність. Пізніше у розділі ми розглянемо інтенціональність у контексті феноменології Е. Гуссерля. Це поняття важливе для розуміння та впровадження таких методологічних процедур як ейдетична та трансцендентальна редукції. Сам Е. Гуссерль вбачав досягнення Ф. Brentano набагато більш значущим. Хоч Ф. Brentano провів лінію демаркації між психічними та фізичними феноменами з метою чіткого формулювання предмета психології, насправді визначений ним клас психічних феноменів виявив чисту область психічного. «Тільки властиві даному класу переживання беруться до уваги у вищих нормативних науках, тому що тільки ті переживання, у тій мірі, в якій ми схоплюємо їх в феноменологічній чистоті, формують конкретні основи для абстрагування фундаментальних понять, які відіграють роль систематизації

в логіці, етиці, естетиці, а саме поняття, які вибудовують ідеальні закони перелічених дисциплін» [15, с. 337-338]. Звідси робимо висновок, що виключно психічні феномени можуть бути фундаментом для чистої науки, для науковчення, для феноменології Е. Гуссерля.

Не менш важливим у феноменології є поняття істини. Істинними або хибними можна назвати уявлення, поняття, судження. Насправді ж, істина у власному сенсі слова знаходиться лише в судженнях. Більш того, будь-яке судження повинно бути або істинним, або хибним [4, с. 98]. Ф. Brentano також апелює до І. Канта з приводу істинності. «Істина знаходиться не в предметі, оскільки він споглядається, а в судженні про предмет, оскільки його мислять, тому можна з повним правом сказати, що відчуття не помиляються, але не тому, що вони завжди судять правильно, а тому, що вони взагалі не судять» [24, с. 270]. Для подальшого застосування феноменології у сімейній психології необхідно зупинитися на питання істинності поглядів та переконань, але не власних, а іншої людини. Ф. Brentano стверджує, що неможливо знати, що хтось помиляється, тому що для того, щоб ми пізнали чийсь помилку, дана помилка повинна переміститися в нас, але і за такої умови стверджувати про хибність переконань іншої людини не можна, адже навіть якщо помилка переміститься в нас, ми б самі були причетні до омани, а тому теж не змогли б її розпізнати [4, с. 105]. Те ж саме справедливо зазначити і про душевну діяльність. Якщо в актах представлення не мітиться ніякої протилежності, а у актах судження виявляється заперечення або ствердження, то, на думку Ф. Brentano, відчуття теж характеризуються антагонізмом любові і ненависті [5, с. 137]. Але і любов, і ненависть не можуть класифікуватися відповідно до критеріїв істинності. Звідси можна зробити висновок, що переконання кожного окремого суб'єкта, як і відчуття, не підлягають оцінці з позицій істинності чи хибності.

Е. Гуссерль у «Логічних дослідженнях» розвиває феноменологічний підхід до проблеми істинності та можливості пізнання. Він стверджує, що людське пізнання можна розділити на акти мислення та акти інтуїції. Завдяки актам

мислення ми обробляємо інформацію, яку отримуємо від інших людей або у процесі пізнання нами світу, тобто всі акти мислення уможливлюються на основі емпіричних даних. З іншого боку, акти інтуїції – це не просто мислення об'єкта, а це його споглядання. Тобто предмет нам даний таким чином, яким я його мислю, яким я можу його собі помислити [23, с. 123]. Тут можна знову звернутися до І. Канта, який здійснив переворот у філософії, заявивши, що людина бачить речі такими, якими може їх бачити. Інакше кажучи, ми бачимо не саму річ («річ-в-собі»), а свою проекцію на неї [29, с. 193]. І. Кант переконував, що те, як ми сприймаємо речі, залежить не від речей, а від нас самих, тобто спосіб даності речі залежить не від її якостей, що притаманні їй як «річ-в-собі», а від особливостей людського сприйняття, тому, власне, річ-в-собі є трансцендентним предметом, який до кінця залишається непізнаваним, а доступний нам лише через спосіб його даності. Для Е. Гуссерля акт інтуїції можливий завдяки механізму ідентифікації. Таким чином, даність предмета у тій якості, в якій людина може його помислити, є очевидністю. Варто наголосити, що істинність речей-в-собі, тобто те, якими вони є насправді, не є питанням у межах феноменології. Питання полягає у тому, як речі нам являються та, як наслідок, чи можливе істинне пізнання взагалі.

Спосіб даності речі у феноменології Е. Гуссерля називається очевидністю. Оскільки раніше ми з'ясували, що речі можуть бути реальними або ідеальними, очевидно, виникає питання і про різного роду даність цих речей. З цією метою Е. Гуссерль розрізняє адекватну (аподиктичну) та неповну (асерторичну) очевидності [16, с. 92]. При адекватній очевидності предмет абсолютно являється нам таким, яким він є насправді, тобто ми не можемо приписати йому жодної додаткової властивості. Адекватна очевидність тотожна тотальному знанню, тобто предмет відкривається нам таким, яким він є – в усій багатоманітності власних якостей та властивостей. Для людини такий спосіб даності речі залишається незвіданим. Натомість, людині доступна неповна очевидність. Вона зумовлена частковим, неадекватним сприйняттям світу, має

місце там, де не тільки можливі, але і необхідні інші точки зору на один і той самий предмет. Дане сприйняття уможлиблюється через сутність речей, тому що будь-яка річ доступна нам лише з однієї точки зору, ми ніколи не можемо оволодіти повністю усім змістом речі.

Актуальне сприйняття має важливу і неодмінну особливість, яку Е. Гуссерль у «Логічних дослідженнях» називає горизонтом сприйняття [15, с. 328]. Оскільки зовнішні предмети постійно змінюються, недоступні людині у своїй тотальності як деяка константа, тобто завжди трансцендентні, то хоч ми можемо схопити певний предмет, але по мірі нашого наближення до нього, він знову віддалятиметься подібно лінії горизонту. Так само як часовий потік є безперервною варіацією відтінків часових відчуттів, так і світ речей-в-собі ніколи не доступний для схоплення [25, с. 47], не можна цілком виокремити з нього жодний предмет. Форма залишається неодмінно неперервною та тотожною, в той час як зміст даного потоку постійно змінюється. У такому разі може виникнути питання про принципову можливість об'єктивного пізнання.

Істинність – це відповідність нашого мислення про предмет способу його даності. Неможливо встановити істинність зовнішнього світу, речі-в-собі, адже вони трансцендентні, тому істинність не у відповідності самому предмету, а у його феномені (явищі, способі представленості). Якщо піти далі, то стає зрозуміло, що категорія істинності лежить не у деякій зовнішній реальності, тому справедливо можна стверджувати, що висновок про істинність чи хибність конститується самим суб'єктом мислення. Наприклад, для Арістотеля істинним є те знання, яке відповідає сутності речі (єдності його форми і матерії) [27, с. 155]. Але Е. Гуссерль не погоджується з античним філософом, аргументуючи це можливістю сприйняття і таких речей, які позбавлені реального існування (персонажі міфології). Тим не менш, їхнє знання теж істинне, тому що вони існують інтенціонально. «Я нікого не можу змусити з очевидністю вгледіти те, що споглядаю я, але сам я сумніватися не можу, тому що я з очевидністю розумію, що будь-який сумнів тут, де у мене є очевидність, тобто де я схоплюю саму

істину, був би безглуздим» [16, с. 132]. Звідси робимо висновок, що істинне пізнання можливе: адекватне сприйняття можливе, коли ми пізнаємо не зовнішні трансцендентні предмети, а акти нашої свідомості. З повною, адекватною очевидністю людині дані її власні переживання.

Таким чином, здобути істинне знання можливо, якщо його основу віднаходити не у зовнішніх обставинах, а у власному мисленні. Звідси, очевидно, є предмети, що нам являються, тобто «що?», і є явище предмету, тобто те, яким способом він нам являється, що відповідає питанню «як?». Наприклад, колір – це предмет, що нам являється, а наше сприйняття кольору – це явище предмета. Тут можна пояснити сприйняття кольору різними людьми по-різному. Так, для когось один колір сприймається як рожевий, а для іншого – це «стегно переляканої німфи». Колір як річ-в-собі від нашого сприйняття не залежить, він реально є таким, яким він є, а ось вже у сприйнятті різними суб'єктами може являтися з відмінними характеристиками. Предмети, що нам даються, залишаються трансцендентними кантівськими речами-в-собі, а те, як вони нам являються, тотожне явищу речі. І тільки це явлення і є джерелом істинного пізнання, але якщо І. Кант стверджує, що річ-в-собі це принципово непізнаваний предмет, тому ми можемо пізнавати предмет виключно як об'єкт чуттєвого споглядання, як явище [24, с. 28], то Е. Гуссерль вбачає в цьому загрозу для утвердження можливості істинного пізнання. Він наголошує, що світ – це не комплекс уявлень суб'єкта про світ. Світ – це трансцендентні непізнавані предмети і, разом з тим, той зміст, який ми переживаємо у взаємодії з даними предметами. Більш того, змінюється не сам предмет, а наше ставлення до нього. Це зумовлено тим, що предмет не є частиною нашої свідомості, тому ми не можемо помістити його у поле власної свідомості таким, яким він є самим по собі.

У 2 т. «Логічних досліджень» Е. Гуссерль знову повертається до ідей Ф. Brentano. В «Психології з емпіричної точки зору» останній виділяє шість означень, що допомагають розрізнити психічні та фізичні феномени, але лише один з них Е. Гуссерль вважає основоположними, тому що решта мають

потенціал вводити дослідника в оману через сутнісні еківокації [15, с. 338]. Для Ф. Brentano виявляється дійсною та істинною одна характеристика психічних феноменів на будь-яких прикладах – інтенціональність. Ми вже згадували її при аналізі ідей Ф. Brentano, а тепер повертаємося до інтенціональності у контексті феноменології Е. Гуссерля.

Свідомість людини постійно спрямована на об'єкт. Думка може існувати сама по собі і може не потребувати матеріалу чи змісту, щоб відбутися як деяка реальність. Так само як і об'єкти не мають потреби бути помисленими для того, щоб існувати. Таким чином є незалежний від суб'єкта об'єкт та незалежний від об'єкта суб'єкт. З іншого боку, феноменологічна традиція апелює до того, що уявити беззмістовний мисленнєвий процес неможливо. З позицій традиційної метафізики виходить, що може відбуватися процес мислення, але він може бути позбавлений змісту. Думка пуста, але процес мислення відбувається. Феноменологічний підхід вбачає акт мислення як реальну подію у випадку, коли у свідомості міститься об'єкт мислення. Якщо інтенціональність передбачає принципову направленість мислення, а отже і того, хто мислить, на дещо зовнішнє цьому мисленню, то, у зворотному напрямку, виходить, що суб'єкта мислення немає до того, як з'являється сам об'єкт. Таким чином, класичне уявлення про те, що мислення самостійне, що воно не потребує об'єкта, виявляється у феноменології неможливим. Важливо зауважити, що інтенціональність не є ознакою, властивістю чи характеристикою суб'єкта, а є первинним феноменом, внаслідок якого формуються дві сутності – суб'єкт і об'єкт. Поки свідомість не направлена на об'єкт, тобто поки вона залишається пустою, людина так само виступає у ролі об'єкта.

Важливо розрізняти рівні сприйняття предмета. Якщо Ф. Brentano вводить поняття інтенціональності для позначення характерної особливості усіх психічних феноменів, то Е. Гуссерль не всі психічні переживання вважає інтенціональними. Він стверджує, що відчуття і комплекси відчуттів вказують на те, що не всі переживання можна назвати інтенціональними. «Деяка частина

поля зору, якими б вона не була заповнена візуальними змістами, є переживання, яке може охоплювати різноманітні часткові змісти, проте ці змісти не є інтендованими виходячи з цілого, інтенціональними предметами в даному полі» [15, с. 340]. Відчуття, хоч і не володіють інтенціональністю, тим не менш виступають матеріалом для оформлення інтенціональності, тому і виникає необхідність розширити поняття свідомості, зараховуючи до предмета феноменологічної психології переживання в широкому сенсі слова, тобто як інтенціональні, так і гілетичні (матеріально-чуттєві) [41, с. 92]. Ф. Brentano критикував таку позицію, тому що вважав, що уявляючи деякий об'єкт, імпліцитно уявляється і кожна його частина: «якщо я стверджую, наприклад, про горобця, то я стверджую також і птаха, оскільки «птаха» є логічною частиною горобця, і дзьоб, оскільки він є фізичною частиною горобця; про ці частини судиться імпліцитно, оскільки вони імпліцитно уявляються» [3, с. 152]. Проте, на думку Е. Гуссерля, відчуття, переживання якогось явища можуть виступати єдністю апперцепції, але без окремого включення усіх його компонентів у поле свідомості. Звідси можна перейти до ще однієї важливої характеристики свідомості: будь-які предмети чи явища, про існування яких дехто володіє знанням, сповіщають про існування інших предметів чи явищ в тому сенсі, що переконаність у бутті перших переживається як мотивація переконаності у бутті останніх [15, с. 30]. На основі цього положення можна стверджувати, що людській свідомості притаманна властивість робити висновки про предмети чи явища, що недоступні емпірично, на основі чуттєвої наявності предмету чи явища, що вказує на зв'язок з недоступним матеріалом. На позначення цієї властивості Е. Гуссерль використовує термін «сповіщення» (Anzeige). Мотиваційний компонент створює з наявного предмета та вміщеного в ньому сповіщення про деякий інший предмет дескриптивну єдність. Тобто якщо певне явище у свідомості суб'єкта пов'язане з іншим явищем, то пред'явлення першого водночас слугує сповіщенням суб'єкта про наявність іншого. Наприклад, жінка не відповідає на дзвінок чоловіка і він переконаний, що вона на зустрічі з коханцем. Разом з тим, можливі безліч інших варіантів, як от жінка їде у



транспорті або перебуває у шумному місці та не чує дзвінка; забула телефон на роботі, проводить ділову зустріч, йде з магазину з пакунками та фізично не може відповісти, забула ввімкнути гучний режим, перебуває за кермом. Е. Гуссерль наголошує, що мотиваційний компонент у ситуації сповіщення непрояснений [15, с. 31], тобто немає підґрунтя, яке б вказувало на достовірність висновку на основі сповіщення. Розглядаючи сповіщення як доказ, ми претендуємо на очевидність передбачуваного наслідку. Разом з тим, багато наших висновків, які ми вважаємо за докази, не тільки неочевидні, а й часто виявляються хибними. Сприймати сповіщення як доказ можна лише в ідеальній ситуації. Прикладом можуть слугувати фізичні закони. В ідеальній ситуації сповіщення вказуватиме на один і той самий наслідок у будь-який час і незалежно від того, хто мислить про нього. У міжособистісних стосунках ідеальні ситуації неможливі, тому сповіщення може лише вказувати на ймовірність зв'язку, а не на його достовірність. Необхідно наголосити, що знаки, що сповіщають, не тотожні знакам, що мають значення. Знаки, що сповіщають, не мають власного значення [15, с. 35]. Їхнє тлумачення не має підстав, які могли б бути виведені з їхнього значення. Якщо у процесі комунікації співрозмовник тлумачить зміну виразу обличчя іншого, то це тлумачення буде тотожним саме собі, тобто співрозмовник дізнається про зміст тлумачення, виведений на підставах власної непроясненої мотивації.

### 1.3 Метод феноменологічної редукції

Е. Гуссерль неодноразово критикує наукову установку про об'єктивну даність світу, в якому ми не можемо сумніватися. Природна установка пропонує людині суб'єкт-об'єктну діаду. Так, припускають, що існують об'єктивні предмети, які людина має прагнути пізнати. У результаті світ розпадається на світ дійсний і світ явищ, але ж з'являється питання, чому людина пізнає світ не як неоднорідну множину речей, а як цілісну єдність. Е. Гуссерль повністю заперечує модель світу як зіставленого з понять [35, с. 213]. Натомість, він пропонує досліджувати світ у «допонятійному» стані. Якщо стверджується існування об'єктивної реальності, яка не залежить від суб'єкта, то пізнання повинно мати потенцію до адекватного сприйняття. Якщо його немає, то ми сумніваємося, що пізнаємо світ об'єктивно. Таке положення також виявляється сприятливим ґрунтом для радикального скептицизму, тому задача феноменології полягає у виробленні філософського методу. Більш того, Е. Гуссерль у статті для Британської енциклопедії, присвяченій поняттю феноменології, визначає її навіть не як науку, а як феноменологічний метод, або як філософську дисципліну, засновану на даному методі [17, с. 12]. Ідеальний метод ідеальної науки має бути позбавлений будь-яких встановлених заздалегідь понять, концепцій, переконань чи установок. У тому випадку, коли ми пізнаємо, виходячи з вже встановлених позицій, ми діємо у рамках природної установки. Людина живе у природній установці і сама є частиною світу цієї установки. Метод феноменологічної редукції передбачає зміну природної установки на феноменологічну. Тут необхідно відмовитися від розгляду світу як того, що саме по собі зрозуміле. Світ у тому вигляді, в якому він нам даний, в тому вигляді, в якому ми його сприймаємо, виявляється результатом роботи свідомості суб'єкта пізнання. Е. Гуссерль не сумнівається в тому, що світ існує об'єктивно. Він має сумнів щодо того, чи можна стверджувати, що навколишній світ абсолютно такий, яким суб'єкт його бачить. Це зумовлено тим, що в людській свідомості первинний не сам світ, не його присутність, не його наявність, а свідомість людини, яка опрацьовує смислову єдність і потім називає її світом, тому основним завданням феноменологічної

редукції є відмова від природного, наївного способу сприйняття світу. Більш того, феноменологічна редукція передбачає себе саму, визначається автореферентним образом. «Будь-яке, навіть послідовне її описання ззовні заздалегідь викликає внутрішню суперечність» [49, с. 45]. Перехід до редукції, що передбачає виключення природної установки, одночасно і має бути мотивованим, і ні. По-перше, для мотивації до редукції необхідна вже певна трансформація звичної пізнавальної позиції та зусилля волі. По-друге, така мотивація одночасно повинна бути «винесеною за дужки». Окрім цього, Е. Гуссерль наводить приклад перебування в ідеальному світі арифметики. Оскільки об'єкти даного світу ідеальні, вони залишатимуться в полі свідомості до тих пір, поки суб'єкт буде ними зайнятий. При цьому, «природний світ і тоді залишається присутнім, я як був, так і залишаюсь в природній установці, якій не заважають нові установки» [14, с. 68]. Таким чином арифметичний світ існує тільки тоді, коли людина перебуває в арифметичній установці.

Далі постає питання про місце інших суб'єктів у світі. Інші люди теж виступають суб'єктами у навколишньому світі, займають в ньому місце як і сам суб'єкт пізнання. І «Я», і інші суб'єкти пізнаємо один і той самий об'єктивний світ, хоча кожному з нас він даний іншим, індивідуальним способом. Особливо важливим даний момент виявляється для сімейної психології, де апріорі передбачена тісна міжособистісна взаємодія. У «Ідеях феноменології» інтерсуб'єктивний природний світ постає таким чином: кожен суб'єкт займає у світі своє місце, а тому пізнає об'єктивний світ тим способом, яким для нього постають предмети. І поле актуального сприйняття, і спогади, і переживання у кожного різні, але при цьому, ми знаходимо взаєморозуміння з оточуючими і разом конституюємо навколишній світ у якості дійсно суцього, частиною якого і ми всі виявляємося.

Феноменологічна редукція починається з «епохе» – утримання від судження. Даний прийом виключає усі наші знання, вірування, все те, що ми знаємо про світ. Інакше такий прийом Е. Гуссерль називає «винесенням за дужки. Людина сприймає світ через чуттєве сприйняття, фізичні речі, які розподілені у просторі;

«вони, буквально або образно, присутні – не зважаючи на те, сприймаю я їх особливо, зайнятий ними в спостереженні, розгляданні, мисленні, відчутті, волінні або ні» [14, с. 65]. Навіть не обов'язково мати усі предмети у полі актуального сприйняття, адже дійсні об'єкти – ті, що відомі, незалежно від того, чи вони є актуально, чи у даний момент мною не сприймаються. Те саме стосується і послідовності у часі: наявний світ «володіє для мене безкінечним у два боки часовим горизонтом – своїм відомим і невідомим, безпосередньо живим і неживим минулим і майбутнім» [14, с. 66]. «Епохе» – це не заперечення світу, а методологічна процедура з метою здійснення чистого, позбавленого передумов пізнання. Світ нікуди не зникає, а продовжує існувати поза межами вимкненості. Головне завдання процедури «винесення світу за дужки» полягає у позбавленні суб'єкта від будь-яких суджень стосовно просторово-часового існування [14, с. 73]. А ось мета феноменологічної редукції – це розмежування світу та чистої свідомості.

У методологічній процедурі феноменологічної редукції можна виділити два етапи:

1. Ейдетична (дескриптивна) редукція – перехід від факту до сутності, від екзистенції до есенції, тобто від того, що суб'єкт сприймає як об'єкт, до того, що є.
2. Трансцендентальна редукція – перехід від природного до чистого, виявлення відмінності між світом і чистою свідомістю.

Якщо у процесі «винесення світу за дужки» виключається природна установка, то під час ейдетичної редукції ті феномени свідомості, що залишилися, позбавляються фактичності. Тепер їх необхідно розглядати як позачасові сутності, що не мають зв'язку з конкретною ситуацією, з умовами, в яких вони з'явилися, тобто загалом зі світом сущого. Феномен у такому разі редукується до ідеї, «ейдосу», звідки і назва процедури.

Трансцендентальна редукція покликана завершити очищення свідомості. У такому випадку навіть внутрішній світ з усіма чого чистими переживаннями

необхідно «виключити». Це дає змогу позбавитися останнього елементу, який пов'язує суб'єкт зі емпіричним світом. Редукується і емпіричний суб'єкт з метою виявлення чистого «Я», подібно до того як редукувалися об'єкти зовнішнього світу з метою виявлення чистих психічних актів.

Підсумовуючи, необхідно відзначити, що чисте «Я» ми не можемо редукувати, тому що «чисте «Я» залишається, однак, чимось принципово необхідним, чимось абсолютно тотожним за будь-якої дійсної чи можливої зміни переживання, а тому ні в якому разі не може вважатися реальною частиною або моментом самих переживань» [14, с. 126-127]. Як наслідок, чисте «Я» ніяким чином не можна «виключити», оскільки воно супроводжує будь-які уявлення.

#### **1.4 Феноменологічні ідеї в психіатрії як одна з детермінант їхнього використання в психології**

Розвиток філософії XIX – поч. XX ст. ознаменував потребу у новій методології у вивченні будь-яких антропологічних проявів. Провал позитивізму, його неспроможність дати відповіді на цілу низку фундаментальних питань призвели не тільки до модифікації власне самого позитивізму, а й до виникнення нових напрямів у філософії, що мали на меті встановити нову парадигму у пізнанні світу та людини в ньому. Природничі науки втратили свою владу над людськими відчуттями, поведінкою, культурою. Першим серйозну роботу з виокремлення «наук про дух» провів В. Дільтей. Основою усіх «наук про дух» він вважав психологію, тому що «кінцевим об'єктом пізнання будь-якої з них виступає людина в цілісності та неперервності психічного життя» [9, с. 70]. В. Дільтей багато уваги приділяв тріаді «переживання – вираження – розуміння». З приводу відчуттів він солідарний з ідеєю Е. Гуссерля, підтверджуючи наступне: «шарудіння, яке хворий з лихоманкою ідентифікує з предметом за його спиною, породжує переживання, яке в усіх своїх частинах – в наявності шарудіння та у співвіднесенні його з предметом – є реальним; і цієї реальності факту свідомості абсолютно не відмінняє те, що припущення відносно предмета є хибним» [21, с. 68]. Такі ідеї спонукали психіатрів шукати відповіді на питання про світ та досвід психічно хворого в феноменології, а пізніше в екзистенціалізмі. О. Власова припускає, що при запозиченні філософської онтології психіатри орієнтуються на власні преференції та потреби онтики [10, с. 558]. Тому, звісно, вчення філософів не перейшли цілковито у психологію та психіатрію, а були видозмінені, виходячи з потреб емпіричних наук. Така видозміна чітко вказує на онтико-онтологічних перехід знання. Онтика – це наука про суще, але не про буття сущого, а ось онтологія – наука про буття загалом, що не залежить ні від діяльності людини, ні від її пізнання чи мислення, тому, оскільки і психіатрія, і психологія цікавляться передусім онтикою, деякі основоположні елементи і вчення В. Дільтея, і Е. Гуссерля, і М. Гайдеггера залишилися поза увагою практиків. Однак, не можна забувати, що філософія не зводиться до теорії, а

психологія чи психіатрія – до практики. Усі здобутки інтегруються для якнайповнішого дослідження предмета інтересу.

Ще одним приводом для зміни парадигми стає критика психоаналізу, який все ще тримається та позиціях позитивізму. Психоаналіз розглядав хворого як об'єкт дослідження і застосовував методи природничих наук без антропологічного коригування; індивідуальність хворого підлаштовували в систему класифікацій і унеможлилювали цілісне розуміння людини, розділивши свідомість і тіло, суб'єктивне та об'єктивне. [10, с. 559]. Перспектива опинитися в новій парадигмі, що тепер би змінила статус хворого з позиції об'єкта на роль суб'єкта, отримала підтримку численних авторитетних психологів.

Дослідниця Ольга Власова у своїй монографії «Феноменологічна психіатрія та екзистенційний аналіз» висвітлює рецепцію вчень таких філософів як А. Бергсон, Е. Гуссерль, М. Шелер, М. Гайдеггер, Ж.-П. Сартр, М. Мерло-Понті, М. Фуко видатними практиками та теоретиками психіатрії: К. Ясперсом, Е. Мінковські, Е. Штраусом, В. Е. фон Гебзаттелем, Л. Бінсвангером, М. Боссом. Відомий родоначальник махізму, представник емпіріокритицизму Е. Мах теж відмічав потребу у філософському очищенні наукової методології, яка закріпилася на засадах матеріалізму та гальмує розвиток науки вцілому. На його думку, наукове мислення може бути двох видів: філософське та дослідницьке. Перше спрямоване на побудову фундаменту для другого, а друге черпає можливості для розширення зі здобутків першого: «те, що філософ вважає за можливе начало, усміхається натуралісту лише як дуже віддалений кінець його роботи» [33, с. 37]. Подібним чином відбуватиметься і у взаємодії філософії з психіатрією [9, с. 78]. Найяскравіше застосування ідей феноменології Е. Гуссерля представлені у ідеях психіатра Л. Бінсвангера. Далі психіатрія не відмовиться від інтеграції ідей та методів феноменології та екзистенціалізму у практику роботи з психічно хворими, що бачимо на прикладі феноменологічно-структурного аналізу Е. Мінковські, медичної антропології Е. Штрауса, світу психічно хворого у працях В. Е. фон Гебзаттеля та Dasein-аналізу М. Босса.

Серед усіх положень феноменології психіатрію особливо зацікавили ідеї феноменологічного методу як принципово нової методології дослідження, феноменологічна редукція, ідея апріоризму в дослідженнях свідомості та концепція часу. Якщо перші два пункти становлять інтерес і в нашому дослідженні, то два останні покликані розробляти виключно проблематику психіатрії. Перше положення, яке приймається психіатрією, – це її визначення як науки про факти. Ми з'ясували, що психологія, як і психіатрія, – це наука про факти. З іншого боку, феноменологія – наука про сутності. Для того, що здійснити перехід від психології до трансцендентальної феноменології, необхідно вдатися до процедури феноменологічної редукції [11, с. 92]. Далі у психіатрії позитивно сприймають ідею феноменологічної редукції, адже встановлення певних передумов та установок не завжди справджуються та можуть повести психіатра хибним шляхом. Психіатри охоче впроваджують процедуру ейдетичної редукції, але нехтують редукцією трансцендентальною. Це ні в якому разі не вказує на недоліки чи неспроможність феноменології Е. Гуссерля. Навпаки, це зайвий раз підтверджує, що наука про сутності та наука про факти не можуть і не повинні займатися предметами одна одної. Наприклад, статус логіки як ідеальної науки не викликає сумнівів. Її закони та істини стверджуються завжди і всюди. Тим не менш, жодна реальна наука не має потреби послуговуватися здобутками логіки у кожному конкретному випадку. Повертаючись до психіатрії та психології, у своєму практичному вимірі вони не мають на меті доведення процедури редукції аж до виявлення чистого «Я». Для психіатрії зокрема важливо, що статус переживань, їх реальність не залежить від онтологічного статусу того, що це переживання спричиняє, тому тепер світ психічно хворого сприймається як цілком реальний для конкретного хворого. Таке, здавалося б, просте припущення стало поштовхом і до зміни ставлення до пацієнтів, і до їхнього прийняття суспільством. У 60-х рр. XX ст. рецепція ідей феноменології та екзистенціалізму породить рух антипсихіатрії на чолі з Р. Лейнгом та за участі М. Фуко. Головна ідея антипсихіатрії – донести, що людина, що має психічне захворювання, залишається людиною. Хоч



антипсихіатрію часто звинувачують у недостатності кореляції з емпіричним матеріалом та невідповідності традиційним методам лікування та реабілітації [60, с. 341], даний рух сприяв перегляду ставлення до психічних захворювань та зосередженню уваги на особистості хворого.

Чи не центральним для психології та психіатрії є питання інтерсуб'єктивності. Психіатр взаємодіє з пацієнтом, так само і психолог – з клієнтом. Е. Гуссерль пропонує наступний шлях взаємодії між суб'єктами, при якому їм необхідно пізнати «Я» іншого. З цією метою вводиться модус «почування» (Einfühlung). В ньому можна пізнати свідомість іншого «Я», але неможливо пережити його і сприйняти його у внутрішньому сприйнятті як власну свідомість [11, с. 99]. Наприклад, при «почуванні» в іншому «Я» гніву, власне «Я» не гнівається. Як і з іншими емпіричними актами, з «почуванням» можна провести процедуру феноменологічної редукції. Саме таким чином суб'єкту доступне пізнання іншого «Я». Не можна не погодитись з С. Трубецьким, який стверджує, що можна розуміти зовнішні події так само живо, як і свої власні [42, с. 90]. Це досягається завдяки тому, що процедура «почування» дозволяє нам помістити переживання іншого суб'єкта в нашу свідомість, зробивши їх доступними для пізнання.

Захопившись ідеями Е. Гуссерля, Л. Бінсвангер проголошує феноменологічний метод, який дозволяє досліднику вийти з конкретних фактів на рівень чистих сутностей, центральним предметом інтересу психіатрії [12, с. 341]. Однак, психіатра турбує встановлена Е. Гуссерлем прірва між наукою про факти та наукою про сутності, але відповідь на дану проблему можна сформулювати так: поле досліджень психіатра – це переживання внутрішнього світу іншого «Я» (це уможливорює ейдетична редукція, «епохе» та «почування»), а чиста феноменологія переходить до чистих сутностей (що для конкретних випадків не необхідно). Американський філософ Г. Шпігельберг вважає, що Л. Бінсвангер продемонстрував, що для психопатології феноменологія Е. Гуссерля повинна зайняти таке саме місце, яке теорія організму посідає в медицині [59, с. 210].

Таким чином, феноменологія в психіатрії перетворюється на інструмент для дослідження, при чому інструмент, розроблений у рамках ідеальної науки.

У психології феноменологічний підхід не настільки розповсюджений як біхевіоризм, когнітивна психологія чи психоаналіз. Разом з тим, з феноменології постають гештальт-терапія та гуманістична психологія. Феноменологічний підхід не лише є можливим як напрям психології, а надає самій психології онтологічного обґрунтування [20, с. 9]. Тому інтеграція ідей Е. Гуссерля в психологію та їхня адаптація до сімейної психології цілковито виправдана.

### 1.5 Сутність конфліктів у подружжя та шляхи їх подолання

Наше дослідження спрямоване на подружжя, на міжособистісну взаємодію партнерів. Існує ціла низка класифікацій сімей за різними ознаками. Тип сім'ї (за складом, розподілом влади, місцем проживання) не має визначного значення для нашого дослідження, тому воно проводилося з тими, хто на даний момент має партнера, та тими, хто мав досвід подружнього життя.

Натомість, важливо розрізняти типи конфліктів, що виникають у подружжя. Виокремлюють конфлікти за суб'єктом, за джерелом та за поведінкою конфліктуючих сторін [37, с. 74]. За суб'єктом розрізняють подружні конфлікти, конфлікти між батьками й дітьми, конфлікти між родичами. Інтерес для нашого дослідження становлять подружні конфлікти. Джерелами конфліктів виступають цінності, позиції, сексуальні стосунки, емоційна та побутова сфери. За поведінкою конфлікти можна виділити у дві групи: відкриті та приховані.

В. Сисенко визначає вісім типів конфліктів [39, с. 59]:

1. Ті, що виникають через незадоволену потребу в цінності і значимості власного «Я».
2. Зумовлені сексуальною незадоволеністю.
3. Викликані психічним напруженням.
4. Ті, що виникають через девіантну поведінку.
5. Фінансові.
6. Зумовлені незадоволеними побутовими потребами.
7. Ті, що виникають через брак взаємопідтримки.
8. Спричинені різними інтересами.

Наша гіпотеза полягає в тому, що усі конфлікти, з якими стикається подружжя можна звести до розбіжностей в оцінці життєвих ситуацій, тому, які б типології конфліктів та їхніх причин не було запропоновано, вони всі зводитимуться до специфіки інтерсуб'єктивного світу та способу буття в ньому. Необхідно наголосити, що чисте «Я» для Е. Гуссерля залишається єдиною сутністю, для якої неможлива редукція. Це входить з розріз з пізнішими ідеями П. Рікера та

Е. Левінаса, про те, що власне «Я» стає доступне через «іншого» [38, с. 162]. Метод «епохе» виступає своєрідною профілактикою конфліктів у подружжя. «Винесення світу за дужки» відкидає зовнішні реальній сутності конфлікту нашарування. Зазвичай, будь-що, з чим ми маємо справу, передбачає наявність попередніх установок [31, с. 100]. Реальні об'єкти навколишнього світу залишаються для людини трансцендентними, а тому непізнаваними. Людина пізнає світ і себе в ньому через власний внутрішній світ, тому якщо один і той самий предмет постає в уявленні кожного з партнерів по-різному, це вказує лише на відмінність у способі даності цього предмета, а конфліктувати з цього приводу або намагатися довести свою правоту безглуздо.

Окрім цього, феноменологічна традиція, яку ми маємо на меті перенести в сімейну психологію, передбачає єдиний вихід з конфлікту. Часто і скрізь виникають труднощі у зверненні до сутності, а не фактів, тому не дивно, що причини конфліктів у подружжя криються у нездатності здійснити вищезгадану феноменологічну редукцію, очистивши свідомість до «голих» переживань. Члени подружжя виступають тут суб'єктами інтерсуб'єктивного світу, а тому справедливо можна зазначити, що способи даності предметів для них різні. Якщо вони не приймають тезу про трансцендентність речей-в-собі, з'являється напруга через неможливість переконати іншого в істинності власних відчуттів щодо феномену речі. М. Шелер вбачає у редукції не роботу свідомості, а ототожнює її з духовною практикою, з зусиллям моралі [36]. І це не дивно, адже, як ми визначили раніше, феноменологічна процедура не може проводитися, допоки сам суб'єкт не відчує мотивації до цього. Якщо ж є мотивація до вирішення конфлікту, а далі вже до здійснення редукції, партнери у подружжі визнаватимуть суб'єктивність одне одного. Більше не буде потреби сперечатися про відчуття та уявлення. Власне лише це суб'єктивне і є причиною та засобом пізнання об'єктивного світу [26, с. 9]. Якщо ж партнер розуміє інший спосіб даності речі іншому, але не хоче приймати його і миритися з ним, варто ліпше задуматися над доцільністю стосунків, адже у такому разі конфлікти не

припиняється, а поступки та нехтування власними реальними відчуттями приносять обом партнерам дискомфорт, напругу та нові можливості для розгортання конфліктів.

Не останню роль у подоланні конфліктів відіграє комунікація між партнерами. Процес комунікації не можна розглядати лише як обмін словами, що мають встановлене об'єктивне значення. По-перше, об'єктивність значень знімається через обробку слів разом з їхнім значенням суб'єктом комунікативного процесу. Слова не постають у процесі комунікації як ідеальні сутності. Вони завжди конститууються суб'єктом з огляду на досвід та асоціації. По-друге, вищезгадані «сповіщення» мотивують те чи інше тлумачення теж відповідно до асоціацій, які виникають у суб'єкта, тому «сповіщення» разом з асоціаціями формує нову, відмінну від первинної, феноменологічну єдність, яка не має необхідного чи закономірного обґрунтування у вихідному пережитому змісті, що містив «сповіщення» [15, с. 34]. Якщо одне явище викликає у свідомості інше, то можна стверджувати не просто про їх одночасність чи послідовність, а про те, що сам зв'язок між ними набуває суттєвості. Зв'язок виступає тепер як предмет, тому процес комунікації можна розглядати як вираження «сповіщень», що тлумачаться у тій мірі, в якій співрозмовник розуміє інтенцію іншого та в якій сприймає іншого як особистість [15, с. 37]. Сприйняття іншого як особистість передбачає не просто прийняття слів, що передаються, а прийняття смислів, які в них вкладені, за допомогою системи тлумачень «сповіщень», з огляду на авторитет співрозмовника. Той, хто слухає, сприймає «сповіщення» у тій мірі, в якій сприймає того, хто сповіщає. Той, хто слухає, сприймає певні психічні переживання того, хто говорить, але сам їх не переживає. Тут можна говорити про «зовнішнє», а не «внутрішнє» стосовно переживань сприйняття. Таким чином, виявляється різниця між дійсним схопленням буття та імовірним схопленням на основі споглядання. У першому випадку йдеться про пережите, а в другому – про імовірне буття, яке може і не мати стосунку до істини. Взаєморозуміння потребує якраз відповідності взаємних психічних актів, що

супроводжують «сповіщення» та отримання сповіщень [15, с. 38]. Е. Гуссерль розглядає внутрішній діалог, звернення до самого себе. Принципова відмінність від комунікації з іншими полягає в тому, що у спілкуванні з самим собою відсутнє «сповіщення» [15, с. 40], у ньому немає потреби, адже ми самі задаємо сенс словам та тлумачимо їх одночасно з виголошенням у системі власних суб'єктивних координат.

Члени подружжя завжди матимуть розбіжності у сприйнятті об'єктивного світу, а тим паче в уявленнях та бажаннях. Тут на допомогу приходить теза екзистенціально-феноменологічної психіатрії, яка пояснює не світ, мислення чи відчуття хворого як патологічні, а саме стиль як патологічний. Подібним чином не можна розглядати відчуття та сприйняття партнера як хибні. Вони завжди будуть істинні з його перспективи. У такому разі, конфлікти зникнуть через відсутність предмету суперечки.

## Висновки до розділу I

1. Аналіз наукових джерел засвідчує, що людина як суб'єкт пізнання однаково становить інтерес як для філософії, так і для психіатрії та психології. Як приклад, у такому випадку є феноменологія Е. Гуссерля, яка у психології дала поштовх до розвитку гештальт-терапії, гуманістичної психології та екзистенційного аналізу. Встановлено, що його «чистота методу» та провідні ідеї усе ж були порушені упродовж історичного часу особливостями інтерпретації та потребою адаптації ідеальної науки до онтики реальних наук.
2. Поняття «феноменології» по-різному тлумачиться у філософії та психології: 1) у філософії це напрямок, започаткований на початку XX століття, який зосереджує свій інтерес на дослідженні людської свідомості та закономірностях, що визначають її функціонування; 2) у психології – це сукупність характерологічних особливостей, які визначають сутність будь-якого життєвого явища (природа психічного, події, явища, тощо).
3. У вітчизняній психології багато дослідників (Л. Н. Цой, В. А. Сисенко, Л. В. Помиткіна, В. В. Злагодох, Н. С. Хімченко, Н. І. Погорільська, О. Н. Іванова, С. Н. Бурова, В. В. Багаєва) пропонують авторські класифікації сімей, вивчають функціонування сім'ї в сучасних умовах, визначають причини конфліктів та розробляють шляхи їхнього вирішення.
4. Встановлено, що вперше ідеї феноменології Е. Гуссерля вийшли за межі філософії у психіатрію, що було зумовлено специфікою вивчення унікального світу психічно хворих людей. Індивідуалістичний підхід та увага до суб'єктивності дала поштовх до виникнення «антипсихіатрії». Водночас, рецепцію феноменологічних ідей було здійснено і у психології, що сприяло розробці та розвитку гуманістичної психології, гештальт-терапії та екзистенційного аналізу.
5. Феноменологія пропонує власний спосіб аналізу уявлень та опису суджень, відчуттів, мислення, пізнання. Так, аналіз ідей Е. Гуссерля продемонстрував можливість та бажаність феноменологічного методу в роботі з подружжям:

- 1) ідея інтенціонального буття феноменів змінює орієнтацію з зовнішньої на внутрішню; 2) проблема істинності вирішується через розрізнення речі-в-собі та способу, яким вона нам дається; 3) ні відчуття, ні переконання, ні бажання чи інші душевні прояви не можуть бути хибними; 4) категорія істинності може застосовуватися лише до суджень.
6. Провідним методом дослідження обрано ейдетичну редукцію як частину феноменологічної редукції. Тут відбувся теоретичний аналіз та сплановано емпіричне дослідження проблеми. З'ясовано, що використання феноменологічної редукції як методу в психології в повній мірі не є виправданим. Це зумовлено тим, що сімейна психологія – це емпірична наука, тому кінцева «чиста сутність» не є предметом її інтересу. Отже, для подолання та профілактики конфліктів у подружжя необхідно послуговуватися процедурами «епохе», «почування» та ейдетичної редукції.

Насамкінець встановлено, що пізнавальні можливості вчення Е. Гуссерля можуть бути застосовані до будь-якого типу подружжя.



## **РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВПЛИВУ РОЗБІЖНОСТЕЙ У ОЦІНЦІ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЙ НА РІВЕНЬ КОНФЛІКТНОСТІ У ПОДРУЖЖЯ**

### **2.1 Методика дослідження впливу розбіжностей у оцінці життєвих ситуацій на рівень конфліктності у подружжя**

Дослідження впливу розбіжностей у поглядах та уявленнях партнерів на рівень конфліктності подружньої пари, перш за все, має бути зосереджене на двох наступних аспектах – виявленні розбіжностей та їх оцінці і на визначенні рівня конфліктності. Очевидно, необхідно також враховувати супутні фактори, що можуть впливати на кореляцію вищезгаданих явищ. Серед таких факторів виявляються провідна стратегія поведінки у конфліктній ситуації, а також комунікативна компетентність партнерів.

Даний комплексний підхід зумовлений тим, що окремі риси особистості не можуть бути розглянуті ізольовано, адже людина – це цілісна особистість, риси якої тісно пов'язані між собою та лише у сукупності формують адекватний дійсному образ особистості. Відповідно до даного підходу ми обирали методики, що дозволяють дослідити розбіжності в поглядах на основні життєві ситуації, визначити рівень напруги, що призводить до конфліктів, з'ясувати компетентність обох партнерів у спілкуванні та виявити провідну стратегію поведінки в конфліктній ситуації. Набір вищезгаданих методик уможлиблює відстеження кореляції між двома головними показниками – розбіжностями у поглядах та рівнем конфліктності. Окрім цього, ми також розглянули у теоретичній частині роботи вплив компетентності в комунікації на гармонію в подружніх стосунках. Це дає можливість зробити висновок про залежність задоволеності стосунками і від комунікативних вмінь. Таким чином, навіть якщо розбіжності у поглядах незначні, а рівень конфліктності та незадоволеності стосунками виявляються високими, відповідь можна знайти у інтерпретації поєднання стратегій поведінки у конфлікті та у розвиненості комунікативних навичок та вмінь.

Обрані для дослідження методики передбачають надання даних про особливості спільного життя з партнером, ієрархію цінностей у стосунках, стратегії поведінки у конфліктній ситуації, компетентність у комунікації та про задоволеність стосунками у подружжі. З цією метою усім респондентам було надано можливість добровільно пройти дослідження та мати змогу у будь-який час відмовитися від його проходження, якщо виникне бажання утриматися від відповідей. Окрім цього, усі дані збиралися таким чином, щоб не можна було ідентифікувати особу, яка надала відповіді. Разом з тим, якщо навіть один з партнерів бажає зберегти анонімність, обоє членів подружжя мають вказати однакове «позначення», або «кодове слово» задля того, щоб можна було співставити результати одного подружжя та проаналізувати їх стосовно пари.

Здебільшого методики для визначення рівня конфліктності розглядають не подружні пари, а людину в організації, в соціальному колективі. Ми мали на меті з'ясувати саме ті фактори, що ведуть до підвищення рівня конфліктності між двома партнерами у подружжі. З цією метою ми вирішили створити власну методику, яка б найбільш адекватно оцінювала рівень напруги та потенційну можливість частого виникнення конфліктів між партнерами. Для того, щоб забезпечити валідність методики ми вирішили провести інтерв'ювання 30 осіб з генеральної сукупності респондентів шляхом фрілістингу. Респонденти були обрані випадково з-поміж усіх 100 учасників дослідження. За результатами проведеного опитування виявилось дев'ять основних сфер, які досліджувані вказували здебільшого. На їхню думку, задоволеність у даних сферах впливає на рівень конфліктності партнерів у подружній парі. Більш того, найбільш важливим показником, що є визначним щодо рівня конфліктності є задоволеність стосунками. Таким чином, респонденти визначили наступні сфери, стан яких має вирішальний вплив на рівень конфліктності у подружжя:

1. Спілкування.
2. Відвертість.
3. Обґрунтованість конфліктів.

4. Доброзичливість.
5. Турбота.
6. Довіра.
7. Власне становище у стосунках.
8. Становище партнера у стосунках.
9. Задоволеність стосунками в цілому.

Таким чином, оцінки респондентами перелічених вище сфер мають відображати ступінь задоволеності стосунками і, як наслідок, рівень конфліктності кожного з партнерів, тому що незадоволеність у даних питаннях є джерелом напруги у подружній парі та має потенціал розвинути її у повноцінні конфліктні ситуації.

Головною науковою гіпотезою даного дослідження є припущення про те, що саме розбіжності в оцінці життєвих ситуацій мають вирішальний вплив на конфліктність подружжя. З метою перевірки припущення необхідно визначити солідарність обох партнерів з приводу оцінки основних сфер, які пов'язують партнерів та необхідно присутні в житті кожного подружжя. Відповідно до усіх вищевказаних вимог було обрано опитувальник О. М. Волкової «Рольові очікування і домагання в шлюбі». Головною метою опитувальника є визначення значимості для кожного члена подружжя семи основних сімейних цінностей:

1. Сексуальні стосунки.
2. Ідентифікація з партнером.
3. Побутова сфера.
4. Батьківські обов'язки.
5. Професійні інтереси.
6. Моральна та емоційна підтримка.
7. Зовнішня привабливість партнера.

Окрім цього, результат опитувальника дозволяє виявити розбіжності між очікуваннями у певній сфері та готовністю досягати цих очікувань. Таким чином, головним завданням даної методики у рамках нашого дослідження є визначення

ієрархії сімейних цінностей обох партнерів окремо та порівняння результатів для виявлення розбіжностей у поглядах на основні життєві ситуації, з якими стикаються усі подружні пари.

Перевага опитувальника «Рольові очікування і домагання в шлюбі» полягає в тому, що автор пропонує два варіанти тестових питань, розроблених окремо для жінок та чоловіків. Всього респондентам пропонується 36 питань, відповіді на які дозволяють зробити висновок про важливість вищезгаданих сфер у житті подружжя.

Високі показники за шкалою «Сексуальні стосунки» свідчать про важливість сексуальної гармонії між партнерами, тоді як низькі свідчать про низьке місце інтимної сфери в ієрархії цінностей. Якщо шкала «Ідентифікації з партнером» оцінена високо, це вказує на потребу у наявності спільних інтересів, збігу цінностей, однакових бажань. Якщо ж оцінка низька, то це говорить про особистість, що прагне до автономії. Наступні шкали відображають і рольові очікування, і рольові домагання. Високо оцінена шкала «Побутової сфери» характеризує особистість, що прагне до спільного та добросовісного ведення господарства з партнером. Низький показник за даною шкалою вказує на відсутність особливої уваги до того, як подружжя організовує власний побут. Шкала «Батьківських обов'язків» відображає важливість та готовність до батьківства та відповідно до прагнення відбутися у ролі батька чи матері. Високі результати свідчать про ставлення до батьківства як до центральної цінності, довкола якої розгортаються подружні стосунки. Низько оцінена шкала вказує на неактуальність або неготовність до батьківства. Шкала «Професійних інтересів» допомагає з'ясувати ступінь значимості професійної реалізації особистості. Високі показники за шкалою «Моральна та емоційна підтримка» вказує на прагнення партнера розглядати шлюб та стосунки як середовище, що сприяє психологічній рівновазі, де завжди можна відкрити власні емоції та отримати підтримку. Якщо шкала оцінена на низькому рівні, це означає, що взаємна допомога та підтримка у стосунках не грає визначну роль у подружніх стосунках.

Високі результати за шкалою «Зовнішня привабливість партнера» свідчать про підвищену увагу до вигляду обох партнерів, а низькі – про те, що зовнішні показники не є вирішальними у ієрархії подружніх цінностей.

Максимальний показник за кожною зі шкал становить 9 балів. Незалежно від кількості балів, якщо показники обох партнерів співпадають, це вказує на узгодженість ціннісних орієнтацій. Якщо різниця між оцінками певної шкали обома партнерами перевищує 3 бали, це свідчить про наявність принципової розбіжності у поглядах на певну сферу життя. Якщо виявлена розбіжність у поглядах, можна також аналізувати у чому причина цього. Для нашого дослідження виявлення причин розбіжностей не є першочерговим завданням, тому можна обмежитися лише констатацією присутності розбіжності.

Для адекватної оцінки впливу розбіжностей у поглядах варто також з'ясувати, які стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях впливають на задоволеність стосунками та на рівень конфліктності. Для визначення даного параметру ми обрали методику Томаса-Кілманна (в адаптації Н. В. Грішиної) на виявлення провідної поведінки в конфліктній ситуації. Методика призначена для вивчення особистісної схильності до конфліктної поведінки, для виявлення певних стилів вирішення конфліктних ситуацій. Опитувальник складається з 30 пар тверджень, з яких необхідно обрати найбільш ймовірний сценарій поведінки. На думку авторів опитувальника, типи поведінки у конфлікті можна розділити на дві групи. В основі першої групи лежить кооперація. Це вказує на готовність йти назустріч інтересам інших людей, рахуватися з їхньою думкою. До другої групи стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях належать ті, що засновані на наполегливості у обстоюванні власних інтересів. Таким чином, опитувальник Томаса-Кілманна дозволяє виявити п'ять основних стратегій поведінки у конфліктній ситуації:

1. Конфронтація (виражена у прагненні досягти задоволення власних інтересів навіть якщо це зашкодить інтересам протилежної сторони).
2. Співпраця (допомагає максимально зберегти вихідну позицію обох сторін, виробити найкраще альтернативне рішення).

3. Компроміс (квазіспівпраця, адже передбачає часткову відмову від інтересів обох сторін).
4. Уникнення (відсутність прагнення як до взаємного вирішення проблеми, так і до задоволення власних інтересів).
5. Пристосування (передбачає нехтування власними інтересами заради задоволення вимог опонента).

Дана методика дозволить визначити особистісний стиль поведінки у конфлікті, а також дасть змогу виявити найбільш вдалі та неефективні поєднання стратегій. Оскільки дослідження зосереджено саме на парах, то важливим здобутком методики Томаса-Кілманна є можливість порівняння та визначення сумісності стратегій поведінки партнерів у подружжі під час конфліктних ситуацій.

У ході теоретичного аналізу наукових уявлень про розбіжності в оцінці життєвих ситуацій виявилось, що важливо враховувати і компетентність партнерів у комунікації. Адекватність комунікації сприяє продуктивному вирішенню конфліктів, а також допомагає мінімізувати ймовірність їхнього виникнення. З метою визначення рівня комунікативної компетентності партнерів було обрано «Тест комунікативних вмінь» за авторства Л. Міхельсона. У дослідженні тест представлений в перекладі та адаптації Ю. З. Гільбуха. Респондентам запропоновано 27 ситуацій, для яких необхідно обрати один варіант розвитку подій з п'яти представлених. Серед відповідей є приклади «правильної», компетентної поведінки в комунікації, а також варіанти, що відповідають агресивному та залежному типу комунікації.

Емпіричне дослідження впливу розбіжностей у поглядах на рівень конфліктності подружжя відбувалося у 2019-2020 рр. Для участі у дослідженні було залучено подружні пари, а також партнерів, що перебувають у стосунках, але офіційно не зареєстрували шлюб, віком від 30 до 50 років. Загальна кількість респондентів становить 100 осіб, з них 50 жінок та 50 чоловіків, тобто 50 подружніх пар.

Таблиця 2.1

**Методична база дослідження впливу розбіжностей у поглядах на життєві ситуації на конфліктність у подружжя**

<b>Параметри дослідження</b>	<b>Критерії</b>	<b>Психодіагностичні методики</b>
Рівень конфліктності	Респонденти визначили критерії, що впливають на задоволеність стосунками та, відповідно, на рівень конфліктності між партнерами	«Задоволеність подружніми стосунками» (авторська)
Провідна стратегія поведінки у конфлікті	Поєднання стратегій подолання конфліктних ситуацій має визначний вплив на поведінку обох партнерів, що вказує на сумісність у шлюбі загалом	Методика Томаса-Кілманна на виявлення провідної поведінки в конфліктній ситуації
Розбіжності у поглядах на життєві ситуації	Відсутність розбіжностей у поглядах вказує на повний збіг ціннісних орієнтацій партнерів. Розбіжності можуть мати місце, але щоб мінімізувати їхній негативний вплив, необхідно вміти приймати позицію партнера	«Рольові очікування та рівень домагань у шлюбі» (О. М. Волкова)
Комунікативна компетентність	Від комунікативної компетентності членів подружжя залежить прийняття поглядів одне одного та успішність подолання конфліктних ситуацій	Тест комунікативних вмінь Л. Міхельсона

Отже, загалом у емпіричному дослідженні використані чотири психодіагностичні методики. Одна з методик розроблена автором дослідження у зв'язку з відсутністю валідної методики, яка б визначала рівень конфліктності та потенційну загрозу виникнення конфліктних ситуацій у подружжя. Дана методика дозволяє оцінити задоволеність стосунками і, як наслідок, потенційну можливість виникнення конфліктів у чотирьох діапазонах. Загальна максимальна кількість балів становить 63 пункти, кожне з 9 питань може бути оцінене респондентом від 1 до 7 балів. Діапазони задоволеності визначені наступним чином: «Зовсім не задоволений(а)» – від 1 до 27 балів (середній бал за усіма шкалами від 0 до 3.0); «Переважно не задоволений(а)» – від 28 до 41 бала (середній бал – від 3.1 до 4.5); «Переважно задоволений(а)» – від 42 до 53 балів (середній бал – від 4.6 до 5.9); «Дуже задоволений(а)» – від 54 до 63 балів (середній бал – від 6.0 до 7.0).

Розбіжності у поглядах та провідних ціннісних орієнтирах партнерів у подружжі можуть бути відображені у інтимній, побутовій, батьківській, соціальній, емоційній сферах, а також у питаннях ідентифікації з партнером та важливості зовнішньої привабливості. Можливі поєднання розбіжностей у кількох вищезазначених сферах в одній парі. Подібно до розбіжностей у поглядах на рівень конфліктності може впливати тип комунікації особистості (компетентний тип та два некомпетентні – залежний та агресивний). Окрім цього, поєднання стратегій поведінки партнерів може виявитися комплементарним або несумісним, що не може не відобразитися на конфліктності пари та на готовності до прийняття партнера таким, яким він є з усіма недоліками та перевагами.



## 2.2 Вплив розбіжностей у оцінці життєвих ситуацій на рівень конфліктності у подружжя

Мета емпіричного дослідження полягала у визначенні кореляції між розбіжностями у поглядах та цінностях обох партнерів та рівнем конфліктності подружжя, або задоволеністю стосунками в цілому. За результатами інтерв'ювання частини респондентів шляхом фрілістингу було виявлено, що рівень конфліктності ототожнюється з загальною задоволеністю стосунками.

За результатами авторської методики «Задоволеність подружніми стосунками» респонденти розподілилися наступним чином:

*Таблиця 2.2.1*

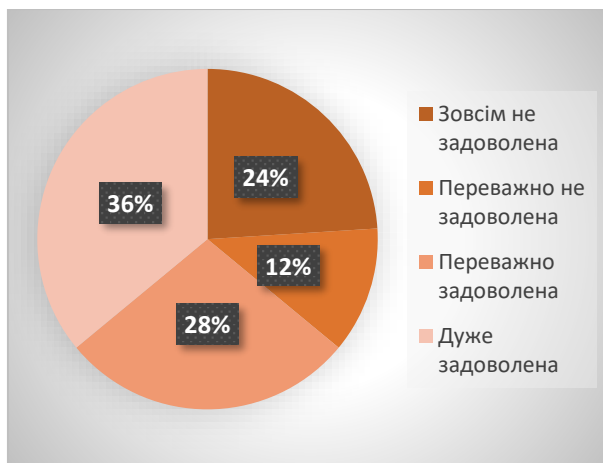
### Результати тесту «Задоволеність подружніми стосунками»

Задоволеність	Зовсім не задоволений(а) 1-27	Переважно не задоволений(а) 28-41	Переважно задоволений(а) 42-53	Дуже задоволений(а) 54-63
Жінки	12	6	14	18
Чоловіки	1	19	12	18
Всього	13	25	26	36

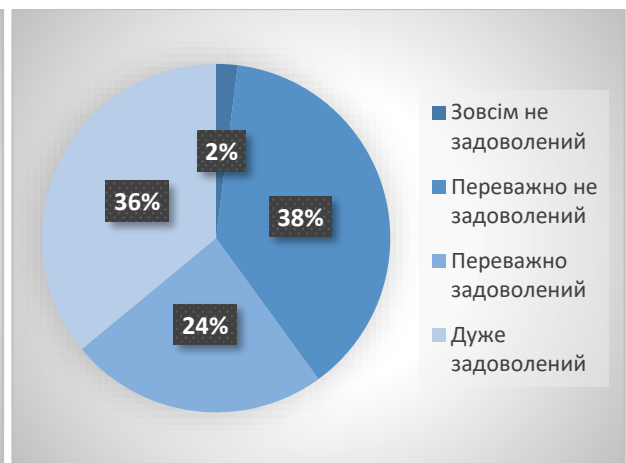
На таблиці 2.2.1 продемонстровано тенденцію жінок до більш прискіпливого оцінювання у разі незадоволеності стосунками, в той час як серед чоловіків у ідентичній ситуації прослідковується схильність давати вищу оцінку партнерам. На рисунках 2.2.1, 2.2.2, та 2.2.3 відображено розподіл загальних результатів, результатів жінок та чоловіків у відсотковому співвідношенні відповідно. Звідси можна зробити висновок, що більшість партнерів схильється до позитивної оцінки подружніх стосунків (62%). Серед 38% респондентів, що оцінили власні стосунки негативно, третина вважає їх зовсім незадовільними.



**Рис. 2.2.1. Загальні результати задоволеності стосунками**

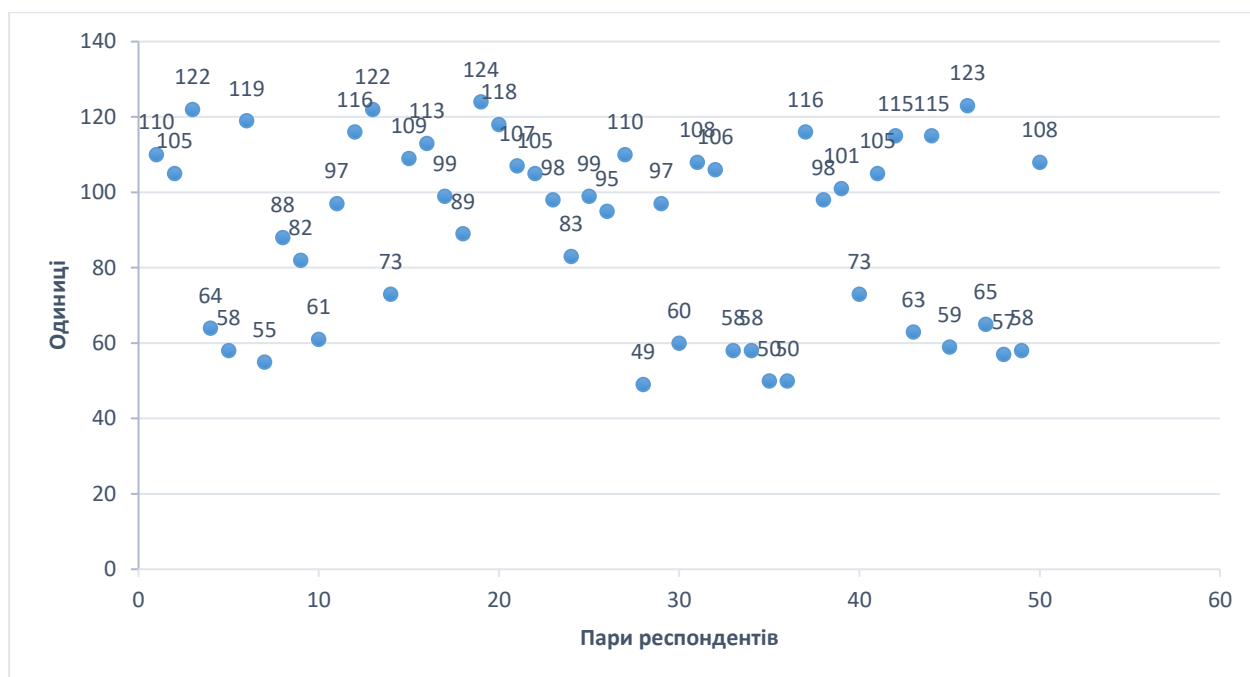


**Рис. 2.2.2. Задоволеність стосунками (жінки)**

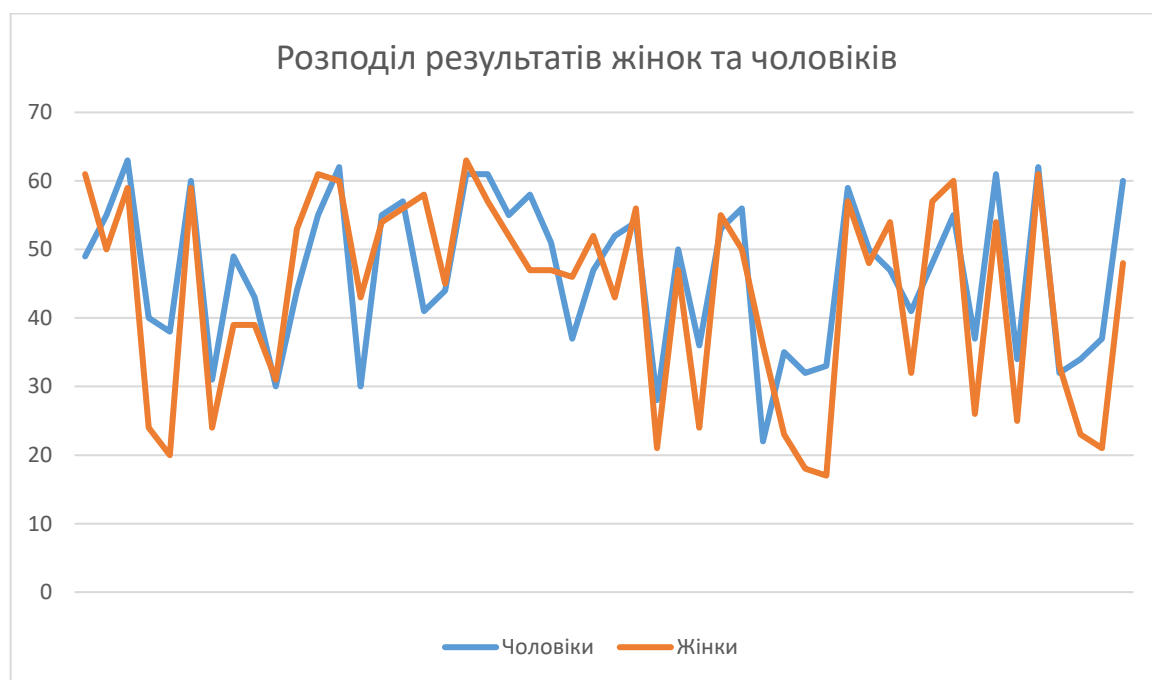


**Рис. 2.2.3. Задоволеність стосунками (чоловіки)**

За загальними результатами даної методики виявлено, що партнери у подружжі схильні давати схожу оцінку власним стосункам, тобто розходження між оцінками партнерів в середньому становить 7,3 бали (рис. 2.2.5). Найвищий сумарний показник обох партнерів становить 124 бали, найнижчий – 49 балів. Середній показник дорівнює 90,26 зі 126 балів, що відповідає категорії «Переважно задоволений(а)» (рис. 2.2.4).



**Рис. 2.2.4. Сумарні показники задоволеності стосунками обох партнерів у подружжі**



**Рис. 2.2.5. Відхилення між оцінками задоволеності стосунками жінок та чоловіків**

Середній показник оцінки стосунків серед жінок нижчий, ніж у чоловіків. Для чоловіків середнє значення становить 46,48 балів, а для жінок – 43,78 балів. Однак, обидва значення входять до категорії «Переважно задоволений(а)».

Методика Томаса-Кілманна призначена для виявлення провідної поведінки в конфліктній ситуації. У рамках даного емпіричного дослідження необхідно було визначити вплив стратегій на задоволеність стосунками та на розходження у поглядах кожного з партнерів. Більшість дослідників переконана, що умовно небажані стратегії поведінки у конфлікті, як от конфронтація, уникнення та пристосування, матимуть негативний вплив на задоволеність стосунками та сприятимуть підвищенню конфліктності, тоді як компроміс та співпраця вважаються найбільш адекватними та продуктивними стратегіями поведінки, що допомагають вирішити конфлікти найефективнішим способом [1, с. 91; 22, с. 98]. З іншого боку, дотримуючись теоретичної основи дослідження, що була детально описана у теоретичному розділі роботи, можна припустити, що даний підхід не завжди є виправданим. Поєднання традиційно непродуктивних стратегій між собою теж може сприяти мінімізації конфліктів та забезпечити високий рівень задоволеності подружніми стосунками. Феноменологічна традиція пояснює це здатністю партнера приймати погляди, переконання, цінності та партнера як особистість загалом таким, яким він є.

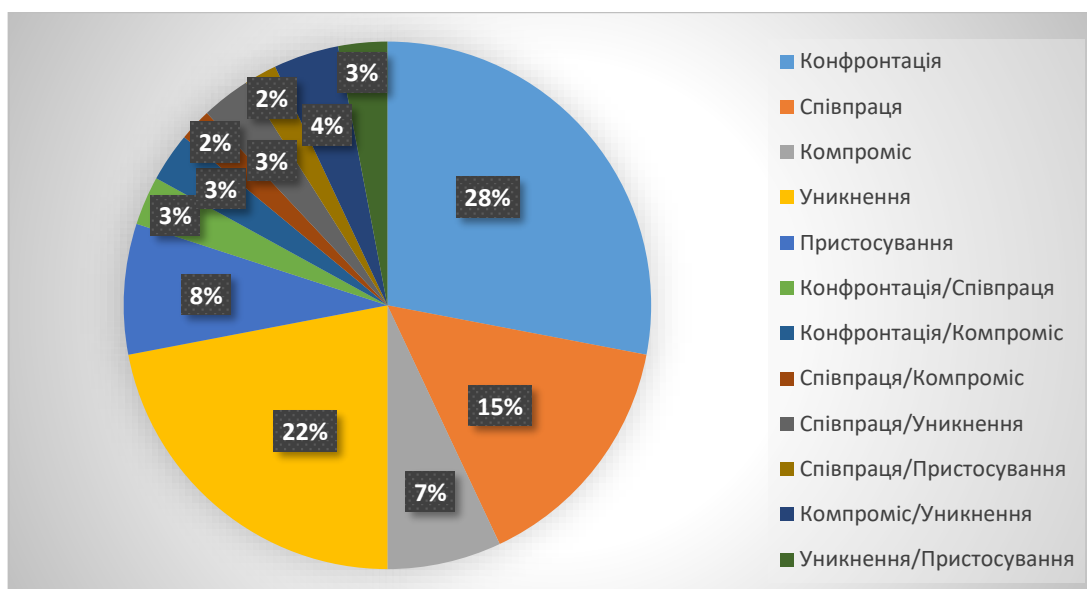
За результатами методики у 80% респондентів було виявлено «чисту» стратегію поведінки у конфліктній ситуації. У решти 20% спостерігається поєднання двох стратегій поведінки. До того ж, стратегія конфронтації зустрічається в поєднанні з стратегіями співпраці та компромісу. Стратегія співпраця зустрічається в поєднанні з усіма іншими стратегіями. Виявлено респондентів зі стратегією компромісу в поєднанні з конфронтацією, співпрацею та уникненням. Стратегія уникнення теж поєднана з трьома іншими стратегіями: співпрацею, компромісом та пристосуванням. Остання стратегія пристосування зустрічається у поєднанні зі співпрацею та уникненням. Натомість зовсім не було виявлено поєднання конфронтації та уникнення, конфронтації та пристосування, та компромісу та пристосування.

Таблиця 2.2.2

**Результати методики Томаса-Кілманна на виявлення провідної стратегії поведінки в конфліктній ситуації**

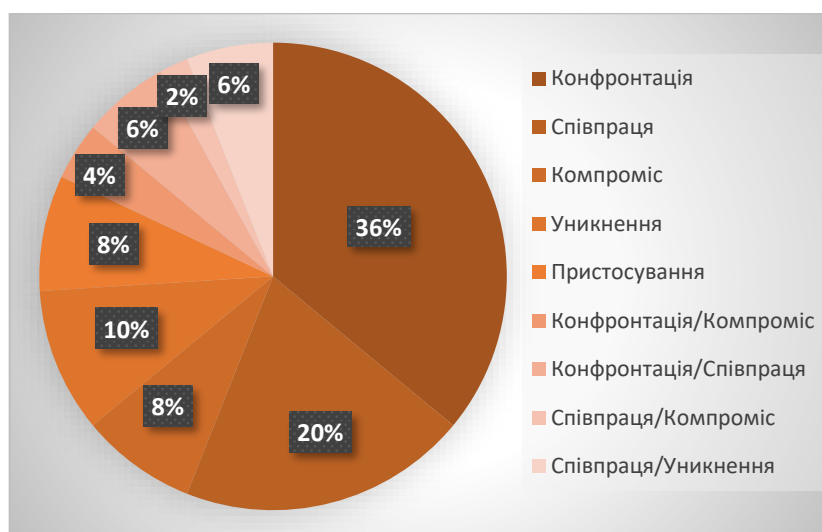
<b>Стратегія</b>	<b>Жінки</b>	<b>Чоловіки</b>	<b>Всього</b>
Конфронтація	18	10	28
Співпраця	10	5	15
Компроміс	4	3	7
Уникнення	5	17	22
Пристосування	4	4	8
Конфронтація/Компроміс	2	1	3
Конфронтація/Співпраця	3	0	3
Співпраця/Компроміс	1	1	2
Співпраця/Уникнення	3	0	3
Співпраця/Пристосування	0	2	2
Компроміс/Уникнення	0	4	4
Уникнення/Пристосування	0	3	3

Загалом найбільш розповсюдженою є стратегія конфронтації, якої дотримуються 28 респондентів (таб. 2.2.2), що відповідно становить 28% результатів (рис. 2.2.6). Найменш розповсюдженою «чистою» стратегією є компроміс – 7% респондентів. З усіх виявлених стратегій поведінки у конфліктній ситуації поєднання конфронтація/співпраця та співпраця/уникнення зустрічаються лише у жінок. Змішані стратегії співпраця/пристосування, компроміс/уникнення та уникнення/пристосування притаманні лише чоловікам.



**Рис. 2.2.6. Стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях (%)**

Варто зазначити, що для жінок найбільш характерна стратегія конфронтації (36%). Більш того, стратегія конфронтації зустрічається ще у 10% жінок у поєднанні зі стратегіями компромісу (4%) та співпраці (6%). Найменш характерними для жінок-респондентів є «чисті» стратегії компромісу (8%) та пристосування (8%). У рамках даної вибірки важко оцінити кореляцію змішаних типів поведінки у конфліктних ситуаціях з задоволеністю шлюбом, або рівнем конфліктності.



**Рис. 2.2.7. Стратегії поведінки у конфліктах (жінки)**

На відміну від жінок, чоловікам більш притаманна стратегія уникнення (34%). Ще у 14% чоловіків стратегія уникнення поєднана з компромісом (8%) та пристосуванням (6%). Так само як і у жінок, чоловіки серед «чистих» стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях найменш схильні до компромісу (6%) та пристосування (8%).



**Рис. 2.2.8. Стратегії поведінки у конфліктах (чоловіки)**

Загалом стратегії поведінки партнерів у подружжі зустрічаються у поєднаннях, які відповідають 26 різним комбінаціям. Вибірка для даного емпіричного дослідження недостатньо велика, аби стверджувати про більшу або меншу адекватність поєднань стратегій у подружжі. Однак, все ж можна зробити важливий висновок. Серед 26 комбінацій стратегій найпопулярнішим виявилось поєднання в одного партнера конфронтації, а в іншого – уникнення. Дев'ять пар (18% від загальної кількості) мають поєднання конфронтації та уникнення, при чому у 8 парах з 9 конфронтація притаманна жінці, а уникнення чоловікові і в 1 парі навпаки. Ще в двох пар (4%) виявлено поєднання конфронтації у жінки та уникнення/пристосування у чоловіка і у 1 пари (2%) – конфронтація у чоловіка та уникнення/співпраця у жінки. Таким чином, поєднання стратегій конфронтації та уникнення (у 3 випадках змішаного типу з пристосуванням та співпрацею) становить 24% від загальної кількості. Більш того, в усіх подружніх пар, в яких зустрічається дана комбінація, сумарний показник задоволеності

стосунками вищий за середній (таб. 2.2.3). Ще одна комбінація має схожі результати: співпраця та пристосування. Зустрічається дане поєднання у 6% подружніх пар.

Таблиця 2.2.3

**Показники поєднання стратегій конфронтації та уникнення і  
співпраці та пристосування**

<b>Жінка</b>	<b>Чоловік</b>	<b>Задоволеність жінки</b>	<b>Задоволеність чоловіка</b>	<b>Загальний результат</b>
Конфронтація	Уникнення	59	60	119
Конфронтація	Уникнення	60	55	115
Конфронтація	Уникнення	61	49	110
Конфронтація	Уникнення	54	55	109
Конфронтація	Уникнення	55	53	108
Конфронтація	Уникнення	48	60	108
Конфронтація	Уникнення	48	50	98
Конфронтація	Уникнення	53	44	97
Уникнення	Конфронтація	47	51	98
Конфронтація	Уникнення/ Пристосування	59	63	122
Конфронтація	Уникнення/ Пристосування	54	61	115
Уникнення/ Співпраця	Конфронтація	57	61	118
Співпраця	Пристосування	61	62	123
Співпраця	Пристосування	54	47	101
Пристосування	Співпраця	50	56	106



До найгірших стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях можна зарахувати комбінації, де обом партнерам притаманна конфронтація. У трьох пар (6%) виявлено поєднання «чистих» стратегій конфронтації у чоловіка та жінки, а ще у двох (4%) – конфронтація за змішаним типом (конфронтація/компроміс). Показники задоволеності стосунками в усіх даних пар нижчі за середній. Загалом у 10% подружніх пар зустрічається дане негативне поєднання стратегій конфронтації в обох партнерів.

Таблиця 2.2.4

**Показники поєднання стратегій конфронтації в обох партнерів**

<b>Жінка</b>	<b>Чоловік</b>	<b>Задоволеність жінки</b>	<b>Задоволеність чоловіка</b>	<b>Загальний результат</b>
Конфронтація	Конфронтація	36	22	58
Конфронтація	Конфронтація	24	40	64
Конфронтація	Конфронтація	45	44	89
Конфронтація	Конфронтація/ Компроміс	31	30	61
Конфронтація/ Компроміс	Конфронтація	23	34	57

Окрім цього, необхідно зазначити, що у парах, де було виявлено поєднання стратегій конфронтації та уникнення і співпраці та пристосування лише у 2 з 15 пар спостерігались розбіжності у поглядах. Натомість у тих пар, де обоє партнерів дотримуються стратегій конфронтації, розбіжності у поглядах було виявлено у 4 з 5 пар.

Для виявлення розбіжностей у поглядах партнерів на найважливіші сфери життя було використано методику «Рольові очікування та рівень домагань у шлюбі» за авторством О. М. Волкової. Максимальна розбіжність виражена у 9 балах. Якщо у партнерів різниця становить 3 і менше балів, вона незначна і не рахується за суттєву розбіжність. Загалом розбіжності у поглядах було виявлено у 27

подружніх пар, що становить 54% від загальної кількості пар, що брали участь у емпіричному дослідженні.

*Таблиця 2.2.5*

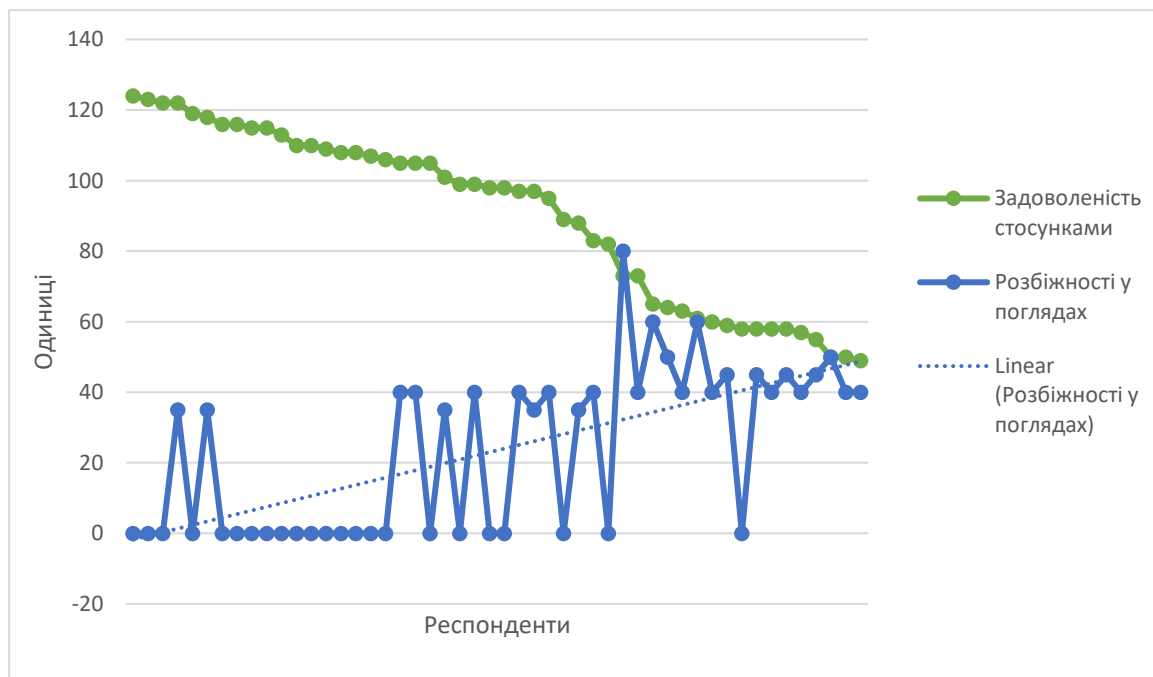
**Розбіжності у поглядах подружніх пар за життєвими сферами**

<b>Сфера життя</b>	<b>Кількість подружніх пар</b>	<b>Середня задоволеність стосунками</b>
Інтимні стосунки	10	67,7
Ідентифікація з партнером	10	65,9
Побут	7	81,7
Батьківство	8	71
Соціальні інтереси	2	99
Емоційний зв'язок	7	67,4
Зовнішня привабливість	6	84,5

Як продемонстровано на таблиці 2.2.5, розбіжності у поглядах мають значний вплив на задоволеність стосунками. Як наслідок, це впливає на підвищення рівня конфліктності. Оскільки сім шкал, запропонованих у обраній нами методиці відображають основні сфери життя подружжя, то можна зробити висновок, що розбіжності у поглядах є причиною подружніх конфліктів. Серед усіх подружніх пар, в яких було виявлено розбіжності у поглядах, прослідковується нижчий за середній рівень задоволеності стосунками, за винятком тих, у яких виявлені розбіжності у поглядах на соціальну сферу. Можна припустити, що дана сфера має найменший вплив на конфліктність подружжя. Натомість, ідентифікація з партнером виявилася найбільш вагомим аспектом подружнього життя, на що

вказує найменший середній показник задоволеності стосунками та найбільш розповсюджений вид розбіжності разом з інтимною сферою. Окрім цього, необхідно зауважити, що розбіжність за однією з 7 шкал виявлено у 9 пар (18%), за двома шкалами – в 13 пар (26%), а за трьома – у 5 пар (10%) від загальної кількості подружніх пар, що брали участь у дослідженні. Середній результат задоволеності стосунками серед подружніх пар, що мають розбіжності у поглядах, становить 76,4 бали.

Отже, задоволеність стосунками обернено пропорційна розбіжностям у поглядах (рис. 2.2.9). Як наслідок, розбіжності у поглядах партнерів у подружжі прямо пропорційні конфліктності, тому що респонденти визначили конфліктність як обернено пропорційну задоволеності стосунками.



**Рис. 2.2.9. Кореляція розбіжностей у поглядах та задоволеності стосунками**

Ще одним аспектом, який потребував дослідження, була комунікативна компетентність. Дана характеристика передбачає впровадження здобутих на власному досвіді знань та навичок, пристосування до партнера в комунікації та до контексту ситуації [47, с. 105]. Комунікативна компетентність визначається цілою низкою критеріїв, як от установками у спілкуванні, взаємозв'язком зі

співрозмовником, націленістю на конструктивні висновки. Чи не найважливішим зауваженням стосовно даної навички є те, що вона виявляється лише при взаємодії особистості з іншою людиною. Як результат, комунікативна компетентність відіграє провідну роль у формуванні гармонійних стосунків між партнерами у подружжі.

З 50 пар досліджуваних у 26 парах обоє партнерів є компетентними у комунікації, що становить 52% від загальної кількості подружніх пар. Загалом серед 100 респондентів 71 особа компетентна у комунікації, серед них 38 жінок та 33 чоловіків. Залежними у комунікації є 20 осіб (10 чоловіків та 10 жінок), а агресивними – 9 осіб (2 жінок та 7 чоловіків).



**Рис. 2.2.10. Комунікативна компетентність (жінки)**



**Рис. 2.2.11. Комунікативна компетентність (чоловіки)**

Як видно на рисунках вище, жінки загалом більш компетентні в комунікації, ніж чоловіки. Серед жінок 24% мають некомпетентні типи комунікації, а серед чоловіків даний показник сягає 36%. Серед 10 подружніх пар, що мають найвищий рівень задоволеності стосунками в 7 обоє партнерів є компетентними в комунікації. У той же час, серед 10 пар з відповідно найнижчими показниками лише у 3 парах обоє партнерів виявилися компетентними в комунікації.

Таким чином, за результатами дослідження було встановлено, що:

1. За середнім показником задоволеності стосунками досліджувані подружжя переважно задоволені.
2. За умов високої задоволеності стосунками чоловіки та жінки оцінюють власні відносини однаково, у той час як за умов негативного оцінювання жінки схильні до заниження балів, а чоловіки – до завищення.
3. Найбільш розповсюдженою «чистою» стратегією поведінки у конфлікті виявилася конфронтація, а найменш розповсюдженою – компроміс, при цьому для жінок найбільш характерна конфронтація, найменш – компроміс та пристосування, а для чоловіків найбільш притаманна стратегія уникнення, а найменше – компроміс.
4. Найбільш вдалим поєднанням стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях виявилися комбінації стратегій конфронтації та уникнення, а найменш вдалою – конфронтація як провідна стратегія у обох партнерів.
5. Респонденти визначили рівень конфліктності як величину, що обернено пропорційна задоволеності стосунками.
6. Подружні пари, що мають розбіжності у поглядах у основних сферах життя, мають показник задоволеності шлюбом нижчий за середній (90,26) на 13,86 бала (76,4).
7. Задоволеність стосунками обернено пропорційна розбіжностям у поглядах, і, як наслідок, розбіжності у поглядах партнерів у подружжі прямо пропорційні конфліктності.
8. Партнери, які обоє компетентні в комунікації, з більшою вірогідністю матимуть нижчий рівень конфліктності.

### **2.3 Перспективи дослідження впливу оцінювальних розбіжностей на конфліктність у подружжя**

За результатами емпіричного дослідження можна стверджувати, що наукова гіпотеза, висунута на початку роботи, виявилася достовірною. Дані результати свідчать про доцільність подальшого впровадження у сімейну психологію ідей феноменології. Теоретична складова ідей Е. Гуссерля знайшла відбиток у нашому дослідженні та довела свою істинність. Було виявлено кореляцію між розбіжностями у поглядах на життєві ситуації та конфліктністю у подружжя. Це підтверджує ідею про принципову суб'єктивність людського пізнання та діяльності. Якщо один із партнерів вважає власні переконання об'єктивними, він буде прагнути нав'язати їх іншому. Саме тоді з'являється можливість для виникнення конфліктів. Якщо інший теж не поважатиме та не прийматиме суб'єктивні позиції власного партнера, то відчутнішими стануть розбіжності, партнери акцентуватимуть на них увагу. Як наслідок, це призведе до підвищення напруги між членами подружжя та підвищить вірогідність ескалації потенційних конфліктів. З іншого боку, об'єктивний світ існує, кожна людина пізнає його по-своєму. Людина перебуває у інтерсуб'єктивному світі, а це означає, що вона творить світ разом з іншими людьми, тому для гармонійного існування у світі необхідно навчитися сприймати суб'єктивність оточуючих та вибудовувати свої стосунки з ними, виходячи з установки на прийняття поглядів інших.

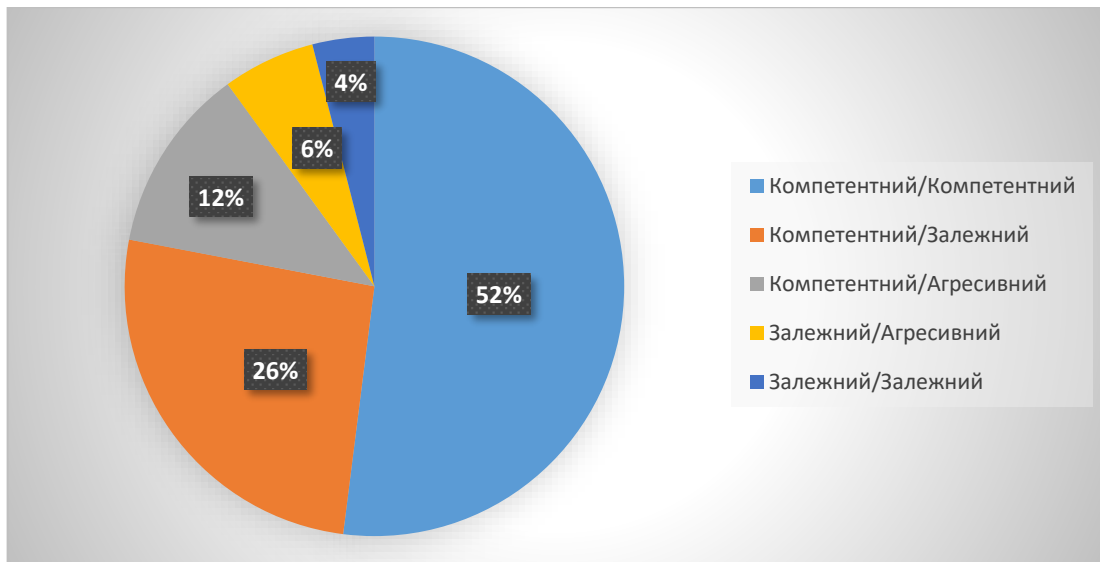
Перш за все, за результатами емпіричного дослідження виявилось, що розбіжності у поглядах прямо пропорційно впливають на рівень конфліктності у подружжя. Таким чином, розбіжності у поглядах на життєві ситуації можна назвати причиною конфліктів у подружжя. У наступних дослідженнях варто розширити діапазон вибірки за рахунок кількості респондентів та завдяки групуванню подружніх пар у різні вікові категорії. Можна припустити, що для різного віку характерні різні ієрархії цінностей. Окрім цього, для пар, що перебувають у стосунках різний проміжок часу, властиве загострення розбіжностей у поглядах або їхнє нівелювання. Більш того, пари, що

перебувають у шлюбі тривалий час, при суттєвих розбіжностях у поглядах можуть мати високий рівень задоволеності стосунками і, як наслідок, низьку конфліктність. Очевидно, партнери у даному подружжі розвинули механізм прийняття позицій одне одного і різні думки щодо однакових сфер життя не виступають більше причинами подружніх конфліктів.

Зважаючи на вищесказане, у наступних дослідженнях на тему розбіжностей у поглядах та їхнього впливу на конфліктність можна висунути наукову гіпотезу про те, що розбіжності у переконаннях виступають причинами подружніх конфліктів для пар, що не мають тривалого досвіду стосунків та для тих пар, що мають довготривалі стосунки з певним партнером, але не приймають його таким, який він є разом з його поглядами та переконаннями.

Не менший інтерес становить для наступного дослідження питання найбільш вдалого та найменш продуктивного поєднань стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях у подружжі. У рамках емпіричного дослідження даної роботи у 50 подружніх пар було виявлено 26 комбінацій стратегій поведінки у конфлікті. Таке співвідношення не дозволяє якісно та достовірно оцінити ефективність комбінацій, а тому потребує додаткового дослідження зі значно більшим числом респондентів. У такому разі можна буде зробити висновок про комбінації зі змішаними типами стратегій. Якщо дане дослідження буде проведено, з'явиться підґрунтя для визначення найефективнішого способу поведінки у конфлікті. Подружні пари, що часто конфліктують, зможуть проаналізувати власні стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях, з'ясувати поєднання для своєї пари та, можливо, саме у цьому віднайти причину постійних сварок.

Окрім цього, заслуговує на увагу і аспект комунікативної компетентності. Як було виявлено у ході емпіричного дослідження, ті пари, де обоє партнерів компетентні у спілкуванні, відзначають вищу задоволеність стосунками і, відповідно, нижчу конфліктність. Загалом компетентних подружніх пар виявилось 26 (52%), а пар, де хоча б один з партнерів має комунікативні навички за залежним або агресивним типом – 24 (48%).



**Рис. 2.3.1. Розподіл типів комунікації**

З-поміж 26 подружніх пар, де обоє партнерів компетентні в комунікації, у 10 (38,5%) виявлено розбіжності у поглядах. У решти 24 пар, в яких хоча б один партнер має схильність до спілкування за некомпетентним типом, 17 (70,8%) мають розбіжності у поглядах. Більш того, з даних 24 пар у 19 один з партнерів компетентний у спілкуванні, а у 5 обоє партнерів послуговуються неадекватними стратегіями комунікації.

*Таблиця 2.3.1*

**Залежність між комунікативною компетентністю та задоволеністю  
стосунками**

	Кількість пар	Середній показник задоволеності
Компетентне подружжя	26	97,1
Некомпетентне подружжя	24	82,8

Серед 19 подружніх пар, де лише один з партнерів є компетентним в комунікації, у 13 (68,4%) було констатовано наявність розбіжностей у поглядах. У свою чергу



у 5 пар з 50 обоє партнерів не компетентні в комунікації і у 4 (80%) з них виявлено розбіжності у переконаннях. Як і очікувалося, у компетентних подружніх парах показники задоволеності перевищують середній, а у некомпетентних – нижчі за середній. До того ж, і у першому, і у другому випадку відхилення від середнього результату задоволеності на 7 балів.

Оскільки дослідження загалом було присвячене аналізу конфліктності між партнерами у подружжі, у перспективі відкриваються можливості глибинного дослідження залежності задоволеності стосунками від конфліктологічної компетентності. Американський конфліктолог К. Ранд розглядає конфліктологічну компетентність як здатність розвивати та використовувати когнітивні, емоційні та поведінкові навички, що сприяють продуктивному результату конфлікту, зменшуючи при цьому ймовірність його ескалації чи заподіяння шкоди учасникам конфлікту [57]. До результатів успішного засвоєння конфліктологічної компетентності включають покращену якість міжособистісних стосунків, творчі рішення та довготривалі угоди, що працюють на вирішення викликів та використання можливостей у майбутньому.

Загалом ідеї феноменології Е. Гуссерля пропонують новий погляд на подружні стосунки. Більш того, вони можуть бути застосовані не лише у сімейній психології, а в цілому можуть бути втіленими в усіх галузях, де присутня міжособистісна взаємодія. Повертаючись до подружніх стосунків, не можна переоцінити користь такого інструменту як феноменологічна редукція (ейдетична редукція як її частина). Він може бути широко застосований як у сімейній терапії, так і у повсякденному житті разом з прийомами «почування» та «епохе».

## Висновки до розділу II

1. Емпіричне дослідження розроблене на основі теоретичного вчення Е. Гуссерля та з урахуванням потреби у цілісному дослідженні усіх виявлених аспектів у процесі аналізу теоретичних ідей, які мають визначальний вплив на виникнення конфліктів у подружній парі. Для визначення одного з основних параметрів дослідження було розроблено авторський опитувальник, актуалізований через відсутність валідних методик. Відомі нам методики для виявлення рівня конфліктності призначені для визначення таких параметрів залежно від того, як людина проявляє себе в колективі. Для цього опитано 30 респондентів, які потім увійшли до вибірки основного емпіричного дослідження, шляхом інтерв'ювання методом фрілістингу. Як результат, нами створено авторську методику дослідження задоволеності стосунками, адже саме це респонденти визнали показником, що сприяє мінімізації конфліктності пари.
2. Аналіз отриманих результатів дозволив встановити наступні пізнавальні тенденції (вбірка 100 респондентів – 50 подружніх пар):
  - 1) розбіжності у поглядах на життєві ситуації обернено пропорційно впливають на рівень задоволеності подружніми стосунками і, як наслідок, прямо пропорційно впливають на рівень конфліктності обох партнерів;
  - 2) середній результат за опитувальником «Задоволеність подружніми стосунками» дорівнює 90,26 балів з 126 максимальних, що відповідає категорії «Переважно задоволений(а)»;
  - 3) якщо обоє партнерів у подружжі позитивно оцінюють власні стосунки, розбіжності у оцінках мінімальні, в той час як за умови негативного оцінювання стосунків жінки схильні до заниження балів, а чоловіки – до завищення;
  - 4) найбільш розповсюдженою стратегією серед респондентів загалом є конфронтація (серед жінок – конфронтація, серед чоловіків – уникнення);

- 5) найбільш вдалим поєднанням стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях виявилися комбінації стратегій конфронтації та уникнення, а найменш вдалою – конфронтація як провідна стратегія у обох партнерів;
- 6) подружні пари, що мають розбіжності у поглядах у основних сферах життя, мають показник задоволеності шлюбом нижчий за середній (90,26) на 13,86 бала (76,4).

Насамкінець, з'ясовано, що партнери, які обоє компетентні в комунікації, мають показник задоволеності шлюбом вищий за середній (97,1), тоді як пари, в яких хоча б один з партнерів поводить себе у спілкуванні некомпетентно (залежний або агресивний тип), оцінюють задоволеність шлюбом нижче за середній показник (82,8).

## **РОЗДІЛ III. КОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА «ГАРМОНІЗАЦІЯ СІМЕЙНИХ ВЗАЄМИН: ПРИЙНЯТТЯ ПОГЛЯДІВ ПАРТНЕРА ЯК ЗАПОРУКА МІНІМІЗАЦІЇ ЙМОВІРНОСТІ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ»**

### **3.1 Методологічні основи та принципи корекційної програми**

У ході теоретичного та емпіричного аналізу впливу розбіжностей у поглядах партнерів у подружжі на конфліктність у парі було встановлено, що відсутність збігу у переконаннях негативно впливає на задоволеність стосунками та є вагомим причиною виникнення конфліктних ситуацій. Таким чином, постає потреба у розробці програми корекції, яка б допомагала партнерам подолати розбіжності у поглядах та, незважаючи на них, мінімізувати можливість виникнення напруги, яка б переростала у конфлікти.

Емпіричне дослідження виявило, що стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях, а також комунікативна компетентність є факторами впливу на конфліктність у подружжя. Зокрема, різні поєднання стратегій поведінки можна визначити як адекватні у подружніх стосунках та такі, що чинять згубний вплив на гармонію відносин. Подібно до цього, комунікативна компетентність партнерів забезпечує прийняття особистості іншого та нівелює вплив розбіжностей на конфліктність пари. Натомість, неконструктивна модель спілкування, як от комунікація по залежному або агресивному типу, лише загострює розбіжності в переконаннях або перешкоджає пізнанню партнера та відкритій комунікації щодо проблемних питань, тому основною метою програми корекції є навчання учасників основних принципів, що забезпечують злагоду та гармонію у стосунках, та пропрацювання усіх факторів, які безпосередньо впливають на рівень конфліктності між партнерами та що були виявлені у рамках теоретичного аналізу проблеми та отримали підтвердження власного впливу на задоволеність стосунками.

Перед розробкою тренінгу було проведено інтерв'ювання частини респондентів та фокус-група. Інтерв'ювання проводилося серед 25 учасників дослідження, що були обрані випадковим шляхом з-поміж генеральної сукупності усіх

респондентів. Інтерв'ю здійснювалися за методом фрілістингу з метою визначення потреб учасників тренінгу, основних питань, які потребують висвітлення. Більш того, учасники могли висловити власні побажання щодо форми проведення та особливостей тренінгу, що був би присвячений питанням розбіжностей у поглядах партнерів подружжя та мінімізації напруги, що ними спричиняється. За результатами дослідження виявилось, що респонденти хотіли б аби програма корекції відповідала наступним критеріям:

1. Головна мета: навчити ставити себе на місце іншого, приймати партнера таким, яким він є, зрозуміти його стан та позицію і зробити з цього висновки.
2. Форма участі: обов'язкова участь обох партнерів у тренінгу (більшість респондентів зазначила, що тренінги, які відвідує один з членів подружжя, не є ефективними, тому що обоє партнерів мають працювати над стосунками та застосовувати знання та навички, що пропонуються в ході програми корекції).
3. Розглядати реальні кейси, ділитися власними історіями та шляхами їхнього вирішення з рештою учасників.
4. Навчитися оцінювати власну поведінку та її вплив на стосунки з партнером, дізнатися про ефективні способи вирішення конфліктів та засвоїти навички, що сприятимуть конструктивній поведінці у конфліктних ситуаціях.

З шістьма учасниками дослідження було проведено фокус-групу з метою отримання якісних даних на тему конфліктів у подружжя та визначення рівня обізнаності учасників про подружні конфлікти та шляхи їх вирішення. Серед учасників було 3 жінок та 3 чоловіків віком від 36 до 48 років. Для обговорення було заздалегідь підготовано 6 питань:

1. Чи завжди у подружжя виникають конфлікти?
2. Чи можна сказати, що конфліктні ситуації виникають через суб'єктивні оцінки певних питань?

3. Чи можливо досягнути об'єктивного погляду на будь-яку життєву ситуацію?
4. Чи завжди це вичерпує конфлікт?
5. Чи в усіх питаннях можна досягти об'єктивності?
6. Яка мета прийому, коли один з партнерів ставить себе на місце іншого?

У процесі обговорення першого питання про наявність конфліктів у парі було встановлено, що усі подружні пари стикаються з конфліктами, хоча деякі з них намагаються не виносити це за межі стосунків і заперечують наявність конфліктів. На думку учасників фокус-групи, конфлікти обов'язково виникають в усіх парах, але з різною частотою та інтенсивністю. За словами одного з учасників: «Відсутність конфліктів взагалі іде в розріз з людською природою».

У ході обговорення спершу учасники вважали, що партнери мають прагнути до об'єктивності. Далі виявилось, що об'єктивність у таких питаннях, де має місце відносність, особисті преференції, не може бути досягнена. На думку одного з респондентів: «Можливо, потрібно прагнути не об'єктивності, а якогось людського порозуміння». Врешті-решт, усі респонденти дійшли до висновку, що навіть у науці, там, де об'єктивність, здавалося б, беззаперечна, панує суб'єктивність, тому що теорії, закони виводяться окремими вченими, а вони теж люди, що мають суб'єктивний погляд на світ.

Найбільш глобальні висновки з'явилися у респондентів під час обговорення відповіді на останнє питання. Метою питання було з'ясувати для чого варто ставити себе на місце опонента у конфлікті. Виявилось, що даний прийом жодним чином не забезпечує об'єктивності у оцінці певного проблемного питання. Один з респондентів резюмував: «У цьому ключі об'єктивність суб'єктивна. Можливо, у стосунках так і має бути. Тоді треба приймати позицію іншого як вона є». Інший учасник додав: «Прагнути об'єктивності можна, але так все і залишиться суб'єктивним. Що б хто не казав, усе проходить через призму власного досвіду. Наче і все так, і відповідає дійсності, але ж тільки зі своєї перспективи».

Важливо було з'ясувати, у чому респонденти вбачають основне джерело конфліктів та яким чином конфлікти можуть бути подолані. З'ясувалося, що суб'єктивні погляди на життєві ситуації можуть провокувати конфлікти. Більш того, жодне подружжя не може без них обійтися, бо це один із феноменів міжособистісного спілкування. Спершу учасники фокус-групи стверджували, що для виходу з проблемного становища необхідно об'єктивно розглянути причини та наслідки суперечки. Разом з тим, усі зійшлися у думці, що об'єктивність не є запорукою вичерпання конфлікту. Головним висновком дослідження можна назвати те, що у міжособистісних стосунках об'єктивність залишається недосяжною, адже усі погляди та ідеї виходять з особистого досвіду та базуються на особистих ціннісних орієнтаціях.

При розробці програми корекції варто враховувати цілу низку принципів. По-перше, методики, що будуть застосовані на тренінгу мають бути різноманітними за формою. Це уможливлує динамічний розвиток подій, убезпечує учасників від втрати інтересу та мотивації. З цією ж метою, вправи та теоретичний навчальний матеріал мають чергуватися. Окрім цього, вправи мають бути спрямовані на виявлення та подолання різних аспектів поведінки, що були виявлені у ході теоретичного аналізу та емпіричного дослідження впливу розбіжностей у поглядах партнерів на рівень конфліктності у подружжя. Таким чином, програма корекції мала висвітлити питання розбіжностей у поглядах, конфліктологічної компетентності, емоційної напруги та комунікативної компетентності. Учасникам також було запропоновано спробувати на власному прикладі процедури «епохе», ейдетичної редукції та «почування». По-друге, важливо враховувати, що участь у програмі корекції має бути добровільною та відповідати принципу ненанесення шкоди. Чи не найважливішим завданням заняття поряд з навчальною та корекційною функцією є забезпечення фізично та психічно безпечної атмосфери для усіх учасників та для ведучого.

За результатами дослідження усі пари респондентів було розташовано у порядку, відповідному рівню задоволеності стосунками. Оскільки в емпіричній частині

роботи було встановлено, що задоволеність подружніми стосунками обернено пропорційна рівню конфліктності партнерів, було вирішено провести корекційне заняття для двох груп учасників. Учасники з найменшими показниками задоволеності становлять основну групу, а, відповідно, з найвищими – контрольну групу учасників. До контрольної групи увійшли пари з найвищими показниками задоволеності стосунками, при чому такі, у кого не було виявлено розбіжностей у поглядах та за умови, що обоє партнерів є компетентними в комунікації. До основної групи учасників увійшли ті подружні пари, які оцінили власні стосунки найнижче, а також мали розбіжності у поглядах та хоча б один з партнерів має некомпетентний тип спілкування.

Даним парам було запропоновано взяти участь у програмі корекції на засадах анонімності та добровільності. Це було забезпечено шляхом нерозголошення участі у разі згоди та у разі відмови від участі хоча б одним з партнерів. Перед прийняттям рішення щодо участі у тренінговому занятті кожен з потенційних учасників був поінформований про тему, мету та завдання корекційного заняття, а також про основні принципи роботи у групі: взаємну повагу, терпимість, відповідальність та налаштованість на активну взаємодію як з іншими учасниками, так і з модератором заняття.

Для гарантування конфіденційності усіх учасників було попереджено про те, що особисті дані та ситуації, в яких учасники діляться власним досвідом, не можуть бути розголошені за межами заняття. Більш того, якщо будь-хто з учасників відчуває дискомфорт або не хоче ділитися особистою інформацією, це право залишається за ним, виключаються можливості будь-якого примусу (як фізичного, так і психологічного).

Отже, при розробці корекційної програми необхідно враховувати та дотримуватися засад добровільності, анонімності та конфіденційності. Учасники мають дотримуватися ряду правил, щоб забезпечити психологічний комфорт та ефективне використання часу та можливостей. Окрім цього, необхідно враховувати побажання потенційних учасників. Для обох груп досліджуваних



наповнення заняття має бути ідентичним, адже порівнявши результати та набуті знання і навички представників обох груп можна буде робити висновок про ефективність програми корекції впливу розбіжностей у оцінках життєвих ситуацій на рівень конфліктності у подружжя.

Тематичні блоки програми корекції відповідають питанням конфліктологічної компетентності, рівня конфліктності особистості, стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях та комунікативної компетентності. Кожна теоретична частина має бути відображена у вправах та методиках, що сприятиме практичному засвоєнню нових знань та формуванню нових навичок. Те саме стосується і процедур феноменології, що спрямовані на прийняття партнера та зниження вірогідності виникнення конфліктів через розбіжності у поглядах, як от «епохе» та ейдетичної редукції.

### 3.2 Корекційна програма: структура та зміст

Програма корекції впливу розбіжностей у поглядах на життєві ситуації на рівень конфліктності партнерів у подружжі була проведена для двох груп учасників. Обидві групи учасників склалися з 5 подружніх пар, тобто загальна кількість учасників одного заняття становила 10 осіб. Перша група учасників контрольна, а друга – основна. Перша група учасників має середній сумарний показник задоволеності 120,6 балів зі 126, що відповідає категорії «Дуже задоволений(а)». Друга група учасників має середній сумарний показник задоволеності стосунками 53,8 балів зі 126, що відповідає категорії «Зовсім не задоволений(а)». У контрольній групі учасників в усіх подружніх парах відсутні суттєві розбіжності у поглядах на життєві ситуації та обоє партнерів компетентні у спілкуванні. В основній групі учасників між поглядами партнерів є відчутні розбіжності та хоча б одному з партнерів притаманне спілкування по залежному або агресивному типу.

Зважаючи на методологічні принципи розробки програми корекції, загальна структура заняття виглядає наступним чином:

1. Привітання та вступне слово модератора з зазначенням організаційних питань.
2. Знайомство учасників одне з одним.
3. Чергування теоретичних та практичних тематичних блоків, спрямованих на висвітлення проблеми впливу розбіжностей у поглядах на конфліктність у подружжя та пошуки шляхів мінімізації конфліктних ситуацій і способів їх продуктивного вирішення.
4. Обговорення вражень від корекційного заняття загалом, відгук про новизну та користь наданих у процесі тренінгу знань та навичок.
5. Збір відгуків від учасників про ефективність корекційної програми з метою подальшого вдосконалення змісту та форми роботи, а також слухання побажань з перспективою розроблення подібних програм корекції.

Заняття розпочалося з вступного слова модератора, де було висвітлено мету та основні завдання корекційної програми. Головною метою було визначено формування навичок, що сприятимуть ефективному виходу з конфліктних ситуацій. Тренінг має також сформувати в учасників ідею про суб'єктивність в міжособистісних стосунках та зменшити прагнення до об'єктивності у конфліктній ситуації. Ще раз було наголошено на тому, що участь в тренінгу залишається конфіденційною, тому що жодні особисті подробиці, повідомлені у ході заняття, не будуть винесені за його межі. Разом з тим, учасників було повідомлено, що корекційна програма є складовою частиною дослідження впливу розбіжностей у поглядах партнерів на конфліктність у парі, тому структура тренінгового заняття, відгуки учасників та показники ефективності програми будуть представлені у дослідженні. Разом з тим, анонімність подружніх пар, що брали участь у корекційній програмі, буде збережено. Також було зазначено правила, яких мають дотримуватися усі учасники:

1. Взаємна повага.
2. Терпимість.
3. Дотримання часових обмежень та інструкцій модератора.

Після вступного слова учасники знайомляться один з одним, повідомляючи ту інформацію, яку вважають за доцільну. Окрім цього, модератор пропонує кожному розказати цікавий, але маловідомий факт про себе. Це сприятиме створенню комфортної атмосфери, знизить напругу та дозволить надалі ідентифікувати учасників з їхніми персоніфікованими короткими розповідями. Також кожен учасник має висловити свої очікування від тренінгу, сформулювати бажані теми та навички, на які необхідно звернути увагу у процесі тренінгу.

Усі учасники, що запрошені на корекційну програму, попередньо пройшли емпіричне дослідження. Таким чином, можна було зібрати та проаналізувати відомості про задоволеність стосунками, провідну стратегію поведінки в конфліктній ситуації, різницю в поглядах між обома партнерами подружжя та про компетентність у спілкуванні. З метою аналізу ефективності корекційної

програми необхідно зібрати додаткову інформацію безпосередньо перед початком змістової частини заняття, тому одразу після знайомства учасників модератор пропонує заповнити форму, в якій необхідно за 10-бальною шкалою оцінити три параметри: рівень напруги у стосунках, готовність приймати партнера таким, яким він є на даний момент, та готовність працювати для досягнення мети (зниження ймовірності виникнення конфліктів).

На початку безпосереднього розгляду основних аспектів заняття було визначено поняття та природу конфлікту. Учасникам було наголошено, що конфлікт не можна розглядати як виключно деструктивне явище. Завжди у процесі виходу з суперечок виявляються істинні причини конфлікту, знаходяться ефективні шляхи їх вирішення. Загалом конфлікт – це невід’ємна частина життя. Повністю уникнути їх не вдасться, але можна навчитися мінімізувати напругу між партнерами та знаходити способи її подолання. У рамках корекційної програми центральним предметом інтересу були розбіжності у поглядах. Учасникам було повідомлено, що за результатами емпіричного дослідження наявність розбіжностей у поглядах на життєві ситуації зменшує задоволеність стосунками та підвищує ймовірність виникнення конфліктів.

Модератор також звернув увагу на теоретичні основи дослідження. Зокрема, було висвітлено механізм появи розбіжностей у поглядах. Кожна особистість пізнає об’єкти зовнішнього світу таким способом, яким вони їй даються. Залежно від вихідних установок, цінностей та переконань ці способи даності у різних людей відрізняються, тому і виникають розбіжності. Таким чином, суб’єктивні оцінки кожного партнера не можуть претендувати на беззаперечну істинність, але є те, що для кожної людини завжди достовірне і істинне, – це її почуття, ставлення до об’єктів світу. З’ясувавши це, з’являється наступна проблема. Жодній людині у повній мірі пережити та пізнати зміст внутрішнього світу іншого неможливо. На допомогу у даній ситуації приходить описаний у феноменології Е. Гуссерля та випробуваний у психіатрії прийом «почування». Його механізм полягає в тому, що при описі, роздумах про деякий предмет чи

явище, про певну подію, іншому необхідно абстрагуватися від якостей, що надає описуваному співрозмовник та переміститися на рівень відчуттів. Тоді уможлиблюється налаштування на один настрій та збільшується ймовірність сприйняття партнера.

Для кращого розуміння даного механізму та для практичного тренування механізму «почування» учасникам запропоновано авторську вправу з ідентичною феноменологічній процедурі назвою «Почування». Учасникам по черзі індивідуально демонструються 15 картин зі схожим сюжетом і пропонується лаконічно записати їх опис на окремих картках. Після того як усі учасники переглянуть картини, картки збираються модератором. По черзі у довільному порядку модератор озвучує зміст карток і учасники повинні відгадати, яку ж картину описують. Дана вправа демонструє, що бачення однієї картини в усіх різне, але кожен з описів відображає картину і учасники легко відгадують яку саме. Висновок наступний: суб'єктивна оцінка може бути причетною до об'єктивної і не ускладнює порозуміння з тими, чия оцінка відрізняється. Це пояснюється перебуванням людини у інтерсуб'єктивному світі. Хоч пізнання зовнішнього світу залишається завжди суб'єктивним, знання про цей світ узагальнюються завдяки спільному у суб'єктивних уявленнях усіх людей.

Після вправи «Почування» продовжився теоретичний блок, цього разу присвячений конфліктологічній компетентності. Л. М. Цой визначає конфліктологічну компетентність як «здатність людини переводити деструктивні процеси в конфлікті в конструктивне русло; розвиватися самостійно, підсилюючи свій інтелектуальний і емоційно-психологічний потенціал у конфлікті; створювати умови для виходу ситуації на якісно новий рівень розвитку; виробляти нові норми взаємодії у конфліктах, які поки відсутні в суспільстві» [46, с. 140]. Очевидно, виходячи з даного визначення, умови перебування двох осіб у стосунках, які потребують навички конфліктологічної компетентності, мають бути також спрямовані на розвиток емоційного інтелекту

та критичного мислення. Без зазначених здібностей ускладнюється набуття власне конфліктологічної компетентності.

Для демонстрації суті конфліктологічної компетентності учасникам було запропоновано вправу «Перевтілення». Учасники розбиваються по парах (щоб у парі не було подружжя) та по черзі розповідають будь-яку конфліктну ситуацію, що трапилася нещодавно. Завдання слухача віднайти позитиви у почутому. Дана вправа вчить конфліктологічної компетентності, допомагає усвідомити, що з кожного конфлікту можна почерпнути щось продуктивне. Таким чином, в учасників формується ставлення до конфлікту як до неодмінного атрибуту будь-яких стосунків, де має місце міжособистісна взаємодія.

Після вправи учасники тренінгу мали можливість ознайомитися з техніками зниження та підвищення напруги. Існує думка, що для запобігання конфліктних ситуацій необхідно усіма силами стримувати ескалацію поточної ситуації, тобто вдаватися до технік, що знижують напругу.

Таблиця 3.2.1

### Техніки регуляції емоційної напруги

<i>Знижують напругу:</i>	<i>Підвищують напругу:</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Підкреслення спільного з партнером</li> <li>• Підкреслення значимості та думки партнера для Вас</li> <li>• Вербалізація емоційного стану партнера і власного</li> <li>• Прояв інтересу до проблем партнера</li> <li>• Надання можливості виговоритися</li> <li>• У разі неправоти, визнати це</li> <li>• Пропонувати конкретний вихід з ситуації</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Підкреслення відмінностей між собою і партнером</li> <li>• Негативна оцінка особистості партнера</li> <li>• Ігнорування емоційного стану</li> <li>• Демонстрація байдужості</li> <li>• Перебивання партнера</li> <li>• Заперечення своєї неправоти</li> <li>• Пошук винуватців</li> <li>• Перехід на «особистості»</li> <li>• Пришвидшення темпу та підвищення тону голосу</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Апелювати до фактів.</li> <li>• Спокійний темп і впевненість мови</li> <li>• Підтримання зорового контакту, увага до невербальних проявів</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Уникання зорового контакту та неконтрольовані реакції на слова партнера</li> </ul>
---	---

У ході обговорення представленого теоретичного матеріалу було встановлено, що кожній людині притаманні в тій чи іншій мірі поєднання і тактик зниження, і методів підвищення напруги у конфліктній ситуації. Окрім цього, зустрічаються особистості, які поєднують дані техніки у приблизно однаковій пропорції, а є такі, що схилиються до застосування виключно технік або підвищення, або зниження емоційної напруги у подружжя.

Для демонстрації та підтвердження вищевказаних висновків учасники виконали вправу «Моделювання конфліктної ситуації». Учасникам пропонуються сценарії конфліктів з відкритим фіналом та шляхами розгортання. Необхідно спробувати техніки, які і підвищують, і знижують напругу. Переважна більшість учасників дійшла до висновку, що не всі техніки, спрямовані на зниження напруги є продуктивними та приводять до вирішення конфлікту. Головне завдання – не уникати напруги, а не допустити підняття її до граничного рівня.

Після цього учасники були готові до засвоєння методики виконання процедури «епохе» та ейдетичної редукції. Було пояснено мету та механізм виконання даних феноменологічних процедур. Учасники корекційного тренінгу мали об'єднатися у 5 пар кожен зі своїм справжнім партнером та проаналізувати якусь конфліктну ситуацію, яка мала місце, але вже була вичерпана. Спершу необхідно абстрагуватися від партнера, від умов, за яких вона сталася, від персоналій та інших зовнішніх факторів, залишившись наодинці зі своїми відчуттями, які (і лише вони одні) залишаються беззаперечно істинними. З метою визначення ефективності даного прийому 3 з 5 пар у кожній групі учасників було запропоновано практикувати дані прийоми кожного разу, коли вони опиняються у конфліктній ситуації протягом тижня після тренінгу.

Останній теоретичний блок був присвячений поняттю комунікативної компетентності. Учасникам було повідомлено узагальнені результати емпіричного дослідження, де прослідковується тенденція подружніх пар, в яких хоча б один з партнерів некомпетентний в спілкуванні, до нижчої задоволеності стосунками.

На завершення учасникам була запропонована авторська модифікація вправи «Зіпсований телефон». Учасники діляться на дві групи. Вправа проводиться для них окремо. Усі учасники, крім двох, покидають кімнату. Один розповідає іншому неприємну ситуацію. Інший учасник передає тим, що входять цю історію, і так далі. Висновок: якою б неприємною ситуація не була, її зміст може по-різному виглядати для інших, зокрема, не так драматично. Дану вправу рекомендовано проходити наприкінці тренінгу, щоб в учасників залишився позитивний настрій та оптимістичні висновки.

В кінці заняття усі учасники залишили відгук та побажання щодо подальшого розвитку корекційної програми для подружніх пар, для яких вплив розбіжностей у поглядах має суттєве значення для задоволеності стосунками. Учасники висловили пропозицію розробити розширений курс програми корекції з кількома заняттями та виявили бажання приймати участь в такому виді роботи. Загалом, тренінгове заняття справило позитивне враження на усіх учасників та задовольнило їхні головні запити: набуття нових знань та навичок, що допоможуть продуктивно урегульовувати конфліктні ситуації.



### **3.3 Ефективність корекційної програми: реальні та очікувані результати**

Програма корекції впливу розбіжностей у поглядах на життєві ситуації на рівень конфліктності у подружжя відбувалася після емпіричного дослідження, що дало змогу відібрати подружні пари, що найбільше потребують знань та навичок для подолання конфліктів, та, відповідно контрольну групу, яка склалася з учасників, що не мають розбіжностей у поглядах та відрізняються низьким рівнем конфліктності.

Оскільки у ході теоретичного аналізу досліджуваної теми було встановлено, що конфлікти у подружжя здебільшого виникають через неприйняття партнерами позицій та поглядів одне одного, навчально-корекційне заняття було спрямоване на підвищення обізнаності учасників про основні аспекти конфліктності та ознайомлення з прийомами, що мають на меті розвинення сприйняття іншого та зниження ймовірності конфліктних ситуацій.

Усі учасники брали участь у емпіричному дослідженні, присвяченому впливу розбіжностей у поглядах на конфліктність у подружжя, мінімум за тиждень до проведення корекційного заняття. У рамках емпіричного дослідження респонденти мали надати відповіді на питання чотирьох методик, одна з яких була присвячена задоволеності стосунками. Окрім цього, 3 з 5 пар у кожній групі мали практикувати протягом цього тижня процедури «епохе» та ейдетичної редукції кожного разу, коли відчують загрозу конфлікту. Через тиждень після заняття усім учасникам було запропоновано пройти повторно методику «Задоволеність подружніми стосунками». Це було зроблено з метою збору інформації для перевірки ефективності програми корекції.

Таблиця 3.3.1

**Результати корекції задоволеності стосунками**

<b>Тренінгова група</b>					
	<i>З додатковими завданнями</i>			<i>Без додаткових завдань</i>	
<b>До</b>	123	122	116	124	118
<b>Після</b>	126	125	123	124	120
<b>Контрольна група</b>					
	<i>З додатковими завданнями</i>			<i>Без додаткових завдань</i>	
<b>До</b>	57	50	49	58	55
<b>Після</b>	87	96	77	68	73

Порівнюючи результати до та після участі подружніх пар у програмі корекції, можна зробити висновок, що програма ефективна та мала позитивний вплив на конфліктність партнерів у подружжі. В середньому показники задоволеності стосунками учасників контрольної групи, які вдавалися до процедур «епохе» та ейдетичної редукції підвищилися на 4,3 бала, а тих, хто не мав додаткових завдань – на 1 бал. У свою чергу, група учасників, що мали додаткові завдання протягом тижня після програми корекції, продемонстрували підвищення задоволеності стосунками в середньому на 34,7 бала, тоді як ті подружні пари, що не мали вдаватися до методів «епохе» та ейдетичної редукції – на 14 балів. Оскільки в рамках емпіричного дослідження було встановлено, що задоволеність стосунками обернено пропорційна рівню конфліктності у подружжя, можна зробити висновок, що рівень конфліктності загалом знизився пропорційно до підвищення задоволеності подружніми стосунками.

Не менш важливим показником ефективності програми корекції є відгуки учасників. Ознайомившись з результатами дослідження ефективності тренінгу, більшість учасників визнала ефективність феноменологічних прийомів у

зниженні конфліктності та, як наслідок, сприянні гармонізації стосунків у парі. З огляду на це, подальшого розвитку заслуговує не лише емпіричне дослідження впливу розбіжностей у поглядах на життєві ситуації на конфліктність у подружжя, а й програма корекції, що може видозмінитися в повноцінний курс занять.

Загалом набуття навичок конфліктологічної і комунікативної компетентностей, розвинена здатність до рефлексії, розвиток вміння налаштовуватися на свого партнера сприяють гармонізації не лише подружніх стосунків, а будь-якої взаємодії людей. Кожна розвинена та зріла особистість має прагнути до постійного вдосконалення. Зокрема, особистісне зростання, яке пропонує дана корекційна програма та у перспективі повноцінний курс, спрямований на ознайомлення з природою, шляхами вирішення конфліктних ситуацій, виявлення впливу розбіжностей у поглядах та їх подальше прийняття як незмінних та невід'ємних, можуть бути адаптовані не виключно на подружні пари, а на ширше коло цільової аудиторії у рамках сімейної психології.

### Висновки до розділу III

1. В основу розроблення програми корекції впливу розбіжностей у поглядах на життєві ситуації на рівень конфліктності у подружжя були покладені ті ж принципи, що і при підготовці емпіричного дослідження. До них можна зарахувати принцип цілісності особистості та прагнення до актуалізації та прояву творчості. Як наслідок, корекційну програму було структуровано наступним чином:
  - 1) ознайомлення подружніх пар з поняттям та природою конфлікту;
  - 2) висвітлення механізму появи розбіжностей у оцінках життєвих ситуацій;
  - 3) ознайомлення з технікою «почування»;
  - 4) аналіз навички конфліктологічної компетентності;
  - 5) відпрацювання технік зниження та підвищення напруги;
  - 6) засвоєння процедур «епохе» та ейдетичної редукції;
  - 7) визначення ступеня розвитку навички комунікативної компетентності.
2. У програмі корекції впливу розбіжностей у поглядах на конфліктність подружжя взяли участь 10 подружніх пар, тобто 20 учасників:
  - 1) половина з них склали основну групу, оскільки мали низький рівень задоволеності стосунками, розбіжності у поглядах та тенденцію до некомпетентного спілкування;
  - 2) контрольна група – навпаки, мала високий рівень задоволеності подружніми стосунками (її учасники були компетентними в комунікації та не мали розбіжностей у поглядах зі своїми партнерами).
3. Ефективність тренінгової програми підтверджена відгуками основної та контрольної груп, а також кількісними показниками задоволеності стосунками:
  - 1) основна група, яка виконувала інструкції та завдання модератора, продемонструвала збільшення таких показників на 66,7%;
  - 2) контрольна група – це мінімальні покращення (в одному випадку рівень задоволеності стосунками не змінився).

Насамкінець, встановлено, що набуття навичок, які запропоновані у корекційній програмі, не лише гармонізують подружні стосунки, а можуть бути рекомендованими для застосування тоді, коли відбувається взаємодія людей у будь-яких сферах життєдіяльності.

## ВИСНОВКИ

У нашому науковому дослідженні представлено теоретичний аналіз та емпіричне підтвердження впливу розбіжностей у оцінці життєвих ситуацій на конфліктність у подружжя. Мета роботи досягнута, поставлені завдання повною мірою виконані. Як наслідок, нами сформульовані наступні теоретико-практичні висновки:

1. З допомогою окремих феноменологічних ідей Е. Гуссерля продемонстровано перспективність філософських доробок для прикладного психологічного знання (зокрема, для подружжя з врахуванням їхніх пізнавальних інтересів розроблено програму корекції впливу розбіжностей в оцінці життєвих ситуацій на конфліктність). Встановлено, що причиною непорозумінь та хибних трактувань життєвих ситуацій у феноменологічній традиції вважається прагнення до об'єктивності у почуттях та принципово суб'єктивних оцінках. Таким чином, розбіжності у оцінках життєвих ситуацій виникають не тому, що одна з оцінок хибна, а інша істинна, а тому, що кожна людина має власний спосіб пізнання зовнішнього світу. Як результат, при сприйнятті суб'єктивних особливостей партнера розбіжності у поглядах та оцінках втраять свій деструктивний вплив на стосунки подружжя.
2. З використанням тематичних методик з'ясовано психологічні особливості типових сімейних конфліктів через різне тлумачення подружжям життєвих ситуацій та виокремлено шляхи їх подолання. Встановлено тенденцію у взаєминах, що партнери осмислюють власні переконання та повсякденні настанови здебільшого як істинні та об'єктивні, – тобто інші оцінювальні судження апіорі потрапляють у категорію хибних.
3. За результатами емпіричного дослідження з'ясовано, що рівень конфліктності партнерів обернено пропорційний рівню задоволеності стосунками (це вдалося з'ясувати завдяки інтерв'юванню респондентів). Окрім цього, було визначено найбільш вдалі та найменш адекватні для подружніх стосунків комбінації стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. У рамках

емпіричного дослідження підтвердилося, що розбіжності у поглядах зумовлюють підвищення рівня конфліктності. Не менш важливим аспектом при дослідженні впливу розбіжностей в оцінці життєвих ситуацій на конфліктність партнерів подружжя виявилася комунікативна компетентність. Навіть у парах, де один з членів подружжя спілкується за залежним або агресивним типом, показники задоволеності стосунками значно знижуються.

4. Розроблено корекційну програму під назвою «Гармонізація сімейних взаємин: прийняття поглядів партнера як запорука мінімізації ймовірності конфліктних ситуацій». Дана програма була апробована у рамках заняття з основною та контрольною групами. Основною метою тренінгу було підвищення обізнаності учасників про природу, причини та шляхи вирішення конфліктних ситуацій, а також впровадження феноменологічних процедур для перевірки їх ефективності. Після проведення програми корекції відзначалася позитивна динаміка у ставленні партнерів у подружжі до власних стосунків. Учасники тренінгового заняття відмічали ефективність застосування феноменологічних процедур («епохе», «почування», ейдетична редукція).
5. Емпіричне дослідження має перспективу поглиблення за рахунок числа респондентів, дослідження додаткових чинників, що мають вплив на розбіжності у поглядах, та розподілу респондентів на категорії за віком та тривалістю перебування у стосунках.

Наша робота не вичерпує усього різноманіття аспектів обраної для дослідження проблеми, але відкриває перспективність розвитку феноменологічних ідей у «психології сім'ї» (різні вікові періоди, різна тривалість перебування у подружніх стосунках, розвиток стосунків в умовах кризових та екстремальних ситуацій).

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Багаева В. В. Стратегии поведения в конфликте // Омский государственный педагогический университет. 2015. С. 91 – 92.
2. Беркли Дж. Трактат о принципах человеческого знания // Сочинения. / Сост., общ. ред. и вступит. статья И. С. Нарского. М., «Мысль», 1978. С. 149 – 247.
3. Brentano Ф. Из научной переписки Франца Brentano. // Избранные работы / Составл., перев. с нем. В. Анашвили. М.: Дом интеллектуальной книги, Русское феноменологическое общество. 1996. С. 145 – 153.
4. Brentano Ф. О понятии истины. // Избранные работы / Составл., перев. с нем. В. Анашвили. М.: Дом интеллектуальной книги, Русское феноменологическое общество. 1996. С. 95 – 114.
5. Brentano Ф. Об объектах. // Избранные работы / Составл., перев. с нем. В. Анашвили. М.: Дом интеллектуальной книги, Русское феноменологическое общество. 1996. С. 136 – 140.
6. Brentano Ф. Психология с эмпирической точки зрения. // Избранные работы / Составл., перев. с нем. В. Анашвили. М.: Дом интеллектуальной книги, Русское феноменологическое общество. 1996. С. 9 – 94.
7. Бурова С. Н. Социология брака и семьи: история, теоретические основы, персоналии. Белорусский государственный университет. Минск: Право и экономика, 2010. 444 с.
8. Вернадский В. И. Проблемы биохимии / Философские мысли натуралиста. М., 1988.
9. Власова О. Методологические споры: естествознание, философия, науки о духе. // Феноменологическая психиатрия и экзистенциальный анализ: История, мыслители, проблемы. / М.: Издательский дом «Территория будущего», 2010. (Серия «Университетская библиотека Александра Погорельского»). С. 68 – 78.
10. Власова О. Феноменологическая психиатрия и экзистенциальный анализ в контекстуализированном исследовании. // Феноменологическая психиатрия и экзистенциальный анализ: История, мыслители, проблемы. / М.: Издательский



дом «Территория будущего», 2010. (Серия «Университетская библиотека Александра Погорельского»). С. 557 – 592.

11. Власова О. Философское влияние: Феноменология Эдмунда Гуссерля. // Феноменологическая психиатрия и экзистенциальный анализ: История, мыслители, проблемы. / М.: Издательский дом «Территория будущего», 2010. (Серия «Университетская библиотека Александра Погорельского»). С. 84 – 102.

12. Власова О. Экзистенциальная антропология Людвига Бинсвангера: Обращение к Гуссерлю и психопатологическая феноменология. // Феноменологическая психиатрия и экзистенциальный анализ: История, мыслители, проблемы. / М.: Издательский дом «Территория будущего», 2010. (Серия «Университетская библиотека Александра Погорельского»). С. 340 – 349.

13. Выготский Л. С. Исторический смысл психологического кризиса // Психология развития человека / М., Изд-во Эксмо, 2005. С. 41 – 190.

14. Гуссерль Э. Идеи к чистой феноменологии и феноменологической философии. Книга 1. Общее введение в чистую феноменологию / Пер. с нем. А. В. Михайлова. Вступительная статья В. Куренного. М., Дом интеллектуальной книги, 1999. 336 с.

15. Гуссерль Э. Логические исследования: в 2 т. / Пер с нем. В. И. Молчанова. М.: Академический Проект, 2011. Т. 2. Исследования по феноменологии и теории познания. 565 с.

16. Гуссерль Э. Логические исследования: в 2 т. / Пер. с нем. Э. А. Бернштейн под ред. С. Л. Франка. Новая редакция Р. А. Громова. М.: Академический Проект, 2011. Т. 1. Прологомены к чистой логике. 253 с.

17. Гуссерль Э. Феноменология // Статья в Британской энциклопедии / Предисл., пер. и примеч. В. И. Молчанова. Логос, 1991. № 1. С. 12 – 21.

18. Гуссерль Э. Философия як строгая наука. // Избранные работы / Сост. В. А. Куренной. М.: Издательский дом «Территория будущего», 2005. (Серия «Университетская библиотека Александра Погорельского»). С. 185 – 240.

19. Гуссерль Э. Картезианские размышления / Пер. с нем. В. И. Молчанова. М.: Академический Проект, 2010. 229 с.

20. Денисенко Т. А. Герменевтико-феноменологический подход в психологии: принципы построения онтологии личности: автореф. дис. на соискание ученой степени кандидата философских наук: 09.00.08. Москва, 2008. 29 с.
21. Дильтей В. Построение исторического мира в науках о духе // Собрание сочинений в 6 т. / Под ред. А. В Михайлова и Н. С. Плотникова; пер. с нем. под ред. В. А. Куренного. М.: Три квадрата, 2004. Т. 3. 419 с.
22. Иванова Е. Н. Типология интересов и стратегия поведения в конфликте // Вестник Санкт-Петербургского Университета. СПб., 2011. № 1. С. 95 – 101.
23. Игнатов А. В. Ф. Brentano и Э. Гуссерль: феномен интенциональности // Вестник Санкт-Петербургского Университета. СПб., 2008. № 3. С. 120 – 124.
24. Кант И. Критика чистого разума // Сочинения в 9-ми т. / Пер. Н. О. Лосский. М., Чоро, 1994. Т. 3. 741 с.
25. Каринский М. И. Явление и действительность // Антология феноменологической философии в России: в 2 т. / Сост., общая редакция, предисл. и комм. Чубарова И. М. М., «Русское феноменологическое общество», издательство «Логос», 1997. Т. 1. С. 19 – 58.
26. Козырева А. С. Эдмунд Гуссерль: «Психология как поле решений» // Вестник СПбГУ. Сер. 6, 2010. № 2. С. 8 – 12.
27. Косыхин В. Г. Форма, интеллект и телеология в Аристотелевском учении об истине // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2016. Т. 16. № 2. С. 151 – 155.
28. Куренной В. Психологизм и его критика Эдмундом Гуссерлем // Логос. 2010. № 5 (78). С. 166 – 182.
29. Куслий П. Вещь сама по себе в концепциях Канта и Куайна / По материалам Международного конгресса, посвященного 280-летию со дня рождения и 200-летию со дня смерти Иммануила Канта). М., ИФ РАН, 2005. С. 191 – 201.
30. Кучинский Г. М. Феноменологическая психология Э. Гуссерля // Психологический журнал. 2010. С. 14 – 25.

31. Львов А. А. Экзистенциально-феноменологические основания психологии и психиатрии // Сравнительный концептуальный анализ развития экзистенциально-феноменологической традиции в психиатрии и психологии. СПб. С. 99 – 106.
32. Мазилев В. А. Джон Стюарт Милль и формирование научной психологии // Ярославский педагогический вестник, 2016. № 4. С. 115 – 123.
33. Мах Э. Познание и заблуждение. Очерки по психологии исследования. М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2003. 456 с.
34. Милль Дж. Ст. Система логики силлогистической и индуктивной: Изложение принципов доказательства в связи с методами научного исследования. / Пер. с англ., предисл. и прил. В. К. Финна. Изд. 5-е, исп. и доп. М., ЛЕНАНД, 2011. 832 с.
35. Михайлов И. А. Философская программа раннего Гуссерля. Метафизика, теория познания // История философии. 2012. №17. С. 205 – 224.
36. Михайлов И. А. Шелер в тени феноменологии Гуссерля. 2018. DOI: 10.7256/2454-0757.2018.12.28481
37. Психологія сім'ї: навч. посіб. / Помиткіна Л. В., Злагодух В. В., Хімченко Н. С., Погорільська Н. І. Київ: 2010. 264 с.
38. Старовойтов В. В. Проблема Я, личности, самости в творчестве Поля Рикёра и в современных психологических и психоаналитических исследованиях // История философии. 2012. №17. С. 160 – 176.
39. Сысенко В. А. Супружеские конфликты. М.: Мысль, 1989. 175 с.
40. Тенгели Л. Феноменология и категории опыта // Horizon 1 (2), 2012. С. 201 – 219.
41. Терентьева Т. А. Размышления о феноменологической психологии // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики / Тамбов: Грамота, 2018. № 1 (87). С. 88 – 93. 57
42. Трубецкой С. Н. О природе человеческого сознания // Антология феноменологической философии в России: в 2 т. / Сост., общая редакция,

- предисл. и комм. Чубарова И. М. М., «Русское феноменологическое общество», издательство «Логос», 1997. Т. 1. С. 59 – 100.
43. Фейерабенд П. Против метода. Очерк анархистской теории познания / пер. с англ. А. Л. Никифорова. М.: АСТ: АСТ МОСКВА: ХРАНИТЕЛЬ, 2007. 413, [3] с.
  44. Философия для аспирантов: Учебное пособие / Кохановский В. П., Золотухина Е. В., Лешкевич Т. Г., Фатхи Т. Б. Изд. 2-е. Ростов н/Д, «Феникс», 2003. 448 с.
  45. Финк О. Проблема феноменологии Эдмунда Гуссерля / Пер. Е. Шестовой // Логос. Т. 26. №1, 2016. С. 5 – 45.
  46. Цой Л. Н. Практическая конфликтология. Книга первая. М.: 2001. — 231 с.
  47. Черезова І. О. Комуникативна компетентність як інтегральна якість особистості // Науковий вісник Херсонського державного університету, 2014. Випуск 1. Том 1. С. 103 – 107.
  48. Юм Д. Трактат о человеческой природе // Сочинения в 2-х томах / Пер. с англ. С. И. Церетели и др.; Вступ. ст. А. Ф. Грязнова; Примеч. И. С. Нарского. М., «Мысль», 1996. Т. 1. С. 53 – 656.
  49. Ямпольская А. В. Феноменологический метод и его границы: от немецкой к французской феноменологии: диссертация на соискание ученой степени доктора философских наук: 09.00.03. М., 2013. 351 с.
  50. Ярослав Л. О. Конфліктологічна компетентність як предмет психологічного дослідження. [https://novyn.kpi.ua/2009-1/12\\_Yaroslav.pdf](https://novyn.kpi.ua/2009-1/12_Yaroslav.pdf)
  51. Berghofer Ph. Phenomenology and Experimental Psychology: On the Prospects and Limitations of Experimental Research for a Phenomenological Epistemology // Journal Transcendental Philosophy, 2019. DOI: 10.1515/jtph-2019-0006.
  52. Derobertis E. M. Existential-Phenomenological Psychology: A Brief Introduction. CreateSpace Publishing, 2012. 135 P.
  53. Dos Reis B. B. Husserl and the Article of Encyclopaedia Britannica (1927): Project of Phenomenological Psychology // Psicologia em Estudo, 2016. Volume 21, № 4. P. 629 – 640. DOI: 10.4025/psicolestud.v21i4.33374.

54. Flanagan T. A., Runde C. E. Developing Your Conflict Competence: A Hands-On Guide for Leaders, Managers, Facilitators, and Teams / Tim A. Flanagan, Craig E. Runde // Jossey-Bass, 2010. - <https://learning.oreilly.com/library/view/developing-your-conflict/9780470505465/>
55. Pietkiewicz I. A practical guide to using Interpretative Phenomenological Analysis in qualitative research psychology // Psychological Journal, Volume 20, Issue 1. 2014. P. 7 – 17. DOI: 10.14691/CPPIJ.20.1.7
56. Runde, C. Building Conflict Competent Teams. 2008. 256 p.
57. Runde, C. Conflict Competence // Conflict Dynamics Profile, 2013. – <https://www.conflictdynamics.org/conflict-competence/>
58. Seamon D. The Phenomenological Contribution to Environmental Psychology // Journal of Environmental Psychology (1982), 2. P. 119 – 140.
59. Spiegelberg H. Ludwig Binswanger: Phenomenological Anthropology (Daseinanalyse) // Phenomenology in Psychology and Psychiatry: A Historical Introduction. Evanston Ill.: Northwestern University Press, 1972. P. 193 – 232.
60. Van Praag H. M. The scientific foundation of anti-psychiatry // Acta Psychiatrica Scandinavica. Volume 58, Issue 2. August 1978. P. 113 – 141.

### Авторська методика «Задоволеність подружніми стосунками»

Дана методика має на меті виявлення задоволеності дев'ятьма аспектами Ваших стосунків з партнером. Вам буде запропоновано оцінити кожен з аспектів стосунків з Вашим партнером за шкалою від 1 до 7, де 1 – зовсім не задоволений(а), 2 – переважно не задоволений(а), 3 – дещо не задоволений(а), 4 – нейтрально, 5 – дещо задоволений(а), 6 – переважно задоволений(а), 7 – дуже задоволений(а). Відповідаючи на запитання, намагайтеся оцінювати саме Ваші стосунки з партнером, а не давати оцінку даним аспектам Вашого життя загалом.

#### 1. Спілкування

1      2      3      4      5      6      7

#### 2. Відвертість

1      2      3      4      5      6      7

#### 3. Обґрунтованість конфліктів

1      2      3      4      5      6      7

#### 4. Доброзичливість

1      2      3      4      5      6      7

#### 5. Турбота

1      2      3      4      5      6      7

#### 6. Довіра

1      2      3      4      5      6      7

#### 7. Власне становище у стосунках

1      2      3      4      5      6      7

#### 8. Становище партнера у стосунках

1      2      3      4      5      6      7

#### 9. Задоволеність стосунками в цілому

1      2      3      4      5      6      7

### **Методика Томаса-Кілманна на виявлення провідної поведінки в конфліктній ситуації**

Методика призначена для вивчення особистісної схильності до конфліктної поведінки, виявлення певних стилів вирішення конфліктної ситуації.

**Інструкція.** У кожному питанні оберіть той варіант, який краще описує Вашу типову поведінку в конфліктній ситуації. У деяких випадках обидва із запропонованих варіантів поведінки можуть виявитися для Вас нетиповими. У такому разі оберіть один з них, яким би Ви скористалися з більшою вірогідністю.

#### **Текст опитувальника**

**1. А.** Иногда я предоставляю право решать проблему другим.

**В.** Я стараюсь подчеркнуть общее в наших позициях, а не обсуждать спорные моменты.

**2. А.** Я пытаюсь найти компромиссное решение.

**В.** Я пытаюсь учесть все интересы: свои и оппонента.

**3. А.** Обычно я твердо стою на своем.

**В.** Иногда я могу утешать других и пытаюсь сохранить с ними отношения.

**4. А.** Я пытаюсь найти компромиссное решение.

**В.** Иногда я жертвую собственными интересами ради интересов противоположной стороны.

**5. А.** При выработке решения ищу помощи со стороны других.

**В.** Я пытаюсь сделать все возможное, чтобы избежать ненужного обострения в отношениях.

**6. А.** Я пытаюсь не создавать себе репутацию неприятного человека.

**В.** Я пытаюсь навязать другим свою позицию.

7. А. Я пытаюсь отложить решение вопроса, чтобы иметь время тщательно его обдумать.

В. Я жертвую одними выгодами, чтобы получить взамен другие.

8. А. Обычно я твердо настаиваю на своем.

В. Я пытаюсь сразу же открыто обсудить все интересы и спорные вопросы.

9. А. Я чувствую, что различия в позициях не всегда стоят того, чтобы о них беспокоиться.

В. Я прилагаю некоторые усилия, чтобы повернуть дело на свой лад.

10. А. Я твердо настаиваю на своем.

В. Я пытаюсь найти компромиссное решение.

11. А. Я пытаюсь сразу же открыто обсудить все интересы и спорные вопросы.

В. Иногда я могу утешать других и пытаюсь сохранить с ними отношения.

12. А. Иногда я избегаю занимать позицию, ведущую к конфронтации.

В. Я готов кое в чем уступить оппоненту, если он тоже мне уступит.

13. А. Я предлагаю вариант «ни вам, ни нам».

В. Я настаиваю на принятии моих условий.

14. А. Я излагаю оппоненту мои соображения и интересуюсь его идеями.

В. Я пытаюсь продемонстрировать оппоненту логичность и выгоду принятия моих условий.

15. А. Иногда я могу утешать других и пытаюсь сохранить с ними отношения.

В. Я пытаюсь сделать все возможное, чтобы избежать ненужного обострения в отношениях.

16. А. Я стараюсь щадить чувства других.

В. Я пытаюсь убедить оппонента в выгодности принятия моих условий.



**17. А.** Обычно я твердо настаиваю на своем.

В. Я пытаюсь сделать все возможное, чтобы избежать ненужного обострения в отношениях.

**18. А.** Я позволяю оппоненту придерживаться своего мнения, если ему от этого лучше.

В. Я согласен кое в чем уступить оппоненту, если он тоже кое в чем мне уступит.

**19. А.** Я пытаюсь сразу же, открыто, обсудить все интересы и спорные вопросы.

В. Я пытаюсь отложить принятие решения, чтобы иметь время тщательно его обдумать.

**20. А.** Я пытаюсь сразу же обсудить противоречия.

В. Я пытаюсь найти справедливое сочетание из выгод и уступок для каждого из нас.

**21. А.** При подготовке к переговорам я стараюсь учитывать интересы оппонента.

В. Я больше склонен к непосредственному и открытому обсуждению проблемы.

**22. А.** Я стараюсь найти позицию, находящуюся между позицией оппонента и моей.

В. Я настаиваю на своих интересах.

**23. А.** Очень часто я стараюсь удовлетворить все интересы, свои и оппонента.

В. Иногда я предоставляю право решать проблему другим.

**24. А.** Я стараюсь пойти навстречу оппоненту, если его условия слишком для него много значат.

В. Я пытаюсь склонить оппонента к компромиссу.

**25. А.** Я пытаюсь продемонстрировать оппоненту логичность и выгоду принятия моих условий.

В. При подготовке к переговорам я пытаюсь учитывать интересы оппонента.

**26. А.** Я предлагаю вариант «ни вам, ни нам».

В. Я почти всегда пытаюсь удовлетворить все пожелания, как свои, так и оппонента.

**27. А.** Иногда я избегаю занимать позицию, ведущую к конфронтации.

В. Я позволяю оппоненту придерживаться своего мнения, если ему от этого лучше.

**28. А.** Обычно я твердо стою на своем.

В. При выработке решения я постоянно ищу помощи со стороны других.

**29. А.** Я предлагаю вариант «ни вам, ни нам».

В. Я чувствую, что различия в позициях не всегда стоят того, чтобы о них беспокоиться.

**30. А.** Я стараюсь щадить чувства других.

В. Я всегда стараюсь найти решение проблемы совместно с оппонентом.

**«Рольові очікування та рівень домагань у шлюбі» (О. М. Волкова)**

Метою методики є уточнення уявлень партнерів у подружжі про значимість в сімейному житті сексуальних стосунків, ідентифікації з партнером, батьківських обов'язків, соціальних інтересів, побутової сфери, емоційної підтримки та зовнішньої привабливості партнера.

**Інструкція.** Оцініть ступінь власної згоди з твердженнями за шкалою від 1 до 4, де 1 – повністю не погоджуюся, 2 – не зовсім погоджуюся, 3 – скоріше погоджуюся, 4 – повністю погоджуюся.

**Питання опитувальника (жіночий варіант)**

1. Настроение и самочувствие человека зависит от удовлетворения его сексуальных потребностей.
2. Счастье в браке зависит от сексуальной гармонии супругов.
3. Сексуальные отношения – главное в отношениях мужа и жены.
4. Главное в браке – чтобы у мужа и жены было много общих интересов.
5. Муж – это друг, который разделяет мои интересы, мнения, увлечения.
6. Муж – это, прежде всего друг, с которым можно поговорить о своих делах.
7. Самая главная забота мужа – обеспечить материальный достаток и бытовой комфорт семьи.
8. Муж должен заниматься домашним хозяйством наравне с женой.
9. Муж должен уметь обслужить себя, а не ждать, что жена возьмет на себя все заботы о нем.
10. Муж должен заниматься детьми не меньше, чем жена.
11. Я хотела бы, чтобы мой муж любил детей.
12. О мужчине я сужу по тому, хороший или плохой он отец своим детям.
13. Мне нравятся энергичные, деловые мужчины.
14. Я очень ценю мужчин, серьезно увлеченных своим делом.

- 15.Для меня очень важно, как оценивают на работе деловые и профессиональные качества моего мужа.
- 16.Муж должен уметь создавать в семье теплую, доверительную атмосферу.
- 17.Для меня главное – чтобы мой муж хорошо понимал меня и принимал такой, какая я есть.
- 18.Муж – это, прежде всего, друг, который внимателен и заботлив к моим переживаниям, настроению, состоянию.
- 19.Мне нравится, когда мой муж красиво и модно одет.
- 20.Мне нравятся видные, рослые мужчины.
- 21.Мужчина должен выглядеть так, чтобы на него было приятно смотреть.
- 22.Самая главная забота женщины, чтобы все в семье были ухожены.
- 23.Я всегда знаю, что нужно купить для моей семьи.
- 24.Я собираю полезные советы хозяйке: как готовить вкусные блюда, консервировать овощи, фрукты.
- 25.Главную роль в воспитании ребенка всегда играет мать.
- 26.Я не боюсь трудностей, связанных с рождением и воспитанием ребенка.
- 27.Я люблю детей и с удовольствием занимаюсь с ними.
- 28.Я стремлюсь добиться своего места в жизни.
- 29.Я хочу стать хорошим специалистом своего дела.
- 30.Я горжусь, когда мне поручают трудную и ответственную работу.
- 31.Близкие и друзья часто обращаются ко мне за советом, помощью и поддержкой.
- 32.Окружающие часто доверяют мне свои беды.
- 33.Я всегда искренне и с чувством сострадания утешаю и опекаю нуждающихся в этом людей.
- 34.Мое настроение во многом зависит от того, как я выгляжу.
- 35.Я люблю красивую одежду, ношу украшения, пользуюсь косметикой.
- 36.Я придаю большое значение своему внешнему виду.

### Питання опитувальника (чоловіча версія)

1. Настроение и самочувствие человека зависит от удовлетворения его сексуальных потребностей.
2. Счастье в браке зависит от сексуальной гармонии супругов.
3. Сексуальные отношения – главное в отношениях мужа и жены.
4. Главное в браке – чтобы у мужа и жены было много общих интересов.
5. Жена – это друг, который разделяет мои интересы, мнения, увлечения.
6. Жена – это, прежде всего друг, с которым можно поговорить о своих делах.
7. Самая главная забота жены - чтобы в семье были накормлены и ухожены.
8. Женщина многое теряет в моих глазах, если она плохая хозяйка.
9. Женщина может гордиться собой, если она хорошая хозяйка своего дома.
10. Я хотел бы, чтобы моя жена любила детей и была им хорошей матерью.
11. Женщина, которая тяготится материнством, неполноценная женщина.
12. Для меня главное в женщине, чтобы она была хорошей матерью моим детям.
13. Мне нравятся деловые и энергичные женщины.
14. Я очень ценю женщин, всерьез увлеченных своим делом.
15. Для меня очень важно, как оценивают на работе деловые и профессиональные качества моей жены.
16. Жена должна, прежде всего, создавать и поддерживать теплую, доверительную атмосферу.
17. Для меня главное – чтобы моя жена хорошо понимала меня и принимала таким, каков я есть.
18. Жена – это прежде всего друг, который внимателен и заботлив к моим переживаниям, настроению, состоянию.
19. Мне нравится, когда моя жена красиво и модно одета.
20. Я очень ценю женщин, умеющих красиво одеваться.
21. Женщина должна выглядеть так, чтобы на нее обращали внимание.
22. Я всегда знаю, что надо купить для нашего дома.
23. Я люблю заниматься домашними делами.

24. Я могу сделать ремонт и отделку квартиры, починку бытовой техники.
25. Дети любят играть со мной, охотно общаются, идут на руки.
26. Я очень люблю детей и умею с ними заниматься.
27. Я принимал бы активное участие в воспитании своего ребенка, даже если бы мы с женой решили расстаться.
28. Я стремлюсь добиться своего места в жизни.
29. Я хочу стать хорошим специалистом своего дела.
30. Я горжусь, когда мне поручают трудную и ответственную работу.
31. Близкие и друзья часто обращаются ко мне за советом, помощью и поддержкой.
32. Окружающие часто доверяют мне свои беды.
33. Я всегда искренне и с чувством сострадания утешаю и опекаю нуждающихся в этом людей.
34. Мое настроение во многом зависит от того, как я выгляжу.
35. Я стараюсь носить ту одежду, которая мне идет.
36. Я придирчиво отношусь к покрою костюма, фасону рубашки, цвету галстука.

### Тест комунікативних вмінь Л. Міхельсона

Метою методики є визначення рівня комунікативної компетентності та якості сформованості основних комунікативних вмінь.

**Інструкція.** З наведених варіантів поведінки оберіть найбільш характерний для Вас. Обирайте не той варіант, який вважаєте правильним у даній ситуації, а той, що характерний саме для Вас.

#### Питання опитувальника

1. Кто-либо говорит Вам: "Мне кажется, что Вы замечательный человек". Вы обычно в подобных ситуациях:

- а) Говорите: "Нет, что Вы! Я таким не являюсь".
- б) Говорите с улыбкой: "Спасибо, я действительно человек выдающийся".
- в) Говорите: "Спасибо".
- г) Ничего не говорите и при этом краснеете.
- д) Говорите: "Да, я думаю, что отличаюсь от других и в лучшую сторону".

2. Кто-либо совершает действие или поступок, которые, по Вашему мнению, являются замечательными. В таких случаях Вы обычно:

- а) Поступаете так, как если бы это действие не было столь замечательным, и при этом говорите: "Нормально!"
- б) Говорите: "Это было отлично, но я видел результаты получше".
- в) Ничего не говорите.
- г) Говорите: "Я могу сделать гораздо лучше".
- д) Говорите: "Это действительно замечательно!"

3. Вы занимаетесь делом, которое Вам нравится, и думаете, что оно у Вас получается очень хорошо. Кто-либо говорит: "Мне это не нравится!" Обычно в таких случаях Вы:

- а) Говорите: "Вы - болван!"
- б) Говорите: "Я все же думаю, что это заслуживает хорошей оценки".
- в) Говорите: "Вы правы", хотя на самом деле не согласны с этим.
- г) Говорите: "Я думаю, что это выдающийся уровень. Что Вы в этом понимаете".

- д) Чувствуете себя обиженным и ничего не говорите в ответ.
4. Вы забыли взять с собой какой-то предмет, а думали, что принесли его, и кто-то говорит Вам: "Вы такой растяпа! Вы забыли бы и свою голову, если бы она не была прикреплена к плечам". Обычно Вы в ответ:
- а) Говорите: "Во всяком случае, я толковее Вас. Кроме того, что Вы в этом понимаете!"
  - б) Говорите: "Да, Вы правы. Иногда я веду себя как растяпа".
  - в) Говорите: "Если кто-либо растяпа, то это Вы".
  - г) Говорите: "У всех людей есть недостатки. Я не заслуживаю такой оценки только за то, что забыл что-то".
  - д) Ничего не говорите или вообще игнорируете это заявление.
5. Кто-либо, с кем Вы договорились встретиться, опоздал на 30 минут, и это Вас расстроило, причем человек этот не дает никаких объяснений своему опозданию. В ответ Вы обычно:
- а) Говорите: "Я расстроен тем, что Вы заставили меня столько ожидать".
  - б) Говорите: "Я все думал, когда же Вы придете".
  - в) Говорите: "Это был последний раз, когда я заставил себя ожидать Вас".
  - г) Ничего не говорите этому человеку.
  - д) Говорите: "Вы же обещали! Как Вы смели так опаздывать!"
6. Вам нужно, чтобы кто-либо сделал для Вас одну вещь. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Никого ни о чем не просите.
  - б) Говорите: "Вы должны сделать это для меня".
  - в) Говорите: "Не могли бы Вы сделать для меня одну вещь?", после этого объясняете суть дела.
  - г) Слегка намекаете, что Вам нужна услуга этого человека.
  - д) Говорите: "Я очень хочу, чтобы Вы сделали это для меня".
7. Вы знаете, что кто-то чувствует себя расстроенным. Обычно в таких ситуациях Вы:
- а) Говорите: "Вы выглядите расстроенным. Не могу ли я помочь?"
  - б) Находясь рядом с этим человеком, не заводите разговора о его состоянии.
  - в) Говорите: "У Вас какая-то неприятность?"
  - г) Ничего не говорите и оставляете этого человека наедине с собой.
  - д) Смеясь говорите: "Вы просто как большой ребенок!"
8. Вы чувствуете себя расстроенным, а кто-либо говорит: "Вы выглядите расстроенным". Обычно в таких ситуациях Вы:



- а) Отрицательно качаете головой или никак не реагируете.
  - б) Говорите: "Это не Ваше дело!"
  - в) Говорите: "Да, я немного расстроен. Спасибо за участие".
  - г) Говорите: "Пустяки".
  - д) Говорите: "Я расстроен, оставьте меня одного".
9. Кто-либо порицает Вас за ошибку, совершенную другими. В таких случаях Вы обычно:
- а) Говорите: "Вы с ума сошли!"
  - б) Говорите: "Это не моя вина. Эту ошибку совершил кто-то другой".
  - в) Говорите: "Я не думаю, что это моя вина".
  - г) Говорите: "Оставьте меня в покое, Вы не знаете, что Вы говорите".
  - д) Принимаете свою вину или не говорите ничего.
10. Кто-либо просит Вас сделать что-либо, но Вы не знаете, почему это должно быть сделано. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Говорите: "Это не имеет никакого смысла, я не хочу это делать".
  - б) Выполняете просьбу и ничего не говорите.
  - в) Говорите: "Это глупость; я не собираюсь этого делать".
  - г) Прежде чем выполнить просьбу, говорите: "Объясните, пожалуйста, почему это должно быть сделано".
  - д) Говорите: "Если Вы этого хотите...", после чего выполняете просьбу.
11. Кто-то говорит Вам, что, по его мнению, то, что Вы сделали, великолепно. В таких случаях Вы обычно:
- а) Говорите: "Да, я обычно это делаю лучше, чем большинство других людей".
  - б) Говорите: "Нет, это не было столь здорово".
  - в) Говорите: "Правильно, я действительно это делаю лучше всех".
  - г) Говорите: "Спасибо".
  - д) Игнорируете услышанное и ничего не отвечаете.
12. Кто-либо был очень любезен с Вами. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Говорите: "Вы действительно были очень любезны по отношению ко мне".
  - б) Действуете так, будто этот человек не был столь любезен к Вам, и говорите: "Да, спасибо".
  - в) Говорите: "Вы вели себя в отношении меня вполне нормально, но я заслуживаю большего".
  - г) Игнорируете этот факт и ничего не говорите.
  - д) Говорите: "Вы вели себя в отношении меня недостаточно хорошо".
13. Вы разговариваете с приятелем очень громко, и кто-либо говорит Вам: "Извините, но Вы ведете себя слишком шумно". В таких случаях Вы обычно:

- а) Немедленно прекращаете беседу.
  - б) Говорите: "Если Вам это не нравится, проваливайте отсюда".
  - в) Говорите: "Извините, я буду говорить тише", после чего ведется беседа приглушенным голосом.
  - г) Говорите: "Извините" и прекращаете беседу.
  - д) Говорите: "Все в порядке" и продолжаете громко разговаривать.
14. Вы стоите в очереди, и кто-либо становится впереди Вас. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Негромко комментируете это, ни к кому не обращаясь, например: "Некоторые люди ведут себя очень нервно".
  - б) Говорите: "Становитесь в хвост очереди!"
  - в) Ничего не говорите этому типу.
  - г) Говорите громко: "Выйди из очереди, ты, нахал!"
  - д) Говорите: "Я занял очередь раньше Вас. Пожалуйста, станьте в конец очереди".
15. Кто-либо делает что-нибудь такое, что Вам не нравится и вызывает у Вас сильное раздражение. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Выкрикиваете: "Вы болван, я ненавижу Вас!"
  - б) Говорите: "Я сердит на Вас. Мне не нравится то, что Вы делаете".
  - в) Действуете так, чтобы повредить этому делу, но ничего этому типу не говорите.
  - г) Говорите: "Я рассержен. Вы мне не нравитесь".
  - д) Игнорируете это событие и ничего не говорите этому типу.
16. Кто-либо имеет что-нибудь такое, чем Вы хотели бы пользоваться. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Говорите этому человеку, чтобы он дал Вам эту вещь.
  - б) Воздерживаетесь от всяких просьб.
  - в) Отбираете эту вещь.
  - г) Говорите этому человеку, что Вы хотели бы пользоваться данным предметом, и затем просите его у него.
  - д) Рассуждаете об этом предмете, но не просите его для пользования.
17. Кто-либо спрашивает, может ли он получить у Вас определенный предмет для временного пользования, но так как это новый предмет, Вам не хочется его одалживать. В таких случаях Вы обычно:
- а) Говорите: "Нет, я только что достал его и не хочу с ним расставаться; может быть когда-нибудь потом".
  - б) Говорите: "Вообще-то я не хотел бы его давать, но Вы можете попользоваться им".
  - в) Говорите: "Нет, приобретайте свой!"

- г) Одалживаете этот предмет вопреки своему нежеланию.
  - д) Говорите: "Вы с ума сошли!"
18. Какие-то люди ведут беседу о хобби, которое нравится и Вам, и Вы хотели бы присоединиться к разговору. В таких случаях Вы обычно:
- а) Не говорите ничего.
  - б) Прерываете беседу и сразу же начинаете рассказывать о своих успехах в этом хобби.
  - в) Подходите поближе к группе и при удобном случае вступаете в разговор.
  - г) Подходите поближе и ожидаете, когда собеседники обратят на Вас внимание.
  - д) Прерываете беседу и тотчас начинаете говорить о том, как сильно Вам нравится это хобби.
19. Вы занимаетесь своим хобби, а кто-либо спрашивает: "Что Вы делаете?" Обычно Вы:
- а) Говорите: "О, это пустяк". Или: "Да ничего особенного".
  - б) Говорите: "Не мешайте, разве Вы не видите, что я занят?"
  - в) Продолжаете молча работать.
  - г) Говорите: "Это совсем Вас не касается".
  - д) Прекращаете работу и объясняете, что именно Вы делаете.
20. Вы видите споткнувшегося и падающего человека. В таких случаях Вы:
- а) Рассмеявшись, говорите: "Почему Вы не смотрите под ноги?"
  - б) Говорите: "У Вас все в порядке? Может быть я что-либо могу для Вас сделать?"
  - в) Спрашиваете: "Что случилось?"
  - г) Говорите: "Это все колдобины в тротуаре".
  - д) Никак не реагируете на это событие.
21. Вы стукнулись головой о полку и набили шишку. Кто-либо говорит: "С Вами все в порядке?" Обычно Вы:
- а) Говорите: "Я прекрасно себя чувствую. Оставьте меня в покое!"
  - б) Ничего не говорите, игнорируя этого человека.
  - в) Говорите: "Почему Вы не занимаетесь своим делом?"
  - г) Говорите: "Нет, я ушиб свою голову, спасибо за внимание ко мне".
  - д) Говорите: "Пустяки, у меня все будет о'кей".
22. Вы допустили ошибку, но вина за нее возложена на кого-либо другого. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Не говорите ничего.
  - б) Говорите: "Это их ошибка!"
  - в) Говорите: "Эту ошибку допустил Я".

- г) Говорите: "Я не думаю, что это сделал этот человек".
- д) Говорите: "Это их горькая доля".
23. Вы чувствуете себя оскорбленным словами, сказанными кем-либо в Ваш адрес. В таких случаях Вы обычно:
- а) Уходите прочь от этого человека, не сказав ему, что он расстроил Вас.
- б) Заявляете этому человеку, чтобы он не смел больше этого делать.
- в) Ничего не говорите этому человеку, хотя чувствуете себя обиженным.
- г) В свою очередь оскорбляете этого человека, называя его по имени.
- д) Заявляете этому человеку, что Вам не нравится то, что он сказал, и что он не должен этого делать снова.
24. Кто-либо часто перебивает, когда Вы говорите. Обычно в таких случаях Вы:
- а) Говорите: "Извините, но я хотел бы закончить то, о чем рассказывал".
- б) Говорите: "Так не делают. Могу я продолжить свой рассказ?"
- в) Прерываете этого человека, возобновляя свой рассказ.
- г) Ничего не говорите, позволяя другому человеку продолжать свою речь.
- д) Говорите: "Замолчите! Вы меня перебили!"
25. Кто-либо просит Вас сделать что-либо, что помешало бы Вам осуществить свои планы. В этих условиях Вы обычно:
- а) Говорите: "Я действительно имел другие планы, но я сделаю то, что Вы хотите."
- б) Говорите: "Ни в коем случае! Поищите кого-нибудь еще".
- в) Говорите: "Хорошо, я сделаю то, что Вы хотите".
- г) Говорите: "Отойдите, оставьте меня в покое".
- д) Говорите: "Я уже приступил к осуществлению других планов. Может быть, когда-нибудь потом".
26. Вы видите кого-либо, с кем хотели бы встретиться и познакомиться. В этой ситуации Вы обычно:
- а) Радостно окликаете этого человека и идете ему навстречу.
- б) Подходите к этому человеку, представляетесь и начинаете с ним разговор.
- в) Подходите к этому человеку и ждете, когда он заговорит с Вами.
- г) Подходите к этому человеку и начинаете рассказывать о крупных делах, совершенных Вами.
- д) Ничего не говорите этому человеку.
27. Кто-либо, кого Вы раньше не встречали, останавливается и окликает Вас возгласом "Привет!" В таких случаях Вы обычно:

- а) Говорите: "Что Вам угодно?"
- б) Не говорите ничего
- в) Говорите: "Оставьте меня в покое".
- г) Произносите в ответ "Привет!", представляетесь и просите этого человека представиться в свою очередь.
- д) Киваете головой, произносите "Привет!" и проходите мимо.