

СПІЛЬНЕ ДОЗВІЛЛЯ ЯК ДІЄВА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА УМОВА ПОПЕРЕДЖЕННЯ КОНФЛІКТІВ У ПОДРУЖНІХ ПАР

Валентина Волошина

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри
теоретичної та консультативної психології
Український державний університет імені Михайла Драгоманова
01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9
v.v.voloshyna@npu.edu.ua, <http://orcid.org/0000-0002-4372-5824>

Любов Долинська

кандидат психологічних наук, професор,
завідувач кафедри соціальної психології
Український державний університет імені Михайла Драгоманова
01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9
lbvdolinska@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-1817-1102>

Анотація

Мета. Статтю присвячено теоретико-емпіричному аналізу психологічної сутності сімейного дозвілля та важливості діяльності сімейних клубів при центрах соціальних служб для молоді (ССМ), а також визначенню залежності рівня конфліктності подружжя, схильності до нервових зривів членів сім'ї від організації їхнього спільного дозвілля. *Методи дослідження:* теоретичні (теоретичний аналіз та узагальнення наукової психолого-педагогічної літератури з проблем дослідження); емпіричні (спостереження, тестування, анкетування); *математичні* (статистична обробка даних, кореляційний аналіз за допомогою ф-кутового перетворення Фішера). *Результати.* Визначено, що при незначній кількості годин, які родина виділяє для проведення спільного сімейного дозвілля простежується високий рівень конфліктних взаємодій у парі та підвищений ризик до нервового зриву членів подружжя. Зафіксовано, що при відсутності організованого спільного дозвілля між членами сім'ї спостерігається емоційна віддаленість та висока автономність партнерів. Доведено, що залучення подружніх пар до проведення сімейного дозвілля в організованих закладах, спеціалізована система психологічних заходів сприяють зниженню частоти та інтенсивності подружніх конфліктів. За результатами повторної діагностики у більшості досліджуваних, особливо жінок, зафіксовано зниження проявів поведінкових патернів, притаманних для маніпулятивних впливів та нервових зривів, що засвідчило емоційну значущість та цінність для жінок спільного проведення часу поряд з партнером. Отримані результати дозволили констатувати, що тісна взаємодія з партнером слугує психологічним ресурсом як для кожного з подружжя, так і для сім'ї в цілому. *Висновки.* Встановлено, що культурно-розвивальна діяльність клубів при центрах ССМ, та реалізовані ними соціально-психологічні заходи сприяють процесу організації сімейного дозвілля для подружніх пар, слугують необхідною умовою налагодження міжособистісних взаємин між подружжям, підвищують рівень близькості та єдності між партнерами, а також знижують тривожність, агресивність та особистісне вигорання партнерів.

Ключові слова: дозвілля, конфліктна взаємодія, близькість, сімейні пари, цінність подружніх взаємин.

Вступ

В умовах сьогодення Україна переживає складні часи, які характеризуються занепадом соціально-культурних умов існування, що напряду впливає на подружні взаємини, а саме на злагодженої взаємодію у сімейній системі. Особливо актуалізується ця проблема у час воєнних дій країни агресора проти України, коли багато подружніх пар відмовляються або не мають можливості для проведення спільного дозвілля. За даними досліджень З. Кісарчук (Кісарчук, 2016), саме атмосфера в сім'ї є максимально важливою для самореалізації та всебічного розвитку її членів, а гармонійне сімейне оточення, це той ресурс, який надає особистості сил та підтримки у всіх її починаннях. Реалізація цього можлива за умов створення в сім'ї сприятливого психологічного клімату, всебічного сприяння подолання конфліктів, підтримання атмосфери взаємодовіри, зміцнення стосунків, розвитку спільних інтересів, системи цінностей.

Як зазначала Ж. Вірна (Вірна, 2013), провідне місце в реалізації психологічно комфортної взаємодії членів сім'ї займає організація спільного сімейного дозвілля, що у свою чергу виступає сприятливою умовою для формування єдності між подружжям. На важливості надання допомоги сім'ям в організації їх сфери спільного відпочинку наголошував культуролог С. Філімонов (Філімонов, 2013). Науковець аналізував зарубіжний та вітчизняний досвід роботи спеціальних центрів, які допомагають сім'ям в організації їхнього дозвілля, формують ідеї для його проведення. В. Бочелюк (Бочелюк, 2013) досліджував сімейне дозвілля з огляду на сімейні традиції, за допомогою дотримання яких виконувалася рекреативна функція. Зокрема, він виокремлював особливості організації сімейного дозвілля, акцентував увагу на його значущості для розвитку морально-естетичної культури підростаючого покоління сім'ї і кожного з членів подружжя. Вчений розглядав дозвілля як інструмент для зняття напруги між партнерами. Г. Ложкін (Ложник & Пов'якель, 2014), вивчаючи конфліктну взаємодію, довів, що наявність у подружніх взаєминах повноцінного виконання рекреативної функції забезпечує доброзичливу та сприятливу для розвитку всіх членів атмосферу й знижує рівень їх агресивності. У свою чергу, С. Васьківська (Васьківська, 2014) у спільному проведенні дозвілля вбачала механізм забезпечення емоційної, смислової та екзистенційної підтримки подружніх партнерів один одного, що, безумовно, посилює їхню близькість та єдність.

Дозвілля ми розуміємо як сукупність різних видів діяльності, якими індивід займається за власною волею: відпочинок, розваги, підвищення майстерності, освіта, участь у житті суспільства тощо. Таким чином, В. Саюк (Саюк, 2022) трактував дозвілля як діяльність особистості у певний період часу, яка спрямована на розслаблення, отримання інформативних знань та задоволення.

На сьогодні проблема сімейного дозвілля як форми психологічної допомоги залишається проаналізованою лише частково. Зокрема, недостатньо розробленими залишаються питання, пов'язані саме з практичним застосування дозвілля як психологічної допомоги сім'ям, з метою відновлення фізичних і психічних сил людини, для покращення подружніх взаємин.

Метою є теоретико-емпіричне вивчення впливу організації та реалізації сімейного дозвілля на зниження конфліктної взаємодії у сім'ї.

Завданнями дослідження є: 1) провести теоретичний аналіз з визначення психологічної сутності поняття сімейне дозвілля та окреслити його роль при вирішенні сімейних конфліктів; 2) емпірично довести вплив сімейного дозвілля на попередження та подолання конфліктів у подружніх парах.

Провідну роль в організації сімейного середовища, оптимізації його функціонування, подоланню конфліктів між членами сім'ї відіграє її культурний розвиток, зокрема, його дозвіллева діяльність. Як зазначає Р. Федоренко (Федоренко, 2011), сімейне дозвілля є необхідною умовою для створення сприятливого психологічного клімату, гармонійного розвитку кожного члена сім'ї, формування подружньої єдності, зміцнення подружніх та батьківсько-дитячих стосунків. Головним принципом сімейного дозвілля є спільна, рівноправна участь кожного з подружжя у плануванні, організації та проведення сумісного відпочинку. За допомогою спільного дозвілля сім'я має можливість налагодити комунікацію між собою; відпочити, відновити фізичні, психічні, духовні сили членів сім'ї. Сімейне дозвілля характеризується поєднанням різноманітних *активних* (подорожі, заняття спортом, відвідування масових свят, концертів, театрів) і *домашніх форм* (спілкування, розподіл і виконання домашніх обов'язків, перегляд телевізійних програм, спільне читання). У сучасному суспільстві організація й якість проведення сімейного дозвілля залежить від ряду соціально-психологічних факторів, які значно обмежують можливість його реалізації, зокрема: воєнні дії країни агресора проти України, зайнятість дорослих на роботі, перевтому дітей навчанням, гуртками, небажання організації, відсутність фантазії, низький рівень культури членів сім'ї, відсутність близького, довірливого ставлення один до одного, патерних взаємодій, сімейних цінностей. Тому пріоритетним для спеціалістів дозвіллевої сфери є робота з сім'ями: консультування, дозвіллеві послуги дітям і їх батькам, організація гуртків, творчих проєктів. Н. Меленчук (Меленчук, 2022) зазначає, що власне психологічна допомога у роботі з сім'ями може бути спрямована як на підтримку окремої особи у процесі її становлення і розвитку, так і на розвиток її взаємодії з іншими членами в системі сімейних стосунків, в організації сімейного дозвілля. Варто зазначити, що допомога по організації та проведенню дозвілля здійснюється в сімейних центрах, закладах сімейного дозвілля у процесі консультативної і профконсультативної діяльності, соціально-психологічного тренінгу, організації клубів молодих батьків, арт-терапії тощо.

В. Поліщук (Поліщук & Ільїна, 2021) зазначав, що оскільки у процесі сімейного консультування психолог допомагає вирішувати проблеми сім'ї, пов'язані з виснаженням членів сім'ї, їхньою відчуженістю, відсутністю взаєморозуміння, як наслідок підвищеною конфліктністю, то це можна врегулювати за рахунок організації спільного дозвілля.

Практична діяльність центрів соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді показала, що найбільш розповсюдженою і ефективною формою роботи з сім'ями є клуби для сімей. Мета такого клубу – зміцнення сім'ї, формування ціннісних орієнтацій сім'ї та традицій, надання допомоги щодо організації її життєдіяльності, організація вільного часу родини тощо. Клуби залучають значну кількість відвідувачів внаслідок демократичності, організованості роботи, взаємостосунків партнерства, врахування побажань і запитів кожного члена клубу. Такий заклад повинен мати свою назву, положення про діяльність, щорічний план роботи. Невелика кількість членів секцій (10-15 осіб) дає можливість її керівникам, спеціалістам-консультантам працювати з мікроколективом, проводити різноманітні психологічні тренінги, рольові ігри, бліцтурніри тощо. На базі клубів організовуються консультації, сімейно-психологічні комунікативні тренінги, вечори, екскурсії та інші масові заходи. У завдання клубів входить також розвиток творчої ініціативи молоді, її пізнавальних інтересів, освіта молодих батьків та ін. У клубах проводяться також психотренінги, обговорюються різноманітні сімейні проблеми.

Методи дослідження

Для проведення дослідження щодо виявлення причин конфліктів та з'ясування особливостей проведення дозвілля було обрано 30 сімей з віковим коливанням від 20 до 43 років. Ними стали сім'ї з м. Обухів, Київської обл., які мали бажання взяти участь у дослідженні та покращити свої подружні взаємини.

Для досягнення мети нашого дослідження та виконання поставлених завдань використовувались наступні методики: авторський опитувальник «Діагностика рівня конфліктних взаємодій у сім'ї» (В. Волошина), тест «Оцінка врівноваженості в конфліктах і схильності до нервового зриву» (Г. Ложкін & Н. Повякель); авторський опитувальник «Рівень проведення сімейного дозвілля» (В. Волошина).

За допомогою авторського опитувальника «Діагностика рівня конфліктних взаємодій у сім'ї» ми дослідили особливості взаємодії між партнерами, визначили частоту виникнення непорозумінь, сварок у парах досліджуваних. У тесті представлено 30 питань, по три варіанти відповідей. Варіант А вказує про наявність частоти виконання поставленого запитання чи твердження, варіант Б – про середню частоту, варіант В – про відсутність цього у подружній взаємодії. Отримані результати дають можливість констатувати один з трьох рівнів частоти конфліктних взаємодій, зокрема: низький рівень, який означає, що пари рідко сваряться між собою і зазвичай досить швидко знаходять компромісні варіанти вирішення суперечливих моментів; середній рівень конфліктності – вказує, що конфліктні ситуації такого подружжя мають ситуативний характер та не сприяють загостренню непорозумінь; високий рівень конфліктності вказує на те, що вияснення стосунків, доведення правоти методом сварки трапляється дуже часто, і навіть без поважних причин.

Результати тесту «Оцінка врівноваженості в конфліктах і схильності до нервового зриву» (Г. Ложкін & Н. Повякель) дозволяє визначити рівень напруженості сімейної атмосфери, що може призвести до нервового зриву. Інтерпретація результатів полягає у тому, що за кожную відповідь нараховуються бали, сума яких вказує на рівень схильності до нервового зриву: висока ймовірність означає, що партнери вже на межі нервового зриву; середня, що партнери знаходяться у контрольованому стані та низька – вказує на те, що члени сім'ї є врівноваженими і спокійними.

Авторський опитувальник «Рівень проведення сімейного дозвілля» (В. Волошина) надав переконливі результати щодо особливостей організації дозвілля у сім'ї. В опитувальнику наведений ряд запитань, де запропоновані різні види та форми дозвілльової діяльності, які можуть використовувати у сім'ї. При підрахунку результатів, переважання варіантів «А» вказує на те, що у сім'ї часто практикуються певні форми проведення дозвілля. Відповідно, переважання варіанту «Б» сигналізує про те, що у сім'ї практикуються половина з наведених форм. Якщо переважає варіант «В», це свідчить про те, що зовсім мало застосовується дозвілльових форм у цьому подружжі, як висновок – дозвілля на низькому рівні.

Дослідження проводилося в три етапи. На першому етапі, за допомогою зазначених методик, нами було визначено частоту конфліктних форм взаємодії у сім'ях, схильність до нервового зриву партнерів та рівень реалізації організованого дозвілля. Другий етап мав на меті залучення членів сімей до клубу, де їм було запропоновано різноманітні форми сімейного дозвілля та спеціалізована система психологічних заходів щодо гармонізації подружніх взаємостосунків. Реалізація третього етапу була зорієнтована на підтвердження ефективності дозвілльової діяльності щодо зменшення конфліктних взаємодій в сім'ях за допомогою результатів повторної діагностики.

Для встановлення взаємозв'язку між рівнем конфліктності в парі, схильності до нервового зриву партнерів та рівнем дозволів ми застосували ϕ – кутове перетворення Фішера.

Результати дискусії

Провівши емпіричне дослідження відповідно вище зазначених методик, нами проведена кількісна та якісна інтерпретація отриманих результатів.

Узагальнені результати отриманих показників на першому етапі дослідження за опитувальником «Діагностика рівня конфліктних взаємодій у сім'ї» (авт. В. Волошина) наведені на рис. 1.

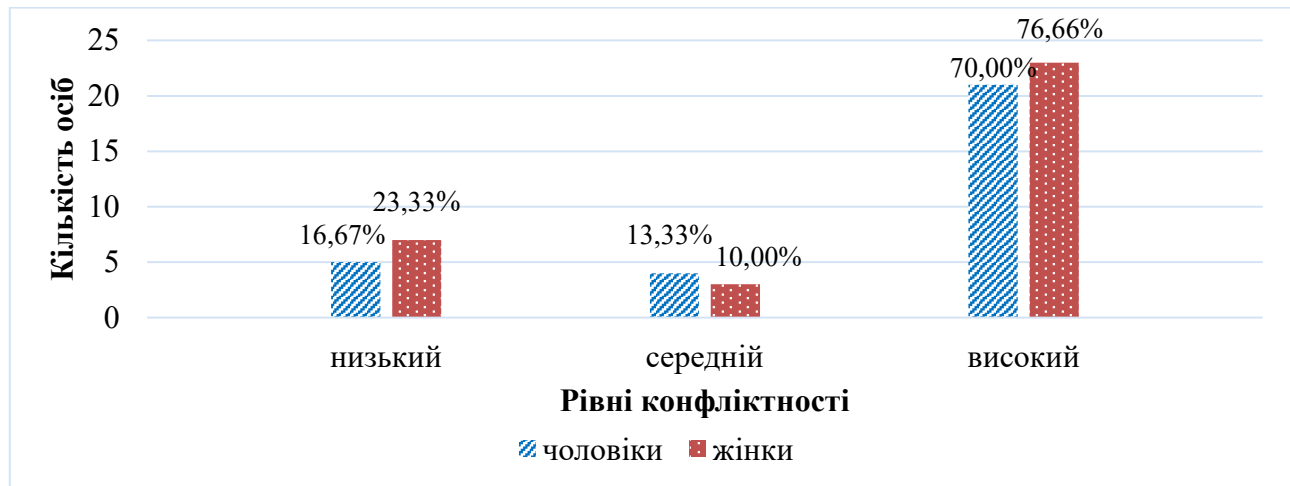


Рис. 1. Діагностика рівня конфліктних взаємодій партнерів

Згідно рис. 1. серед 30 пар у більшості – 21 чоловіка (70,00%) і 23 жінок (76,66%) констатовано високий рівень конфліктної взаємодії у парах, 4 чоловіки (13,33%) та 3 жінок (10,00%) – середній рівень, а для 5 чоловіків (16,67%) і 7 жінок (23,33%) – сварки у парі мало ймовірні. Отримані дані вказують на те, що наші респонденти звертаються до конфліктних форм взаємодії щодня, а іноді і не один раз. Постійні конфронтації морально й емоційно виснажують сім'ю, послаблюють особистісне та романтичне значення партнерів один для одного.

За допомогою вищеозначеної методики було виділено також причини конфліктів. 45,00% жінок та 35,00% чоловіків як одну з причин виникнення конфліктів зазначають відсутність у стосунках поваги один до одного, безініціативність у проведенні спільного часу, велика кількість звичок у партнерів, які не до вподоби іншому. У 30,00% жінок і 40,00% чоловіків домінуючими причинами конфліктів в їхніх сім'ях виступають відмінності у поглядах на сімейне життя, егоїстичність у стосунках по відношенню один до одного, зацікавленість проводити час окремо. 25,00% жінок та 25,00% чоловіків вважають, що підставами для конфліктів у сім'ї є зниження зацікавленості у партнері як у співрозмовнику та особистості, втома від побутових справ, одноманітність та шаблонність сімейного життя.

Наступним на рис. 2. відображено результати тесту «Оцінка врівноваженості в конфліктах і схильності до нервового зриву» (авт. Г. Ложкін, Н. Повякель).

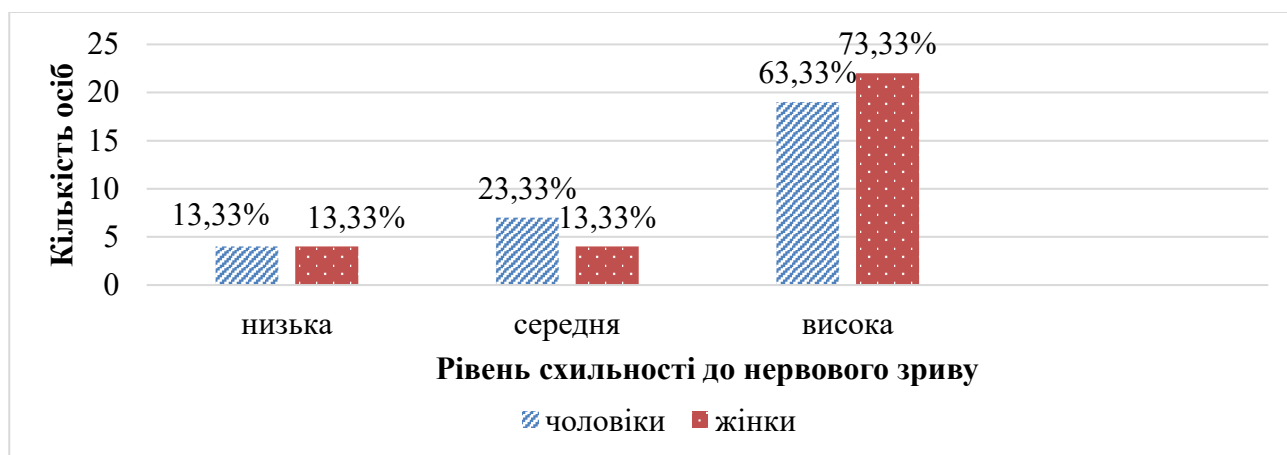


Рис. 2. Оцінка врівноваженості в конфліктах та схильність до нервового зриву

Згідно рис. 2. ми бачимо, що 22 жінки (73,33%) й 19 чоловіків (63,33%) мають високу схильність до нервового зриву, тобто перебувають вже на межі; 7 чоловіків (23,33%) і 4 жінки (13,33%) ще не є виснаженими та частково готові до конструктивних взаємодій. Повністю повні сил та енергії є лише 4 чоловіки (13,33%) і 4 жінки (13,33%). Загалом результати свідчать про те, що більшість сімей перебувають на межі нервового зриву, а це є свідченням того, що у сім'ях напружена атмосфера та активний вияв негативних емоцій, а сам конфлікт є просто необхідним способом емоційної розрядки.

Використавши авторський опитувальник «Рівень проведення сімейного дозвілля» (авт. В. Волошина), ми отримали такі результати (рис. 3.):

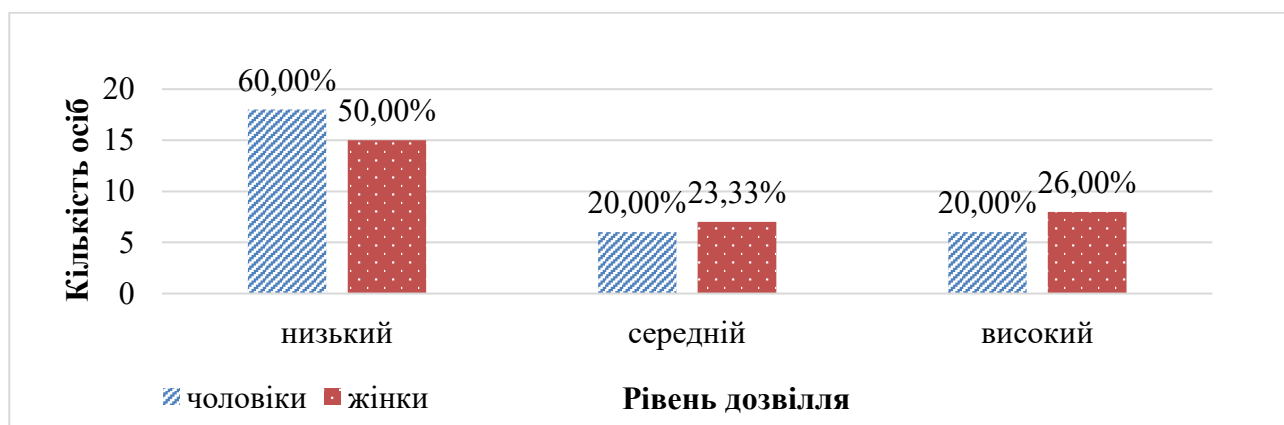


Рис. 3. Рівень проведення сімейного дозвілля

У 18 чоловіків (60,00%) і 15 жінок (50,00%) наявний низький рівень дозвілля у сім'ї, у 6 чоловіків (20,00%) та 7 жінок (23,33%) – середній, у 6 чоловіків (20,00%) та 8 жінок (26,00%) простежується високий рівень наявного проведення дозвілля. З аналізу відповідей робимо висновок, що у більшості сімей відсутня фантазія для організації сімейного відпочинку, оскільки на питання про підтримку сімейних традицій, спільна участь у настільних сімейних іграх чи влаштування сюрпризів відповіді були зазвичай негативними.

На другому етапі ми залучили наших респондентів (30 сімей) у клубу по роботі з сім'ями «Шанс», який ми організували при Міському центрі соціальних служб для сім'ї, дітей

та молоді м. Обухів, Київської обл. Пари приймали участь у роботі клубу, а саме, у проведенні спільного дозвілля протягом трьох місяців. На базі клубу проводились консультації, сімейно-психологічні комунікативні тренінги, вечори, екскурсії та інші масові заходи. У завдання клубу входили також розвиток творчої ініціативи пар, їхніх пізнавальних інтересів, освіта молодих батьків та ін. У клубі проводилися психотренінги, обговорювалися різноманітні сімейні проблеми. Було розроблено та впроваджено спеціальний план заходів, де три рази в будні дні та у вихідні, сім'ям пропонувалися різноманітні дозвілєві заходи й форми роботи для всієї сім'ї. При клубі працювали різні секції (залежно від потреб членів клубу). Наприклад: «Батьки і діти», «Господарочка», «Наш відпочинок», «Маленькі домашні хитрощі», «Гармонія між нами» та ін. Члени клубу могли вільно переходити з однієї секції до іншої. Тобто було створено ряд заходів і форм роботи відповідних шести напрямкам: психологічний (тренінги для покращення стосунків між партнерами, батьками та дітьми, групи підтримки, індивідуальні консультації); секція для домогосподарок; секція активного відпочинку (похід, поїздка на природу); секція культурного відпочинку (організація концертів, екскурсій); секція по роботі з дітьми; секція інтелектуального відпочинку (гра в настільні ігри). Сім'ї активно долучалися також до організації зазначених заходів.

На третьому етапі нашого дослідження, після участі в дозвілєвій діяльності клубу, через три місяці ми запропонували респондентам пройти повторну діагностику. Результати за методикою «Діагностика рівня конфліктних взаємодій у сім'ї» (авт. В. Волошина), наведені на рис. 4. та у табл. 1.

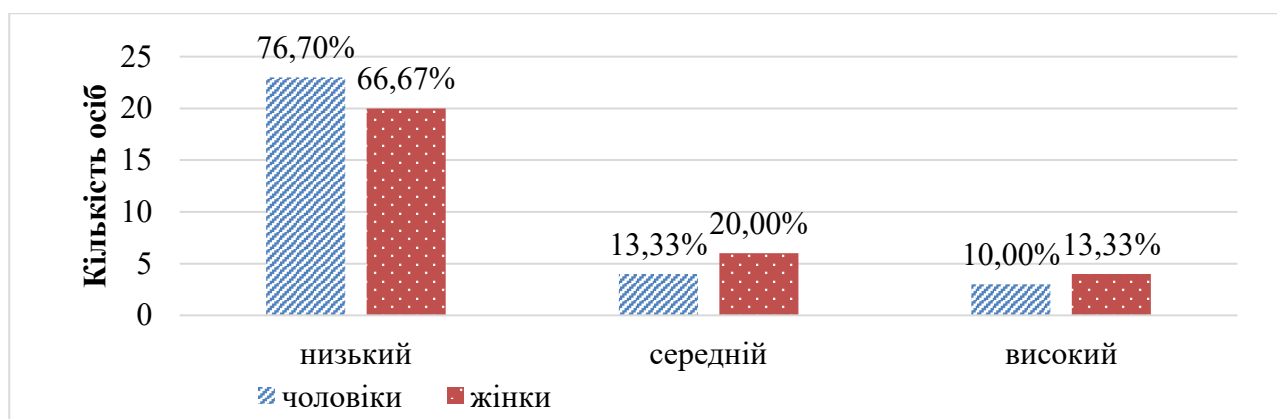


Рис. 4. Рівень конфліктної взаємодії в сім'ях

Таблиця 1

Кількісні зміни (%) рівня конфліктної взаємодії до та після формувального експерименту

n=30

Рівні	Низький		Середній		Високий	
	<i>Чол.</i>	<i>Жін.</i>	<i>Чол.</i>	<i>Жін.</i>	<i>Чол.</i>	<i>Жін.</i>
до	16,67%	23,33%	13,33%	10,00%	70,00%	76,66%
після	76,70%	66,67%	13,33%	20,00%	10,00%	13,33%

З огляду на показники рис. 4 та табл. 1. ми можемо спостерігати, що після проведення формувального експерименту низький рівень конфліктної взаємодії значно збільшився і спостерігається у 23 чоловіків (76,70%) та у 20 жінок (66,67%), високий рівень залишився лише у 3 чоловіків (10,00%) та 4 жінок (13,33%). Тобто після прийняття участі в активному сімейному дозвіллі рівень конфліктів у пар зменшився, особливо у чоловіків, це свідчить про те, що у жінок дещо вищий потенціал до конфліктності, і щоб його зменшити максимально потрібно працювати і над іншими сферами подружнього життя, наприклад: сексуальною, фінансовою та іншими.

Наступними на рис. 5. та у табл. 2. відображено результати тесту «Оцінка врівноваженості в конфліктах і схильності до нервового зриву» (авт. Г. Ложкін, Н. Порякель).

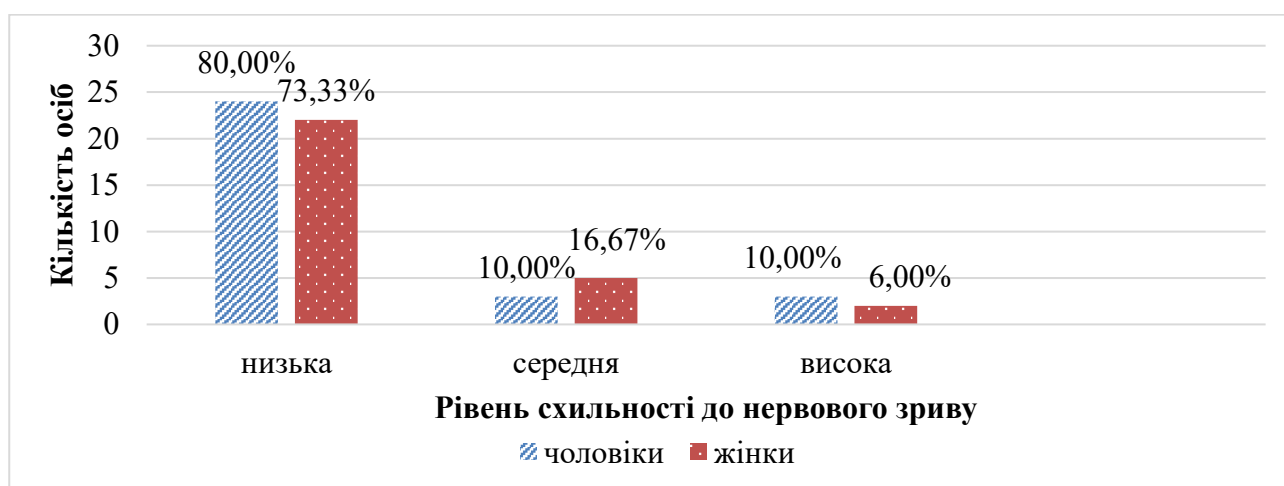


Рис. 5. Оцінка врівноваженості в конфліктах та схильність до нервового зриву

Таблиця 2

Кількісні зміни (%) рівня схильності до нервового зриву до та після формувального експерименту

n=30

Рівні	Низький		Середній		Високий	
	Чол.	Жін.	Чол.	Жін.	Чол.	Жін.
до	13,33%	13,33%	23,33%	13,33%	63,33%	73,33%
після	80,00%	73,33%	10,00%	16,67%	10,00%	6,00%

Що стосується рівня врівноваженості та схильності до нервового зриву, то згідно рис. 5. і табл. 2. видно, що після другого етапу дослідження спостерігається значна динаміка кількісних показників високого і низького рівнів – лише у 3 чоловіків (10,00%) і у 2 жінок (6,00%) збереглася схильність до нервового зриву, а у 24 чоловіків (80,00%) та 22 жінок (73,33%) така схильність знизилася, вони почали володіти максимальним спокоєм та задоволеністю від сімейного життя. Це свідчить, що дозвілля все ж є сприятливим, дієвим

інструментом для зниження схильності до нервового зриву та зняття напруги. Згідно коментарів респондентів вони відчували розслабленість, комфорт та душевний спокій поряд з близькими.

Дослідивши повторно рівень сімейного дозвілля у респондентів за методикою «Рівень проведення сімейного дозвілля» (авт. В. Волошина) ми отримали такі результати (рис. 6., табл. 3):

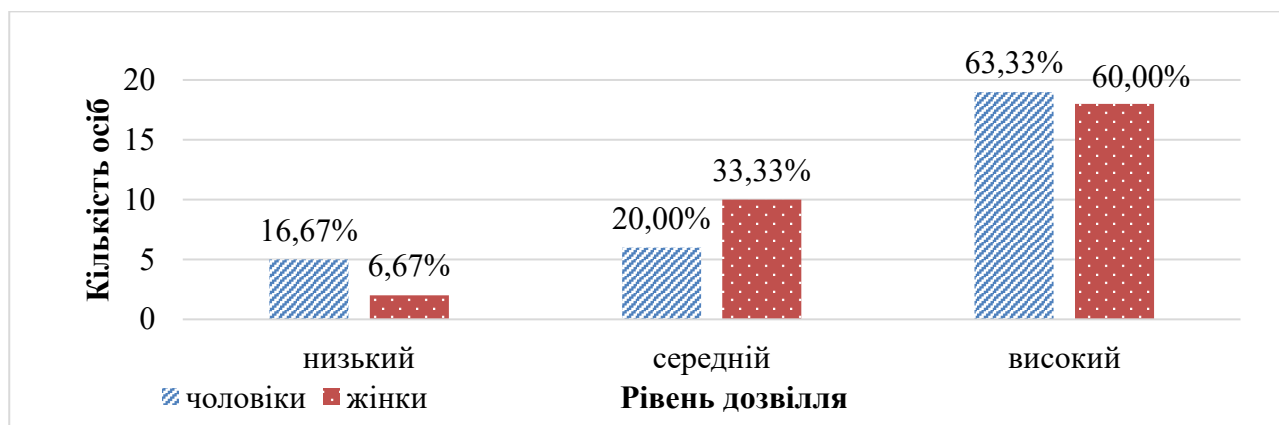


Рис. 6. Рівень проведення сімейного дозвілля

Таблиця 3

Кількісні зміни (%) рівня проведення сімейного дозвілля до та після формульовального експерименту

$n=30$

Рівні	Низький		Середній		Високий	
	Чол.	Жін.	Чол.	Жін.	Чол.	Жін.
до	60,00%	50,00%	20,00%	23,33%	20,00%	26,00%
після	16,67%	6,67%	20,00%	33,33%	63,33%	60,00%

Як видно з рис. 6. та табл. 3. після активної участі пар у дозвіллевих заходах можемо констатувати значну позитивну динаміку показників на високому і низькому рівнях проведення сімейного дозвілля: високий рівень простежується у 19 чоловіків (63,33%) та 18 жінок (60,00%). Середній рівень – у 6 чоловіків (20,00%) та 10 жінок (33,33%), та низький рівень залишився лише у 5 чоловіків (16,67%) та двох жінок (6,67%), які вже не мали можливості та бажання бути включеними у запропоновані форми сімейного дозвілля.

Здійснивши кореляційний аналіз за допомогою ϕ – кутового перетворення Фішера, ми простежили наявність взаємозв'язку між рівнями спільного дозвілля у сім'ї та рівнями конфліктної взаємодії у подружніх парах. Щодо сімей з високим рівнем конфліктної взаємодії можна стверджувати, що у них рівень сімейного дозвілля виступає потужною детермінантою у цьому аспекті. Так було встановлено наступну психологічну закономірність: високий рівень сімейного дозвілля призводить до пониження рівня конфліктної взаємодії в парі ($\phi^2=7,845$;

$p \leq 0,01$), у той час як низький та середній рівні дозвілля негативно впливають на цей аспект і з високою ймовірністю призводять до вираженої конфліктної взаємодії.

Отже, отримані результати довели, що наявності низького рівня дозвілля у парах відповідає високий рівень конфліктності та навпаки. Це свідчить про те, що відсутність у партнерів спільного, рекреаційного проведення часу призводить до більшої інтенсивності і частоти непорозумінь у міжособистісній взаємодії, є індикатором емоційної виснаженості, і як наслідок – бар'єром у побудові конструктивних стосунків.

Висновки

У підсумку варто зазначити, що на сьогодні надзвичайно значущою є діяльність психологів-консультантів у сфері організації сімейного дозвілля для подружжя в межах клубу при центрах ССМ. Пандемія, тривалі воєнні події, ситуація вимушеного переміщення, втрати рідних та близьких, складні економічні умови життя негативно позначились на міжособистісних взаєминах як між окремими членами родин, так і між членами подружжя. Міра конфліктної взаємодії зростає вразі. І подібні родинні клуби, на наше переконання, мають взяти на себе функцію певної психологічної сімейної реабілітації, створити умови повернення відчуття цінності сім'ї, близьких емоційних взаємин, значущості взаємної підтримки і допомоги, адже у складних життєвих обставинах особистість найбільшою мірою прагне отримати підтримку від рідних.

Нами емпірично підтверджена гіпотеза значущості сімейного дозвілля для процесу гармонізації подружніх стосунків. Участь респондентів (подружніх пар) у заходах клубу, де вони активно брали участь в процесі організації та безпосередньо долучалися до проведення сімейного дозвілля може розглядатися як один із чинників подолання та попередження конфліктної взаємодії у сім'ї. В контексті розглянутої проблеми перспективами подальших досліджень є розгляд інших соціально-психологічних чинників, які можуть слугувати для попередження конфліктів у подружніх парах.

Література

1. Бочелюк, В.Й. (2013). Дозвіллєвознавство. Навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури.
2. Васьківська, С.В. (2014). Основи психологічного консультування. Навчальний посібник. Київ : Четверта хвиля.
3. Вірна, Ж.П. (2013). Адаптаційний профіль задоволеності життям особистості. *Проблеми сучасної психології*, 2, 20–25. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2013_2_5
4. Кісарчук, З.Г., & Єрмусевич, О.І. (2016). Психологічна допомога сім'ї. Навч. посіб. Київ : Главник.
5. Ложкін, Г.В., & Пов'якель, Н.І. (2014). Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика. Навчальний посібник. Київ: Професіонал.
6. Меленчук, Н.І. (2022). Сімейне консультування як вид психологічної допомоги. *Актуальні проблеми психології особистості : теорія, досвід, практика. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Одеса, 28-29 квітня 2022 р.)*. (с. 159-166). О. П. Саннікова (Ред.). Режим доступу: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/16067/1/Melenchuk%2c%20Natalya%20Ivanivna.pdf>
7. Поліщук, В., Ільїна, Н., Поліщук, С., Савченко, Ю., Мисник, С., Рябко, Ю., & Шейко, Г. (2021). *Психологія сім'ї*. Підручник. В.М. Поліщук (Ред.). Суми : Університетська книга. Режим доступу: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/38814/1/V_Polishchuk_Pidruchnik_2021_IL.pdf

8. Саюк, В.І. (2022). Організація дозвілля з сім'ями. Шоробура І.М. (Ред.). *Партнерство в освіті та соціальній роботі: сучасні виклики та перспективи. Матеріали міжвузівської науково-практичної конференції (м. Хмельницький, 22 лютого 2022 р.).* (с. 188). Хмельницький : ПП «А.В. Царук».
9. Федоренко, Р.П. (2013). *Діагностика реакцій подружжя на сімейну кризу в практиці консультування.* Київ : Знання.
10. Філімонов, С. (2013). Аналіз понять дозвілля в сучасній науковій літературі. *Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Серія: Педагогічні науки, 121 (2), 188–192.*

References

1. Bocheliuk, V.I. (2013). *Dozvillievoznavstvo. Navchalnyi posibnyk [Leisure studies].* Kyiv : Tsentr navchalnoi literatury [in Ukrainian].
2. Vaskivska, S.V. (2014). *Osnovy psykholohichnoho konsultuvannia. Navchalnyi posibnyk Posib [Basics of psychological counseling].* Kyiv : Chetverta khvyliia. [in Ukrainian].
3. Virna, Zh.P. (2013). Adaptatsiinyi profil zadovolenosti zhyttiam osobystosti [Adaptation profile of life satisfaction of the individual]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology* , 2, 20–25. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2013_2_5 [in Ukrainian].
4. Kisarchuk, Z.H., & Yermusevych, O.I. (2016). *Psykholohichna dopomoha simi. Navchalnyi posibnyk [Psychological assistance to the family: teaching. Manual].* Kyiv : Hlavnuk [in Ukrainian].
5. Lozhkin, H.V., & Poviakel, N.I. (2014). *Psykholohiia konfliktu: teoriia i suchasna praktyka. Navchalnyi posibnyk [Psychology of conflict: theory and modern practice].* Kyiv : Profesional [in Ukrainian].
6. Melenchuk, N.I. (2022). Simeine konsultuvannia yak vyd psykholohichnoi dopomohy. Aktualni problemy psykholohii osobystosti : teoriia, dosvit, praktyka [Family counseling as psychological help. Actual problems of personality psychology: theory, education, practice] *Materialy Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii – Actual problems of personality psychology: theory, education, practice. Materials of the All-Ukrainian Scientific and Practical Conference (Odesa, April 28-29, 2022).* (pp. 159-166). O.P. Sannikova (Red.) Retrieved from: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/16067/1/Melenchuk%2c%20Natalya%20Ivanivna.pdf> [in Ukrainian].
7. Polishchuk, V., Ilina, N., Polishchuk, S., Savchenko, Yu., Mysnyk, S., Riabko, Yu., & Sheiko, H. (2021). *Psykholohiia simi. Pidruchnyk. [Family psychology. Textbook].* V.M. Polishchuk (Red.). Sumy : Universytetska knyha. Retrieved from: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/38814/1/V_Polishchuk_Pidruchnik_2021_IL.pdf [in Ukrainian].
8. Saiuk, V.I. (2022). Orhanizatsiia dozvillia z simiamy. [Organization of leisure time with Simiami]. Shorobura I.M. (Red.). *Partnerstvo v osviti ta sotsialnii roboti: suchasni vyklyky ta perspektyvy. Materialy mizhvuzivskoi naukovo-praktychnoi konferentsii – Partnership in education and social work: modern challenges and prospects. Materials of the interuniversity scientific and practical conference (Khmelnitskyi, February 22, 2022).* (p. 188). Khmelnytskyi : PP «A. V. Tsaruk» [in Ukrainian].
9. Fedorenko, R.P. (2013). *Diahnostyka reaktsii podruzhhzia na simeinu kryzu v praktytsi konsultuvannia [Diagnosis of spouses' reaction to family crisis in counseling practice].* Kyiv : Znannia. [in Ukrainian].
10. Filimonov, S. (2013). Analiz poniat dozvillia v suchasnii naukovii literaturi. [Analysis of concepts of leisure in modern scientific literature] *Naukovi zapysky Kirovohradskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni Volodymyra Vynnychenka. Serii: Pedahohichni nauky – Scientific notes of Volodymyr Vinnichenko Kirovohrad State Pedagogical University. Series: Pedagogical Sciences, 121(2), 188–192* [in Ukrainian].

JOINT PERMISSION AS AN EFFECTIVE SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL CONDITION FOR PREVENTING CONFLICTS IN MARRIED COUPLES

Valentyna Voloshyna

**Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Head of the Department
of Theoretical and Counseling Psychology**

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

v.v.voloshyna@npu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-4372-5824>

Liubov Dolynska

PhD in Psychology, Professor,

Head of the Department of Social Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

lbvdolinska@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-1817-1102>

Abstract

Objective. The article is devoted to a theoretical-empirical analysis of the psychological essence of family leisure and the importance of family club activities in centers of social services for youth (SSY), as well as determining the dependence of the level of conflict between spouses, the tendency of family members to have nervous breakdowns on the organization of their joint leisure time. *Research methods:* theoretical (theoretical analysis and generalization of scientific psychological and pedagogical literature on research problems); empirical (observation, testing, questionnaires); mathematical (statistical data processing, correlation analysis using Fisher's φ angular transformation. *Results.* It was determined that with a small number of hours that the family allocates for joint family leisure time, a high level of conflict interactions in the couple and an increased risk of a nervous breakdown of the spouses can be observed. It was recorded, that in the absence of organized joint leisure between family members, emotional distance and high autonomy of partners are observed. It has been proven that the involvement of married couples in family leisure in organized institutions, a specialized system of psychological measures contribute to reducing the frequency and intensity of marital conflicts. According to the results of repeated diagnosis most of the researched, especially women, recorded a decrease in the manifestations of behavioral patterns inherent in manipulative influences and nervous breakdowns, which proved the emotional significance and value for women of spending time together with their partner. The obtained results made it possible to state that close interaction with a partner serves as a psychological resource both for each of the spouses and for the family as a whole. *Conclusions.* It has been established that the cultural and developmental activities of clubs at the SSY and the social and psychological measures implemented by them contribute to the process of organizing family leisure for married couples, serve as a necessary condition for the establishment of interpersonal relationships between spouses, increase the level of closeness and unity between partners, and also reduce anxiety, aggressiveness and personal burnout of partners.

Keywords: leisure, conflict interaction, intimacy, married couples, the value of marital relations.

Подано 05.10.2023

Рекомендовано до друку 20.10.2023