

Юрій Кашпур

кандидат психологічних наук, доцент, Український державний університет ім. Михайла Драгоманова, професор кафедри теоретичної та консультативної психології;
Київ, Україна;
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0259-1137>;
E-mail: yu.m.kashpur@udu.edu.ua

Ярослав Загреба

Український державний університет ім. Михайла Драгоманова, здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, ОПП: Психологічне консультування,
С4: Психологія, факультет психології; Київ, Україна;
ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-4203-9803>;
E-mail: 24fp.y.zahreba@std.udu.edu.ua

**ВПЛИВ СТИЛЮ КОМУНІКАЦІЇ МОЛОДОГО ПОДРУЖЖЯ НА
ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ЇХ СІМЕЙНИМ ЖИТТЯМ**

Анотація. розглянуто проблему впливу стилю комунікації на рівень задоволеності сімейним життям молодого подружжя. Емпірично встановлено парадокс: найнижча задоволеність фіксується у пар із домінуючим конструктивним (асертивним) стилем комунікації, що спростовує просту лінійну гіпотезу. Визначено основні положення для досягнення стабільності шлюбу, згідно з яким вирішальне значення має взаємна адаптація та наявність функціональної для конкретної пари моделі взаємодії, аніж досконале дотримання теоретично “правильного” стилю. Запропоновано ідею, що для критичного підвищення задоволеності шлюбом необхідно розробити стратегії калібрування комунікативних норм. Ці стратегії мають бути спрямовані на усунення високої дискордантності та перцептивної асиметрії (“сліпих плям”), які створюють приховане напруження та знижують якість подружніх стосунків.

Ключові слова: стиль комунікації, задоволеність шлюбом, молоде подружжя, асертивність, дискордантність, асиметрія сприйняття, інтерсуб'єктивний конфлікт.

Yurii Kashpur

PhD in psychological sciences, associate professor, Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov, professor of the department of theoretical and consultative psychology; Kyiv, Ukraine;
E-mail: yu.m.kashpur@udu.edu.ua

Yaroslav Zahreba

Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov, candidate for second (Master's) degree of higher education of Educational-Professional program “Psychological counseling”, specialty C4 Psychology, department of Faculty of Psychology; Kyiv, Ukraine;
E-mail: 24fp.y.zahreba@std.udu.edu.ua

© Юрій Кашпур, Ярослав Загреба, 2025

**THE INFLUENCE OF COMMUNICATION STYLE OF YOUNG SPOUSES ON
THEIR MARITAL SATISFACTION**

Abstract: the influence of communication style on the level of marital satisfaction among young couples is investigated. A paradox is empirically established: the lowest satisfaction level is recorded in dyads with a dominant constructive (assertive) communication style, which refutes a simple linear hypothesis. It is determined that mutual adaptation and the presence of a functional interaction model specific to the couple are more crucial for marital stability than strict adherence to a theoretically “correct” style. It is proposed that enhancing marital satisfaction critically requires developing strategies for calibrating communicative norms. These strategies are aimed at eliminating high discordance and perceptual asymmetry (“blind spots”), which generate latent tension and diminish relationship quality.

Key words: communication style, marital satisfaction, young couples, assertiveness, discordance, perceptual asymmetry, intersubjective conflict.

Yurii Kashpur, Zahreba Yaroslav

An extended abstract of the paper on the subject of:

“The influence of communication style of young spouses on their marital satisfaction”

Problem setting. *In the contemporary socio-psychological space, the stability and well-being of the young family stand as one of the most fundamental and critical tasks. Young couples are at a stage of intense adaptation and value alignment, where the effectiveness of their interaction directly determines the quality of the emotional background and marital satisfaction. The communicative factor increasingly limits marital stability, as a crisis in affective exchange or the dominance of destructive communication styles impair the degree of mutual understanding. Even the assertive style, which is considered the main factor in reducing conflict, may be insufficient without mutual adaptation. Therefore, improving psychological methods for correcting family disharmony requires creating a holistic approach focused on mutual adaptation and the calibration of communicative norms, and not just technical proficiency in assertiveness.*

Recent research and publications analysis. *The theoretical analysis of the influence of communication on marital relationships relies on foundational research by both domestic and foreign scholars. Studies emphasize that it is through communicative exchange that the alignment*

of interactive roles occurs, serving as a fundamental mechanism of adaptation. John Gottman has proven that the use of aggressive communication (“the four horsemen of the apocalypse”) significantly reduces marital stability, while assertive communication is a basic condition for psychological well-being. Research also highlights the importance of the emotional component of communication (affective exchange), as its role is critical for subjective satisfaction. However, despite a significant number of studies, the issue of the influence of the combination of communication styles of both partners on the level of satisfaction in young couples remains insufficiently explored. There is a particular lack of systematic data on how intersubjective conflicts and asymmetry of communication perception (the “Self — Partner” difference) correlate with satisfaction.

Paper objective. *The goal of the article is to conduct an empirical study of the correlation between communication style and the level of marital satisfaction of young couples. To achieve this goal, given the necessity of establishing and analyzing non-linear dependency, the following tasks must be addressed: diagnose and classify the individual communication styles of both*

partners; establish the combinations of styles at the dyadic level (constructive-constructive, mixed, non-constructive-non-constructive) and evaluate the average level of marital satisfaction for each combination; identify and analyze non-linear dependency, specifically, empirically substantiate the paradox of the lowest satisfaction in couples with a dominant constructive style; and diagnose and quantitatively assess perceptual asymmetry ("blind spots") and discordance in the perception of communicative contribution.

Paper main body. The study was conducted on a sample of 52 young couples (104 respondents). The "assertiveness in relationships" questionnaire (for style determination and cross-perception) and the "marital satisfaction" test-questionnaire (V. Stolin, T. Romanova, G. Butenko) were used. The dyadic analysis revealed a non-linear dependency that refuted the initial hypothesis:

– Constructive-constructive (C-C) style: couples who matched the ideal of "constructive communication" (7,7 % of the sample) had the lowest average satisfaction score — 24,88 ("rather unfavorable"). The low score is explained by a competition of wills and insufficient flexibility, as the assertiveness of both partners turns into constant confrontation, causing emotional burnout.

– Mixed style (C/NC): couples (26,9 % of the sample) had the highest average satisfaction score — 31,29. This proves the effectiveness of adaptive balance, where the constructive partner initiates changes, and the non-constructive partner ensures stability and de-escalation.

Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. У сучасному соціально-психологічному просторі стабільність та благополуччя молодій сім'ї постають як одні з найбільш фундаментальних і критичних завдань. Актуальність цієї проблеми має чітке практичне та соціальне обґрунтування.

Молоде подружжя перебуває на етапі інтенсивної адаптації та узгодження

– Non-constructive-non-constructive (NC-NC) style: this dominant group (65,4 % of the sample) showed a high average score of 30,69, which confirms that agreed-upon conflict avoidance can be subjectively the simplest path to a feeling of well-being.

The analysis of perceptual asymmetry revealed: positive asymmetry (Self > Partner) correlates with "donor syndrome" and egoistic bias; negative asymmetry (Self < Partner) indicates a feeling of subordination and the risk of accumulating hidden dissatisfaction. The high value of the difference of differences (D1-D2) is a key indicator of a deep divergence in role perception and potential communicative crises.

Conclusions of the research.

1. Non-linear dependency: communication style is a critical, but not linearly determining, factor of marital satisfaction. The feeling of satisfaction depends not on the adherence of both partners to the constructive ideal, but on the adaptability and functionality of asymmetric interaction models.

2. Need for correction: the results confirm the necessity of comprehensive psychological support for young couples, especially the 39,4 % of respondents who fell into low satisfaction categories. This support must be aimed at calibrating communicative norms and addressing perceptual asymmetry. Practical significance: the development of educational tools (e.g., the "communication contract" template, "emotional bank account") is a necessary condition for forming flexible, empathetic assertiveness that will sustain intimacy rather than destroy it.

цінностей, де ефективність їхньої взаємодії безпосередньо визначає якість емоційного фону та задоволеність сімейним життям. Ця задоволеність є ключовим фактором, що обмежує соціальні та економічні ризики, пов'язані з розпадом шлюбу. Згідно з даними Державної служби статистики України, критично високий відсоток розлучень (більше 50 %) припадає саме на перші 5–10 років шлюбу, що свідчить про глибоку неспроможність молодих пар долати

комунікативні дисфункції у період становлення стосунків.

Проблема благополуччя сімей та підвищення їхньої стійкості закріплена на державному рівні у відповідних Національних стратегіях та соціальних програмах, що підкреслює стратегічну важливість вивчення чинників, які можуть впливати на задоволеність шлюбом, зокрема, ефективну комунікацію.

На сучасному етапі сімейного розвитку комунікативний фактор все більше обмежує стабільність шлюбу. Комунікація та задоволеність безпосередньо взаємозалежні та тісно взаємодіють: криза в афективному обміні (наприклад, емоційна стриманість) посилює занепад стосунків, а деструктивні стилі спілкування (агресія, пасивність) погіршують ступінь взаєморозуміння.

Тому вдосконалення психологічних методів профілактики та корекції сімейної дисгармонії, спрямованих на емпіричне вивчення та подальше формування функціонального стилю комунікації у молодих пар, є актуальним питанням підвищення їхнього психологічного благополуччя у сфері регуляції подружніх взаємин. Це набуває особливої значущості з огляду на виявлений емпіричний факт: проста лінійна гіпотеза про позитивний зв'язок між конструктивним стилем комунікації та задоволеністю була спростована. Це вимагає створення цілісного підходу, сфокусованого на взаємній адаптації та калібруванні комунікативних норм, а не лише на технічному володінні асертивністю.

Аналіз останніх досліджень та публікацій, у яких започатковано розв'язання цієї проблеми і на які спирається автор. Теоретичний аналіз проблеми впливу комунікації на подружні стосунки спирається на ґрунтовні дослідження як вітчизняних, так і зарубіжних науковців. Дослідження підкреслюють, що саме через комунікативний обмін відбувається узгодження цілей, інтересів, розподіл та освоєння інтеракційних ролей, що є

фундаментальним механізмом адаптації. Зарубіжні дослідники активно вивчали вплив конкретних стилів спілкування на задоволеність шлюбом. Готтман Дж. [9] акцентує увагу на тому, що використання агресивної комунікації (критика, звинувачення, знецінення — так звані “чотири вершники апокаліпсису”) суттєво знижує задоволеність стосунками і стабільність шлюбу. Він також довів, що асертивне спілкування, яке включає використання “Я-повідомлень” та активне слухання, є головним чинником зниження конфліктності. Альберті Р. та Еммонс М. [7] визначили асертивний стиль як “чесне, пряме і шанобливе” вираження власних думок, почуттів і потреб, що є базовою умовою психологічного благополуччя у шлюбі. Дарба М. та Шахморادی С. [8] досліджували роль емоційної експресивності, встановивши, що вона має значний прямий позитивний вплив на шлюбну задоволеність, тоді як прямий вплив асертивності був незначущим. Це підкреслює важливість емоційного компонента комунікації (афективного обміну) для суб'єктивного благополуччя. Дослідження Дж. Кайзера [13] на діадичних парах показало, що індивідуальна асертивність сама по собі не є вирішальним компонентом задоволеності шлюбом, і пари, незалежно від поєднання стилів, можуть досягати задоволеності. Сучасні дослідження підтверджують та розширюють ці висновки: якість комунікації справді корелює із задоволеністю стосунками [15], а нові дані додають нюанс: не лише наявність агресивних стилів (критики, знецінення) шкідлива, але й зменшення негативу має значне прогностичне значення [12]. Дослідження, в якому порівнювалися пасивний, агресивний, асертивний стилі комунікації, вказує, що асертивні висловлювання (з використанням “Я-повідомлень”) ефективніші для конструктивного вирішення конфліктів [15]. Ефективність навчальних програм (тренінгів з

комунікації) також демонструє важливість практичного впровадження цих навичок [16]. В українській психологічній науці питання сімейної комунікації та задоволеності шлюбом активно досліджували. Зокрема, О. Волошок [2] вивчала соціально-психологічні чинники задоволеності шлюбом осіб періоду ранньої дорослості. Методологічні підходи до вивчення подружніх взаємин, зокрема Модель параметрів сімейної взаємодії, яка включає систему чинників (схожість поглядів, точність невербальної комунікації, відкрите спілкування, емпатія), були розроблені та адаптовані вітчизняними фахівцями. Також використовується тест-опитувальник “Задоволеність шлюбом” (В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко) [4] для експрес-діагностики стійкого емоційного стану та раціональної оцінки успішності шлюбу. Таким чином, сучасні дослідження одноставно підтверджують, що подружня комунікація є багатоаспектним феноменом, у якому взаємодіють інформаційний, регулятивний та афективний (емоційний) компоненти. Незважаючи на значну кількість досліджень, спрямованих на вивчення комунікації у шлюбі, питання впливу комбінації стилів комунікації обох партнерів на рівень задоволеності у молодих пар досі недостатньо вивчене. Особливо бракує системних даних щодо того, як інтерсуб’єктивні конфлікти та асиметрія сприйняття комунікації (різниця “Я — Партнер”) корелюють із задоволеністю. Саме з метою заповнення цієї прогалини наше дослідження було спрямоване на вивчення взаємозв’язку стилів комунікації та задоволеності.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується дана стаття. Аналіз вищезазначених досліджень показує, що проблема впливу комунікації на подружні стосунки розглядається в контексті вивчення окремих стилів спілкування (асертивного, агресивного, пасивного),

їхньої кореляції із загальною задоволеністю шлюбом та важливості афективного обміну (валідації, емоційної експресивності) для близькості. Для стабільності шлюбу акцент робиться на доведеній шкідливості деструктивних патернів (“чотири вершники апокаліпсису”) та ефективності “Я-повідомлень” для вирішення конфліктів. Водночас, питання впливу комбінації стилів комунікації обох партнерів на рівень задоволеності у молодих парах досі недостатньо вивчене. Зокрема, бракує системних даних щодо того, як інтерсуб’єктивні конфлікти та асиметрія сприйняття комунікації (різниця в оцінках “Я — Партнер”) корелюють із задоволеністю.

Наявні теоретичні моделі виходять з припущення про лінійний зв’язок, де асертивність обох партнерів має бути предик-тором високої задоволеності. Однак цей аспект, який потребує емпіричної перевірки, залишається відкритою проблемою.

Саме з метою заповнення цієї прогалини, дана стаття присвячується емпіричному дослідженню взаємозв’язку комбінацій стилів комунікації на рівні діади (пари) та рівня задоволеності, а також виявленню та аналізу перцептивної асиметрії (“сліпих плям”) як ключового індикатора інтерсуб’єктивного конфлікту. Наукове обґрунтування цих аспектів має значну теоретичну та практичну цінність для вдосконалення психологічних методів корекції сімейної дисгармонії.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Метою статті є наукове обґрунтування взаємозв’язку між комбінаціями стилів комунікації та рівнем задоволеності сімейним життям молодого подружжя. Для досягнення цієї мети, з огляду на необхідність встановлення та аналізу нелінійної залежності, необхідно вирішити наступні завдання: діагностувати та класифікувати індивідуальні стилі комунікації (конструктивний, неконструктивний) обох партнерів у молодих подружніх парах; виявити комбінації

стилів комунікації на рівні діади; виявити та проаналізувати нелінійну залежність між комбінаціями стилів комунікації та рівнем задоволеності шлюбом, зокрема, емпірично обґрунтувати парадокс найнижчої задоволеності у пар із домінуючим конструктивним стилем.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Об'єктом дослідження були комунікативні патерни молодих пар, а предметом — вплив вираженості асертивного, пасивного та агресивного стилів спілкування на рівень задоволеності шлюбом обох партнерів. Дослідження базувалося на гіпотезі, що асертивний стиль комунікації є позитивним предиктором високої задоволеності шлюбом, тоді як пасивний та агресивний стилі асоціюються з нижчими показниками. Дослідження складалося з трьох частин: визначення стилю комунікації у парі, визначення задоволеності шлюбом у парі та визначення зв'язку між стилем комунікації та задоволеністю.

Аналіз стилів комунікації у шлюбі ґрунтувався на положеннях теорії міжособистісної комунікації, де ефективно спілкування характеризується асертивністю, емпатією, відкритістю та здатністю до активного слухання. У науковій літературі виділяють чотири основні стилі: асертивний стиль (конструктивний): визначається як “чесне, пряме і шанобливе” вираження власних думок, сприяючи формуванню емоційної безпеки та зниженню конфліктності; пасивний стиль (деструктивний): проявляється у схильності до уникання конфліктів і пригніченні власних потреб, що веде до накопичення невисловлених негативних емоцій та емоційного виснаження; агресивний стиль (деструктивний): характеризується домінуючою поведінкою та ігноруванням потреб партнера, що призводить до поглиблення емоційної дистанції та зниження стабільності

шлюбу; пасивно-агресивний стиль (деструктивний): поєднує зовнішню пасивність із прихованою, непрямую агресією, руйнуючи довіру та провокуючи постійну емоційну напругу [7; 16].

Дослідження виконано на вибірці 52 пари молодого шлюбу (104 респонденти). Вибірка була сформована з рандомно обраних молодих подружніх пар, які перебували у шлюбі до 5 років. Даний обсяг вибірки є достатнім для проведення кореляційного аналізу та забезпечення статистичної значущості виявлених зв'язків на діадичному рівні. Участь у дослідженні була добровільною і проводилась на базі факультету психології Українського державного університету імені Михайла Драгоманова упродовж 2024–2025 років. Ключовим інструментарієм була спеціалізована Анкета “Асертивність у стосунках”, розроблена авторами роботи як комбінована адаптація класичних і сучасних психометричних шкал під специфіку подружньої взаємодії. Вибір саме цієї анкети був обґрунтований необхідністю забезпечити валідовану оцінку асертивності, використовуючи концептуальну основу Альберті та Еммонса (визначення асертивності як “чесного, прямого і шанобливого” вираження потреб) та класичні шкали Ратуса, Гамбрілла та Річі, а також мало на меті показати крос-сприйняття та оцінити не лише індивідуальну асертивність, але й перцептивну картину партнера (через формат “Я-Партнер”), що критично важливо для виявлення “сліпих плям” у спілкуванні.

Анкета адаптована для вимірювання у форматі “Я-Партнер”, де кожен респондент оцінює власну поведінку та поведінку свого чоловіка/дружини за тими самими 15 твердженнями, використовуючи 5-бальну шкалу частоти. Цей підхід дозволив виявити “сліпі плями” у спілкуванні.

Аналіз проводився шляхом підрахунку сумарних балів. Для спрощення було встановлено чітку класифікацію: конструктивний стиль — високий рівень асер-

тивності (60–75 балів). Це єдиний рівень, що вважається стабільно конструктивним, оскільки він сприяє формуванню емоційної безпеки; неконструктивний стиль — усі інші рівні (середній: 40–59 балів; низький: 25–39 балів; дуже низький: <25 балів). Це відображає ризик переходів до пасивності, агресії чи пасивно-агресивних патернів поведінки.

Емпіричні дані дозволили не лише класифікувати пари за загальним стилем комунікації, але й провести глибокий інтерсуб'єктивний аналіз наявності перцептивної асиметрії (різниця “Я — Партнер”) на вибірці 52 пар. Класифікація пар за індивідуальною асертивністю обох партнерів виявила наступний розподіл:

Таблиця 1.

Відношення стилю комунікації на індивідуальному рівні до особистого відчуття задоволення шлюбом

Стиль комунікації в парі	Кількість пар (N)	Частка у вибірці (%)	Психологічна суть
Неконструктивний-Неконструктивний (НК/НК)	34	65.4 %	Найчисельніша група, схильна до деструктивних патернів (пасивність, уникання), що підвищує ризик накопичення прихованого невдоволення.
Змішаний стиль (К/НК)	14	26.9 %	Пари з асиметричними стилями (один партнер конструктивний, інший — неконструктивний). Може вказувати на нерівність внеску та ризик дисбалансу сил.
Конструктивний-Конструктивний (К/К)	4	7.7 %	Найменш чисельна група, де обидва партнери мають високий рівень асертивності. Підкреслює рідкість досягнення стабільно конструктивного спілкування обома партнерами.

У ході аналізу було встановлено, що Середня абсолютна різниця самооцінок (П1-П2) становить 5.2 балів, що підкреслює структурну асиметрію в силах пари: один партнер є значно більш асертивним, ніж інший.

Асиметрія сприйняття (індивідуальна сліпа пляма). У вибірці виявлена значна кількість випадків асиметрії сприйняття. Позитивна асиметрія (Я > Партнер): корелює з егоцентричною упередженістю (переоцінювання власних навичок) та ризиком формування “синдрому донора” (відчуття нерівності внеску). Негативна асиметрія (Я < Партнер): вказує на відчуття підпорядкування, проблеми з власними межами та ризик накопичення прихованого невдоволення через домінування партнера.

Інтерсуб'єктивний конфлікт. Високе значення різниці різниць (D1-D2) є ключовим індикатором глибокої розбіжності у сприйнятті ролей. Емпірично встановлено, що 22 пари (або 42.3 % вибірки) мають високу різницю

різниць (D1-D2 \geq 10 балів). Це означає, що партнери мають різке розходження у тому, хто “більше винен” у проблемах, що є діагностичною ознакою потенційних комунікативних криз.

Таким чином, ці емпіричні дані стали основою для перевірки гіпотези про лінійну залежність комунікації та задоволеності шлюбом.

У другій частині дослідження було визначено задоволеність шлюбом (ЗШ) у тих самих пар, що брали участь у першій частині (комунікативні патерни). ЗШ розглядалася як інтегральний показник, що відображає стійкий емоційний стан, який включає почуття, генералізовані переживання та раціональну оцінку успішності шлюбу. Особлива увага приділялася емоційно-почуттєвій сфері, оскільки саме емоційна експресивність, емпатія та доброзичливість є критичним фактором, що визначає рівень суб'єктивної задоволеності та відчуття близькості. Для визначення рівня ЗШ було використано Тест-опитувальник “Задоволеність шлюбом” (ЗШ). Вибір саме цієї методики був обґрунто-

ваний її високими психометричними властивостями та широким визнанням і валідизацією в українській психологічній науці як надійного інструментарію для експрес-діагностики стійкого емоційного стану та раціональної оцінки успішності шлюбу [4].

Методика є одновимірною шкалою, що містить 24 твердження, які охоплюють різні аспекти подружнього життя (сприйняття себе та партнера, думки, оцінки та установки) і призначена для експрес-діагностики ступеня задоволеності, а також для оцінки

узгодженості/неузгодженості задоволеності в конкретній подружній парі. Тестування проводилося індивідуально, а потім розраховувався середній бал ЗШ для всієї пари. На основі цих індивідуальних показників розраховувався середній бал задоволеності шлюбом для всієї пари, що слугувало узагальненим показником благополуччя подружжя.

Емпіричний аналіз рівня ЗШ у вибірці молодого подружжя (52 пари, 104 респонденти) виявив наступні ключові тенденції (Табл.2):

Таблиця 2.

Ключові тенденції задоволеності шлюбом (ЗШ) у вибірці молодого подружжя

Показник / Група аналізу	Кількісне значення	Частка від вибірки	Психологічна інтерпретація
Загальний середній бал ЗШ	30.40 (з 48 можливих)	N/A	Відповідає категорії “скоріше благополучні” (29–32 бали), що свідчить про помірно позитивну оцінку стосунків у вибірці загалом.
Група з низькою задоволеністю (Ризику)	41 респондент	39.4 %	Схильні до незадоволеності (“перехідні” та “неблагополучні”). Сигналізує про гостру потребу в психологічній допомозі та високий ризик дестабілізації.
Критична група ризику	16 респондентів	15.4 %	Респонденти, які потрапили до категорій “Неблагополучні” (17–22 бали) та “Абсолютно неблагополучні” (0–16 балів).
Дискордантність	24 пари	46.2 %	Виявлено високий рівень розбіжності між суб’єктивною оцінкою шлюбу партнерів. Наявність дискордантності створює приховане напруження та є потужним провісником дестабілізації стосунків.

На заключному етапі провели кореляційний аналіз взаємозв'язку стилю комунікації на рівні пари та задоволеності шлюбом. Було виявлену нелінійну залежність, що спростовує просту початкову гіпотезу.

Узагальнюючий аналіз вимагав інтеграції двох джерел інформації. Дані про стиль комунікації (конструктивний-неконструктивний) та про задоволеність шлюбом (індивідуальні бали 0–48 та середній бал пари) були об'єднані в єдину таблицю за унікальними ідентифікаторами. Аналіз було проведено послідовно на двох рівнях: індивідуальному та діадичному.

Аналіз на індивідуальному рівні (самооцінка стилю та задоволеність) був спрямований на визначення того, як

самооцінка стилю корелює з індивідуальною задоволеністю. Обчислення середнього арифметичного значення показника “загальний бал” задоволеності шлюбом для кожної стильової групи (конструктивний — неконструктивний) дали неочікуваний результат:

– неконструктивний стиль: середній бал задоволеності шлюбом становив 30.76 балів. Ця група була найбільшою — 78,8 % (82 респонденти) вибірки.

– конструктивний стиль (асертивний): середній бал задоволеності шлюбом становив 29.09 балів. Ця група склала 21.2 % (22 респонденти).

Ця різниця в 1.67 бали безпосередньо спростувала гіпотезу на індивідуальному рівні. Хоча обидва середні показники (30,76 та 29,09)

потрапляють у категорію “скоріше благополучні” (29–32 бали), вищий бал у групи з неконструктивним стилем вказує на психологічний парадокс: респонденти з конструктивним стилем, імовірно, схильні до більш реалістичної та критичної оцінки шлюбу, що знижує їхній суб'єктивний бал, тоді як неконструктивний стиль може поєднуватися з механізмами психологічного захисту (уникнення гострих проблем), що штучно завищує їхню оцінку.

Аналіз на рівні пари (діадичний рівень) був ключовим, оскільки оцінював, як комбінація стилів обох партнерів впливає на загальну задоволеність діади. Був введений категоріальний критерій “стиль пари” (конструктивний-конструктивний, неконструктивний-неконструктивний, змішаний).

Конструктивний-конструктивний (К-К) стиль: пари, які відповідали ідеалу “конструктивної комунікації” (7,7 % вибірки, 4 пари), мали найнижчий середній бал задоволеності — 24,88 балів. Цей показник потрапляє до зони “скоріше неблагополучні” (23–26 балів), що є головним спростуванням гіпотези на діадичному рівні. Низький бал пояснюється конкурсом волі та недостатньою гнучкістю. Асертивність обох партнерів перетворюється на постійну конфронтацію, де жодна сторона не має

достатньої схильності до компромісу чи поступки, що викликає емоційне вигорання і дефіцит емпатії.

Змішаний стиль (К/НК): пари зі змішаним стилем (26,9 % вибірки, 14 пар) мали найвищий середній бал задоволеності — 31,29 балів. Найвищий бал доводить ефективність адаптивного балансу. Партнер із конструктивним стилем забезпечує прозорість та ініціює зміни, а партнер із неконструктивним стилем (більш поступливий) забезпечує стабільність та деескалацію. Цей асиметричний розподіл ролей є стійкішою основою для суб'єктивної задоволеності, ніж постійна конкуренція.

Неконструктивний-неконструктивний (НК-НК) стиль: ця група була домінуючою (65,4 % вибірки, 34 пари) і демонструвала високий середній бал 30,69 балів, що лише трохи нижче за показник змішаного стилю. Високий бал пояснюється спільними нормами уникнення конфлікту. Оскільки обидва партнери поділяють норму пасивності або замовчування проблем, вони підтримують низький рівень емоційної напруги. Для більшості пар таке узгоджене, хоч і теоретично неконструктивне, уникання є суб'єктивно найпростішим шляхом до відчуття благополуччя.

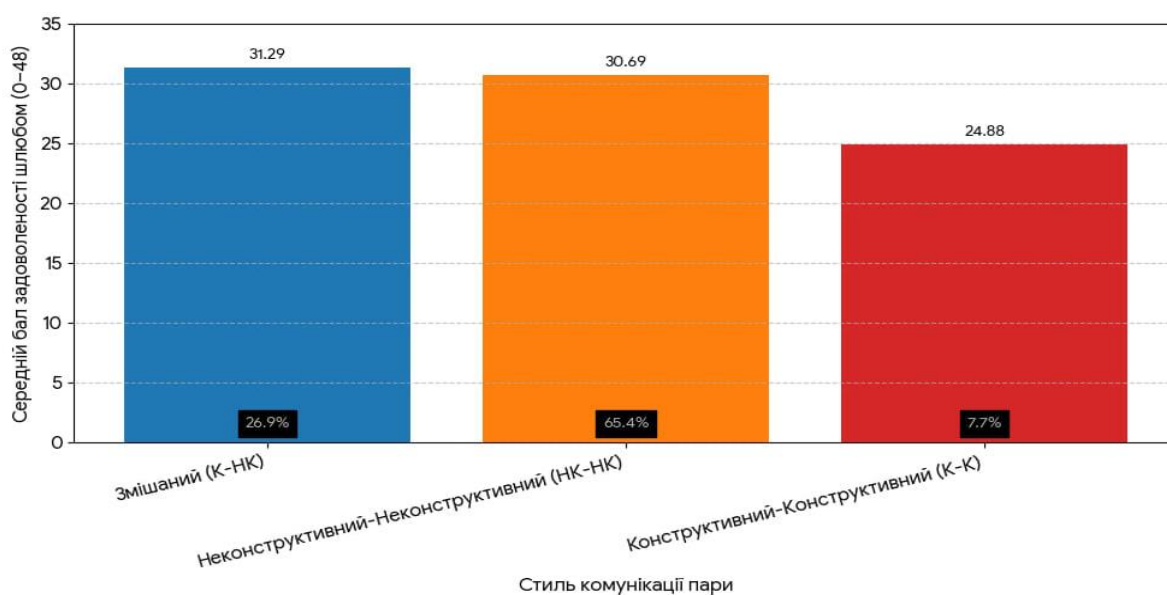


Рис 1. Відношення стилю комунікації на парному рівні до особистого відчуття задоволення шлюбом

Загальний висновок: цифрові дані чітко доводять, що відчуття задоволеності у шлюбі в цій вибірці залежить не від відповідності обох партнерів конструктивному ідеалу, а від адаптивності та функціональності асиметричних або навіть неконструктивних моделей взаємодії.

Висновки з даного дослідження та перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Отже, теоретичний аналіз та емпіричне дослідження підтвердили, що стиль комунікації є критичним, але нелінійно детермінуючим чинником задоволеності шлюбом. Хоча асертивний (конструктивний) стиль комунікації теоретично визнається ключовою запорукою здорової діадичної взаємодії, емпіричні дані на вибірці 52 пар не підтвердили простої лінійної залежності.

Виявлено неочікувану тенденцію: найнижчий середній рівень задоволеності (24,88 балів, “скоріше неблагополучні”) продемонстрували пари, де обидва партнери мають Конструктивний стиль комунікації. Це свідчить про те, що надмірна прямолінійність або сфокусованість на власних інтересах (дисфункціональна асертивність) може перетворювати спілкування на постійну конфронтацію, руйнуючи емоційну близькість.

Функціональною моделлю для більшості пар виявився неконструктивний або змішаний стиль комунікації. Найвищий

рівень задоволеності (31,29 балів) зафіксовано у пар зі змішаним стилем (один партнер конструктивний, інший — неконструктивний). Це вказує на те, що для досягнення задоволеності шлюбом важливіша взаємна адаптація та наявність функціональної для конкретної пари моделі взаємодії, ніж досконале використання теоретично “правильного” стилю.

Результати дослідження підтверджують необхідність комплексної психологічної підтримки молодого подружжя, особливо 39.4 % респондентів, що потрапили до категорій з низькою задоволеністю. Виявлено високий рівень дискордантності та інтерсуб'єктивних конфліктів у сприйнятті комунікації, що відображається в значній асиметрії сприйняття (Я > Партнер — “синдром донора”; Я < Партнер — відчуття підпорядкування). Це створює приховане напруження, яке може бути ефективно скореговане шляхом калібрування комунікативних норм у парі та роботи з перцептивною асиметрією.

Перспективи подальших наукових досліджень полягають у проведенні лонгітюдних досліджень динаміки комунікації молодих пар, а також у розробці та апробації спеціалізованих тренінгових програм, що будуть покращувати ті чи інші складові стилю комунікації у молодій сімейній парі.

Список літератури

1. Алексеєнко Т. Ф. Виховання потенціалу сім'ї в сучасних умовах: тематичність державна. *Доповідь про становище сімей в Україні за підсумками 2001 року*. Київ: Державний інститут проблем сім'ї та молоді, 2002. 144 с.

2. Волошок О. В. Соціально-психологічні чинники задоволеності шлюбом осіб періоду ранньої дорослості. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2019. № 3. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-3-17>.

3. Ейдемільер Е. Г., Юстицкіс В. Е. Психологія і психотерапія сім'ї. Харків, 2008. 672 с.

4. Пезешкіан Н. Тренінг сімейних стосунків. 33 і одна форма партнерства. Київ: Інститут позитивної психотерапії, 2009. 288 с.

5. Таннен Д. Ти просто мене не розумієш: чоловіки та жінки в спілкуванні. Київ: Видавництво Жупанського, 1996. 30 с.

6. Alberti R. E., Emmons M. L. *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships*. New Harbinger Publications. 2017.

7. Darba M., Shahmoradi S. Predicting Marital Satisfaction Based on Assertiveness and Emotional Expressiveness Considering the Mediating Role of Quality of Life in Athletes and Non-Athletes Women. *M. A. in Family Counselling, Department of Educational Psychology and Counseling*. 2020.

8. Gottman J. M. The Seven Principles for Making Marriage Work. New York : Crown, Publishers, 1999. 72 p.

9. Hendrick S. S. A Generic Measure of Relationship Satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 1988. P. 93–98.

10. Javadivala Z., Allahverdiipour H., Asghari Jafarabadi M., Azimi S., Gilani N., Chattu V. Improved couple satisfaction and communication with marriage and relationship programs: are there gender differences? — a systematic review and meta-analysis. *Systematic Reviews*, 2021. 178 p. URL: <https://doi.org/10.1186/s13643-021-01719-0>.

11. Johnson M. D., Lavner J. A., Mund M., Zemp M., Stanley S. M., Neyer F. J., Impett E. A., Rhoades G. K., Bodenmann G., Weidmann R., Bühler J. L., Burriss R. P., Wünsche J., Grob A. Within-Couple Associations Between Communication and Relationship Satisfaction Over Time. *Pers Soc Psychol Bull*. 2022. P. 534–549.

12. Kiser J. D. The Relationship Between Husband-Wife Assertiveness and the Level of Marital Satisfaction. *Doctoral Dissertation, University of South Carolina*. 1989.

13. Rathus S. A. A 30-Item Schedule for Assessing Assertive Behavior. *Behavior Therapy*. 1973. P. 398–406.

14. Roels R., Rehman U. S., Goodnight J. A., Janssen E. Couple Communication Behaviors During Sexual and Nonsexual Discussions and Their Association with Relationship Satisfaction. *Arch Sex Behav*. 2022. P. 1541–1557. URL: <https://doi.org/10.1007/s10508-021-02204-4>.

15. Winer S., Ramos Salazar L., Anderson A. M., Busch M. Resolving conflict in interpersonal relationships using passive, aggressive, and assertive verbal statements. *International Journal of Conflict*

Management. 2023. No 2, P. 334–359. URL: <https://doi.org/10.1108/ijcma-03-2023-0048>.

References:

1. Alekseienco T. F. Vychovannia potentsialu simi v suchasnykh umovakh: tematychnist derzhavna [Nurturing family potential in modern conditions: thematic state policy]. *Dopovid pro stanovyshe simej v Ukraini za pidsumkamy 2001 roku*. Kyiv : Derzhavnyi instytut problem simi ta molodi, 2002. 144 P.

2. Voloshok O. V. Sotsialno-psykhologichni chynnyky zadovolenosti shliubom osib periodu rannoї doroslosti [Socio-psychological factors of marital satisfaction among young adults]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu*. 2019. No. 3 Available at: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-3-17>.

3. Eidemiller E. H., Yustytskys V. E. Psykhohiia i psykhoterapiia simi [Family psychology and psychotherapy]. Kharkiv, 2008. 672 p.

4. Pezeshkian N. Treninh simeinykh stosunkiv. 33 i odna forma partnerstva [33 and one form of partnership]. Kyiv : Instytut pozytyvnoi psykhoterapii, 2009. 288 p.

5. Tannen D. Ty prosto mene ne rozumiiesh: choloviky ta zhinky v spilkuvani [You just don't understand me: men and women in communication]. Kyiv : Vydavnytstvo Zhupanskoho, 1996. 30 p.

6. Alberti R. E., Emmons M. L. Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships. *New Harbinger Publications*. 2017.

7. Darba M., Shahmoradi S. Predicting Marital Satisfaction Based on Assertiveness and Emotional Expressiveness Considering the Mediating Role of Quality of Life in Athletes and Non-Athletes Women. *M. A. in Family Counselling, Department of Educational Psychology and Counseling*. 2020.

8. Gottman J. M. The Seven Principles for Making Marriage Work. New York : Crown, Publishers, 1999. 72 p.

9. Hendrick S. S. A Generic Measure of Relationship Satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 1988. pp. 93–98.
10. Javadivala Z., Allahverdipour H., Asghari Jafarabadi M., Azimi S., Gilani N., Chattu V. Improved couple satisfaction and communication with marriage and relationship programs: are there gender differences? — a systematic review and meta-analysis. *Systematic Reviews*, 2021. 178 p. Available at: <https://doi.org/10.1186/s13643-021-01719-0>.
11. Johnson M. D., Lavner J. A., Mund M., Zemp M., Stanley S. M., Neyer F. J., Impett E. A., Rhoades G. K., Bodenmann G., Weidmann R., Bühler J. L., Burriss R. P., Wünsche J., Grob A. Within-Couple Associations Between Communication and Relationship Satisfaction Over Time. *Pers Soc Psychol Bull.* 2022. pp. 534–549.
12. Kiser J. D. The Relationship Between Husband-Wife Assertiveness and the Level of Marital Satisfaction. *Doctoral Dissertation, University of South Carolina*. 1989.
13. Rathus S. A. A 30-Item Schedule for Assessing Assertive Behavior. *Behavior Therapy*. 1973. pp. 398–406.
14. Roels R., Rehman U. S., Goodnight J. A., Janssen E. Couple Communication Behaviors During Sexual and Nonsexual Discussions and Their Association with Relationship Satisfaction. *Arch Sex Behav.* 2022. pp. 1541–1557. Available at: <https://doi.org/10.1007/s10508-021-02204-4>.
- Winer S., Ramos Salazar L., Anderson A. M., Busch M. Resolving conflict in interpersonal relationships using passive, aggressive, and assertive verbal statements. *International Journal of Conflict Management.* 2023. No. 2, pp. 334–359. Available at: <https://doi.org/10.1108/ijcma-03-2023-0048>.

Стаття надійшла до редакції 01.11.2025