

УДК 159.964.21:316.36-058.833

DOI <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-19>

## ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ПРОЯВУ РЕВНОЩІВ ЯК ФЕНОМЕНУ ПОДРУЖНЬОГО ЖИТТЯ

**Шевченко Наталія Федорівна,**

доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри психології  
Запорізького національного університету  
ORCID ID: 0000-0002-5297-6588  
Scopus-Author ID: 57210214638

**Пріт Віктор Іванович,**

магістрант кафедри психології  
Запорізького національного університету  
ORCID ID: 0009-0008-3630-6446

*У статті представлено результати емпіричного дослідження психологічних передумов прояву ревнощів у шлюбних партнерів. Ревнощі визначено як негативно забарвлене почуття у міжособистісних відносинах, що має складну психологічну структуру, та відображає сумніви щодо вірності, кохання та відданості партнера. Представлено комплекс психологічних передумов прояву ревнощів як феномену подружнього життя: рівень розвитку самоповаги; ступінь узгодженості рольових очікувань та домагань; здатність до міжособистісної довіри. За результатами дослідження в жінок і чоловіків ревнощі проявляються на середньому рівні, що вказує на баланс між природними почуттями захисту відносин та відсутністю деструктивних дій або емоцій. Встановлено, що жінкам більшою мірою властиво почуття ревнощів. Зафіксовано середній рівень розвитку самоповаги для більшості досліджуваних жінок і чоловіків, що характеризується певною узгодженістю між впевненістю у власних силах і об'єктивним усвідомленням своїх недоліків, потребою зовнішнього схвалення для відчуття внутрішнього комфорту. Виявлено, що найбільш значущими для жінок є такі аспекти шлюбу, як інтимно-сексуальний, емоційно-психотерапевтичний та зовнішньої привабливості, а для чоловіків – емоційно-психотерапевтичний. Тобто, в цілому, жінки проявляють вищі рольові очікування та домагання у шлюбі, порівняно з чоловіками. Такі аспекти шлюбу, як ідентифікація з партнером, господарсько-побутовий, батьківсько-виховний, соціальної активності проявляються в обох партнерів на середньому рівні. Згідно з отриманими даними, досліджуваним жінкам і чоловіками властивий середній рівень прояву міжособистісної довіри. Тобто, особи можуть мати достатню впевненість у чесності і надійності інших, але в той же час зберігають здоровий рівень обережності і не віддаються на розсуд насамперед на підставі довіри без додаткового підтвердження. В ході кореляційного аналізу припущення про те, що почуття ревнощів є структурно складним утворенням, на виникнення та прояв якого впливає комплекс психологічних передумов (рівень розвитку самоповаги, ступінь узгодженості рольових очікувань та домагань у шлюбі, здатність міжособистісної довіри), було підтверджено.*

**Ключові слова:** ревнощі, подружні відносини, самоповага, міжособистісна довіра, домагання в шлюбі, рольові очікування.

**Shevchenko Nataliia, Prit Viktor. Psychological preconditions of the jealousy manifestation as a phenomenon of married life**

*The article presents the results of an empirical study of the psychological preconditions of the jealousy manifestation in marriage partners. Jealousy has been defined as a negatively colored feeling in interpersonal relations, which has a complex psychological structure and reflects doubts about the partner's fidelity, love and devotion. A complex of psychological preconditions of the jealousy manifestation as a phenomenon of married life have been presented: the level of development of self-respect; the degree of consistency of role expectations and demands; ability to interpersonal trust. According to the results of the study, jealousy is manifested at an average level in women and men, which indicates a balance between natural feelings of protecting relationships and the absence of destructive actions or emotions. It has been established that women are more likely to feel jealous. An average level of self-respect development has been stated in most of the studied women and men; this can be characterized by a certain consistency between self-confidence and objective awareness of one's shortcomings,*

*the need for external approval to feel internal comfort. It has been found that such aspects of marriage as intimate-sexual, emotional-psychotherapeutic and external attractiveness are the most significant for women, and emotional-psychotherapeutic – for men. That is, in general, women show higher role expectations and harassment in marriage, compared to men. Aspects of marriage such as identification with a partner, economic and household, parental and educational, social activity are manifested in both partners at an average level. According to the obtained data, the studied women and men have an average level of interpersonal trust. That is, individuals can have sufficient confidence in the honesty and reliability of others, but at the same time maintain a healthy level of caution and not rely primarily on trust without additional confirmation. In the course of the correlation analysis, the assumption that the feeling of jealousy as a structurally complex entity, the emergence and manifestation of which is influenced by a complex of psychological preconditions (the level of self-respect development, the degree of consistency of role expectations and demands in marriage, the ability of interpersonal trust), has been confirmed.*

**Key words:** *jealousy, marital relations, self-respect, interpersonal trust, demands in marriage, role expectations.*

### Вступ

Соціально-економічні зміни в Україні суттєво вплинули на різні аспекти суспільства, включаючи інститут сім'ї. Особливо це відчутно в аспекті стійкості та стабільності в сімейних відносинах та взаємодії шлюбних партнерів. Вплив суспільних змін на сімейне життя не завжди проявляється явно і безпосередньо; замість цього, він фільтрується через індивідуальні психологічні особливості членів сім'ї та характер їх взаємодій. Саме ці психологічні чинники виявляються ключовими серед різних чинників, що впливають на задоволеність сімейними відносинами та стійкість шлюбу.

Ревнощі – складне за структурою та розумінням, одне з найбільш сильних і хворобливих почуттів, що може викликати стрес, нервові розлади, почуття страху, провокувати іншу особу на обман, помсту чи зраду. Ревнощі присутні в усіх видах взаємин людей, але найбільш гостро можуть проявлятися в подружніх стосунках. Життя, насичене надмірним проявом ревнощів, перетворюється в нестерпний тягар для всієї родини, що завдає шкоди як фізичному, так і психічному здоров'ю, а також впливає на виховання дітей.

В останні роки проблема подружніх відносин привертає все більшу увагу дослідників. Науковцями вивчалися питання дошлюбних стосунків (Л. Бурлачук, В. Сатир), механізми та типи шлюбу (В. Кришталь, Є. Кришталь, О. Столярчук, Р. Федоренко, М. Мушкевич, Г. Венгер), проблеми розвитку подружніх стосунків як основи сімейної системи (Т. Буленко, Л. Долинська, Т. Демидова, З. Кісарчук, В. Семиченко), кохання в подружній парі (О. Кочарян, В. Моргун, Г. Коцюба, Н. Шевченко), шлюбні конфлікти та невірність (М. Дойч, Н. Максимова, Е. Козловська, З. Кісарчук).

Проблема ревнощів шлюбних партнерів висвітлена в низці досліджень (P. Kutter, C. Ellis, G. White, Є. Потапчук, З. Антонова, О. Петяк, V. Ramachandran, M. Chung, A. Fernandez). Дослідниками також вивчалися окремі аспекти особистості, яка схильна до проявів ревнощів (А. Адлер, З. Фройд, Е. Фромм, К. Хорні, D. Desteno, P. Valdesolo, M Bartlett).

Водночас, в науковій літературі недостатньо висвітлюється проблема детермінант ревнощів у шлюбних партнерів, дослідження особливостей уявлень партнерів про ревнощі як феномен подружнього життя.

Мета статті – представити результати емпіричного дослідження психологічних передумов прояву ревнощів у шлюбних партнерів.

### Матеріали та метод

В основу дослідження покладено *припущення* про те, що почуття ревнощів є структурно складним утворенням, на виникнення та прояв якого впливає комплекс психологічних передумов (рівень розвитку самоповаги, ступінь узгодженості рольових очікувань та домагань у шлюбі, здатність до міжособистісної довіри).

Вибірку досліджуваних склали 60 подружніх пар віком 27–35 років.

Психодіагностичний інструментарій склали такі методики: «Ревнощі в сімейному житті» (Р. Федоренко) [9]; «Шкала самоповаги» (М. Розенберг) [5]; «Рольові очікування і домагання у шлюбі» [9]; «Шкала міжособистісної довіри» (Interpersonal Trust Scale, ITS, Дж. Роттера [3]).

**Результати.** На сучасному етапі дослідження в науковій літературі відсутнє єдине визначення феномену ревнощів, а також єдина класифікація видів ревнощів. Ревнощі можна розглядати як негативно забарвлене почуття у міжособистісних відносинах, що має складну психологічну структуру, та відображає сумніви щодо вірності, кохання та відданості партнера. Ревнощі включають в себе проблеми зі самооцінкою, впевненістю, довірою, гнівом, заздрістю, і виникають у разі реальної або уявної нестачі любові, вірності або відданості від коханої особи. Будучи складним психологічним феноменом, ревнощі можуть мати різний ступінь інтенсивності та проявлятися у різних ситуаціях міжособистісних відносин [1; 7; 11; 14; 15].

Подружні відносини – це взаємозв'язок між подружжям, що охоплює всі аспекти їхнього спільного життя. Це включає емоційну підтримку, фізичну близькість, спільне прийняття рішень, ведення спільного господарства та виховання дітей. Подружні відносини характеризуються взаємною повагою, довірою та підтримкою, а також спільною відповідальністю за благополуччя один одного і їхньої сім'ї [2; 4; 6; 8].

Аналіз наукової літератури дозволив виділити дві основні групи причин виникнення ревнощів в подружжі: психологічні особливості особистості ревнивця (риса характеру ревнивця, емоційні стани, емоційна залежність, егоїзм, бажання контролю та володіння партнером, невпевненість у собі) та дисгармонійні стосунки в сім'ї (дефіцит спілкування між партнерами, ігнорування партнера та недостатня увага між подружжям, сексуальне незадоволення партнерів, інверсія ролей і функцій).

Ревнощі можуть мати як руйнівні, так і конструктивні наслідки для подружнього життя. У деяких випадках вони можуть стимулювати партнера до більшої уваги та турботи, сприяючи зміцненню стосунків. Однак частіше ревнощі призводять до конфліктів, втрати довіри та емоційної дистанції. Партнери, які постійно підозрюють одне одного, можуть вдаватися до контролю та маніпуляцій, що руйнує основи здорових стосунків [10; 12].

На основі теоретичного аналізу проблеми ми обґрунтували комплекс психологічних передумов прояву ревнощів як феномену подружнього життя: рівень розвитку самоповаги; ступінь узгодженості рольових очікувань та домагань; здатність до міжособистісної довіри.

Перейдемо до розгляду результатів дослідження психологічних передумов прояву ревнощів у шлюбних партнерів.

Згідно з отриманими даними в досліджуваних жінок і чоловіків ревнощі проявляються на середньому рівні (60% жінок та 60% чоловіків від загальної кількості досліджуваних). Середній рівень прояву почуття ревнощів у шлюбних партнерів зазвичай характеризується балансом між природними почуттями захисту відносин та відсутністю деструктивних дій або емоцій. На цьому рівні партнери можуть відчувати ревнощі у відповідь на певні ситуації, які викликають у них занепокоєння, наприклад, коли їхній партнер виявляє інтерес або отримує увагу від іншої особи. Ці ревнощі, як правило, є епізодичними і не перетворюються на нав'язливі думки чи поведінку.

Водночас, в жінок числові показники виявилися значно вищими, з тенденцією до високого рівня прояву (жінки:  $M=28,63$  балів; чоловіки:  $M=23,41$  балів). Це означає, що жінкам більшою мірою властиво почуття ревнощів. Показники прояву почуття ревнощів у жінок можуть виявлятися вищими, ніж у чоловіків, з кількох причин, що мають як біологічне, так і соціальне підґрунтя. З точки зору еволюційної психології, жінки можуть бути більш схильні до ревнощів через інвестицію в нащадків. Жінка вкладає значні ресурси в народження та виховання дітей, тому її ревнощі можуть бути зумовлені страхом втратити підтримку партнера, що забезпечує ресурси для виживання і розвитку потомства. Жінки зазвичай виявляють свої емоції більш відкрито, ніж чоловіки. Це означає, що жінки можуть частіше визнавати та виражати ревнощі,

тоді як чоловіки можуть приховувати свої почуття або виражати їх іншим чином. Крім того, жінки часто мають вищий рівень емоційної інтуїції і здатні краще зчитувати емоційні сигнали. Це може призводити до більш частого виникнення ревнощів у відповідь на поведінку партнера, яку вони сприймають як загрозу відносинам.

Низький рівень прояву ревнощів властивий 23,33% жінок та 30% чоловіків. Низький рівень прояву ревнощів у шлюбних партнерів характеризується стабільністю, довірою та впевненістю у відносинах. Партнери з таким рівнем ревнощів зазвичай не відчують постійного занепокоєння чи підозр стосовно вірності свого партнера. Вони мають високий рівень самоповаги і впевненість у взаємній прихильності, що дозволяє їм зберігати спокій навіть у потенційно провокативних ситуаціях.

Високий рівень прояву ревнощів характерний для 16,67% досліджуваних жінок та 10% досліджуваних чоловіків. Високий рівень прояву ревнощів у шлюбних партнерів характеризується постійним занепокоєнням, недовірою та частими конфліктами. Партнери з таким рівнем ревнощів часто відчують сильну невпевненість у собі та у своїх відносинах, що проявляється у надмірній підозрілості і страху втрати партнера. Ці ревнощі можуть бути як реакцією на реальні загрози, так і на уявні ситуації, що лише підсилює напругу у відносинах.

Психологічною передумовою прояву ревнощів нами визначено рівень розвитку самоповаги. Особи з низькою самоповагою частіше відчують невпевненість у собі та своїй цінності, що робить їх більш вразливими до почуття ревнощів. Вони можуть боятися, що їхній партнер знайде когось кращого, і це страх посилює їхню ревнивість. Навпаки, люди з високою самоповагою зазвичай відчують менше ревнощів, оскільки вони впевнені у своїй привабливості та значущості для партнера.

Згідно з отриманими даними, для більшості досліджуваних жінок і чоловіків характерний середній рівень розвитку самоповаги (жінки: 56,67%; чоловіки: 53,33%), що характеризується певною узгодженістю між впевненістю у власних силах і об'єктивним усвідомленням своїх недоліків. Водночас, особи з таким рівнем самоповаги іноді потребують зовнішнього схвалення для відчуття внутрішнього комфорту. Вони здатні адекватно оцінювати свої досягнення та невдачі, не принижуючи і не переоцінюючи свої можливості. Такі особи можуть іноді демонструвати невпевненість у своїх діях і рішеннях, але вони здатні визнавати свої помилки і вчитися на них.

Слід відзначити, що показники чоловіків виявилися вищими, ніж у жінок (жінки:  $M=17,29$  балів; чоловіки:  $M=20,83$  балів), що може пояснюватись кількома соціокультурними та психологічними чинниками. Традиційно соціальні очікування ставлять акцент на незалежність і успіх чоловіків, що сприяє їхній самоповазі, тоді як жінки частіше стикаються з вимогами стосовно зовнішньої привабливості та ролі домогосподарки, що може підточувати їхню віру у власні сили. Гендерні стереотипи і розбіжності у професійних можливостях також впливають на розвиток самоповаги: чоловіки частіше мають доступ до кар'єрних шляхів, що сприяє відчуттю успіху і впевненості у собі.

Встановлено, що для 13,33% досліджуваних жінок та 6,67% досліджуваних чоловіків характерний низький рівень розвитку самоповаги, що зазвичай проявляється в почутті невпевненості, сумнівів у власних здібностях і вартості. Особи з низьким рівнем самоповаги часто постійно шукають підтвердження з боку інших і залежать від оцінки своєї цінності від зовнішніх чинників. Вони можуть бути схильні до самокритики і перебільшувати свої недоліки, що призводить до почуття невдоволеності собою і своїми досягненнями.

Високий рівень розвитку самоповаги виявлено у 30% жінок та 40% досліджуваних чоловіків. Високий рівень розвитку самоповаги характеризується глибоким почуттям впевненості і поваги до себе. Люди з таким рівнем самоповаги мають стабільну ідентичність і впевненість у власних силах, що дозволяє їм відкрито виражати свої думки та переконання, приймати свої недоліки і помилки як невід'ємну частину особистого розвитку.

Психологічною передумовою прояву ревнощів в подружньому житті також визначено ступінь узгодженості рольових очікувань та домагань. Ступінь узгодженості рольових очікувань і домагань в шлюбі грає важливу роль у прояві ревнощів. Коли партнери мають різні уявлення про те, якими мають бути ролі чоловіка і жінки в сім'ї, це може створювати конфліктні ситуації і порушувати взаємне розуміння. Наприклад, якщо один з партнерів вважає, що жінка повинна більше часу проводити вдома і доглядати за дітьми, а інший вважає, що обидва повинні рівно поділяти домашні обов'язки і кар'єрні можливості, це може призводити до невпевненості і ревнощів. Узгодженість у розумінні і виконанні ролей допомагає знижувати конфліктність і підвищує взаємне повагу і відчуття стабільності в сімейних відносинах.

За інтимно-сексуальною шкалою зафіксовано показники жінок в межах високого рівня ( $M=8,03$  балів) та показники чоловіків в межах середнього рівня ( $M=6,01$  балів). Це може означати, що досліджувані жінки більшою мірою задоволені сексуальними відносинами у шлюбі. Водночас, показники чоловіків знаходяться на крайній межі середнього рівня, тобто можна говорити про вищий за середній рівень. Отримані показники вказують, що шлюбні партнери вважають сексуальну гармонію важливою умовою подружнього щастя, і їхнє ставлення до партнера значною мірою залежить від оцінки його/її як сексуального партнера. Низькі оцінки вказують на недооцінку сексуальних відносин у шлюбі.

За шкалою особистісної ідентифікації з партнером зафіксовано показники в межах середнього рівня прояву (жінки:  $M=4,39$  балів; чоловіки:  $M=6,45$  балів), що вказує на помірну схильність до спільності в інтересах, потребах, цінностях і способах проведення дозвілля між чоловіком і дружиною. Особи з таким рівнем часто цінують індивідуальну автономію, але водночас відкриті до спільних видів активності та інтересами свого партнера.

За господарсько-побутовою шкалою показники досліджуваних виявлено в межах середнього рівня (жінки:  $M=4,81$  балів; чоловіки:  $M=5,22$  балів), що може свідчити про раціональне ставлення чоловіка і жінки до виконання господарсько-побутових функцій у сім'ї. Особи з таким рівнем оцінки визнають важливість організації побуту для комфортного сімейного життя, але не очікують, що партнер буде нести повну відповідальність за всі домашні справи. Вони готові до рівномірного розподілу обов'язків і активно беруть участь у веденні домашнього господарства.

За батьківсько-виховною шкалою оцінки респондентів також знаходяться в межах середнього рівня, але мають тенденцію до зростання (жінки:  $M=4,34$  балів; чоловіки:  $M=5,08$  балів). Більш високі показники в чоловіків можуть вказувати на очікування активної батьківської позиції жінки, особисту значимість батьківських функцій. Середній рівень за батьківсько-виховною шкалою вказує на помірне ставлення подружжя до батьківських функцій, розподілене між особистими обов'язками та очікуваннями від партнера.

За шкалою соціальної активності виявлено показники в межах середнього рівня (жінки:  $M=6,09$  балів; чоловіки:  $M=6,43$  балів). Більш високі показники чоловіків вказують на виразність власних професійних потреб, більшу значущість позасімейних інтересів. Середній рівень за шкалою соціальної активності вказує на стале ставлення подружжя до зовнішньої соціальної активності, яка включає професійну та громадську діяльність. Люди з таким рівнем оцінки визнають важливість активної професійної та суспільної ролі як для себе, так і для свого партнера, але не дозволяють цим інтересам домінувати над сімейним життям.

За емоційно-психотерапевтичною шкалою показники респондентів зафіксовано в межах високого рівня (жінки:  $M=8,52$  балів; чоловіки:  $M=7,06$  балів). Це свідчить про те, що партнери надають велику значимість емоційній та моральній підтримці у шлюбі. Для них важливо, щоб їхній партнер виконував роль емоційного лідера у родині, забезпечуючи стабільність, розуміння і підтримку у важкі моменти. Зазначимо, що більш високі показники виявлено у жінок. Такі партнери активно шукають емоційного зв'язку і не соромляться висловлювати свої почуття та потреби.

За шкалою зовнішньої привабливості показники жінок знаходяться в межах високого рівня ( $M=7,75$  балів), а чоловіків – середнього ( $M=5,89$  балів). Високі показники жінки за шкалою зовнішньої привабливості вказують на те, що для неї зовнішній вигляд має велику значущість у шлюбі. Це може включати бажання мати привабливого партнера, а також прагнення самої відповідати сучасним стандартам краси. Високі показники за шкалою зовнішньої привабливості можуть свідчити про те, що для жінок важливо відповідати соціальним і культурним стандартам «успішної сім'ї».

Середні показники чоловіка за шкалою зовнішньої привабливості вказують на помірне ставлення до значущості зовнішнього вигляду як свого, так і свого партнера. Чоловік з такими показниками визнає важливість зовнішньої привабливості, але не робить її центральним елементом у шлюбних стосунках. Важливість зовнішнього вигляду в їхньому житті доповнюється іншими цінностями, що сприяє загальному відчуттю успішності і гармонії.

Психологічною передумовою прояву ревнощів в подружніх відносинах також визначено здатність до міжособистісної довіри. Довіра створює основу для відкритої комунікації, взаємопідтримки та емоційної близькості між партнерами. Відсутність або недостатність довіри, навпаки, може призводити до виникнення ревнощів, що підривають стосунки. Коли партнери не впевнені у вірності та чесності один одного, це породжує підозри та тривогу, які можуть перерости у постійну недовіру і конфлікти. Таким чином, здатність до міжособистісної довіри є важливою передумовою, що визначає рівень ревнощів у шлюбі та загальний стан подружніх стосунків [16].

Згідно з отриманими даними, досліджуваним жінкам і чоловіками властивий середній рівень прояву міжособистісної довіри (жінки:  $M=71,30$ ; чоловіки:  $M=70,67$  балів). Такий рівень довіри властивий 50% досліджуваних жінок та 46,67% досліджуваних чоловіків. Середній рівень прояву міжособистісної довіри може означати загальний ступінь впевненості та надійності, який існує у взаємодії між будь-якими людьми, незалежно від статусу їхніх відносин. Це означає, що особи можуть мати достатню впевненість у чесності і надійності інших, але в той же час зберігають здоровий рівень обережності і не віддаються на розсуд насамперед на підставі довіри без додаткового підтвердження. В контексті подружніх відносин середній рівень прояву міжособистісної довіри вказує на те, що партнери мають базовий рівень довіри один до одного.

Слід відзначити певні відмінності у розподілі рівнів довіри в жінок та чоловіків. Так, чоловіки проявляють більший ступінь недовіри, про що свідчать показники в межах низького рівня (жінки: 10%; чоловіки: 20%). Низький рівень прояву міжособистісної довіри вказує на значну недовіру і непевність у взаємодії з іншими людьми. Особа з низьким рівнем довіри може відчувати постійну потребу у підтвердженні чесності і надійності інших. Вона може бути підозрілою до мотивів інших людей, часто перевіряти їхні дії та слова і здебільшого очікувати негативних наслідків. Це може призводити до уникання близьких відносин і складнощів у спілкуванні, оскільки низький рівень довіри створює бар'єри для взаєморозуміння та емоційного зв'язку з іншими людьми. Низький рівень прояву міжособистісної довіри в контексті подружніх відносин означає значну недовіру та сумніви стосовно чесності, вірності та надійності партнера.

В свою чергу, жінки більш схильні до прояву довіри, порівняно з чоловіками (жінки: 40%; чоловіки: 33,33%). Високий рівень прояву міжособистісної довіри відображає загальну здатність особи довіряти іншим людям і відчувати впевненість у їхній чесності, вірності та надійності. Особи з високим рівнем довіри здатні швидко встановлювати довгострокові стосунки, оскільки вони не мають значних сумнівів щодо інших людей і не відчують потреби в постійному контролі або перевірці. Вони зазвичай відкриті до нових знайомств, готові до співпраці та взаємодії, що сприяє побудові позитивних і конструктивних міжособистісних відносин у будь-якому контексті життя. В контексті подружніх відносин високий рівень прояву міжособистісної довіри відзначається глибоким віруванням та взаємним повагою між партнерами.

З метою перевірки гіпотези дослідження було проведено кореляційний аналіз за К. Пірсоном, в ході якого ми розрахували показник  $r$  між змінною «Ревнощі в сімейному житті» (середній та високий рівні) та визначеними психологічними передумовами.

за даними кореляційного аналізу, на прояви ревнощів в подружніх взаєминах впливають такі передумови, як:

– рівень самоповаги ( $-0,451$  при  $p \leq 0,01$ ;  $-0,332$  при  $p \leq 0,01$ ). Зворотна кореляція між рівнем самоповаги і проявом ревнощів означає, що зі зниженням рівня самоповаги особи зазвичай збільшується ймовірність прояву ревнощів. Іншими словами, коли людина відчуває менше впевненості в собі і своїх здібностях (нижчий рівень самоповаги), вона може стати більш схильною до ревнощів у відносинах.

– Інтимно-сексуальний аспект (в чоловіків;  $-0,472$  при  $p \leq 0,01$ ). Тобто, зі збільшенням задоволеності від сексуальних аспектів відносин зазвичай спостерігається зменшення проявів ревнощів, і навпаки. Коли люди відчуваються задоволеними сексуальними аспектами відносин, це може свідчити про вищий рівень довіри та безпеки в парі. Вони можуть менше хвилюватися щодо можливості втратити партнера і тому проявляють менше ревнощів.

– Особистісна ідентифікація з партнером (в жінок;  $-0,504$  при  $p \leq 0,01$ ). Це означає, що зі збільшенням ідентифікації з партнером зазвичай спостерігається зменшення проявів ревнощів, і навпаки. Ідентифікація з партнером включає в себе відчуття близькості, спільності, розуміння свого партнера, залученість до потреб і цінностей пари. Підтримка близького, глибокого зв'язку з партнером часто зменшує необґрунтовані страхи і сумніви щодо його чи її вірності.

– Зовнішня привабливість ( $0,713$  при  $p \leq 0,01$ ;  $0,255$  при  $p \leq 0,05$ ). Позитивна кореляція між аспектом зовнішньої привабливості у відносинах і проявом ревнощів означає, що зі збільшенням оцінки зовнішньої привабливості партнера частіше спостерігаються більш виражені прояви ревнощів. Люди, які сприймають свого партнера як дуже привабливого, можуть відчувати більшу конкуренцію з боку інших потенційних конкурентів. Це може підштовхнути до появи ревнощів через страх втрати партнера.

– Рівень міжособистісної довіри ( $-0,443$  при  $p \leq 0,01$ ;  $0,378$  при  $p \leq 0,05$ ). Зворотна кореляція між міжособистісною довірою та проявами ревнощів свідчить про те, що здатність партнерів довіряти один одному зменшує внутрішні причини ревнощів і сприяє більш гармонійним відносинам. Коли особа відчуває довіру до свого партнера, вона зазвичай відчувається більш безпечною і стабільною у свої відносинах, що знижує страхи втрати партнера або невпевненість у вірності. Окрім цього, значний рівень міжособистісної довіри також сприяє підтримці та взаємному розумінню між партнерами, що зменшує потребу в постійному контролі або перевірці дій партнера, що часто є симптомами ревнощів.

Отже, в ході кореляційного аналізу припущення про те, що почуття ревнощів є структурно складним утворенням, на виникнення та прояв якого впливає комплекс психологічних передумов (рівень розвитку самоповаги, ступінь узгодженості рольових очікувань та домагань у шлюбі, здатність міжособистісної довіри), було підтверджено.

### Висновки

В статті представлено результати емпіричного дослідження психологічних передумов прояву ревнощів у шлюбних партнерів. До комплексу психологічних передумов прояву ревнощів як феномену подружнього життя віднесено: рівень розвитку самоповаги; ступінь узгодженості рольових очікувань та домагань; здатність до міжособистісної довіри. За результатами дослідження в жінок і чоловіків ревнощі проявляються на середньому рівні, що вказує на баланс між природними почуттями захисту відносин та відсутністю деструктивних дій або емоцій. Встановлено, що жінкам більшою мірою властиво почуття ревнощів. Зафіксовано середній рівень розвитку самоповаги для більшості досліджуваних жінок і чоловіків, що характеризується певною узгодженістю між впевненістю у власних силах і об'єктивним усвідомлен-

ням своїх недоліків, потребою зовнішнього схвалення для відчуття внутрішнього комфорту. Виявлено, що найбільш значущими для жінок є такі аспекти шлюбу, як інтимно-сексуальний, емоційно-психотерапевтичний та зовнішньої привабливості, а для чоловіків – емоційно-психотерапевтичний. Тобто, в цілому, жінки проявляють вищі рольові очікування та домагання у шлюбі, порівняно з чоловіками. Такі аспекти шлюбу, як ідентифікація з партнером, господарсько-побутовий, батьківсько-виховний, соціальної активності проявляються в обох партнерів на середньому рівні. Згідно з отриманими даними, досліджуваним жінкам і чоловіками властивий середній рівень прояву міжособистісної довіри. Тобто, особи можуть мати достатню впевненість у чесності і надійності інших, але в той же час зберігають здоровий рівень обережності і не віддаються на розсуд насамперед на підставі довіри без додаткового підтвердження. За результатами проведеного дослідження робочу гіпотезу було підтверджено.

Перспективним напрямом розвитку наукової проблематики вважаємо подальше дослідження передумов прояву ревнощів в подружніх стосунках на більш обширній вибірці, а також розробку і апробацію програми з оптимізації прояву ревнощів в подружній парі.

### Література:

1. Антонова З.О., Левицька Т.Л., Петяк О.В. Психологічні особливості прояву ревнощів як феномену подружнього життя у студентських сім'ях. *International Academy Journal : Web of Scholar*, 2019. 1 (31), Vol. 2. P. 50–56. [https://doi.org/10.31435/rsglobal\\_wos/31012019/6320](https://doi.org/10.31435/rsglobal_wos/31012019/6320).
2. Балабух І.М. Трансформація сімейно-шлюбних орієнтацій сучасної української молоді. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право*. Київ, 2009. № 4. С. 5–12.
3. Вірна Ж.П. Довіра до організації: психологічні індикатори стресостійкості і задоволеності працею фахівців. *Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості* : монографія. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2019. С. 247–270.
4. Іванова І. Гендерні стереотипи розподілу сімейних ролей в українській родині. *Наукові праці. Соціологія*. 2015. Вип. 246. Т. 258. С. 169–174.
5. Петяк О. В. Психологічні особливості дефініції ревнощів та їх корекція у шлюбних партнерів : дис. ... д-ра філософії : 053. Хмельницький : ХНУ, 2020. 263 с.
6. Потапчук Є. М., Карпова Д. Є. Моделі поведінки подружжя в реалізації основних сімейних функцій. *Габітус*. 2021. Вип. 21. С. 268–274. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.21.47>.
7. Простомолотов В.Ф., Простомолотова А.І. Ревнощі як психологічний та психопатологічний феномен. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. №1 (9), 2018. С. 101–108. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2018-9-14>.
8. Сазонова О.В. Сімейні цінності та рольові установки подружніх пар. *Проблеми сучасної психології*. №39, 2017. С. 272–295. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-39.272-295>.
9. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.
10. Barelds D. P. H., Dijkstra P. Relations between different types of jealousy and self and partner perceptions of relationship quality. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 2007. № 14. Pp. 176–188.
11. Chung M., Harris C. Jealousy as a Specific Emotion: The Dynamic Functional Model. *Emotion Review*. 2018. №10. <https://doi.org/10.1177/1754073918795257>.
12. Desteno D., Valdesolo P., Bartlett M. Jealousy and the Threatened Self: Getting to the Heart of the Green-Eyed Monster. *Journal of personality and social psychology*. 2006. №91. P. 626–641. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.4.626>.
13. Leahy R. L. *The Jealousy Cure: Learn to Trust, Overcome Possessiveness, and Save Your Relationship*. New Harbinger Publications, 2018. 248 p.
14. Petiak O. Associative and Gender Aspects of the Emotional Concept of Jealousy in the Ukrainian Linguistic Culture. *East European Journal of Psycholinguistics*, 2020, № 7 (1). <https://doi.org/10.29038/eejpl.2020.7.1.pet>.
15. Ramachandran V.S., Jalal B. The Evolutionary Psychology of Envy and Jealousy. *Front Psychol*. 2017, № 8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01619>.
16. Shevchenko N., Kuzmych O., Hmyrina O. Personal Determination of Self-Confidence in Youth. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, 2024. № 11. P. 123–145. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-11-7>.