

УДК 159.9.072
DOI: 10.15421/102908

Скворцов С. Ю.,

старший викладач кафедри загальної та соціальної психології
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
ORCID ID: 0009-0002-7278-0221
psistud@i.ua

Знанецька О. М.,

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної та соціальної психології
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
ORCID ID: 0000-0001-6075-6537
znanetska@i.ua

Іванова Т. В.,

старший викладач кафедри загальної та соціальної психології
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
ORCID ID: 0009-0004-0824-2255
thurbo@ukr.net

ОСОБЛИВОСТІ ПОДРУЖНІХ ВІДНОСИН У ЖІНОК З РІЗНИМ РІВНЕМ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ Я

PECULIARITIES OF MARITAL RELATIONS IN WOMEN WITH DIFFERENT LEVELS OF SELF-DIFFERENTIATION

Анотація. У статті наведені результати теоретичного обґрунтування та емпіричного дослідження особливостей подружніх відносин у жінок з різним рівнем диференціації Я. Гіпотеза дослідження полягала в тому, що респондентам з високим рівнем диференціації Я менш властива схильність до залежності від зовнішньої оцінки та чужої думки, позиція веденого, схильність до поступливості, невпевненість у власній думці. У респондентів з вищим рівнем диференціації Я достовірно вищі значення авторитетності в подружніх відносинах, вони більше схильні до поваги партнера, визнання його думки та рішень. Низький рівень диференціації Я призводить до формування деструктивної залежності від шлюбного партнера. Ця гіпотеза була перевірена на вибірці із 47 жінок за допомогою статистичної обробки результатів психодіагностичного опитування респондентів за опитувальником Его-диференціації Е. Скоурон та М. Фрідлендер (Differentiation of Self Identity (DSI)), «Тестом профілю відносин» Р. Борнштейна (Relationship Profile Test (RPT)) та опитувальником «Розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність» А. Н. Волкової. Результати емпіричного дослідження показали наявність статистично значущих відмінностей між групами респондентів з різним рівнем диференціації Я та наявність статистично значущих взаємозв'язків між загальним рівнем диференціації Я та його окремих показників із деструктивною надзалежністю. Також встановлені взаємозв'язки такого показника диференціації Я, як емоційний розрив, із розумінням, емоційним тяжінням та авторитетністю шлюбного партнера. Отримані результати допомагають по-новому подивитися на проблему вимушеного розриву подружніх стосунків багатьох українських сімей внаслідок еміграції, зумовленої військовою агресією.

Ключові слова: диференціація Я, сімейна система, подружні стосунки, емоційний розрив, деструктивна надзалежність.

Abstract. The article presents the results of the theoretical substantiation and empirical study of the characteristics of marital relations in women with different levels of Self-differentiation. The

research hypothesis was that respondents with a high level of Self-differentiation are less prone to dependence on external evaluation and other people's opinions and the position of the subordinate, a tendency to compliance, lack of confidence in one's own opinion. Respondents with a higher level of Self-differentiation have significantly higher values of authority in marital relations, they are more inclined to respect their partner, to recognize his/her opinion and decisions. A low level of Self-differentiation leads to the formation of destructive dependence on the marriage partner. This hypothesis was tested on a sample of 47 women with the help of statistical processing of the results of psychodiagnosis of respondents using the following methods: «Differentiation of Self Identity (DSI)» by E. Skovron and M. Friedlander; «Relationship Profile Test (RPT)» by R. Bornstein and the questionnaire "Understanding, Emotional Attraction, Authority" by A. N. Volkova. The results of the empirical study showed the presence of statistically significant differences between groups of respondents with different levels of Self-differentiation and the presence of statistically significant relationships between the general level of Self-differentiation and its individual indicators with destructive overdependence. Interrelationships of such an indicator of Self-differentiation as an emotional gap with understanding, emotional attraction and the authority of a marriage partner have also been established. The obtained results help to look in a new way at the problem of marital relations forced breakup of many Ukrainian families as a result of emigration caused by military aggression.

Key words: Self-differentiation, family system, marital relations, emotional breakup, destructive overdependence.

Постановка проблеми. З початком російської агресії проти України значна кількість українських громадян і насамперед жінок з дітьми виїхала за кордон. Тим самим відбувся вимушений розрив подружніх відносин, який значною мірою ускладнений стресовими військовими факторами. Для тих, хто залишився в країні – це постійна загроза обстрілів, а для тих, хто виїхав за кордон – це необхідність звикати до нових соціально-економічних та культурних умов чужої країни.

Жінка порівняно з чоловіком зазвичай має більшу потребу відчувати себе частиною «ми», хоча сім'я є не єдиною групою, в якій жінка шукає опору і де вона може реалізувати свої цінності та цілі. Проте саме сімейна сфера стає особливо важливою для жінок, які опинилися в умовах вимушеної еміграції.

Якість подружніх відносин багато в чому залежить від рівня особистісної автономії жінки та її вміння вибудовувати надійні стосунки з партнером.

З теоретичної точки зору багато питань, які безпосередньо торкаються якості шлюбу, недостатньо розроблені, а саме поняття якості подружніх відносин та їх взаємозв'язок з такими факторами, як диференціація Я та особистісна автономія.

Мета статті. Теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження особливостей подружніх відносин у жінок з різним рівнем диференціації Я.

Виклад основного матеріалу дослідження. Поняття «диференціація-Я» є основним у концепції М. Боуена, який стверджує, що життя індивіда регулюється емоційною та інтелектуальною системами, причому вплив емоційної системи на вчинки індивіда є вищим, ніж інтелектуальної. У найзагальнішому сенсі диференціація Я – це здатність відокремлювати думки від емоцій та керуватися інтелектуальними функціями, а не емоціями при вирішенні проблем у ситуаціях підвищеної стресогенності та тривоги (М. Bowen, 1978). Чим нижчий рівень диференціації Я у людини, тим менше вона здатна робити такі розрізнення, і чим вища диференціація Я, тим краще функціонують люди. Вони гнучкіші, більш адаптивні до стресів і вільні від усіх видів проблем (М. Bowen, 1978) [1].

Згідно з концепцією Боуена, пари утворюють люди зі схожим рівнем диференціації Я. Диференціація Я в парі – це здатність бути окремою особистістю, зберігаючи зв'язок з оточенням, або здатність сепаруватися, зберігаючи близькі відносини. Рівень

диференціації Я подружжя впливає на відносини всередині сім'ї, які у свою чергою можуть відбиватися на психологічному та фізіологічному розвитку дітей і в такий спосіб передаватися від покоління до покоління.

Інші дослідники пов'язують поняття «диференціація Я» з процесом сепарації та індивідуації в юнацькому віці. Ступінь диференціації / індивідуації шлюбних партнерів досягається ними ще в юнацькому віці і, ймовірно, є результатом досвіду їх дорослішання у власних сім'ях. Як сімейна система, так і перспективи розвитку особистості взаємозалежні в тому сенсі, що процес індивідуації та формування ідентичності включає дві системи координат – зусилля індивіда для відокремлення від сім'ї, походження і вплив цих зусиль на формування ідентичності (R. Sabatelli, A. Mazor, 1985) [4].

Людина з гарним рівнем диференціації Я може розрізнити те, що вона думає, і те, що вона відчуває, навіть в умовах високого рівня тривоги. Людині ж з низьким рівнем диференціації Я досить впливу навіть слабкого стресора, щоб емоційна та інтелектуальна системи злилися в єдину масу, позбавивши її здатності до автономного функціонування. Людина входить у відносини з партнером зі схожим рівнем диференціації Я, і це виявляється потім у рівні збалансованості спільності та індивідуації у взаєминах у парі.

Диференціація Я в моделі М. Боуена характеризується поєднанням інтрапсихічних характеристик та особливостей міжособистісної взаємодії (E. Skowron, 2000) [5]. Інтрапсихічні властивості відображають здатність індивіда розрізнити емоційну та раціональну системи в собі, а також ступінь довільності та саморегуляції, з якою він може функціонувати, спираючись на ту чи іншу систему.

Згідно з дослідженнями Е. Скоурон та М. Фрідлендер, конструкт «диференціація Я» включає інтрапсихічні характеристики, такі як емоційна реактивність і Я-позиція, та інтерперсональні характеристики, такі як схильність до злиття з іншими та до емоційного розриву (E. Skowron, M. Friedlander, 1998) [7].

Інші дослідження підтверджують внутрішньоособистісний і міжособистісний характер структури диференціації-Я, тобто здатності до саморегуляції афекту та здатності регуляції балансу спільності / індивідуації у взаємодії. Причому у партнерів такий аспект диференціації Я, як Я-позиція, має однаковий рівень, тоді як жінки демонструють вищий рівень емоційної реактивності та злиття з іншими (O. Peleg, M. Yitzhak, 2011) [3].

Сучасні дослідження підтверджують зв'язок характеристик диференціації Я з якістю подружніх відносин та благополуччям у парі (E. Skowron, A. Dendy, 2004) [6]. Так, емоційна реактивність та Я-позиція як інтрапсихічні характеристики диференціації Я, з одного боку, і схильність до злиття та емоційних розривів як інтерперсональні – з іншого, визначають якість подружніх відносин та злагоду в парі. Пари з вищим рівнем диференціації Я демонструють вищий рівень задоволеності шлюбом, тоді як емоційна реактивність та емоційний розрив, своєю чергою є предикторами подружніх розбіжностей та дистресу (E. Skowron, M. Friedlander, 1998) [7]. При низькій диференціації Я у подружжя частіше проявляється емоційне зараження як реакція на негативні прояви партнера, а також менше відчуття загальної задоволеності в поточній подружній взаємодії. Рівень диференціації Я кожного з подружжя є основним для його здатності досягати близькості та взаємності у шлюбі (C. Gubbins, L. Perosa, 2010) [2].

Низька диференціація Я як сімейна характеристика, це, іншими словами, надблизькість і порушення кордонів, залежність емоційного стану кожного члена сім'ї від одного й того самого фактору сімейної атмосфери, емоційна злитість і ригідність сімейних патернів, її низька здатність до розвитку як системи. Надблизькість недиференційованих членів сім'ї виявляється в надмірній вразливості, чутливості до різних

проявів неухаги з боку партнера, у постійній спрямованості на те, щоб «знати» повністю переживання та думки партнера. Такі партнери сильно залежать одне від одного і лякаються змін в іншій людині, перешкоджаючи або ігноруючи ці зміни; їх реакції одне на одного відрізняються крайнощами – або надмірно заряджені, або ж, навпаки, занадто мляві; вони часто спотворено розуміють одне одного, невпевнені в собі, надто емоційно напружені; стосовно важливих питань шлюбу вони часто займають відсторонену чи надмірно жорстку позицію.

Пари, які менше злилися, мають більшу індивідуальність, менше залежать від шлюбних відносин, більш толерантні до відмінностей партнера, не бояться обговорювати широкий спектр особистих і емоційних проблем. Таким чином, чим вищий рівень диференціації Я шлюбних партнерів – здатність володіти своїм емоційним станом, диференціювати думки від почуттів, діяти з позиції своїх справжніх переконань та цінностей, – тим вища здатність до функціональної взаємодії в парі, підтримання оптимального балансу спільності – індивідуальності у відносинах, і тим вища якість подружніх відносин та рівень благополуччя сім'ї.

Для проведення дослідження застосовано такі методики: для визначення рівня диференціації Я використано опитувальник Его- диференціації Е. Скуорон та М. Фрідлендер, у перекладі О. Ю. Чеботарьової (Differentiation of Self Inventory (DSI)); для визначення рівня міжособистісної залежності використана методика «Тест профілю відносин» Р. Борнштейна (Relationship Profile Test (RPT)); для визначення особливостей спілкування в парі – опитувальник «Розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність» А. Н. Волкової.

Обробка емпіричних даних здійснювалася за допомогою критерію Манна-Уїтні та коефіцієнта кореляції Спірмена в програмі SPSS 23.0.

У дослідженні взяли участь 47 жінок у віці від 34 до 59 років ($M = 41,7$), які перебувають у шлюбі та виховують дітей підліткового віку. Середні значення показників цієї групи проілюстровані на рис. 1.

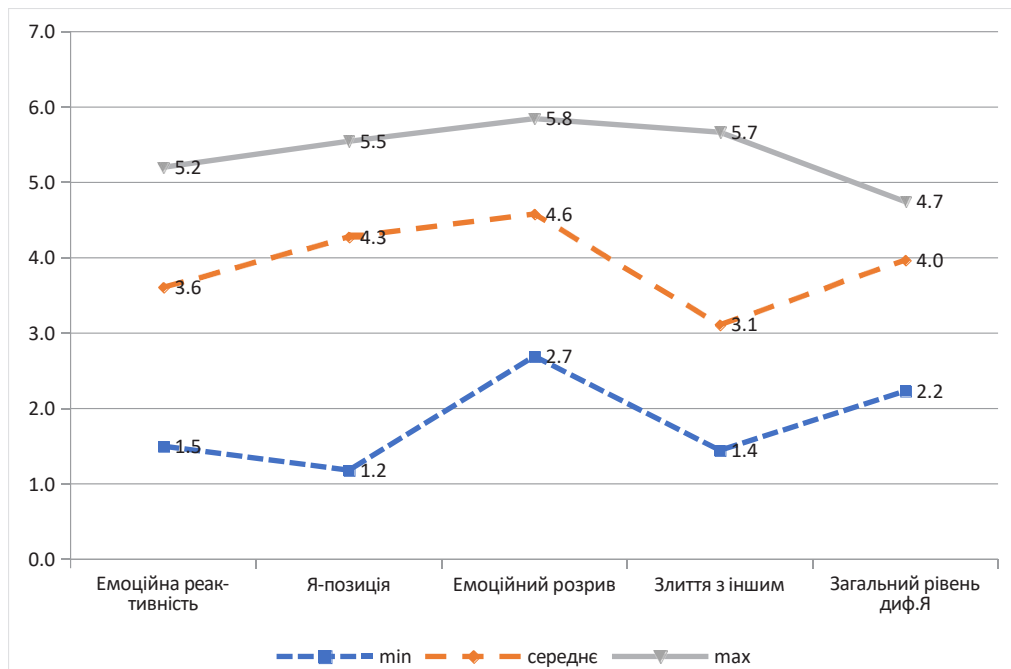


Рис. 1. Середні показники диференціації Я за вибіркою дослідження

Якщо говорити про загальний рівень диференціації Я, то сумарний показник диференціації Я за результатами опитувальника Его-диференціації Е. Скоурон та М. Фрідлендер перебуває в межах нормативних значень (діапазон нормативних (3,1–4,4 бала)).

Щодо тестових норм єдиною шкалою, де результати нижчі від середнього (але також у нормативному варіанті), виділяється шкала «Злиття з іншим» (зворотна шкала). Це свідчить про тенденцію до меншої диференційованості, про дещо більш виражену тенденцію до злиття, ніж у середньому.

Деяким респондентам складніше вдається встановлювати та підтримувати особисті межі, вони можуть демонструвати залежність від зовнішньої оцінки та від чужої думки, їм складніше поділяти власні думки та почуття.

За іншими шкалами результати виявляються трохи вищими за середні, але не є надмірно вираженими. Це свідчить про те, що респонденти загалом можуть справлятися з незавершеними емоційними уподобаннями, мають хорошу здатність покладатися на себе, свої ідеї та свої рішення; відносно здатні зберігати автономність у ситуаціях взаємодії з іншими людьми, хоча іноді їм важко впоратися з власним емоційним станом у ситуаціях стресу; чутливі до емоційних впливів.

За результатами «Тесту профілю відносин» Р. Борнштейна були отримані середні значення за всіма трьома шкалами: «Деструктивна надзалежність», «Дисфункціональне відокремлення» та «Здорова залежність». Аналіз результатів за методикою «Розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність» показав, що більшість відповідей перебуває вище за середній показник методики, це свідчить про те, що партнери переважно демонструють позитивні міжособистісні характеристики взаємодії.

На наступному етапі обробки та аналізу результатів вибірка респондентів була поділена на дві частини за рівнем диференціації Я (опитувальник Его-диференціації Е. Скоурон та М. Фрідлендер). Критерієм поділу вибірки є середнє за загальним рівнем диференціації (4,0). У групі з високим рівнем диференціації Я виявили нижчі середні значення за всіма шкалами «Тесту профілю відносин» Р. Борнштейна. Перевірка достовірності відмінностей за критерієм Манна-Уїтні показала, що статистично достовірними вважатимуться відмінності за шкалою «Деструктивна надзалежність».

Таблиця 1

Порівняння показників профілю відносин у групах досліджуваних з різним рівнем диференціації Я

	Деструктивна надзалежність	Дисфункціональне відокремлення	Здорова залежність
Низький рівень диференціації (n=19)	32,5	31,9	37,1
Високий рівень диференціації (n=28)	23,6	30,1	36,2
U-Манна-Уїтні	71,0	215,5	235,5
Рівень значущості	0,001**	0,410	0,710

* Відмінності достовірні на рівні $p < 0,05$.

** Відмінності достовірні на рівні $p < 0,01$.

Отримані результати свідчать про те, що для респондентів з високим рівнем диференціації Я меншою мірою характерна схильність до залежності від зовнішньої оцінки та чужої думки, позиція веденого, схильність до поступливості, невпевненість у власній думці та рішеннях, порівняно з респондентами з низьким рівнем диференціації Я.

Таблиця 2

Порівняння показників розуміння, емоційного тяжіння та авторитетності у групах з різним рівнем диференціації Я

	Розуміння	Емоційне тяжіння	Авторитетність (повага)
Низький рівень диференціації (n=19)	25,8	21,8	16,7
Високий рівень диференціації (n=28)	26,1	22,3	18,2
U-Манна-Уїтні	233,5	239,5	161,5
Рівень значущості	0,674	0,777	0,037*

* Відмінності достовірні на рівні $p < 0,05$.

** Відмінності достовірні на рівні $p < 0,01$.

Статистичний аналіз відмінностей між групами з різним рівнем диференціації Я показав, що відмінності достовірні за показником «авторитетність (повага)». У групі з вищим рівнем вищим є середнє значення поваги до чоловіка, і це говорить про те, що респонденти цієї групи вважають думку свого партнера важливою і значущою при прийнятті рішень, радяться з ним, звертаються за потреби по допомогу і т. д.

Таблиця 3

Кореляції показників диференціації Я з показниками якості подружніх відносин

	Емоційна реактивність	Я-позиція	Емоційний Розрив	Злиття з іншим	Загальний рівень Диференціації Я
Деструктивна надзалежність	-0,550**	-0,548**	-0,249	-0,449**	-0,653**
Дисфункціональне відокремлення	-0,163	0,143	-0,234	-0,056	-0,204
Здорова залежність	-0,044	0,099	0,205	-0,158	0,006

* Кореляційний зв'язок значущий на рівні $p < 0,05$.

** Кореляційний зв'язок значущий на рівні $p < 0,01$.

Згідно з результатами, наведеними в табл. 3, загальний рівень диференціації Я» зворотно пов'язаний із загальним рівнем дисфункціональної надзалежності. Також дисфункціональна надзалежність негативно корелює з емоційною реактивністю, Я-позицією та злиттям з іншими. Висока диференціація, таким чином, перешкоджає формуванню залежності від партнера. Хоча слід зазначити, що висока диференціація означає формування здорової залежності, адже кореляції між диференціацією Я та здоровою залежністю виявилися близькими до нуля. Звідси можна дійти висновку в тому, що високий рівень диференціації Я перешкоджає виникненню хворих відносин. Так, якщо подружжя демонструє зайве злиття одне з одним, це може спричинити надмірну залежність і несамоствореність.

Таблиця 4

Кореляції параметрів диференціації Я з особливостями взаємодії в сім'ї

	Емоційна реактивність	Я-позиція	Емоційний розрив	Злиття з іншим	Загальний рівень Диференціації Я
Розуміння	0,067	0,149	0,344*	-0,066	0,172
Емоційне тяжіння	0,118	0,058	0,481**	-0,192	0,174
Авторитетність (повага)	0,146	0,168	0,193	0,146	0,214

* Кореляційний зв'язок значущий на рівні $p < 0,05$.

** Кореляційний зв'язок значущий на рівні $p < 0,01$.

Кореляційний аналіз показав, що як різні компоненти, так і загальний рівень диференціації Я порівняно слабо пов'язані з розумінням, емоційним тяжінням і авторитетністю. Винятком є шкала емоційного розриву опитувальника диференціації Я, яка пов'язана з розумінням і емоційним тяжінням. Такий взаємозв'язок можна пояснити тим, що обидві шкали – і емоційного тяжіння, і емоційного розриву – відображають подібні феномени, що стосуються ставлення шлюбних партнерів одне до одного, їх прихильності чи дистанціювання.

Висновки з проведеного дослідження. Респондентам з високим рівнем диференціації Я менш властива схильність до залежності від зовнішньої оцінки та чужої думки, позиція веденого, схильність до поступливості, невпевненість у власній думці. У респондентів з вищим рівнем диференціації Я достовірно вищі значення авторитетності в подружніх відносинах, вони більш схильні до поваги партнера, визнання його думки, рішень.

Існує зв'язок між якістю подружніх відносин та рівнем диференціації Я. Високо диференційовані подружжя відрізняються розвиненою зрілістю, вмінням позитивно ставитися до сімейного життя, самостійно долати труднощі. При високій диференціації Я партнери менше схильні до злиття один з одним і формування дисфункціонально залежних відносин. Висока диференціація Я перешкоджає формуванню залежності від партнера, потурання його негативним сторонам, хоча це не означає формування здорової залежності.

Обмеженням нашого дослідження можна вважати порівняно невелику вибірку і проведення дослідження лише за участі одного партнера з подружжя. Проте результати дослідження можуть бути застосовані в сімейній терапії, спрямованій на підвищення якості взаємовідносин подружніх пар, які опинилися в складних умовах вимушеного розриву сім'ї, в індивідуальній терапії та консультуванні, а також у процесі реалізації програм професійної освіти сімейних психологів.

Література:

1. Bowen, M. Family Therapy in Clinical Practice / M. Bowen. Northvale, NJ: Jason Aronson Inc., 1978.
2. Gubbins, C. A., Perosa, L. M., Bartle-Haring, S. Relationships between married couples' self-differentiation / individuation and gottman's model of marital interactions // Springer Science+Business Media, LLC 2010. P. 383–396.
3. Peleg, O., Yitzhak, M. Differentiation of self and separation anxiety: Is there a similarity between spouses? // Contemporary Family Therapy. 2011. Vol. 33. № 1. P. 25–36.
4. Sabatelli, R. M., Mazor, A. Differentiation, individuation, and identity formation: The integration of family system and individual developmental perspectives // Adolescence. 1985.
5. Skowron, E. A. The role of differentiation of self in marital adjustment // Journal of counseling Psychology. 2000. Vol. 47. № 2. 229 p.
6. Skowron, E. A., Dendy, A. K. Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control // Contemporary family therapy. 2004. Vol. 26. № 3 P. 337–357.
7. Skowron, E. A., Friedlander, M. L. The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation // Journal of counseling psychology. 1998. Vol. 45. № 3. 235 p.

References

1. Bowen, M. Family Therapy in Clinical Practice / M. Bowen. Northvale, NJ: Jason Aronson Inc., 1978.
2. Gubbins, C. A., Perosa, L. M., Bartle-Haring, S. Relationships between married couples' self-differentiation / individuation and gottman's model of marital interactions // Springer Science+Business Media, LLC 2010. P. 383–396.

3. Peleg, O., Yitzhak, M. Differentiation of self and separation anxiety: Is there a similarity between spouses? // Contemporary Family Therapy. 2011. Vol. 33. № 1. P. 25–36.
4. Sabatelli, R. M., Mazor A. Differentiation, individuation, and identity formation: The integration of family system and individual developmental perspectives // Adolescence. 1985.
5. Skowron, E. A. The role of differentiation of self in marital adjustment // Journal of counseling Psychology. 2000. Vol. 47. № 2. 229 p.
6. Skowron, E. A., Dendy, A. K. Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control // Contemporary family therapy. – 2004. Vol. 26. № 3. P. 337–357.
7. Skowron, E. A., Friedlander, M. L. The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation // Journal of counseling psychology. 1998. Vol. 45. № 3. 235 p.