

праць. К. : Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 2009. Т.11. Ч.І. С. 212-220.

5. Мозгова Г.П., Візнюк І. М. Психологічна реабілітація психосоматичних хворих працездатного віку. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. Вип. 16 (61), 2021. С. 62- 73

Petrukha Olha

student of the Department of Psychology and Social Work
Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University
Vinnitsia, Ukraine

innavisnyuk@gmail.com

Inessa Vizniuk

Doctor of psychological sciences, professor Department of Psychology and
Social Work Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University
Vinnytsia, Ukraine.

innavisnjuk@gmail.com

The article reveals internal and external factors affecting the adaptability of the elderly in modern living conditions. Factors that contribute to the successful adaptation of the elderly to a new environment and factors that hinder the adaptive process of their mastering of modern trends are presented. A sample of elderly people who feel discomfort and lack of well-being in life was identified.

Keywords: *elderly people, internal and external factors, adaptation process, modern living conditions, socio-psychological features.*

УДК 159.9

Резніченко О.В.

група 2511, Факультет морського права
Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова
Миколаїв, Україна

Матвієнко Л.В.

кандидат історичних наук, доцент кафедри соціально-гуманітарних наук

Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова

Миколаїв, Україна

matvienko_nyk@ukr.net

Психологія відносин між чоловіком і жінкою

У запропонованій статті проаналізована сучасна проблематика психології відносин між чоловіком та жінкою. Виділені ключеві проблеми, які впливають на стосунки.

Ключові слова: відносини, проблема, чоловік, жінка, стосунки.

Стосунки – це особисті зв'язки, усвідомлених, емоційно-стабільних людей. Чоловік і жінка завжди відрізнялися гендерними ролями і баченням взаємовідносин у парі. Зрозумівши і прийнявши відмінності, буде можливо покращити стосунки між статями. Кожен з нас очікує від свого партнера взаєморозуміння, але часто буває так, що дії не відповідають цим очікуванням. Чоловіки прямолінійно сприймають інформацію, діють однофункціонально і багато хто не розуміє натяків. В той час, як жінка має ширший образ мислення. В стресових ситуаціях мужчина хоче побути наодинці та все обмірковувати, але більшість жінок навпаки, хочуть поділитися емоціями, відчувати захист коханого. Це є приводом конфлікту – він не вміє слухати та розуміти свою «половинку», вона – ображається, що її не розуміють. Щоб досягти взаєморозуміння, доведеться пройти довгий шлях разом. Жінка емпатична і чекає, щоб чоловік зрозумів її без слів чи зрозумів її натяки. Тому, рішенням багатьох проблем є спілкування та вміння говорити, навчитись висловлювати свої думки чи бажання без натяків.

Кожна людина схильна до несвідомого копіювання моделі поведінки своїх батьків. Тому, якщо атмосфера у сім'ї позитивна, молодь вступає у здорові взаємовідносини. Але, коли в родині погано налагоджені взаємоповага та взаєморозуміння у майбутніх відносинах дітей будуть присутні такі ж ролі, як у батьків («жертва», «аб'юзер», «рятівник»). Насильство в родині провокують

прийняття ролі агресора та жертви. «Жертва», несвідомо шукає собі «рятівника» чи «нападника», та навпаки. Це може бути притаманно обом статям. Аб'юзером може бути як жінка, так і чоловік. У період сьогодення актуальною є співпраця з психологами, якщо пара зуміла прийняти той факт, що знаходиться у «нездорових» стосунках. Під виразом «нездорові» стосунки слід розуміти знецінення особистих якостей, дискредитація ваших мрій, спроби одного партнера переробити іншого. Як правило, вийти з них важко, а після виходу з проблемних стосунків залишається, як правило, негативний відбиток у психіці людини.

Наступною проблемою є надмірні ревності (психологічна травма, страх бути зрадженим і покинутим). Необґрунтована підозра негативно відображається на партнері, виникає недовіра в парі, яка може призвести до розриву відносин, до розлучення, або навіть до зниження самооцінки людини.

Раніше, навіть у минулому столітті, було не прийнято консультуватися зі спеціалістами та обговорювати психологічні проблеми в сім'ї із сторонніми людьми. У період сьогодення допомогою психологів користуються багато людей, задля покращення взаємовідносин.

Науковцями доведено, гармонічні відносини можливі тільки серед людей, які емоційно відчують свого партнера, вміють згладжувати всі конфлікти, ідуть на компроміс.

Отже, проблематикою взаємовідносин між чоловіком та жінкою виступає невміння чути один одного, необґрунтована недовіра до партнера, недостатність уваги та поваги. Для порозуміння закоханим слід обговорювати проблеми, які їх турбують, говорити про свої переживання, робити двосторонній внесок у розвиток відносин. Для кращого результату за допомогою можна звернутися до психологів.

Джерела і література

1. <https://knigogo.com.ua/chitati-online/choloviky-z-marsa-zhinky-z-venery/>
«Чоловіки з Марса, жінки з Венери» Джон Грей
2. <https://sokrat.training/1994/>
3. <https://w2w.com.ua/psihologiiia-vidnosin-mij-cholovikom-i-jinkou-6-pravil-zdorovih-vidnosin/>

Reznichenko O.V.

group 2511, Faculty of Maritime Law

Admiral Makarov National University of Shipbuilding

Mykolaiv, Ukraine

reznichenkoalexandra28.10.2003@gmail.com

Matvienko L.V.

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor of the Department of Social

Sciences and Humanities,

Admiral Makarov National University of Shipbuilding

Mykolaiv, Ukraine

matvienko_nyk@ukr.net

Psychology of relationships between man and woman

The article analyzes the modern problems of psychology of relationships in a couple. The key problems affecting the relationship are highlighted.

Keywords: *relationship, problem, man, woman, relationship.*

УДК 159.9.1

Ронжес О. Є.

аспірантка кафедри прикладної психології,

Харківський Національний Університет імені В. Н. Каразіна, Україна

olena.ronzhes@gmail.com

Науковий керівник

Наливайко О.О.

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки,

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, Україна,

nalyvaiko@karazin.ua

Цифрові сервіси підтримки громадян як дієвий інструмент підтримки