

7. Muto Takashi, Hayes Steven C., & Jeffcoat Tami. (2011). The Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy Bibliotherapy for Enhancing the Psychological Health of Japanese College Students Living Abroad. *Behavior Therapy*, 42 (2), 323-335. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2010.08.009>

УДК 159.942:316.361

Кашир Ю. М., Цьомик Х. Б.

ЧИННИКИ СТАНОВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ ЗНАЧУЩОСТІ ПОДРУЖЖЯ

Сім'я, як мала соціальна група, в процесі свого життєвого циклу, проходить через ряд стадій розвитку, від знайомства до розриву, які характеризуються своїми задачами та типовими проблемами. В циклі подружнього життя накопичується досвід спільних переживань різноманітної модальності. Позитивних (проведених спільно романтичних вечорів, ностальгічних відпусток та інших знакових подій) і негативних (злість від побутових суперечок, агресія від розбіжності у життєвих позиціях). Саме кількість спільно пережитого досвіду сприяє становленню такого важливого феномену у подружжі як емоційна значущість. Подружнє життя чи емоційний фон у будь-якій ситуації не є статичним, так і ставлення подружжя, на кшталт, емоційна значущість мають здатність коливатися. Крім того особливості, які є визначальними для ставлення вважаються нормою для одного етапу, проте не нормативним для іншого. Виходячи з цієї позиції, об'єктивація сімейних взаємин можлива через аналіз як наповненості емоційної значущості у ставленні членів сім'ї один до одного, так і об'єктивно існуючого процесу розвитку сімейних стосунків на різних стадіях життєвого циклу родини.

Значущість емоцій, які переживають чоловік та дружина створюють не лише простір існування двох людей, вони стають основою для взаємодії зі світом кожного з них. Враховуючи складність та багатогранність сімейної сфери, то і чинники становлення та підкріплення емоційної значущості вирізняються своєю різноманітністю.

У жодному психологічному словнику термін емоційна значущість подружжя не визначено, та традиційно він використовується лише як словосполучення. Доцільно зазначити хто займався дослідженням аспектів даного феномену. Емоційний аспект у взаєминах досліджували зарубіжні (Л. Баррет, Дж. Грей, К. Ізарт, Р. Лазарус, Дж. Маєр, У. Мак-Даугала,

Дж. Томкінс, Р. Шехтер) та пострадянські (Л. Гозман, Є. Ільїн, В. Зінченко, П. Сімонов) фахівці. Значущість детально проаналізовано в дослідженнях Г. Салліванова, Б. Ананьєва, А. Бодальова, Л. Божовича, І. Кона, Р. Кричевського, А. Кроніка, Е. Кронік, А. Лазурського, Б. Ломова, В. М'ясищева, Н. Обозова, Б. Поршнева. Різними аспектами сімейних взаємин займалися такі закордонні психологи як: Н. Аккерман, М. Боуен, К. Вітaker, К. Роджерс, Р. Саймон, К. Хорні, З. Цельмер та вітчизняні вчені: А. Авдєєв, А. Антонов, В. Бойко, В. Борисов, І. Бестужев-Лада, О. Бондарчук, А. Волкова, С. Голод, В. Дружинін, Н. Давідова, А. Добровіч, С. Рубінштейн, Л. Шнейдер.

Аналіз досліджень вищезначених вчених дозволив виокремити кілька чинників, які впливають на емоційну значущість подружжя. Такі як симпатія, ціннісні орієнтації, почуття, психологічні установки та ЗМІ.

Як для зародження будь-яких взаємин, так і для становлення емоційної значущості чинником виступає взаємна симпатія. В. Князєв розрізняв рівень значущості за наявності симпатії чи антипатії до особистості та її внутрішнього світу, тобто чим більше візуальних та внутрішніх рис подобалося в інших тим вона стає значущішою. Саме візуальний вплив породжує прихильність, та бажання бути поряд, а отже і емоційну значущість. Якщо особистість подобається чи не подобається, вона викликає емоції, є не байдужою, а тому і є емоційно значущою.

Питанню виникнення симпатії присвячені роботи відомих психологів (Л. Гозмана, Н. Паніна, С. Ковальова, Ю. Альошина, З. Лук'яненко та ін.). Теоретичні розробки Л. Гозмана дають підстави пов'язувати симпатію з індивідуально-психологічними особливостями людини. Погляди на симпатію, як на позитивне ставлення до когось, що проявляється в доброзичливості є наскрізними в роботах Г. Айзенка, К. Васильєва. Є. Ільїн дає таке визначення симпатії (від грец. *sympatheia* – потяг, внутрішнє розташування) – це стійке позитивне (схвальне, гарне) ставлення до когось або чогось, що проявляється у привітності, доброзичливості, милуванні, що спонукає до спілкування, приділенню уваги, допомоги (альтруїзму) [4]. Причини виникнення симпатії можуть бути усвідомленими і мало усвідомленими. До перших відносяться спільність поглядів, ідей, цінностей, інтересів, моральних ідеалів. До других – зовнішня привабливість, риси характеру, манера поведінки та т.п., тобто атракція. Не випадково, по визначенню С. Ковальова, симпатія – це мало усвідомлене відношення або потяг однієї людини до іншої, яке мимовільно сприяє становленню емоційної значущості [2].

Оскільки особистість стає емоційно значущою, то це проявляється у рисах, які притаманні саме симпатії. Відповідно навпаки, якщо до особистості присутнє доброзичливе ставлення, яке з часом черпає емоційний досвід значить зароджується емоційна значущість. Так як симпатія проявляється на першому етапі міжособистісних взаємин, то є в основі виникнення емоційної значущості, оскільки без візуального потягу емоційна значущість як властивість особистості є неможливою.

Наступним чинником, що сприяє становленню подружніх взаємин, а тому і модифікує емоційну значущість між ними є ціннісні орієнтації партнерів, саме їх схожість сприяють емоційному зближенню у сім'ї. Кожна сім'я створює власну мікрокультуру на основі загальносімейних цінностей, традицій, звичаїв, норм і правил поведінки. У науковій літературі проблема ціннісних орієнтацій особистості розглядається як психологами на заході (М. Вебером, Е. Дюркгеймом, А. Маслоу, М. Рокічем, Е. Фроммом та ін.), так і в пострадянському просторі (О. Асмоловом, Ф. Басіним, Д. Леонтьєвим, М. Лапіним та ін.). Активно розробляється ця проблематика і в Україні (М. Боришевським, П. Ігнатенком, В. Клименком).

Аналізуючи уявлення про значущість та цілі по укладанню шлюбу виділяють дві групи мотивів: морально-емоційні мотиви та матеріальні стимули. До першої групи належить кохання, спільність поглядів та інтересів, ціннісно-орієнтаційна єдність, взаємна симпатія, повага і дружба, привабливість, моральні якості, бажання мати дітей та ін. До другої групи належать матеріальна забезпеченість, наявність житла у партнера, намір змінити місце проживання, бажання звільнитися від опіки батьків, тощо [1]. Саме у тому шлюбі, де мотивами виступає перша група, можна говорити про становлення емоційної значущості, де одним з чинників є саме ціннісні орієнтації. Ціннісні орієнтації є тими центральними компонентами особистості навколо яких формуються і одночасно в них же й проявляються ставлення людини до партнера, до світу, відбувається самоствердження, саморозкриття сутності індивіда як суспільної істоти [3]. Якщо аналізувати значущість за О. Басюком, можна стверджувати, що чим більше схожостей у поглядах, інтересах та ціннісних орієнтаціях тим остання вища. Тобто особистість по своїй природі шукає собі подібних, відповідно знайшовши таку, емоційна значущість до неї стає автоматично присутньою у їх взаєминах, яка проявляється у страху втратити останню.

Оскільки емоційна значущість формується між партнерами під впливом спільно пережитого досвіду наповненого фундаментальними емоціями, чим визначається сама значущість за І.Коном, то варто зазначити, що саме почуття та емоційна пам'ять є тим, що сприяє цьому феномену.

Емоційна пам'ять – це підсистема (вид) пам'яті, яка полягає у фіксації, збереженні, трансформації й наступному відтворенні певних почуттєвих станів людини, в яких закодоване її ставлення до об'єктів, подій, ситуацій, людей [5]. Почуття – це специфічні людські, узагальнені переживання, задоволення або незадоволення яких викликає позитивні або негативні емоції – радість, любов, гордість або сум, гнів, сором тощо [4]. Чим більше спільно пережитих емоційно забарвлених подій, за участю емоційної пам'яті, тим значущість особистості з якою це пов'язано вища. Одним з центральних почуттів у емоційній значущості є кохання. Саме з зародженням цього почуття відбувається становлення емоційної значущості.

Є і чинники які можуть впливати як конструктивно, так і деструктивно, а також опосередковано на становлення емоційної значущості між подружжям. Їх можна об'єднати поради батьків, друзів, власні установки, сценарії та ЗМІ має досить вагомий вплив у сучасному світі.

Поради батьківської сім'ї несуть деструктивний напрям у подружжя. Зосереджуючи свою увагу не на партнерові і його емоційному факторі, а на порадах інших, становлення емоційної значущості у подружжі може не відбуватися, або ж мати викривлений характер.

Установки відіграють як позитивну роль, бо визначають стійкий послідовний і цілеспрямований характер діяльності; звільняють людину від необхідності приймати рішення та свідомо контролювати діяльність у стандартних ситуаціях, із якими раніше людина вже стикалася. Проте установки мають і деструктивний вплив: вони є фактором, що зумовлює інертність діяльності, ускладнюючи пристосування людини до умов, що змінилися. Особливо згубно позначаються установки на мислення, що втрачає здатність до гнучкості, а навпаки до стереотипності, шаблонності – аж до повної нездатності змінити програму діяльності в нових умовах, які об'єктивно потребують змін. Тобто, якщо присутня у свідомості одного з партнерів установка закарбована з дитинства через приклад батьківської сім'ї про неможливість теплих, близьких взаємин, то можливість становлення у подружжі емоційної значущості значно гальмується [5].

У сучасному світі інформаційних технологій важливе місце у формуванні свідомості, уявленнях та установках, а отже і в становленні емоційної значущості у подружжі займає ЗМІ, до яких ми можемо віднести фільми, дописи у соціальних мережах. Це проявляється у емоційному сприйнятті побаченого. На кшталт, переглянувши романтичний фільм, особистість може слідувати цьому сценарію і в особистому житті, проте чи сприятиме означене для підкріплення емоційної значущості чи навпаки для її нівеляції передбачити важко. Або ж слідувати порадам на картинках у

соціальних мережах, результат цього теж опосередкований. Саме цей інструмент може як сприяти так і блокувати становлення емоційної значущості у подружжі за допомогою викривленого уявлення про шлюб та близькість загалом.

Отже, емоційна значущість є необхідним компонентом подружжя для його повноцінного функціонування. Чинниками становлення даного феномену у подружжі є взаємна симпатія партнерів, схожість ціннісних орієнтацій, почуття кохання. Проте деструктивний вплив на становлення емоційної значущості мають психологічні установки, поради батьків, друзів. Чинником опосередкованого та най глобальнішого впливу виступає ЗМІ, оскільки багато часу кожен проводить у гаджетах, інформація у яких мимовільно впливає на свідомість партнерів в цілому, та вибір розуміння та реалізації отриманої там інформації є за особистістю.

Список використаних джерел:

1. Духновский С. В. Переживание дисгармонии межличностных отношений : [монография]. Курган : Изд-во Курган. гос. ун-та, 2005. 174 с.
2. Гудечек Я. Ценносная ориентация личности *Психология личности в социалистическом обществе: Активность и развитие личности*. Москва : Наука, 2009. С. 102-110.
3. Зацепин В. И. О жизни супружеской. Изд. 2-е дораб. и доп. Москва : Молодая гвардия, 2005. 192 с.
4. Корольчук М. С. Психологія сімейних взаємин : навчальний посібник. Київ : Ніка-Центр, 2010. С. 218-253.
5. Русинка І. І. Психологія : навч. посіб. / І. І. Русинка. 2-ге вид., перероб. і доп. Київ : Знання, 2011. 407 с.

УДК 159.9.072

Кузьменко В. У., Фрунзе Г. А.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ БАТЬКІВ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З РОДИН ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

Пошук адекватних шляхів і способів психологічної допомоги людям, що в результаті міграції змушені пристосовуватися до життя в новому соціокультурному середовищі, постійно вимагає вивчення їх психологічного стану і виявлення основних психологічних чинників, що перешкоджають