

Цьомик Х. Б.

*аспірант кафедри теоретичної та консультативної психології  
Українського державного університету  
імені Михайла Драгоманова***РІВЕНЬ ДОВІРИ ЯК КОНСТРУКТ ЕМОЦІЙНО-ПОЧУТТЄВОГО ПАРАМЕТРУ  
ЕМОЦІЙНОЇ ЗНАЧУЩОСТІ ПОДРУЖНИХ ВЗАЄМИН У ЦИКЛІ  
СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ****THE LEVEL OF TRUST AS A CONSTRUCT OF EMOTIONAL AND SENSORY  
PARAMETER OF EMOTIONAL SIGNIFICANCE OF MARITAL RELATIONS  
IN THE CYCLE OF FAMILY LIFE**

**Мета** – дослідити емпірично та теоретично проаналізувати довіру як конструкт емоційно почуттєвого параметру емоційної значущості подружніх взаємин та визначити рівень довіри у циклі сімейного життя. **Методи.** Для дослідження рівня довіри використовувався авторський опитувальник «Ступінь довіри між подружніми партнерами». В дослідженні враховувався стаж подружнього життя партнерів. В дослідженні взяло участь 153 сім'ї. Дослідницький контингент було розподілено у різні експериментальні групи за стажем сімейного життя: 1) сім'ї з невеликим стажем спільного життя 0–6 років (молоді сім'ї) – 51 пара; 2) 51 сім'я з стажем сімейного життя 7–15 років (сім'ї з помірно тривалим стажем подружнього життя); 3) 51 сім'я з довготривалим стажем більше 16 років (зрілі сім'ї). **Результати.** У дослідженні було виявлено, що у більшості молодих сімей є низький (автономний) рівень довіри, що свідчить здебільшого про її відсутність, з аналізу опитувальника найчастіше причиною цього є ревності. У сімей з середнім стажем подружнього життя середній (симбіотичний) рівень довіри між партнерами, це сигналізує що на цьому періоді пари достатньо впевнені у надійності свого партнера, готові до так званої «фільтрованої» відвертості, яка сприяє тому, щоб не зашкодити своєму партнерові та не зіпсувати взаємини. У більшості зрілих сімей переважає високий (залежний) рівень довіри, що у нашому розумінні є не завжди комфортним і трактується як «сліпа довіра» і прирівнюється до того різновиду довіри, коли особистість довіряє іншому більше ніж собі, що може бути несприятливим для її емоційному стану у випадку зради чи обману з боку партнера. **Висновки.** Отже, за підсумками дослідження ми можемо стверджувати, що рівень довіри у циклі подружнього життя є різний, що спричинене як тривалістю спільно прожитих років так і іншими факторами які впливають на сімей у різний період їхнього подружнього життя.

**Ключові слова:** сім'я, надійність, відвертість, безпека, «сліпа довіра», взаємність.

**The purpose** is to empirically and theoretically analyze trust as a construct of the emotional parameter of the emotional significance of marital relations and to determine the level of trust in the family life cycle. **Methods.** To study the level of trust, the author's questionnaire "Degree of Trust between Marital Partners" was used. The study took into account the length of marital life of the partners. The study involved 153 families. The study population was divided into different experimental groups according to the length of family life: 1) families with a short experience of living together for 0-6 years (young families) – 51 couples; 2) 51 families with a family life experience of 7–15 years (families with a moderately long experience of married life); 3) 51 families with a long experience of more than 16 years (mature families). **Results.** The study found that most young families have a low (autonomous) level of trust, which indicates mostly its absence, and according to the questionnaire analysis, jealousy is the most common reason for this. Families with an average length of married life have an average (symbiotic) level of trust between partners, which signals that at this stage couples are sufficiently confident in the reliability of their partner, ready for the so-called "filtered" frankness, which helps not to harm their partner and not to spoil the relationship. In most mature families, a high (dependent) level of trust prevails, which in our understanding is not always comfortable and is interpreted as "blind trust" and is equated with the type of trust when a person trusts another more than himself or herself, which can be unfavorable for his or her emotional state in case of betrayal or deception by a partner. **Conclusions.** Thus, based on the results of the study, we can state that the level of trust in the cycle of marital life is different, which is caused by both the length of years lived together and other factors that affect families at different periods of their married life.

**Key words:** family, reliability, openness, security, "blind trust", reciprocity.

**Вступ.** Період воєнних подій які відбуваються в Україні, на жаль, супроводжується також проблемними процесами в інституті сім'ї: зростання кількості розлучень, погіршенням якості міжособистісних стосунків і задоволеності шлюбом, послабленням виконання сімейних функцій партнерами, а найголовніше зниженням або зникненням емоційної значущості подружніх взаємин. Так як щасливі сімейні стосунки, незважаючи на різного роду кризові аспекти в світовому просторі, залиша-

ються в пріоритеті у більшості громадян, потрібно докласти максимального зусиль психологам, щоб сприяти цьому за будь-яких умов.

**Теоретичне обґрунтування проблеми.** Нашою метою є теоретично проаналізувати та емпірично дослідити рівень довіри у сімей з різним стажем подружнього життя як одного з конструктів емоційно-почуттєвого параметру емоційної значущості подружніх взаємин.

Важливим аспектом у гармонізації сім'ї є саме емоційна значущість подружніх взаємин – це надання

подружнім стосункам специфічної комбінації переживань, що визначатиме їх ціннісно-смыслову наповненість та сприятиме партнерській близькості, турботі та єднанню. Цей феномен складається з трьох параметрів, а саме: емоційного, мотиваційного та конативного, кожен з них має свою наповненість (конструкції), які загалом сприяють симбіотичному рівню емоційної значущості подружніх взаємин.

У нашій статті ми б хотіли детальніше зупинитися на одному з конструктів емоційного параметру – довірі. Впродовж усієї історії людства довіра вважається основою всіх соціальних інститутів, у тому числі сім'ї. Професор психології Дж. Готтман вважає, що побудова подружніх взаємин є неможливою за відсутності довіри. Вчений вважає, що довіра в парі — це відчуття повного спокою, відкриті взаємини, які побудовані на впевненості в чесності й порядності іншої людини щодо іншої [10]. Сутність довіри як соціально-психологічного явища розкривається у ставленні людини до різних об'єктів або фрагментів світу. Таке ставлення представлене людині в її переживаннях. Якщо в процесі ціннісного ставлення до об'єкта і переживання зв'язків із ними в людини з'являється оцінка об'єкта як значимого й одночасно безпечного для нього, то в цьому випадку виникає довіра. Довіра супроводжує всі кращі сторони нашого буття – прихильність, дружбу, любов. Довіра в житті людини виконує такі функції: – виступає умовою цілісної взаємодії людини зі світом; сприяє злиттю минулого, сьогодення та майбутнього в цілісний процес життєдіяльності; сприяє виникненню ефекту цілісності особистості; з її допомогою встановлюється міра відповідності власної поведінки, прийнятого рішення, цілей і поставлених завдань світові й самому собі.

Для наявності емоційної значущості подружніх взаємин є необхідним щоб стосунки носили довірчих характер, а саме базувалися на вірі в порядність, чесність й обов'язковість сторін та не виключали поняття обману. Як відомо, саме довіра є фундаментальною основою, а також надбудовою всіх соціальних відносин.

Соціально-психологічні функції феномену довіри у психологічній науці почали досліджувати досить пізно. До найпомітніших розвідок належать праці В. Сафонова і Є. Хорошилової. Автори найголовнішою функцією довіри вважає обмін значущими думками і почуттями на основі віри та довіри до партнера. Як ключові функції довіри вчені виокремлюють три: 1) функція психологічного розвантаження; 2) функція зворотного зв'язку в процесі самопізнання; 3) функція психологічного зближення і поглиблення взаємин [6]. Б. Ломов, вивчаючи соціально-психологічні функції довіри, виокремлює цілий їх ряд, але всі вони стосуються процесу міжособистісного довірчого спілкування і зводяться до інформаційної функції [1].

В. Куніцина дійшла висновку, що соціально-психологічна функція довіри полягає у розвитку довірливості, а функція довірливості – це соціальне навчання [2]. Т. Скрипкіна головною функцією довіри

вважає адаптаційну. Особливість цього підходу полягає в тому, що автор пов'язує в єдине довіру до світу й довіру до себе, наполягає на необхідності їх обов'язкової відповідності та вводить, що перевага довіри до себе є показником слабкої адаптивності [3].

Сутність довірчих стосунків, які підсилюють саме емоційну значущість подружніх взаємин, зводиться до переживання актуальної значимості (цінності) й надійності об'єкта, з яким передбачається взаємодія. Ж. Маклайн стверджував, що довірчі стосунки виникають за певних умов, які можна класифікувати таким чином: 1. Довіру до іншого можна розглядати як окреме бачення довіри до світу. 2. Довіра виникає тоді, коли існує готовність до її прояву хоча б в одного з двох взаємодіючих людей. Така готовність формується, якщо людина (інша) є значимою, надійним і безпечним партнером. Якщо хоча б одна з названих рис (значимість, надійність, безпека) відсутня у партнера, то це істотно впливає на основні характеристики довіри (міра, глибина, тема, тривалість, інтенсивність і т. д.). 3. Людина одночасно звернена у світ й у себе, тобто людина довіряє, з одного боку світові, а з іншого – самій собі. Той, хто не боїться довіряти собі, здатний довіряти й іншим. Таким чином, умовою виникнення довіри до інших є довіра до себе. 4. Існуючий рівень довіри, тобто співвідношення її основних характеристик, проявляється на емоційно-ціннісному, поведінковому й когнітивному рівнях. 5. У будь-якому вигляді спілкування завжди присутня міра взаємності. Відомо, що людина орієнтується на свої стосунки з іншими, розраховуючи на взаємність, таке прагнення називають “презумпцією взаємності”. Повна взаємна довіра виникає в житті дуже рідко. Людина лише припускає, що інші теж переживають довіру, але ці припущення життя часто спростовує. Невідповідність партнерів щодо, наприклад, видів установок до інших людей, їхніх цінностей, рис характеру (підозрілість, агресивність, прагнення домінувати і т. д.), соціально-психологічних особливостей спілкування (статуси, ролі, історія їхніх відносин, глибина знайомства і суб'єктивної значимості один для одного тощо), об'єктивних умов взаємодії, порушує спілкування [9].

Згідно Р. Борума, довіра – це готовність прийняти вразливість чи ризик, засновані на упевнених очікуваннях стосовно поведінки іншої людини. Це психічний стан готовності людини до співпраці у разі достатньо впевненого очікування відповідної дії від партнера (що інший з доброї волі буде діяти бажаним для довіряючого чином і не зловживатиме довірою). Причому той, хто довіряє іншому, – наголошує автор, і ми з ним погоджуємося, – робить себе уразливим, тому що сприймає свого партнера як пов'язаного із собою спільними цілями або цінностями. Тому вчений особливу увагу приділяє афективному компоненту довіри, який включає ставлення до партнера та почуття пов'язаності з ним цілями, цінностями або нормами. Саме таке ставлення дозволяє довіряючому миритися з ризиком, пов'язаним з діями довіреної особи, оскільки він вважає її керованою

нормативним фундаментом довіри, який сприймається як спільний [8]. Т. Вільямс пише, що міжособистісна довіра – це очікування, що інша людина не зробить нічого, що шкодило б інтересам; довіряючи, ми готові до того, щоб бути вразливими чи на ризик, що базуються на очікуванні щодо поведінки іншої людини. При цьому науковець зазначає, що міжособистісна довіра діє у ситуації наявних взаємостосунків, що передбачають взаємозалежність партнерів і певний рівень взаємної відповідальності. Тобто, перш, ніж говорити про міжособистісну довіру, варто пересвідчитися у наявності взаємостосунків між людьми [7]. За А. Мальцевою, довірчі стосунки – стосунки, які базуються на вірі в порядність, чесність й обов'язковість сторін. Завжди базуються на довірі та не виключають поняття обману. Як відомо, саме довіра є фундаментальною основою, а також надбудовою всіх соціальних стосунків, а особливо у подружніх [4].

Отже саме довіра у взаєминах між партнерами є фундаментом. Тому ми можемо вважати цю складову важливою для формування емоційно-почуттєвого параметру емоційної значущості подружніх взаємин.

**Методологія та методи.** Дослідження проводилось на базах різних цивільних інфраструктур: Миської клінічної лікарні № 1 (м. Івано-Франківськ), ТОВ «Птахофабрика Крупець» (Рівненська обл., Дубинського р-н, с. Крупець), Служба у справах дітей та сім'ї виконавчого комітету обухівської міської (Київської обл., Обухівського р-н., м. Обухів), факультету психології УДУ імені Михайла Драгоманова (м. Київ) та приватного дитячого садка «Дитяча резиденція» (м. Київ). Досліджуваними стали працівники та споживачі послуг у кількості 306 осіб (153 сім'ї). Дослідницький контингент було розподілено у різні експериментальні групи за стажем сімейного життя: 1) сім'ї з невеликим стажем спільного життя 0–6 років (молоді сім'ї) – 51 пара; 2) 51 сім'я з стажем сімейного життя 7–15 років (сім'ї з помірно тривалим стажем подружнього життя); 3) 51 сім'я з довготривалим стажем більше 16 років (зрілі сім'ї).

Для дослідження довіри між партнерами ми розробили та апробували опитувальник «Ступінь довіри між подружніми партнерами». Опитувальник складався з 20 тверджень яким респонденти присвоювали кількість балів від 1 до 6, в залежності від ступеня згоди з ним. Ключем є: якщо переважало присвоєння твердженням балів 1, 2 – це свідчить про низьку довіру, що в контексті емоційна значущість подружніх взаємин дорівнює автономному

рівню, саме на цьому рівні партнери або хтось один більшою мірою не довіряють, можлива наявність ревнощів, бажання перевірити іншого, присутній страх бути обманутим чи відкинутим іншим; переважання балів 3, 4 вказують про симбіотичний рівень емоційної значущості подружніх взаємин, на цьому рівні довіра між партнерами має комфортний характер, партнери не втручаються в особистий простір один одного, не перевіряють, у кожного є незначні особисті таємниці, кожен може розповісти про свої поразки та перемоги маючи певність бути почутим та зрозумілим; 5, 6 – залежний рівень, який характеризується як так звана «сліпа довіра», коли партнери чи хтось один безумовно вірять, довіряють та розповідають іншому все, наявний лише спільний простір та прагнення знати про партнера найпотемніші його речі.

**Результати та дискусії.** Лише довіряючи партнерові можна відчувати розслабленість, комфорт та безпеку поряд з ним, що не може не мати цінності у стосунках. Тому саме достатній рівень довіри сприяє емоційній значущості подружніх взаємин. Щоб дослідити рівень довіри у подружжі ми створили та апробували опитувальник «Ступінь довіри між подружжям», результати відобразили у таблиці 1.

Завдяки аналізу кількісних показників можна помітити, що *автономний рівень* довіри спостерігається у 45,10% молодих сімей, серед пар з помірним стажем подружнього життя 35,29%, та найменше серед зрілих пар 19,60%. У більшості респондентів з цим рівнем переважають відповіді 1,2 бали, які вони присвоювали запропонованим твердженням. Ці показники сигналізують проте, що найнижчий рівень довіри саме у молодих пар. Так як ревнощі один з детермінантів довіри, то саме вони є однією з причин недовіри у молодих пар. Досліджуваним з цим рівнем характерна абсолютна недовіра до свого партнера, наявність замкнутості та відсутність бажання та можливості ділитися з партнером своїми проблемами й таємницями, постійне прагнення перевіряти свого партнера, а також не бути певним у своєму бажанні зберігати вірність. За такого рівня довіри, точніше при її відсутності, взаємини не можуть набути якостей емоційно значущих, тому що на думку С. Джонсон лише при наявності емоційної розслабленості при взаємодії з партнером, стосунки набувають цінності для учасників [5].

*Симбіотичний рівень* переважає серед респондентів з середнім стажем подружнього життя це 41,18%, дещо менше респондентів обрали цей рівень серед молодих сімей 31,37% та найменше серед зрілих 17,65% у їх відповідях переважають цифри – 3, 4.

Таблиця 1

Кількісні показники рівня довіри у сім'ях з різним стажем подружнього життя n=51

Рівні	Молода сім'я		Сім'я з середнім стажем подружнього життя		Зріла сім'я	
	n	%	n	%	n	%
автономний	23	45,10	18	35,29	10	19,60
симбіотичний	16	31,37	21	41,18	9	17,65
залежний	12	23,53	12	23,53	32	62,75

Найчастіше ці значення отримували такі твердження як: «У небезпечній ситуації, я б могла (міг) довірити партнерові (ці) своє життя», така відповідь на це сигналізує про наявність надійних стосунків, впевненість у партнерові, відчуття безпеки поряд; «Ми довіряємо один одному наші сексуальні фантазії», характеризується про наявність довіри та впевненість не бути висміяним чи не прийнятим партнером у сексуальній сфері; «Коли мій партнер йде на корпоратив чи у компанію, де багато осіб протилежної статі, я впевнена (-ий) у його (її) вірності», відповідь на це запитання свідчить про наявність тверезої впевненості у вірності свого партнера; «Якщо б я був (була) винним в автокатастрофі з летальними наслідками, я б в першу чергу зателефонувала (-в) своєму партнерові (-ці)» це свідчить про наявність між партнерами адекватної впевненості в тому що партнер не тільки допоможе, а й буде підтримувати конфіденційність отриманої інформації; «Навіть коли ми сваримося з партнером (кою) у мене не виникає бажання порушити мою вірність» відповідь на це твердження вищезначеними балами означає, що респондент об'єктивно оцінює свій вибір бути вірним своєму партнерові. Проаналізувавши відповіді на запропоновані в опитувальнику твердження ми можемо зробити висновок, що довіра на симбіотичному рівні означає наявність між партнерами адекватного вимірювання наявності взаємної довіри у всіх сферах.

*Залежний рівень*, що свідчить про сліпу довіру, яка є певною мірою небезпечною та некомфортною

для партнерів переважає серед зрілих пар 62,75%, серед пар з помірно тривалим стажем подружнього життя 23,53% такий ж відсоток серед молодих пар у підсумку отримали цей рівень, присвоюючи твердженням переважно 5,6 балів. Довіряючи партнерові безумовно, все ж присутня загроза бути ошуканим, також така самовідданість може бути некомфортною та нав'язливою для іншого.

**Висновки.** Отже, підсумовуючи результати нашого дослідження ми можемо зробити висновок, що більшість молодих сімей мають автономний рівень довіри в парі, що свідчить про її відсутність у більшості пар з цим стажем. Так як присвоєння низьких балів переважали у питаннях, які стосуються вірності, ми можемо підсумувати, що причиною цього можуть слугувати ревності. Симбіотичний рівень переважає у подружжя з помірно тривалим стажем подружнього життя та залежний рівень як результат присутній у парах з тривалим стажем подружнього життя. Людина не може жити без довіри: без неї вона втрачає зв'язок зі світом, що має найбільш негативні наслідки, оскільки людина стає самотньою, підозрілою, песимістичною. Стратегія «сліпої», безумовної довіри абсолютно неефективна, тому що довіра – це завжди ризик, оскільки вона приховує в собі небезпеку розчарування, то найоптимальнішим рівнем міжособистісної довіри виступає саме середні (симбіотичний), коли ключовим є той різновид довіри коли особистість довіряє партнерові не більше чим собі.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Барабаншиков, В.А. & Рубінштейн, С.Л. & Б.Ф. Ломов Системний підхід до дослідження психіки. *Психологічний журнал*, 2002. Т. 23, № 4.
2. Корольчук, М.С. *Психологія сімейних взаємин*. Київ: Ніка-центр, 2016.
3. Орбан-Лембрик, Л.Е. *Соціальна психологія: підручник*. Київ: Либідь, 2010.
4. Помиткіна, Л.В. *Психологія сім'ї: навч. посіб.* Київ: «НАУ-друк», 2013.
5. Столярчук, О.А. *Психологія сучасної сім'ї: навч. посіб.* Кременчук: ПП Щербатих О.В., 2015.
6. Ткаченко, В.Є. Соціально-психологічні умови благополуччя подружніх відносин. *Наукові студії із соціальної та політичної психології: Збірник наукових праць*, 2015, вип. 27 (30).
7. Цимбалюк, І.М. *Психологія спілкування: навч. посіб.* Київ: «Професіонал», 2017.
8. Brown, R. The Role of Similarity in Intergroup Relations. *The Social Dimension (European developments in social psychology)*. 2015. V 1., 2 / (Ed.) H. Tajfel. Cambridge University Press.
9. Gunther, R. *Relationship Saboteurs: Overcoming the Ten Behaviors that Undermine Love*. New Harbinger Publications. 2018.
10. Gottman, J. M., & Gottman, J. S. *The Man's Guide to Women: Scientifically Proven Secrets from the Love Lab About What Women Really Want*. By Rodale Books. 2016.