**ЗВ’ЯЗОК СУМІСНОСТІ В ПОДРУЖНІЙ ПАРІ ІЗ ЗАДОВОЛЕНІСТЮ ШЛЮБОМ**

Юлія СОБОЛЬ

студентка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»

Інституту післядипломної освіти

КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

**Актуальність**. У контексті глибоких соціокультурних змін, зростання частоти розлучень та трансформації уявлень про шлюб і родинні цінності, проблема взаємозв’язку між подружньою сумісністю та задоволеністю шлюбом залишається особливо актуальною. Сучасні українські родини функціонують в умовах тривалих криз: військових подій, соціальної нестабільності, вимушеної міграції, втрат і високого рівня психологічного стресу. Це створює додаткові виклики для збереження стабільності в подружньому житті та потребує нових підходів до підтримки емоційного зв’язку між партнерами.

У таких обставинах шлюб виступає не лише соціальним інститутом, а й ресурсом психологічної підтримки. Саме тому важливо емпірично досліджувати, які аспекти сумісності (емоційна, комунікативна, сексуальна, ціннісна) найбільше впливають на рівень подружньої задоволеності.

**Мета дослідження:** визначення взаємозв’язку між подружньою сумісністю та рівнем задоволеності шлюбом, а також виявлення чинників, що сприяють стабільності та гармонійності подружніх взаємин. Аналізується емоційна, когнітивна та поведінкова сумісність, стилі прихильності, комунікація та сексуальне благополуччя. Отримані результати можуть бути використані у сімейному консультуванні та психотерапії для зміцнення подружніх стосунків.

**Методи дослідження.** Для розв’язання визначених завдань були використані емпіричні методи дослідження: опитувальник «Індекс задоволеності пар» (Couples Satisfaction Index (CSI32), «Емоційна взаємодія подружжя» (Є. Потапчук, О. Посвістак), «Досвід близьких стосунків» (Brennan, Clark, Shaver, 1998; адаптація М. Казанжи та Ю. Вторнікової, 2022), Опитувальник сексуального благополуччя (В. Гупаловська, 2021);

**База дослідження.** Для емпіричного дослідження була сформована вибірка з 60 осіб, що утворюють 30 подружніх пар. Пари відбиралися з урахуванням таких факторів, як статус шлюбу (зареєстрований або незареєстрований); тривалість стосунків (до 5 років, від 5 до 10 років, 11-15 років, 16-20 років, понад 20 років); наявність чи відсутність дітей; формат спільного проживання (постійне спільне проживання або проживання окремо). Респонденти переважно належать до вікових груп 26–35 років (21 осіб) та 36–45 років (23 осіб), також у вибірці присутні представники вікових груп 18-25 років (6 осіб), 46–55 років (6 осіб) та 56+ років (4 особи), що дозволяє охопити різні життєві етапи та досвід

**Результати дослідження.** У дослідженні сумісності подружніх пар за параметрами типів прив’язаності було використано адаптовану методику «Досвід близьких стосунків», яка дає змогу вивчати особливості стилів прихильності партнерів. Методика охоплює дві шкали: шкалу тривожності у відносинах прив’язаності (рівень впевненості чи невпевненості у надійності та чуйності партнера) та шкалу уникнення близькості (ступінь дискомфорту, що виникає при психологічному зближенні з іншою людиною).

За результатами аналізу, високий рівень емоційної сумісності виявлено у 37% пар. Ці пари демонструють близькі та помірні показники тривожності й уникнення, що свідчить про відкритість до близькості, емоційний комфорт і низький рівень напруження у взаєминах. Вони мають потенціал для формування довірливих і стабільних стосунків. Середній рівень сумісності спостерігається у 40% пар. У цих випадках виявлено незначну емоційну несхожість між партнерами, яка може спричиняти певне напруження, однак за наявності емоційної зрілості подружжя здатне до ефективного діалогу та адаптації.

Низький рівень сумісності зафіксовано у 23% пар. Вони характеризуються суттєвими відмінностями в рівнях тривожності або уникнення, що може призводити до емоційної асиметрії, конфліктів та зниження задоволеності у стосунках.

Таким чином, проведений аналіз демонструє, що понад 77% пар мають або високу, або середню сумісність, що є позитивним показником і вказує на загальну потенційну стабільність подружніх стосунків у вибірці.

Для комплексного аналізу емоційної сумісності в контексті задоволеності шлюбом у межах даного дослідження було використано методику «Емоційна взаємодія подружжя», яка дозволяє оцінити глибинні аспекти взаємодії між партнерами у трьох основних блоках: чуттєвому, емоційному та поведінковому. Для аналізу результатів дослідження був застосований порівняльний міжіндивідуальний аналіз у в межах пари, що дозволяє оцінити ступінь схожості психологічних характеристик між двома партнерами.

Найменші розбіжності між партнерами виявлено за шкалою «Співпереживання», що засвідчує високий рівень емпатії та здатність до розуміння емоцій одне одного. Також шкала «Здатність сприймати стан партнера» продемонструвала загалом помірну варіативність, що свідчить про відносно збалансоване емоційне сприйняття у більшості випадків. Натомість найбільші відмінності фіксувалися за шкалою «Безумовне прийняття», що може вказувати на потенційні розбіжності у ставленні до особистісних рис партнера. Суттєві розбіжності за цією шкалою є чинником ризику для стабільності взаємин.

Узагальнені результати засвідчили, що:

* 30% пар мають високий рівень емоційної сумісності. Ці пари характеризуються мінімальними відмінностями за всіма шкалами, високим рівнем емоційної узгодженості, підтримки та довіри.
* 46,7% пар демонструють середній рівень сумісності. Для них характерні помірні розбіжності, які не становлять суттєвої загрози, але можуть бути джерелом напруження в разі недостатньої комунікації.
* 23,3% пар мають низький рівень емоційної сумісності, що супроводжується суттєвими відмінностями в ключових емоційних сферах, таких як прийняття, підтримка й сприйняття емоційного стану партнера. Це може створювати ризики для гармонійного розвитку стосунків.

Для оцінки ступеня сексуальної сумісності у подружніх парах було використано метод порівняння результатів між партнерами, отриманими за Опитувальником сексуального благополуччя (В. Гупаловської), що включає 6 шкал: «Сексуальна комунікація», «Сексуальна потреба», «Кількісний компонент, «Стосунки як цінність», «Задоволення сексуальним життям і стосунками», «Інтегральний показник сексуального благополуччя».

Результати аналізу засвідчили значну варіативність рівня сексуальної сумісності між подружніми парами. У частини учасників дослідження зафіксовано високу або дуже високу відповідність у сприйнятті сексуальних потреб, емоційного наповнення інтимної взаємодії та сексуальної комунікації. Такі пари, як правило, демонструють стабільність у близьких стосунках, емоційне взаєморозуміння та задоволеність сексуальним життям. Натомість значна частина пар виявила низький рівень сексуальної сумісності. Загалом:

* 30% пар мають високу сексуальну сумісність;
* 16,7% демонструють помірний рівень;
* 53,3% пар виявили сумісність нижчу за середню.

Отримані дані свідчать про широкий спектр індивідуальних варіацій у сексуальній взаємодії. Це може бути зумовлено як особистісними відмінностями партнерів, так і впливом зовнішніх чинників – стресу, психологічної напруги, нестачі відкритого обговорення інтимних тем тощо.

Оцінка рівня подружнього задоволення в межах дослідження здійснювалася за методикою «Індекс задоволеності пар (CSI32)». Результати опитування за шкалою CSI32 свідчать про загалом високий рівень подружнього благополуччя у вибірці. У більшості пар обидва партнери продемонстрували високі оцінки задоволеності, що відображає позитивне емоційне сприйняття стосунків, стабільність і психологічний комфорт у шлюбі.

Разом з тим, у 4 подружніх парах із 30 виявлено низький рівень задоволеності шлюбом принаймні в одного з партнерів. У двох із них критично низькі показники фіксуються одночасно в обох партнерів, що свідчить про високий ризик емоційного віддалення, зниження довіри та загрози стабільності стосунків. Окрім цього, у 3 парах виявлено виражену асиметрію у рівні задоволеності шлюбом (розбіжність між партнерами перевищує 20 балів). Це може свідчити про емоційну дисгармонію, різне сприйняття якості стосунків або наявність нерозв’язаних проблем у комунікації.

Непараметричний кореляційний аналіз, проведений за методом Спірмена, засвідчив, що єдиним показником, що продемонстрував помірний негативний та статистично значущий зв’язок із рівнем шлюбного благополуччя, є уникнення за стилем прив’язаності між партнерами. Це підтверджує, що емоційна дистанція одного з партнерів за наявності протилежної позиції в іншого може істотно знижувати задоволення від подружнього життя. Інші змінні, включаючи рівень тривожності, аспекти емоційної взаємодії та показники сексуального благополуччя, виявили лише слабкі тенденції до зв’язку із задоволеністю шлюбом, які не досягли статистичної значущості.

Для визначення предикторів, що впливають на рівень задоволеності подружніми стосунками, було проведено регресійний аналіз, який засвідчив ключову роль стилів прив’язаності. Найбільш значущим показником виявилася різниця в рівні тривожності між партнерами: чим вона більша, тим нижча задоволеність стосунками. Також встановлено, що сумісність партнерів за стилем прив’язаності сприяє вищому рівню подружнього благополуччя. Показники емоційної та сексуальної сумісності, хоча й демонстрували окремі тенденції, не виявили достовірного впливу на шлюбну задоволеність у межах вибірки

**Висновок.** Узагальнюючи результати емпіричного дослідження, можна зробити висновок, що найбільш вагомим фактором у підтриманні задоволеності шлюбом є психологічна сумісність партнерів, насамперед у стилях прив’язаності. Емоційна та сексуальна сумісність також відіграють роль, однак їхній вплив може бути опосередкований або не проявлятися в умовах загальної стабільності стосунків. Важливо враховувати взаємодію всіх цих чинників, адже гармонійні взаємини формуються через поєднання емоційної близькості, взаємної підтримки та ефективної комунікації між партнерами.

**Список використаних джерел:**

1. Андрусів Л. З., Шастко І. М. Задоволеність шлюбом як індикатор емоційних зв'язків у стосунках. Наукові інновації та передові технології. (Серія «Управління та адміністрування», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Психологія», Серія «Педагогіка»): журнал. 2024. № 6 (34) 2024. С. 1464-1473.
2. Погорільська Н. І., Ічанська О. М., Логінова Н. С. Особливості психологічної сумісності при формуванні повторного шлюбу. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. 2014. Вип. 45. С. 232–238.
3. Потапчук Є. М. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : довідник сімейного психолога. Хмельницький : PolyLux design & print, 2020. 36 с.
4. Теслюк В. М., Ільків Л. А. Феномен подружньої сумісності: поняття та якісний зміст. Colloquium-journal. 2021. № 2 (31(118)). С. 11–13.
5. Федоренко Р., Дучимінська Т. Аналіз впливу психосексуальної привабливості партнерів на задоволеність шлюбом на різних стадіях подружнього життя. Психологія: реальність і перспективи. 2020. Вип. 14. С. 215–220.
6. Levis R. A., Spanier G. B. Theorizing about the quality and stability of marriage. In: Contemporary theories about the family. New York : Free Press, 2016. P. 23–34.
7. Funk J. L., Rogge R. D. Testing the ruler with item response theory: Increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the Couples Satisfaction Index. Journal of Family Psychology. 2007. № 21(4). С. 572–583.