

РОЗЛУЧЕННЯ ЯК ФАКТОР ЗМІН «Я-ОБРАЗУ» У ЖІНОК

У статті представлено теоретичний та емпіричний аналіз проблеми розлучення, як фактору змін Я-образу у жінок. Розлучення – розрив шлюбу – відповідно до досліджень займає одне з перших місць за шкалою стресів. Це кризовий час у житті сім'ї, коли руйнуються стосунки пари, коли двоє внаслідок сімейних конфліктів чи усвідомлення емоційної відчуженості, вирішують розлучитися, щоб жити порізно чи відновити пошуки власного щастя. Ситуація розлучення пов'язана з важкими емоційними переживаннями, із зміною образу «Я-жінка», зниження самооцінки, виникає недовіра до протилежної статі, формуються нові страхи, характерним є нестабільний емоційний стан, афективні реакції, можлива дезадаптація тощо

Ключові слова: *Я-образ, розлучення, зміни, дезадаптація, емоційні переживання, складні життєві обставини, самооцінка*

Постановка проблеми. Дослідження останніх років [1;2;3;4;5] відбивають кризовий стан інституту шлюбу, проявами якого є негативні показники відтворення населення, зниження кількості зареєстрованих шлюбів, висока частота позашлюбних стосунків (адюльтерів), постійне зростання кількості розлучень та неповних сімей, підвищення популярності «альтернативних» форм шлюбу (гомосексуального, відкритого, сім'ї-сінгл, дистантного шлюбу тощо), підвищення терпимості до різноманітних варіантів неосексуальних практик [6] та ін. Фіксується зниження якості сімейних стосунків та задоволення шлюбом, погіршення адаптивних можливостей сім'ї, зростання її дисфункційності [7;8].

Розлучення не є одномоментним актом, а є довготривалим процесом розриву внутрішньосімейних відносин. Саме по собі розлучення, вважає С.В.Ковальов, складається із декількох етапів: виникнення думки про розлучення, прийняття рішення, подання заяви та юридичне оформлення розлучення [9].

У класичному варіанті, юридичному розриву шлюбу, передує емоційне розлучення, потім слідує «фізичне» розлучення, а далі (у окремих випадках) «пробне» розлучення. З точки зору стресогенного впливу розлучення стоїть на другому місці після смерті близької людини (С. Брискоу, Д. Сміт, В. Квінн) [10].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Розлучення як соціально-психологічна проблема вивчається багатьма дослідниками. Зокрема, досліджується мотивація розлучення та його періодизація (К. Аронс, К. Вітек, В. Сисенко, Д. Чечот, Н. Юркевич, R. Casto, C. Salts, G. Spanier), особливості його переживання та адаптації до нового стилю життя (Ю. Альошина, Дж. Келлі, Н. Соловійов, І. Хетерінгтон та ін.), особистісні настановлення жінок з різним шлюбно-сімейним статусом (Т. Андреева, А. Мусакіна), життєдіяльність пар у повторних шлюбах (Є. Арнаутова, Д. Деліс, С. Кратохвіл, Ж. Лофас, Ф. Райс, В. Сисенко, Д. Сова, У. Харлі та ін.), гендерні відмінності в орієнтаціях на особисте щастя (Т. Говорун, О. Кікінежді, В. Москаленко, В. Татенко), специфіка організації та надання психологічної допомоги розлученим жінкам і чоловікам (Ю. Альошина, О. Бондаренко, Е. Ейдеміллер, Р. Кочюнас, Т. Титаренко, Г. Фігдор, В. Юстіцік та ін.) [11].

Обмеження чи розрив міжособистісних зв'язків, особистісних очікувань порушують нормальний перебіг людського життя та можуть бути однією з причин соціально-психологічної дезадаптації. Розлучення, як розрив шлюбно-сімейних зв'язків згідно зі шкалою оцінки стресів Т. Холмса та Р. Прає є однією з найбільш психотравмуючих подій у житті людини [12], негативний вплив від якої посилюється реорганізацією не лише особистісного життя, а й суспільних зв'язків. Розлучення переживається як жінками, так і чоловіками здебільшого негативно, оскільки супроводжується руйнацією родинних зв'язків, взаємин з дітьми, друзями та колегами, погіршенням рівня життя, збільшенням кількості обов'язків тощо, спричиняє соціальний та психологічний тиск.

У масовій свідомості розлучення асоціюється з невдачею, нещастям, що підтверджується поширеністю серед розлучених жінок та чоловіків психічних і поведінкових розладів, як-то: депресій, тривожності, агресії тощо [13; 14]. Переживання розлучення негативно впливає на впевненість людини у своїх силах, викликає стан розгубленості, відчаю, важкого стресу, знижує самоцінність особистості, а негативне самосприйняття призводить до безпорадності, мінімізації пошукової активності та вибору самодеструкційних моделей самоствердження [15].

Мета статті – виявлення особливостей розлучення, як соціально-психологічного феномена, що може бути чинником змін «Я-образу» у жінок. Для досягнення поставленої мети, нами було проведено емпіричне дослідження.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для визначення основних критеріїв змін «Я-образу» у жінок, які розлучились нами було проведено дослідження, в якому брали участь жінки віком від 23 до 40 років. Загалом у дослідженні приймало участь 40

осіб, з них 15 жінок віком від 23 до 27 років, 15 жінок – 28-35 років та 10 жінок – 36-40 років.

На першому етапі здійснено аналіз показників за допомогою методики М. Куна «Хто Я?» та методики дослідження самовідношення (тест - опитувальник МІС В.В. Століна, С.Р. Пантілеєва.). Метою першого етапу дослідження було визначення когнітивної складової «Я-образу», а саме показники самовідношення особистості та визначення цінності і значущості образу «Я-жінка». Предметом дослідження на цьому етапі виступили розлучені жінки різного віку та індивідуальним періодом розлучення

Наступний підетап – це здійснення аналізу показників за допомогою методики виміру самооцінки за Дембо-Рубінштейн та методики діагностики психічних складових (Г. Айзенка) у розлучених жінок. Метою цього етапу дослідження було визначення емоційно-оціночної складової «Я-образу», а саме показники самооцінки особистості та визначення рівня психічних станів. Предметом дослідження на цьому етапі виступили розлучені жінки різного віку та індивідуальним періодом розлучення

Наступний підетап – це здійснення аналізу показників за допомогою методики діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс та Р. Даймонда) та тест Т. Лірі «Я-реальне та «Я-ідеальне» у розлучених жінок.

На першому етапі емпіричного дослідження нами були опитані жінки за категорією – розлучені. Тобто ті учасниці експерименту, у яких тільки чоловік виконував фінансову функцію (табл. 1)

Досліджувана група

№	Період розлучення	вік	Кількість жінок
1.	6 міс.-1рік	23-27	15
2	2-4 роки	28-35	15
3.	5-7 років	36-40	10

Таблиця 1

Метою першого етапу дослідження було визначення когнітивної складової «Я-образу», а саме показники самовідношення особистості та визначення цінності і значущості образу «Я-жінка».

За даними методики МІС досліджувані (жінки 23-27 років, які розлучені від 6 міс. до 1 року) показали: високі значення шкали «за-критість», яка відображає виражену захисну поведінку особистості, бажання відповідати загальноприйнятим нормам поведінки і взаємин з оточуючими людьми. Людина схильна уникати відкритих відносин з самим собою; причиною може бути або недостатність навичок рефлексії, поверхнєве бачення себе, або усвідомлене небажання розкривати себе, визнавати існування особистих проблем.

Також низькі показники за шкалою «самоцінність», які говорять про глибокі сумніви людини в унікальності своєї особистості, недооцінки свого духовного «Я». Невпевненість в собі послаблює опір середовищним впливам. Підвищена чутливість до зауважень і критики оточуючих на свою адресу робить людину уразливою і вразливим, схильним не довіряти своїй індивідуальності. Високі показники за шкалою «внутрішня конфліктність», які відповідають людині, у якій переважає негативний фон ставлення до себе. Він знаходиться в стані постійного контролю над своїм «Я», прагне до глибокої оцінки всього, що відбувається в його внутрішньому світі. Розвинена рефлексія переходить в самокопання, що приводить до знаходження засуджених в собі якостей і властивостей. Відрізняється високими вимогами до себе, що нерідко призводить до конфлікту між «Я-реальним» і «Я-ідеальним», між рівнем домагань і фактичними досягненнями, до визнання своєї малоцінності. Справжнім джерелом своїх досягнень і невдач вважає перевага себе. Та низькі значення за шкалою «самозвинувачення», які виявляють тенденцію до заперечення власної провини в конфліктних ситуаціях. Захист власного «Я» здійснюється шляхом звинувачення переважно інших, перенесенням відповідальності на оточуючих за усунення бар'єрів на шляху до досягнення мети. Відчуття задоволеності собою поєднання з осудженням інших, пошуками в них джерел всіх неприємностей і бід. За методикою М. Куна «Хто Я?», дана експериментальна група, ставить образ «Я-жінка» на 13-16 позиції.

Досліджувані (жінки 28-35 років, які розлучені від 2 до 4 років) за методикою МІС показали: високі показники за шкалою «самоприв'язаність», які відображають високу ригідність «Я» - концепції, прагнення зберегти в незмінному вигляді свої якості, вимоги до себе, а головне - бачення і оцінку себе. Відчуття самодостатності досягнення ідеалу заважає реалізації можливості саморозвитку та самовдосконалення. На заваді для саморозкриття може бути також високий рівень особистісної тривожності, схильність сприймати навколишній світ як загрозливий самооцінці. Високі значення за шкалою «відображене самоставлення», що відповідають людині, яка сприймає себе прийнятним оточуючими людьми. Вона відчуває, що його люблять інші, цінують за особистісні та духовні якості, за здійснювані вчинки і дії, за прихильність груповим нормам і правилам, відчуває в собі товариськість, емоційну відкритість для взаємодії з оточуючими, легкість встановлення ділових і особистих контактів. За методикою М. Куна «Хто Я?», дана експериментальна група, ставить образ «Я-жінка» на 2-3 позиції.

Третя група досліджуваних (жінки 36-40 років, які розлучені від 5 до 7 років) за методикою МІС показали: низькі значення за шкалою «Саморуководство», що описують віру суб'єкта в залежність

свого «Я» зовнішнім обставинам і подій. Механізми саморегуляції ослаблені. Вольовий контроль недостатній для подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод на шляху до досягнення мети. Основним джерелом того, що відбувається з людиною визнаються зовнішні обставини. Причини, які полягають в собі, або заперечуються, або, що зустрічається досить часто, витісняються в підсвідомість. Переживання щодо власного «Я» супроводжуються внутрішнім напруженням. За шкалою «Самоприйняття», низькі значення вказують на загальний негативний фон сприйняття себе, на схильність сприймати себе надто критично. Симпатія до себе недостатньо виражена, виявляється епізодично. Негативна оцінка себе існує в різних формах: від опису себе в комічному світлі до самознищення.

За методикою М. Куна «Хто Я?», дана експериментальна група, ставить образ «Я-жінка» на 17-18 позицію, або зовсім цей образ відсутній.



Діаграма 1.

Наступний підетап – це здійснення аналізу показників за допомогою методики виміру самооцінки за Дембо-Рубінштейн та методики діагностики психічних складових (Г. Айзенка) у розлучених жінок.

Метою цього етапу дослідження було визначення емоційно-оціночної складової «Я-образу», а саме показники самооцінки особистості та визначення рівня психічних станів (табл. 2).

Середні показники методики діагностики психічних станів по групах досліджуваних (Г. Айзенк)

Група (період розлучення)	Шкали			
	Тривожність	Фрустрація	Ригідність	Агресивність
6 міс-1 рік	-	Вис. рівень	-	-
2-4 роки	Сер. рівень	Сер. рівень	Сер. рівень	Сер. рівень
5-7 років	-	-	Вис. рівень	Вис. рівень

Таблиця 2.

За методикою Дембо-Рубінштейн, жінки, які знаходяться у розлученні 6 міс-1 рік мають середню та низьку самооцінку. Досліджувані з періодом розлучення 2-4 роки мають завищену самооцінку та інші мають середній рівень самооцінки.

Наступний підетап – це здійснення аналізу показників за допомогою методики діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс та Р. Даймонда) у розлучених жінок.

Метою цього етапу дослідження було визначення поведінкової складової «Я-образу», для виявлення особливостей адаптаційного періоду особистості через інтегральні показники «адаптація», «самоприйняття», «прийняття інших», «емоційна комфортність», «інтернальність», «прагнення до домінування» та виявлення розбіжності між «Я-реальним та «Я-ідеальним» за методикою Т. Лірі.

За результатами усіх етапів дослідження за даною категорією досліджуваних, Ми маємо такі результати (табл.3, табл.4, табл. 5):

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Фактором змін «Я-образу» в структурі «Я-концепції» у жінок може виступати розлучення, а саме якщо у сім'ї фінансову функцію виконував тільки чоловік.

В результаті нашого емпіричного дослідження було виявлено, що чим більше період розлучення, тим збереженість «Я-жінка» у структурі «Я-образу» стає неважливою або зовсім відсутньою. Основним критерієм, який свідчить про те, що розлучення є фактором змін «Я-образу» це те, що в період перших місяців-одного

№	Категорія клієнтів: «розлученні» період	Тест Лірі («Я-реальне» та «Я-ідеальне»)							
		авторитарний	егоїстичний	агресивний	підозрілий	підкорюємий	залежний	дружелюбний	альтруїстичний
1.	6 міс.-1рік		+	+			+		
2.	2-4 роки		+				+		
3.	5-7 років	+		+	+				

року розлучення виникають такі особливості, як дезадаптація, неприйняття інших та себе, емоційний дискомфорт тощо. Крім того, виявлена тенденція, що свідчить про бажання відповідати загальноприйнятим нормам поведінки і взаємин з оточуючими людьми. Особистість схильна уникати відкритих відносин з самим собою; причиною може бути або недостатність навичок рефлексії, поверхневе бачення себе, або усвідомлене небажання розкривати себе, визнавати існування особистих проблем. Також виникають глибокі сумніви людини в унікальності своєї особистості, недооцінки свого духовного «Я». Подальше дослідження полягає в обґрунтуванні і перевірці експериментальним шляхом зміни Я-образу у жінок в інших складних життєвих обставинах: тимчасова інвалідність, безробіття, жінки-переселенці та інше.

Список використаних джерел

1. Збірник тез доповідей II Міжнародної курсантсько-студентської наукової конференції «Культура як феномен людського духу (багатогранність і наукове осмислення)» / Проблеми стресових ситуацій індивіда в молодому шлюбі. Психологія зради та розлучення / О.О. Куровський. – Львів : ЛДУ БЖД, 2013. – С. 288-291
2. Иксанова Л.П. Особенности отношений супругов, живущих в незарегистрированном браке // Психология XXI века: Международная межвузовская научно-практическая конференция студентов и аспирантов. / Л.П. Иксанова. – СПб, 2003. – С. 225-227.
3. Пузько В.И., Ушакова Е.Г. Кризис материнства как ценности в современном мире // Московский психотерапевтический журнал. / В.И. Пузько, Е.Г. Ушакова. – 2002. – № 3 – С. 18-30.

4. Филлипс Ч.Т. Неотделимость прав и обязанностей полов от взаимной обусловленности мужских и женских ролей в семье // Феминизм и семья / Ч.Т. Филлипс – М., 2002. – С. 125-130.
5. Maddock J.W. Families Before and After Perestroika. Russian and U.S. Perspectives / Maddock J.W., Hogan M.J., Antonov A.I., Matskovsky M.S. – NY, 1994. – 79 p.
6. Паджаковска К. Извращение / Пер. с англ. К.С. Дорохина. – М.: ООО «Издательство Проспект», 2002. – 78 с.
7. Дубас М.К. Підготовка молоді до сімейного життя: гендерний вимір // Гендер: реалії та перспективи в українському суспільстві: Всеукраїнська науково-практична конференція. Київ, 11-13 грудня 2003. / М. К. Дубас – К, 2003. – С. 228-230.
8. Леванова И.Л. Личностные особенности супругов из сексуально дезадаптированных пар / Вісник Харківського університету. Серія Психологія. // И. Л. Леванова. – 1999. – № 432. – С. 201-203.
9. Ковалев С.В. Психология современной семьи. / С.В. Ковалев – М., 1988. – 208 с.
10. Гуманізація навчально-виховного процесу: Збірник наукових праць. – Вип. ХІІ / За заг.ред. проф. В.І.Сипченка. / Суб'єктивне переживання розлучення як деструктивний чинник у професійній діяльності жінок-вихователів // Д. Зубцов – Слов'янськ: СДПУ, 2008. – С. 274-279.
11. Донець О.І. Особливості самосприйняття жінок після розлучення / О.І. Донець // Науковий журнал «Молодий вчений». – Херсон: «Гельветика», 2015. – № 2(17). – С.380-383
12. Holmes T. H. The social readjustment rating scale / T. H. Holmes, R. H. Rahe // Journal of Psychosomatic Research. – 1967. – Vol. 11. – P. 213-218.
13. Шнейдер Л. Б. Семейная психология: Учебное пособие для вузов / Л. Б. Шнейдер. – [2-е изд.]. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2006. – 768 с.
14. Гібнер С.М. Невротичні, особистісні й сексуальні розлади у розлучених одиноких чоловіків та їх психотерапевтична корекція: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. мед. наук: спец. 19.00.04 «Медична психологія» / С.М. Гібнер. – Х., 2006. – 18 с.
15. Ротенберг В.С. Поисковая активность и адаптация / В.С. Ротенберг, В.В. Аршавский. – М.: Наука, 1984. – 192 с.

Транслітераційний переклад списку використаних джерел

1. The collection of theses of reports II the International cadet and student's scientific conference «Culture as a phenomenon of human spirit (versatility and scientific judgment)» / Problems of stressful situations of the individual in young marriage. Psychology of treason and divorce / O.O. Kurovsky – Lviv: I LIE BZhD, 2013. – Page 288-291
2. Iksanova L.P. Features of the relations of the spouses living in the unregistered marriage // Psychology of the 21st century: International interuniversity scientific and practical conference of students and graduate students / L.P. Iksanova – Spb., 2003. – Page 225-227.

3. Puzko V. I., Ushakova E.G. Crisis of motherhood as values in the modern world // the Moscow psychotherapeutic magazine / V.I. Puzko, E.G. Ushakov – M., 2002. – №. 3 – Page 18-30.
4. Phillips Ch.T. Inseparability of the rights and duties was weeded here mutual conditionality of male and female roles in a family // by Feminism and a family / Ch.T. Phillips – M., 2002. – Page 125-130.
5. Maddock J.W. Families Before and After Perestroika. Russian and U.S. Perspectives / Maddock J.W., Hogan M.J., Antonov A.I., Matskovsky M.S. – NY., 1994. – 79 p.
6. Padzhakovska K. The perversion / Lane with English K.S. Dorokhina // K. Padzhakovska – M.: LLC Publishing House Prospectus, 2002. – 78 pages.
7. Dubas M.K. Training of youth for family life: gender measurement // Gender: realities and prospects in the Ukrainian society: All-Ukrainian scientific and practical conference. Kiev, on December 11-13, 2003. / M.K. Dubas – K., 2003. – Page 228-230.
8. Levanova I.L. Personal features of spouses from sexually deadadapted couples / messenger of Kharkiv university. Psychology series // I.L. Levanova – Kh., 1999. – №. 432. – Page 201-203.
9. Kovalyov S.V. Psychology of a modern family / S.V. Kovalyov – M., 1988. – 208 pages.
10. Humanization of teaching and educational process: Collection of scientific works. – release XLI / For zag.red. professional V.I. Sipchenka / Subjective experience of a divorce as a destructive factor in professional activity of female tutors // D. Zubtsov – Sloviansk: SDPU, 2008. – Page 274-279.
11. Donets O.I. Features self-perception women after the divorce / O.I. Donets // Scientific magazine «Young Scientist». – Kherson: Gelvetika, 2015. – №. 2(17). – Page 380-383
12. Holmes T.H. The social readjustment rating scale/ T.H. Holmes, R.H. Rahe // Journal of Psychosomatic Research. – 1967. – Vol. 11. – Page 213-218.
13. Schneider L.B. Family psychology: Manual for higher education institutions/ L.B. Schneider. – [2nd prod.]. – M.: Academic Project; Yekaterinburg: Business book, 2006. – 768 pages.
14. Gibner S.M. Neurotic, personal and sexual frustration at the divorced lonely men and their psychotherapeutic correction: avtoref. yew. on receiving sciences. degrees edging. medical sciences: special 19.00.04 «Medical psychology» / S.M. Gibner. – X., 2006. – 18 pages.
15. Rotenberg V.S. Search activity and adaptation / V.S. Rotenberg, V.V. Arshavsky – M.: Science, 1984. – 192 pages.

Кулікова А.О. Развод как фактор изменений «Я-Образа» у женщин

В статье представлены теоретический и эмпирический анализ проблемы развода, как фактора изменений Я-образа у женщин. Развод - разрыв брака - согласно исследованиям занимает одно из первых мест по шкале стрессов. Это кризисное время в жизни семьи, когда разрушаются отношения пары, когда двое вследствие семейных конфликтов и в осознание эмоциональной отчужденности, решают расстаться, чтобы

жить порознь или возобновить поиски личного счастья. Ситуация развода связана с тяжелыми эмоциональными переживаниями, с изменением образа «Я-женщина», снижением самооценки, возникает недоверие к противоположному полу, формируются новые страхи, характерным является нестабильное эмоциональное состояние, аффективные реакции, возможная дезадаптация.

Ключевые слова: *Я-образ, развод, изменения, дезадаптация, эмоциональные переживания, сложные жизненные обстоятельства, самооценка*

Kulikova A.O. Divorce as a factor of changes in self-image of women

The paper presents a theoretical and empirical analysis of divorce as a factor of change in self-image of women. Recent studies reflect the critical state of the institution of marriage, the manifestations of which are negative indicators reproduction, reducing the number of marriages, the high frequency-marital relationships (adultery), the constant increase in the number of divorces and broken families, increased popularity of «alternative» forms of marriage (gay, open, family-single, marriage of the distance, etc.), increased tolerance to various options neoseksualnyh practices and others. Divorce - marriage break - according to research is one of the first places on the scale of stress. This is a time of crisis in family life when couples crumbling relationship when two due to family conflicts or awareness of emotional detachment, decided to leave to live apart or to resume the search for personal happiness. Restriction or gap interpersonal relationships, personal expectations violate the normal course of life and can be one of the causes of social and psychological desadaptation. Divorce itself consists of several stages: the emergence of thoughts about divorce, decision-making, application and legal divorce divorce situation associated with severe emotional experiences, with changing the image of «I am Woman», lower self-esteem, there is a distrust of the opposite sex, generated new fears characteristic is unstable emotional state, affective reactions possible exclusion and so on.

Keywords: *Self-image, divorce, changed, desadaptation, emotional distress, complex life circumstances, Difficult life circumstances, self-concept*