

УДК 159.938

<https://doi.org/10.31891/PT-2023-2-7>

Євген ПОТАПЧУК

Хмельницький національний університет

<https://orcid.org/0000-0001-7040-8456>

e-mail: potapchuk1@i.ua

Анна ПАВЕЛКО

Хмельницький національний університет

<https://orcid.org/0000-0002-2931-6178>

e-mail: aneks@ukr.net

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ КРИЗИ ЕМОЦІЙНОЇ БАЙДУЖОСТІ ПОДРУЖЖЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОБЛЕМИ

У статті здійснюється теоретичний аналіз кризи емоційної байдужості подружжя як психологічної проблеми, висвітлюються першопричини її виникнення, серед яких: невідповідність моделей поведінки взаємним очікуванням, втрата взаємної привабливості, зокрема фізичної, інтелектуально-світоглядної, морально-психологічної, інтимно-сексуальної, матеріально-фінансової та ін., емоційне вигорання шлюбних партнерів, низький рівень міжособистісної сумісності. З'ясовано ознаки, що вказують на наявність емоційної байдужості, яка створює передумови для страждання подружжя, виникнення подружньої зради, а також розпаду шлюбних союзів. Встановлено, що наслідками емоційної байдужості можуть бути психологічне роз'єднання партнерів, взаємне нерозуміння один одного, що за відсутності взаємної психологічної підтримки спонукає партнерів до пошуку емоційної розради в іншому соціальному середовищі. Окреслено перспективи подальших наукових пошуків, які полягають у вивченні особливостей формування психологічної готовності подружжя до запобігання та подолання кризи емоційної байдужості.

Ключові слова: емоційна байдужість, сімейна криза, подружжя, психологічна проблема, емоційне вигорання в стосунках.

Yevhen POTAPCHUK, Anna PAVELKO

Khmelnytskyi National University

THEORETICAL ANALYSIS OF THE CRISIS OF EMOTIONAL INDIFFERENCE OF THE MARRIED COUPLE AS A PSYCHOLOGICAL PROBLEM

The article provides a theoretical analysis of the crisis of emotional indifference of spouses as a psychological problem. Attention is focused on the lack of research devoted to the topic of the crisis of emotional indifference of spouses. The purpose of this article is a theoretical study of the crisis of emotional indifference of marriage partners. The study highlights the root causes of emotional indifference between spouses: inconsistency of behavior patterns with mutual expectations, loss of mutual attraction, in particular physical, intellectual-worldview, moral-psychological, intimate-sexual, material-financial, etc., emotional burnout of marriage partners; low level of interpersonal compatibility. Signs indicating the presence of a crisis of emotional indifference have been identified: the disappearance of romantic moods; growing differences in views and tension in relationships (conflicts, quarrels); increase in manifestations

of negative emotions and negative states (aggression, apathy, asthenia); manifestations of intimate and sexual indifference (reduction of desires, passions); the appearance of a feeling of disappointment (doubts about the correctness of choosing a marriage partner), gray family life; a feeling of discrepancy between one's dreams, life plans and the results of their implementation; feeling of unfulfillment, disappointment; the presence of an adulterer; the feeling that the spouses have become strangers. It has been established that emotional indifference between marriage partners creates prerequisites for the suffering of spouses, the occurrence of adultery, as well as the dissolution of marriage unions. It was found that the consequences of emotional indifference can be psychological separation of partners, mutual misunderstanding of each other, which in the absence of mutual psychological support prompts partners to seek emotional solace in another social environment (adulterer, search for new social connections, excessive enthusiasm for work). Prospects for further scientific research are outlined, which consist in studying the features of the formation of psychological readiness of spouses to prevent and overcome the crisis of emotional indifference.

Key words: *emotional indifference, family crisis, spouse, psychological problem, emotional burnout in a relationship.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

Тривале подружнє життя неодмінно проходить через низку нормативних і ненормативних сімейних криз – такий стан сімейної системи, що характеризується порушенням звичних способів функціонування сім'ї і неможливістю її членів справитися з новою ситуацією, використовуючи старі моделі поведінки. Перебіг будь-яких сімейних криз може стати джерелом для виникнення кризи емоційної байдужості, яка загрожує цілісності сім'ї, оскільки стосується подружніх взаємин, проєктується на інші сторони сімейного життя, порушуючи побутові, економічні та інші аспекти взаємин. Між шлюбними партнерами зникає романтичний настрій, прихильність та взаємне захоплення, натомість з'являється безсторонність, нудність, роздратування і, як наслідок, сімейні конфлікти та скандали. Це породжує негативні психічні стани та страждання в одного або в обох членів сім'ї. Враховуючи небезпеку виникнення кризи емоційної байдужості для подружніх союзів, стає очевидною необхідність у науковому дослідженні цієї проблеми та пошуку ефективних шляхів її психопрофілактики і корекції.

Аналіз досліджень та публікацій

Багато проблем, що виникають у сім'ї, детерміновані різними чинниками психологічного та соціально-психологічного характеру. Серед психологічних чинників особливе значення мають взаємні вияви подружжям індивідуально-психологічних властивостей, а також їхні поведінкові й емоційні реакції, що здатні викликати невдоволення сімейним життям і породжувати взаємну емоційну байдужість. У психологічних працях дослідники розкривають окремі питання,

пов'язані з вивченням міжособистісних стосунків подружжя, їх моделей поведінки та задоволеності шлюбом, зокрема: особливості стосунків подружжя у сім'ях різного типу за задоволеністю шлюбом (І. Василенко) [1], психологічний аналіз сімейних ролей шлюбних партнерів (Д. Карпова) [2], теоретико-методологічні засади дослідження проблеми задоволеності шлюбом (С. Клапішевська) [3], чинники задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості (Т. Коломієць, В. Ткачук) [4], причини та поведінкові реакції подружжя в ситуаціях адюльтеру (Є. Потапчук, Н. Потапчук) [8], вплив сімейних сценаріїв на формування синдрому «емоційного холоду» в міжособистісних стосунках (Н. Терещенко, О. Долгополова) [9], запобігання емоційному вигоранню в сім'ї як фактор гармонізації сімейних взаємин (Т. Титаренко, О. Кляпець) [10] та ін.

Незважаючи на наявність чималої кількості досліджень задоволеності шлюбом, нерозробленими залишаються ще багато питань. Наприклад, відсутні наукові розробки, які б здійснювали ґрунтовне теоретичне осмислення та практичне вивчення проблеми виникнення у шлюбних партнерів кризи емоційної байдужості. Завдання це важливе і досить складне, бо торкається делікатної сфери – міжособистісних стосунків подружжя. Проте ігнорування цієї проблеми створює передумови для страждання подружжя, виникнення адюльтеру, а також розпаду шлюбних союзів.

Відсутність у науковій літературі систематизованих та змістовних результатів досліджень емоційної холодності у подружніх взаєминах вказує на потребу у всебічному розгляді кризи емоційної байдужості, її ознак та характеристик.

Формулювання цілей статті

Мета статті полягає у теоретичному осмисленні кризи емоційної байдужості як психологічної проблеми.

Виклад основного матеріалу

В процесі опрацювання наукових літературних джерел щодо досліджуваної тематики нами були використані методи аналізу, синтез, порівняння, узагальнення наукового матеріалу.

Як свідчить практика, почуття та стосунки закоханих людей часто потерпають від крайнощів, коли порушується певна норма у їхніх взаєминах і виникає надмірне взаємне захоплення (співзалежні стосунки) чи втрата задоволення від партнерства (емоційна байдужість) [1-5]. Тривала відсутність почуття задоволення від шлюбного партнерства може означати появу кризи емоційної байдужості між

подружжям, яка прямо чи опосередковано відображається на функціях сім'ї та якості її життя.

Осмислення результатів вивчення науково-психологічної літератури щодо першопричин виникнення емоційної байдужості між подружжям вказує на те, що шлюбні партнери можуть втрачати взаємний інтерес через: невідповідність моделей поведінки взаємним очікуванням (порушення ролевих очікувань, самоусунення від виконання важливих функцій сім'ї, незадоволення сімейних потреб та ін.) [2; 3; 5; 7], втрату взаємної привабливості, зокрема фізичної, інтелектуально-світоглядної, морально-психологічної, інтимно-сексуальної, матеріально-фінансової та ін. [5; 7], емоційне вигорання шлюбних партнерів (психічне виснаження як члена сім'ї) [10]; низький рівень міжособистісної сумісності [11].

Для уточнення отриманих результатів теоретичного вивчення причин виникнення емоційної байдужості між подружжям нами у 2021-2022 рр. було проведене опитування 88 респондентів (44 жінки і 44 чоловіка зі стажем сімейного життя від 5 до 15 років). З'ясовано, що серед учасників опитування 100% відчували певну втрату інтересу до шлюбного партнера. При цьому найчастіше причинами розчарування партнером жінки називали втрату ним морально-психологічної (95,5%), інтелектуально-світоглядної (81,8%), інтимно-сексуальної (68,2%), а також матеріально-фінансової привабливості (61,4%). Що стосується результатів опитування чоловіків, то в них переважали такі причини як втрата дружиною фізичної (88,6%), інтимно-сексуальної (79,5%), а також морально-психологічної привабливості (65,9%). Як бачимо, для більшості жінок важливу роль відіграє морально-психологічна привабливість чоловіка, а для більшості чоловіків – фізична привабливість жінки.

Також варто відмітити, що 100% опитаних респондентів вказали на те, що на різних етапах сімейного життя відчували невідповідність своїм очікуванням моделей поведінки шлюбного партнера і це спричиняло різні сімейні конфлікти та розчарування партнером. Такі результати опитування спонукали нас звернути увагу на таке поняття як «модель поведінки шлюбного партнера». З'ясувалося, що у науковій літературі моделі поведінки членів сім'ї для реалізації сімейних функцій називають сімейними ролями [2; 7]. Вочевидь, що невміння (чи небажання) подружжя виконувати сімейні ролі так, як від них очікує партнер, призводить до певних розчарувань і може провокувати появу емоційної байдужості. Адже порушення рольової структури призводить до рольового дисбалансу, виникнення сімейних

конфліктів, посилення негативних емоцій і критики, загострення почуття загальної незадоволеності партнерів шлюбом [10; 11].

Доречно зазначити, що дослідниками визначено такі важливі функції сім'ї як: інтелектуально-світоглядна – реалізується для задоволення інтелектуально-світоглядних потреб членів сім'ї (виховання членів сім'ї; знайомство членів сім'ї з природою та історичними пам'ятками; залучення до здорового способу життя; надання корисних порад членам сім'ї; прийняття серйозних рішень і вирішення важливих сімейних проблем; проведення цікавих розмов; сприяння порозумінню членів сім'ї та засвоєнню вимог суспільства; створення чогось нового для покращення сімейного побуту; оцінка задумів, планів, дій членів сім'ї); морально-психологічна – реалізується для задоволення морально-психологічних потреб членів сім'ї; інтимно-сексуальна – реалізується для задоволення інтимно-сексуальних та репродуктивних потреб подружжя; господарська та матеріально-фінансова – реалізуються для задоволення господарсько-побутових та матеріально-фінансових потреб членів сім'ї [2]. Як свідчить практика, у зв'язку зі складністю реалізації вказаних функцій не всі свої потреби подружжя здатне задовольнити, що може різним чином впливати на їхню емоційно-чуттєву сферу і породжувати розчарування шлюбним партнерством.

Варто зазначити, що емоції і почуття людини можна умовно поділити на позитивні (радість, щастя) і негативні (гнів, страх). Іноді неможливо визначити «забарвлення» тієї чи іншої випробовуваної емоції. Але існують також нейтральні почуття, одне з них має назву байдужість. Це частина емоційного спектру людини, що характеризується повною відсутністю зацікавленості, байдужістю до певної теми, події чи життя загалом. Байдужість у характері може бути превалюючою рисою або відбивати одиничний випадок тимчасового стану, в тотальних випадках воно є не окремою рисою, а симптомом психічного розладу, що починається, або вказувати на низку соматичних захворювань [3].

Варто підкреслити, що байдужість у сімейних взаєминах – це безсторонність (відсутність зацікавлення) до того, що робить партнер. Суперечки поступово припиняються, тому що шлюбні партнери перестають звертати увагу на одне одного, стають байдужими до справ, дій, думок і переживань іншої людини. У таких випадках нівелюється, навіть, довіра, тому що подружжя не дбає про те, щоб заробляти або мати довіру партнера (або довіряти йому) [7].

Звертає на себе увагу те, що байдужість розглядається різними дослідниками як апатія, а також як супутня або перехідна емоція [5].

Найважче у науковій літературі інтерпретація поняття «байдужість» дозволяє нам в контексті дослідження ототожнювати його з терміном «апатія», що означає відсутність почуттів, емоцій, інтересу чи стурбованості щодо чого-небудь. Поява у шлюбного партнера стану байдужості є свідченням придушення чи відсутності таких емоцій як турбота, ажитация, мотивація або пристрасті. У зв'язку з цим можемо припустити, що при виникненні кризи емоційної байдужості шлюбні партнери стають, певною мірою, апатичними людьми. Адже в апатичних людей відсутня цікавість або занепокоєння щодо емоційного, соціального, духовного, філософського, віртуального або фізичного життя і світу. Крім того, в них може бути відсутнім почуття мети, цінності або сенсу життя. Вони також можуть проявляти нечутливість або млявість. Сказане вище дозволяє стверджувати, що виникнення у шлюбних партнерів апатії є природною реакцією на розчарування сімейним життям, зневіру і стрес, а також спосіб забути про ці негативні почуття [6].

У сучасному тлумачному психологічному словнику [12, с. 26], апатія відображає стан, характерний емоційною пасивністю, індіферентністю, притупленням почуттів, байдужістю до навколишніх подій і ослабленням спонукань і інтересів. Протікає на фоні зниженої фізичної та психологічної активності. Може спостерігатися при слабоумстві, буває наслідком тривалого соматичного захворювання. Водночас слід звернути увагу на те, що апатія може бути й психічним розладом бездіяльності, відсутності інтересу до навколишнього світу, людей, роботи. Це своєрідна захисна відповідь організму на стрес, перевтому, сум та емоційне напруження. При цьому стані нервова система ніби вимикається, щоб заощадити енергію. Фізично апатія супроводжується загальною слабкістю тіла, відсутністю апетиту й порушеннями сну і вийти з цього стану самотужки стає дуже важко.

Разом із апатичними станами в процесі тривалого сімейного життя наростає стан емоційної байдужості. Так, дослідниками [10] встановлено, що найбільш критичний період спостерігається між трьома і сімома роками подружнього життя і досягає найбільшої гостроти в період чотирьох-шести років. Саме цією обставиною й обґрунтовується виділення певних груп за критерієм подружнього стажу і спостерігаються такі закономірності, а саме: відбувається статистично значиме зниження конфліктного суперництва від першого періоду до третього; за межами першого року шлюбу взаємини типу суперництво-«маятник» особливо не змінюються; відбувається вагоме збільшення таких видів подружніх стосунків як ізоляція (байдужість), апатія й емоційне відчуження; зі шлюбним стажем не збільшується

частота таких типів шлюбу як псевдоспівробітництво і симбіоз. При цьому дослідники фіксують таку закономірність: суперництво протягом першого року шлюбного життя слабшає, поступово переростаючи в ізоляцію, «мертвий» шлюб і емоційне відчуження. Причому йдеться про конфліктне суперництво. Суперництво за типом «маятника» ніби зберігається за частотою, не трансформується в інші форми подружньої взаємодії.

Доречно зауважити, що криза емоційної байдужості тісно пов'язана із поняттям емоційного вигорання – вироблення особистістю механізму психологічного захисту у вигляді повної або часткової відсутності емоційного реагування у відповідь на психотравмуючий вплив [10]. Водночас емоційне вигорання може бути синдром постійної втоми, емоційного виснаження, що посилюється з часом [13].

З'ясовано, що вченими здійснені численні дослідження синдрому емоційного вигорання у різних сферах життя, зокрема у сімейних взаєминах. Уміння підтримувати стосунки є, у певному розумінні слова, мистецтвом. У цій справі відсутній єдиний алгоритм дій, багато в чому доводиться покладатись на емоції – власні та партнера: аналізувати те, що відбувається, експериментувати та намагатися знайти найефективніший спосіб порозумітися [3; 7; 11].

Практика свідчить, що будь-які стосунки, зокрема взаємини шлюбних партнерів піддаються такому випробуванню як виснаження. Зважаючи на результати наукових досліджень [5; 9; 10], можна виділити певні ознаки емоційного вигорання в подружніх стосунках:

- партнери проводять кожен день відособлено (у житті нічого не змінюється);
- у партнерові дратує все до дрібниць (поруч з ним хочеться вибухнути, закритися від всього);
- зникають романтичні почуття та прояви любові (хоча на початку стосунків було навпаки);
- зникає бажання цікавитися справами партнера (не питає як пройшов його день);
- затримується на роботі, має купу справ, тобто робите все, щоб проводити з партнером менше часу.

Якщо у подружжя спостерігаються такі ознаки, це свідчить про наявність в них проблеми емоційного вигорання. Усвідомивши, що зіткнулися з вигоранням, партнери мають змогу свідомо внести корективи у моделі своєї поведінки, докласти певних зусиль і подолати цю проблему [12].

Варто звернути увагу на те, що появі байдужості завжди передують конкретні причини. Одна з них – набута олекситимія через

душевні травми, любовні переживання. Люди, які мають такі проблеми, не можуть часто розуміти і усвідомлювати навіть власні почуття і переживання. Зрозуміло, що на почуття інших вони аналогічно реагують. Особи, які були жертвами обставин у юному віці, пізніше закриваються у собі, не вірять нікому, захищаються таким шляхом від болю, страждань. Вони більше не здатні співчувати, співпереживати і шкодувати будь-кого. Крім того, у них бідна уява та такі ж інтуїтивні здібності [6].

Емоційна байдужість проявляється у тих, хто не відчував ласки, доброти, тепла в дитячі роки. Їх не любили, не розуміли батьки. І це підтверджується статистикою. Байдужі дорослі намагаються нав'язати своїм дітям такий самий світогляд і поведінку. Діти, особливо маленькі, копіюють своє оточення. Вони успішно вчать приховувати власні почуття, розраховувати лише на своїх батьків. Як наслідок, виростають байдужі люди. Вони не здатні на високі почуття, переживання інших, прояви співчуття тощо. У них формується висока думка про себе, їх не цікавлять чужі потреби та проблеми. І не варто очікувати від таких осіб підтримки та допомоги у скрутну хвилину. Спілкуватися з ними складно та не комфортно [1].

Поведінка, здатна явно вказати на початковому етапі взаємин на байдужість, у сім'ї часто не означає, що чоловік розлюбив дружину. Тут виділяються інші характерні маркери, що вказують на розлад. Визначити їх жінці простіше, виходячи з досвіду спільного життя – знайти слушну пораду в інтернеті менш реально. Причини жіночої байдужості досить часто передбачають перевірку чоловіка. Ні для кого не секрет, що жіноча логіка, якщо вона, звісно, існує, є чимось надприродним. Іноді сама жінка не може пояснити собі мету того чи іншого вчинку, або наміру. Справа в тому, що злий жарт, як з чоловіками, так і з жінками, може грати їхня підсвідомість. Це можна пояснити так – якщо свідомістю ми можемо дуже впевнено керувати і сортувати всі свої переконання згідно з певними принципами, то з підсвідомістю ця справа не пройде. Воно періодично нагадує себе проявом тих чи інших неусвідомлених вчинків. Цей факт безпосередньо пов'язаний і у стосунках із чоловіками. Буває так, що жінка відчуває взаємне тяжіння до представника чоловічої статі, помічає взаємний інтерес, але тут на сторожі виникає низка перешкод, висловлених у сумнівах [11].

Як стверджують науковці, байдужість руйнує набагато більше шлюбних стосунків, ніж ревності, зради, сварки. Доки зберігається взаємний інтерес, можна домовитися і знайти вихід з будь-якої ситуації.

Проте коли одному партнерові стає байдуже, шанси відновити гармонійні шлюбні стосунки зникають.

Однак, як свідчить практика [12], байдужість здатна виявлятися у різних видах (бути станом, що руйнує взаємини у парі, і засобом психологічного впливу на партнера по спілкуванню):

– байдужість як спосіб маніпуляції (коли шлюбний партнер демонструє байдужість, робить це в відверто показній формі, граючи на почуттях закоханої людини).

– байдужість як шантаж (демонстративний вияв байдужості та уникнення близькості з партнером).

– байдужість як покарання (використання байдужості для покарання за будь-який вчинок, який не сподобався партнеру. Часто такі ситуації можна побачити в залежних і абюзивних взаєминах).

Наслідками емоційної байдужості можуть бути психологічне роз'єднання партнерів, взаємне нерозуміння один одного, що за відсутності взаємної психологічної підтримки спонукає партнерів до пошуку емоційної розради в іншому соціальному середовищі (адюльтер, пошук нових соціальних зв'язків, надмірна захопленість роботою тощо).

Розгляд адюльтера як наслідку кризи емоційної байдужості свідчить про те, що ця проблема виникає на такій фазі розвитку шлюбного партнерства, яку дослідники [11; 12] називають фазою еротичної байдужості. У період емоційної байдужості партнер вже не викликає інтересу, яскравого еротичного бажання і нерідко виключає його загалом. Важливо зазначити, що шлюбні сексуальні стосунки поступово зникають і перестають виконувати функцію отримання задоволення. Більше того, може з'явитися небажання вступати зі своїм шлюбним партнером у будь-які сексуальні контакти. Ця фаза являється результатом емоційних перемін, зникнення взаємного зацікавлення шлюбних партнерів. Саме тому важливо при виникненні в подружній парі адюльтеру концентрувати їхні зусилля, насамперед, на пошуку шляхів подолання кризи емоційної байдужості. А вже потім формувати в ініціатора адюльтеру бажання отримати прощення від ображеного шлюбного партнера та сприяти зраженому шлюбному партнерові в ухваленні рішення пробачити ініціатора зради і зберегти сім'ю [8]. При невдалому вирішенні така ситуація може призвести до розпаду шлюбу.

Слід зауважити, що в сучасних умовах будь-яка людини має багато засобів та можливостей для ефективного запобігання емоційної байдужості між партнерами, навіть, на відстані (йдеться про дистантні сім'ї). У моменти розлуки кожен закоханий партнер глибоко сумує за

свою «половинкою», прагне до спілкування з нею. Він знаходить час, щоб зателефонувати їй без особливого приводу, регулярно відправляє електронні повідомлення (виконує ролі мотиватора, порадирика, розрадника, романтика тощо). Якщо така модель поведінки у шлюбних партнерів відсутня, це може свідчити про появу в них кризи емоційної байдужості.

Висновки з даного дослідження

і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Теоретичне осмислення кризи емоційної байдужості як психологічної проблеми дозволяє дійти висновку, що вона відображає тривалу відсутність у подружжя задоволення від шлюбного партнерства. При цьому у подружжя зникають або послаблюються внутрішні спонукання, інтереси та емоційні реакції. Крім цього, спостерігаються зникнення романтичних настроїв, зростання розбіжностей у поглядах, збільшення проявів напруги та поява відчуття розчарування. Насамперед це пов'язано з незнанням принципів, законів сімейного життя, не розуміння моделей гармонійної поведінки шлюбних партнерів, не вмінням підтримувати почуття задоволення від шлюбного партнерства.

З'ясовано, що характерними ознаками емоційної байдужості шлюбних партнерів є: зникнення романтичних настроїв; зростання розбіжностей у поглядах та напруги у стосунках (конфлікти, сварки); збільшення проявів негативних емоцій та негативних станів (агресія, апатія, астенія); вияви інтимної та сексуальної байдужості (зменшення бажань, пристрасті); поява відчуття розчарування (сумніви у правильності вибору шлюбного партнера), сіре сімейне життя; відчуття розбіжності між своїми мріями, життєвими планами та результатами їх втілення; відчуття нереалізованості, розчарування; наявність адюльтера; відчуття, що подружжя стали чужими людьми.

Загалом встановлено, що емоційна байдужість між шлюбними партнерами створює передумови для страждання подружжя, виникнення адюльтера, а також розпаду шлюбних союзів. Зважаючи на ризик виникнення кризи емоційної байдужості подружжя в процесі сімейного життя, перспективою подальших досліджень цієї теми є вивчення особливостей формування психологічної готовності подружжя до запобігання та подолання кризи емоційної байдужості.

Література

1. Василенко І.А. Особливості стосунків подружжя у сім'ях різного типу за задоволеністю шлюбом. *Габітус : науковий журнал з соціології та психології*. Одеса, 2021. Вип. № 24. Т.2. С. 20–24.
2. Карпова Д.Є. Психологічний аналіз сімейних ролей шлюбних партнерів. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія: «Психологічні науки». Херсон: Гельветика, 2016. Вип. 4. Том 1. С. 41–45.
3. Клапішевська С.А. Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми задоволеності шлюбом. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*, 2012. Вип. 17. С. 114–120.
4. Коломієць Т., Ткачук В. Чинники задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості. *Психологія : реальність і перспективи*. Збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету, 2019. № 13. С. 159–164.
5. Котлова Л.О., Саух І.Д. Психологічні чинники задоволеності шлюбом на різних етапах подружнього життя. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія: «Психологічні науки». Херсон : Гельветика, 2019. Вип. 1. С. 223–228.
6. Максимова Н.Ю. Сімейне консультування : навч. посіб. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. 304 с.
7. Потапчук Є.М., Карпова Д.Є. Психологічна діагностика сімейних ролей як моделей поведінки подружжя: довідник сімейного психолога. Хмельницький: Видавництво «Polylux design & print», 2021. 52 с.
8. Потапчук Є.М., Потапчук Н.Д. Поведінкові реакції подружжя в ситуаціях адюльтеру та особливості надання їм психологічної допомоги. Збірник наукових праць № 62. Серія: Педагогічні та психологічні науки / гол. ред. Потапчук Є.М. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2011. С. 205–208.
9. Терещенко Н.М., Долгополова О.В. Вплив сімейних сценаріїв на формування синдрому «емоційного холоду» в міжособистісних стосунках. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. Серія : Психологія, (66), 2019. С. 101–105.
10. Титаренко Т.М., Кляпець О.Я. Запобігання емоційному вигоранню в сім'ї як фактор гармонізації сімейних взаємин : науково-методичний посібник. Київ : Міленіум, 2007. 142 с.
11. Столярчук О.А. Психологія сучасної сім'ї: навч. посіб. Кременчук: ПП Щербатих О.В., 2015. 136 с.
12. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : Прапор, 2007. 640 с.
13. Федоренко Р.П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

References

1. Vasylenko I.A. Peculiarities of the relationship between spouses in families of different types according to marital satisfaction. *Habitus: scientific journal of sociology and psychology*. Odesa, 2021. Issue No. 24. T.2. P. 20–24.
2. Karpova D.E. Psychological analysis of family roles of marriage partners. *Scientific Bulletin of Kherson State University*. Series: "Psychological Sciences". Kherson: Helvetica, 2016. Vol. 4. Volume 1. P. 41–45.
3. Klapishevskaya S.A. Theoretical and methodological foundations of the study of the problem of marital satisfaction. *Actual problems of sociology, psychology, pedagogy*, 2012. Vol. 17. P. 114–120.

4. Kolomiets T., Tkachuk V. Factors of satisfaction with marriage at different stages of adulthood. Psychology: reality and prospects. Collection of scientific works of the Rivne State Humanitarian University, 2019. No. 13. P. 159–164.
5. Kotlova L.O., Saukh I.D. Psychological factors of marriage satisfaction at different stages of married life. Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: "Psychological Sciences". Kherson: Helvetica, 2019. Issue 1. P. 223–228.
6. Maksimova N.Yu. Family counseling: education. manual. Kyiv: SE "Vyd. House "Personal", 2011. 304 p.
7. Potapchuk E.M., Karpova D.E. Psychological diagnosis of family roles as models of spouse behavior: a family psychologist's guide. Khmelnyskyi: "Polylux design & print" publishing house, 2021. 52 c.
8. Potapchuk E.M., Potapchuk N.D. Behavioral reactions of spouses in adulterer situations and features of providing them with psychological assistance. Collection of scientific works No. 62. Series: Pedagogical and psychological sciences / head. ed. E.M. Potapchuk Khmelnyskyi: Publishing House of NADPSU, 2011. P. 205–208.
9. Tereshchenko N.M., Dolgopolova O.V. The influence of family scenarios on the formation of the "emotional cold" syndrome in interpersonal relationships. Bulletin of Kharkiv National University named after V.N. Karazin. Series: Psychology, (66), 2019. P. 101–105.
10. Tytarenko T.M., Kliapets O.Ya. Prevention of emotional burnout in the family as a factor in harmonizing family relationships: a scientific and methodological guide. Kyiv: Millennium, 2007. 142 p.
11. Stolyarchuk O.A. Psychology of the modern family: teaching. manual Kremenchuk: PP Shcherbatykh O.V., 2015. 136 p.
12. Shapar V.B. Modern explanatory psychological dictionary. Kharkiv: Prapor, 2007. 640 p.
13. Fedorenko R.P. Psychology of the family: teaching. manual Kind. 2nd, changes. and additional Lutsk: Vezha-Druk, 2021. 480 p.