

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

**ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ПОЛІГАМНИХ
ЧОЛОВІКІВ**

Кваліфікаційна робота

Освітня програма: Психологія
Спеціальність: 053 Психологія
Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки
Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Виконав(ла) здобувач (ка)
4 курсу 1 групи
Медведєва Ксенія Ігорівна
(підпис)

Науковий керівник
Кандидат психологічних наук, доцент
Віденєєв Ігор Олександрович

(підпис)

роботу захищено « 02 » червня 2025 р.

Оцінка:

(Прізвище, ініціали)

(підпис)

Харків, 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ПОЛІГАМНИХ ЧОЛОВІКІВ	5
1.1. Загальна характеристика мотиваційної сфери людини	5
1.2. Сутність явищ «полігамія» та «моногамія»	10
Висновки до першого розділу	16
РОЗДІЛ 2. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ПОЛІГАМНИХ ТА МОНОГАМНИХ ЧОЛОВІКІВ	17
2.1. Організація дослідження з вивчення мотиваційної сфери полігамних та моногамних чоловіків	17
2.2. Аналіз результатів дослідження з мотиваційної сфери полігамних чоловіків	18
2.3. Загальні рекомендації з підвищення мотивації особистості	29
Висновки до другого розділу	31
ВИСНОВКИ	33
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	36
ДОДАТКИ	39

ВСТУП

За останнє десятиліття в Україні відбулася модернізація деяких аспектів сімейних інститутів, що безпосередньо відбивається на способі життя людей, їхньому ставленні до минулих і сучасних звичаїв і норм, прийнятих суспільством, і їхній реакції на цю модернізацію. Інститут сім'ї може змінитися, тому що людській природі властиво створювати нові стандарти та нові форми культури/ Деякі суспільства відомі тим, що запозичують нові речі в інших, часто більш розвинутих суспільствах. Традиційні установки нашої культури орієнтовані на підтримку моногамних стосунків, тоді як полігамія та вибір невинуватих сексуальних партнерів у суспільстві засуджуються. Водночас процеси культурної глобалізації, зростання міграції та зміни в сучасній художній культурі явно применшують уявлення про норми сексуальних стосунків.

Проблеми мотивації є предметом дослідження вчених, які належать до різних наукових шкіл. У дослідженнях науковців проблема особистісно-мотиваційної сфери розглядається переважно в рамках вивчення мотиваційних механізмів дій людини (В. Г. Асєєв, Дж. Аткинсон, В. К. Вілюнас, Є. П. Ільїн, О. М. Леонтьєв, Б. Ф. Ломов, Д. Мак-Клелланд, А. Маслоу, З. Фройд, Е. Фромм та ін.).

Об'єктом дослідження є потребово-мотиваційна сфера особистості.

Предметом дослідження є особливості мотиваційної сфери полігамних чоловіків.

Метою роботи є визначення особливостей мотиваційної сфери полігамних чоловіків.

Відповідно до мети в роботі поставлено та вирішено такі **завдання**:

- 1) Схарактеризувати теоретичні аспекти вивчення мотиваційної сфери полігамних чоловіків;
- 2) Провести практичне вивчення мотиваційної сфери полігамних чоловіків;
- 3) Сформулювати практичні рекомендації щодо розвитку мотиваційної сфери полігамних та моногамних чоловіків.

Методичною та інформаційною основою даної роботи є спеціалізована література, наукові періодичні видання, статистична звітність, та методичні

посібники і рекомендації з організації досліджень в сфері мотивації особистості.

Теоретичне та практичне значення роботи полягає в тому, що розроблені в результаті дослідження рекомендації можуть бути застосовані в практиці психологічного консультування та під час підготовки студентів-психологів до надання психологічної допомоги сім'ї. Цільовими споживачами результатів дослідження є практичні психологи, які працюють в напряму консультуванні сім'ї та відносин, так і при навчанні студентів психологічних спеціальностей.

Дослідження проводилось протягом 2024 року он-лайн за допомогою Google-forms та он-лайн версій тестів серед чоловіків віком від 18 до 60 років на добровільній основі. Всього в дослідженні взяло участь 60 осіб. За результатами опитування було виділено дві групи респондентів: полігамні та моногамні чоловіки, по 30 осіб в кожній групі.

Результати дослідження оприлюднені у статті «Peculiarities of the motivational sphere of polygamous men».

Мета і завдання даної роботи визначили її структуру: робота складається з вступу, 2 розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи 55 сторінок комп'ютерного тексту, у тому числі 9 рисунків, 1 таблиця, 7 додатків. Список використаних джерел включає 35 найменувань.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ПОЛІГАМНИХ ЧОЛОВІКІВ

1.1. Загальна характеристика мотиваційної сфери людини

Мотив — внутрішня, стійка психологічна причина поведінки чи вчинку людини [9].

В даний час мотивацією вважається система факторів, якими визнається поведінка та характеристика процесу, що стимулює і підтримує поведінкову активність особистості на певному рівні.

Найбільш вживаним визначенням мотивації є таке: мотивація – це динамічний процес внутрішнього, психологічного та фізіологічного контролю поведінки, включаючи її ініціацію, спрямування, організацію та підтримку [21].

Внутрішні чинники часто називають особистісними диспозиціями, а потім розрізняють диспозиційні та ситуативні мотивації. Майже будь-яку людську дію можна вважати двоїстою: диспозиційною та ситуативною. Безпосередня, поточна поведінка людини не є реакцією на певні внутрішні чи зовнішні подразники, а є результатом постійної взаємодії її диспозицій із ситуацією. Тому мотивацію ми розглядаємо як циклічний процес постійного впливу та трансформації, у якому суб'єкт дії та ситуація взаємодіють, а результатом є поведінка, що спостерігається, тобто. Мотивація – це процес постійного вибору та прийняття рішень на основі розгляду альтернатив поведінки [4].

Мотивація описує мету, організованість і стійкість комплексу заходів, спрямованих на досягнення конкретної мети.

Мотив - це те, що належить суб'єкту поведінки, на відміну від мотивації, оскільки це його власні індивідуальні диспозиції, які внутрішньо спонукають його до дії. [14].

Диспозиції (мотиви) є складовими мотиваційної сфери людини. Виділяють органічні, матеріальні, соціальні та духовні мотиви, які в свою чергу визначають потреби та цілі, формуючи тим самим мотиваційну сферу людини [16].

Потреба – це стан, коли людині необхідні певні умови, яких їй не вистачає для нормального існування і розвитку. Потреба є характерною рисою всього живого. Він переводить окремі психічні процеси і органи в стан підвищеного

збудження, підтримуючи активність організму до повного задоволення відповідного стану потреби. Потреби зберігаються в довготривалій пам'яті. Кількість і якість потреб залежить від рівня організації житла [17].

Мотиваційна сфера людини оцінюється за такими критеріями: широта, гнучкість, ієрархічність. Широта мотиваційної сфери пов'язана з варіативністю мотиваційних факторів – диспозицій (мотивів), потреб і цілей, представлених на кожному рівні. Чим різноманітніші мотиви, потреби, цілі людини, тим розвиненіша її мотиваційна сфера [18].

Мотиваційна сфера більш гнучка, якщо більш різноманітний набір мотиваційних стимулів нижчого рівня може бути використаний для задоволення більш загального (вищого) мотиваційного потягу.

Широта і гнучкість відіграють значну роль у мотиваційній сфері. Широта – це ступінь потенційного діапазону діяльності, яка може служити джерелом мотивації для людей потіти, а гнучкість - це перехід між різними ієрархічними об'єднаннями мотиваційних сфер:

- мотиви і цілі;
- мотиви і потреби;
- потреби і завдання [25].

Для структури кожного рівня організації мотиваційної сфери, взятого окремо, характерна ієрархічність. Чим більші відмінності в силі та частоті актуалізації мотиваційних одиниць певного рівня, тим вище ієрархізація мотиваційної сфери [10].

Крім мотивів, потреб і цілей мотиваторами поведінки людини виступають також інтереси, завдання, бажання, наміри.

Інтерес – це особливий мотиваційний стан когнітивного характеру, який, як правило, безпосередньо не пов'язаний з якоюсь конкретною потребою. Усе, що не здається правильним, може стати великою проблемою. Досвід відповідає особливому виду роботи, яка називається дослідницькою. Найвищим рівнем розвитку такої діяльності є наукові та художньо-творчі дослідження [9].

Завдання — це специфічний ситуативно-мотиваційний фактор, який виникає, коли організм під час виконання діяльності, спрямованої на досягнення певної мети, стикається з перешкодою, яку йому необхідно подолати, щоб рухатися вперед. Одне і те ж завдання може виникати в процесі виконання

широкого кола діяльності і тому не є настільки специфічним для потреб, як інтерес [11].

Бажання і наміри виникають миттєво і досить часто змінюють один одного мотиваційними суб'єктивними станами, що відповідають мінливим умовам виконання дії.

Інтереси, завдання, бажання, наміри в мотивації відіграють не спонукальну, а інструментальну роль. Вони визначають стиль, а не напрямок поведінки.

Мотивація людини може бути усвідомленою і неусвідомленою. Багато психологічних проблем можна вирішити, якщо визнати, що справжні мотиви людей не обов'язково є такими, якими вони здаються [7].

Отже, вищевикладене свідчить про те, що термін «мотивація» є більш широким поняттям, ніж «мотив». Сукупність цих речей разом із потребами, цілями, інтересами, завданнями, бажаннями, намірами визначає мотиваційну сферу людини, яка характеризується такими властивостями, як широта, гнучкість, ієрархічність.

Багато мотиваційних факторів з часом стають настільки характерними для людини, що перетворюються в риси особистості. До найважливіших соціальних мотивів особистості відносяться: мотив досягнення успіху, мотив уникнення невдач, особистісна тривожність, самооцінка, рівень домагань, потреба в спілкуванні (афіліація), мотив влади, мотив допомоги. інші люди (альтруїзм), агресія [21].

Самооцінка – це оцінка людиною власних якостей, сильних і слабких сторін. Рівень самооцінки пов'язаний із задоволеністю або незадоволеністю особистості, що виникає в результаті досягнення певної мети. Самооцінка залежить від результатів дій.

Рівень домагань — максимальний успіх, якого людина розраховує досягти в певному виді діяльності. Як фактор, що визначає задоволеність або незадоволеність діяльністю, рівень домагань більш важливий для осіб, орієнтованих на уникнення невдачі, ніж на досягнення успіху.

Мотиви афіліації і влади актуалізуються і задовольняються лише в спілкуванні між людьми. Мотив афіліації зазвичай проявляється як прагнення людини встановити добрі, емоційно позитивні стосунки з людьми. Внутрішньо

або психологічно цей мотив проявляється у формі почуття прихильності, вірності, а зовнішньо — в комунікабельності, в прагненні співпрацювати з іншими людьми, постійно перебувати з ними. У результаті задоволення мотиву афіліації між людьми складаються довірчі, відкриті стосунки, засновані на симпатії та взаємодопомозі. Протилежним мотивом афіліації є мотив відмови, який проявляється страхом бути неприйнятним чи відкинутим значимими іншими [23].

Домінування мотиву афіліації в особистості створює стиль спілкування з людьми, який характеризується впевненістю в собі, невимушеністю, відкритістю, сміливістю. Навпаки, переважаання мотиву відмови призводить до невпевненості, скутості, скутості, напруги [22].

Мотив влади можна визначити як стійке і чітко виражене бажання людини мати владу над іншими людьми. Емпіричними ознаками наявності цього мотиву в людини є [27]:

— постійні і досить яскраво виражені емоційні переживання, пов'язані зі збереженням або втратою психологічного чи поведінкового контролю над іншою людиною в якійсь діяльності або смуток через невдачу;

— небажання підкорятися іншим людям, активне прагнення до незалежності;

— схильність до контролю та домінування над людьми в різних ситуаціях спілкування та взаємодії з ними.

«Мотив влади спрямований на отримання та збереження своїх ресурсів або для престижу та відчуття влади, пов'язаних з ними, або для впливу на поведінку та досвід інших людей.

У психології мотивації особливий інтерес представляє так звана просоціальна поведінка та її мотиви. Під цим типом поведінки розуміють певні альтруїстичні дії людини, спрямовані на благо інших і допомогу їм. Ці форми поведінки різноманітні у своїй різноманітності і варіюються від простої ввічливості до серйозної благодійної турботи, яку надають інші іншим, іноді за рахунок себе, за рахунок себе. Деякі психологи вважають, що за такою поведінкою стоїть особлива мета, і називають це альтруїзмом (іноді бажання допомогти, іноді бажання допомогти іншим людям) [11].

Існує кілька соціальних норм морального порядку, які характерні для поведінки людини в сучасному цивілізованому суспільстві і пояснюють альтруїстичну поведінку. До таких норм належать норма соціальної відповідальності та норма взаємності. Перший спонукає людину допомагати іншим людям у всіх випадках, коли хтось цього потребує (через старість, хворобу, бідність, самотність). Другий морально зобов'язує людину відплачувати добром і є особливо сильним, якщо людина надала допомогу іншому добровільно, а не силою обставин чи примусом [22].

Важливу роль у наданні допомоги відіграє здатність людини співпереживати: чим більше вона буде до цього схильна, тим охочіше вона буде допомагати іншим людям [8].

Агресія (ворожість) — поведінка людини по відношенню до інших людей, що характеризується прагненням завдати їм проблем, завдати їм шкоди (моральної, матеріальної, фізичної) [7].

Агресивна людина зазвичай знаходить багато розумних виправдань своїй поведінці, використовуючи такі методи:

1. Порівняння власного агресивного вчинку з особистими недоліками або діями особи, яка стала жертвою агресії, з метою довести, що в порівнянні з ними вчинені щодо неї дії не виглядають такими жахливими, як здаються на перший погляд;

2. Виправдання агресії проти іншої особи будь-якими ідеологічними, релігійними чи іншими мотивами;

3. Заперечення особистої відповідальності за вчинений акт агресії;

4. Зняття з себе певної відповідальності за агресію, посилаючись на зовнішні обставини або на те, що цей акт було вчинено спільно з іншими людьми, під їх тиском або під впливом обставин, що склалися;

5. «Дегуманізація» жертви шляхом «доведення», що вона нібито заслуговує на таке спілкування;

6. Поступове пом'якшення провини агресора шляхом пошуку нових аргументів і пояснень, що виправдовують його дії [9].

Зі сказаного випливає, що поняття «мотивація» є більш широким поняттям, ніж поняття «мотив». Сукупність цих речей разом із потребами, цілями, інтересами, завданнями, бажаннями, намірами визначає мотиваційну сферу

людини, яка характеризується такими властивостями, як широта, гнучкість, ієрархічність. Тому ідея мотивації виникає при поясненні причин людської поведінки. Всі форми поведінки пояснюються внутрішніми і зовнішніми факторами. У першому випадку вихідним і кінцевим пунктами пояснення є психологічні властивості суб'єкта поведінки (мотиви, потреби, цілі, наміри, бажання, інтереси тощо), у другому — зовнішнє оточення та обставини поведінки особистості, її активність (стимули, що виникають із ситуацій, що виникли).

Викладене дозволяє зробити висновок, що активізація та спрямованість поведінки визначаються особливостями мотиваційної сфери особистості, основними складовими якої є мотиви, потреби, цілі. Причинне пояснення вчинків людини (каузальна атрибуція) визначає можливість їх передбачення, що важливо у спілкуванні та взаємодії між людьми. Ступінь вираженості різноманітних мотивів також дозволяє охарактеризувати особистість людини. Нині існує декілька десятків теорій мотивації, що свідчить про великий інтерес науковців до цієї проблеми, підкреслюючи її актуальність і важливість.

1.2. Сутність явищ «полігамія» та «моногамія»

В контексті нашого дослідження розглянемо сутність явищ «полігамія» та «моногамія».

Полігамія – це тип відносин, при якому особистість має кількох партнерів. Моногамія означає наявність лише одного партнера. Моногамний шлюб є високоморальним інститутом у суспільстві, створеним двома людьми, які поділяють схожі цінності щодо певних цінностей. Головним правилом стереотипних стосунків, у яких головними героями виступають лише двоє, є взаємна рівновага та жертвність. Партнери повинні вміти розставляти пріоритети, ставити цілі та досягати цілей команди. Моногамна сім'я – це плід наполегливої і цілеспрямованої роботи над відносинами, в якій повинні брати участь дві людини [1].

Всі системи статевої взаємодії (системи спаровування) умовно діляться на чотири основних типи [18]:

– моногамія – самець і самка утворюють стабільну пару протягом тривалого часу або все життя і не очікують, що будуть мати інших партнерів;

- полігінія — один самець спаровується з кількома самками;
- поліандрія — одна самка спаровується з кількома самцями;
- проміскуїтет – як у чоловіків, так і у жінок багато партнерів, стійкі стосунки не складаються.

Щоб розуміти, що можуть дати людині полігамні відносини, досить зіставити їх переваги та недоліки.

Переваг може бути кілька [19]: – біологічно вважається, що для досягнення тих же цілей необхідна зміна сексуальної орієнтації; – здатність пригнічувати гіперсексуальність і влюбливість, властиву деяким людям; – низький рівень розлучень у таких сім'ях завдяки прямоті та відкритості у стосунках без кордонів. Такий формат альянсів має і недоліки. Полігамна жінка – це та, яка має кілька партнерів і повинна утримувати кожного з них, що робить весь список подружніх обов'язків удвічі довшим. Те саме стосується чоловіків із кількома дружинами, яких потрібно сприймати серйозно, і кожен має робити те саме. Чоловіча полігамія набагато зрозуміліша сучасному суспільству, але зазвичай вона відбувається приховано. Щоб зрозуміти, моногамний чи полігамний чоловік, досить дізнатися, скільки у нього зараз партнерок. Якщо, окрім дружини, він має коханку чи кількох коханок, про яких перший із подружжя не знає, то він уже є представником полігамії [20].

Існує кілька причин полігамії чоловіків [32]:

- Традиція. Наприклад, в ісламських країнах багатоженство серед чоловіків підтримується, оскільки там висока смертність, а двоєженство рятує націю. Існує навіть традиція, що після смерті чоловіка його дружина і діти стають дружинами брата, навіть якщо у нього вже є сім'я.

- Демографія. Війна безперервно зменшувала чоловіче населення, як і хвороби, геноциди та чуми всіх віків і націй. Звідси і поява шлюбів, де кілька жінок мають одного чоловіка.

- Кохання. Серед сучасних представників сильної статі не рідкість, коли однієї жінки недостатньо для одного чоловіка.

- Престиж. Досить багато чоловіків вважають, що наявність не тільки однієї дружини, але і декількох коханок дозволяє заслужити авторитет в певних колах.

У жінок моногамія є природною на внутрішньому рівні. Як правило, з точки зору суспільних стереотипів, молоді жінки повинні виховувати дітей і підтримувати сімейне вогнище. Жінка більш стримана, тому що у неї є певні зобов'язання і у неї немає часу на пошуки нового партнера. Варто враховувати, що жінки відчують потребу піклуватися про своїх дітей [31].

Антропологи також відзначають, що полігамія була поширена у багатьох стародавніх народів, і на це були свої причини. По-перше, в умовах високої дитячої смертності та низької тривалості життя полігамія забезпечувала виживання роду. По-друге, чоловіки з кількома дружинами мали більше можливостей для соціального просування та зміцнення свого становища в суспільстві [35].

Деякі фахівці впевнені, що від природи чоловіки полігамні. У минулому, коли кількість людей в одному поселенні було невеликим, для виживання потрібно, щоб чоловік мав дітей від різних жінок; в іншому випадку довелося б укласти близькоспоріднені шлюби, що призвело б до збільшення кількості генних мутацій, вимирання популяції. У міру зростання популяцій від такого методу проте відмовилися через відсутність необхідності. Оскільки діти дорослішають повільно, на їх вирощування потрібно багато сил, жінки менше схильні до полігамних стосунків: поки дитина маленька, жінці була потрібна допомога в пошуках їжі, захист від хижаків, ворогів. Необхідність вступати в статевий контакт з якомога більшою кількістю представників протилежної статі була відсутня, вагітність і вирощування немовляти займали багато часу. Якщо кількість дітей, яких може мати чоловік, необмежено, у жінок воно набагато нижче [30].

Однак полігамія сьогодні стала швидше винятком, ніж правилом. У більшості країн світу закони передбачають моногамні шлюби, і лише деякі культури продовжують практикувати полігамію. Полігамний шлюб - це виняток, не звичайне явище для більшості спільнот, при цьому для людей, які вважають себе вільними – це норма, ніж унікальність. Якщо в подружніх стосунках перебуває більше ніж дві особи, то це явна полігамія. [28].

У деяких спільнотах полігамні стосунки підкріплюються соціальними нормами і навіть пояснюються релігійними причинами. Мова йде про полігамію в так званому поясі полігамії (Західна і Центральна Африка, Індонезія і Близький

Схід). Полігамія або полігамія часто пов'язана з порушенням прав жінок: у полігінних спільнотах можливості та свободи жінок часто обмежені, шлюбний вік значно нижчий, ніж для чоловіків, а рівень домашнього насильства та домашньої ізоляції жінок високий. Дослідження показують, що жінки в полігамних шлюбах мають слабке психічне здоров'я порівняно з моногамними жінками в тому ж суспільстві: вони мають низьку самооцінку та задоволеність життям, депресію та тривожні розлади [6].

Поліандрія менш поширена і зустрічається в ізольованих місцевих громадах, таких як Індія. Полігамна жінка може здатися прикладом свободи та емансипації (на відміну від багатоженства), але насправді це часто переростає у високий рівень насильства та примусу. Тому що це або питання репродуктивної стратегії, тобто чию дитину має народити жінка, або економічні міркування (щоб спадок братів не поділявся на різні сім'ї, вони всі одружуються на одній жінці) [26]. Полігамію можна вважати різновидом багатоженства, вільного від встановлених суспільством норм і правил. Це формат відкритих відносин, в якому діють домовленості між конкретними партнерами. Ідеально, якщо вони заздалегідь обговорюють, яким вони хочуть бачити своє сексуальне та емоційне життя і як його можна організувати, не ображаючи іншу особу.

Полігамія ніби втілює мрію про свободу і відсутність обмежень. Але насправді цей вид стосунків висуває серйозні вимоги до учасників, серед яких не ревнувати, не сприймати партнера як власність, усвідомлювати та сприймати їхні переживання та потреби, уміти говорити про них і самотійно керувати тривогою. Деяким людям полігамія протипоказана: людям з тривожною прихильністю це точно буде нелегко (тобто тим, хто відчуває тривогу на відстані від партнера і потребує постійного і близького емоційного контакту) [31].

Полігамія дає надію на те, що стосунки залишатимуться насиченими та пристрасними довше, якщо особистість не буде вимагати, щоб усі потреби задовольнив один партнер, а заряджатиметеся енергією від різних людей. Знову ж таки, тут використовується концепція відносин як проекту – довгострокового та витратного, оскільки кількість обговорень зростає пропорційно кількості партнерів. Але нудьга і ситість компенсуються різними чуттєвими переживаннями поза парою.

Крім того, важливо розрізняти стратегію сексуальної поведінки і формальні соціальні зв'язки між людьми. Наприклад, люди одружуються і живуть разом у відкритих стосунках. Формально вони моногамні, але з біологічної точки зору ця пара полігамною. Якщо чоловік заводить коханку в зареєстрованому шлюбі, його стратегія сексуальної поведінки стає багатоплідністю, хоча юридично (і соціально) він буде моногамним. Однак, на відміну від першого виду стосунків, коли обидва партнери в шлюбі знають, якої стратегії слідувати, у другому випадку принаймні дружина, а часто й обидві жінки, можуть розглядати моногамію як свою стратегію сексуальної поведінки [34].

До переваг полігамних чоловіків можна віднести [1]:

– Підтримка стосунків з різними статевими темпераментами. Якщо чоловікові не вистачає інтимної активності з дружиною, він може задовольнити свої потреби з іншою жінкою. Така ситуація підходить людям з різним типом статевої конституції, де одні потребують щоденного задоволення, а інші – раз на місяць. В результаті чоловік залишається в сім'ї, не вимагає розлучення, щоб отримати свободу і реалізувати свої бажання.

– Стабільність. Якщо дружина знає про полігамність свого чоловіка, вона приймає його таким, який він є, і не переживає через присутність іншої жінки. Чоловік не піде з сім'ї заради нового хобі, тому що його влаштовує нинішня обстановка: затишок і спокій вдома, а з коханкою — яскраві емоції і реалізація сміливих фантазій.

До недоліків можна віднести наступне [30]:

– Відсутність лояльності партнера. Не всі жінки погоджуються ділитися своїм коханим.

– Ревнощі. Потреба ділити чоловіка з іншою жінкою знижує самооцінку і впевненість у власній унікальності.

– Фінансові та побутові проблеми. У моногамних стосунках гроші, час і турбота залишаються в сім'ї та спрямовані на подружжя, тоді як у полігамних стосунках вони повинні ділитися з іншими. Починати стосунки такого типу чи ні – особистий вибір партнерів.

Люди обирають полігамію, щоб задовольнити потреби, які не задовольняються в моногамних стосунках.

Причини вибору полігамії:

- бажання урізноманітнити статеве життя;
 - відкритість до сексуальних експериментів;
 - етична альтернатива шахрайству;
 - спосіб позбутися ревнощів;
 - статеве збудження та задоволення від думки або знання про інтимну близькість партнера з іншою людиною (рогоносець);
 - невідповідність традиційної моногамії особистим переконанням.
- Полігамні стосунки функціонують на принципах взаємної згоди, довіри та поваги до потреб інших.

До правил полігамних стосунків можна віднести:

- чесність і прозорість. Всі учасники таких відносин повинні погоджуватися на присутність інших партнерів;
- спілкування. Партнери повинні обговорити свої почуття, очікування та прийнятні межі в немоногамних стосунках;
- етичність. Готовність враховувати побажання та потреби своїх партнерів;
- робота з ревнощами. Партнери не повинні відчувати біль і негативні емоції, пов'язані з ревнощами до інших людей. Навіть у полігамних стосунках варто обговорювати прийнятну кількість сексуальних партнерів, типи використовуваних контрацептивів і медичне обслуговування. Чоловікам рекомендуємо проходити профілактичний огляд уролога, а жінкам не рідше одного разу на рік – гінеколога [3].

З точки зору соціології, психології, моралі та норм поведінки не можна сказати, що моногамія чи полігамія не є нормою, правильним чи неправильним вибором. Всі види стосунків мають право на існування, за умови якщо у партнерів співпадають погляди, схильності та уподобання. У цьому контексті актуальним стає питання про те, які фактори впливають на вибір чоловіка між моногамією та полігамією.

Психологи виділяють кілька ключових характеристик, які можуть вказувати на чоловічу схильність до полігамії. Перш за все, це імпульсивність і прагнення до нових відчуттів. Такі чоловіки часто прагнуть нових вражень і не схильні до тривалих стосунків. По-друге, полігамні чоловіки часто мають високий рівень самооцінки та бажання домінувати. Вони хочуть бути в центрі

уваги і контролювати ситуацію, що може проявлятися в бажанні мати кілька партнерів [16].

З іншого боку, моногамні чоловіки, як правило, більш відповідальні та віддані своїм партнерам. Вони прагнуть до стабільності і готові вкладати час і зусилля в розвиток відносин з однією жінкою. Дослідження показують, що моногамні чоловіки часто мають вищий рівень емпатії та співчуття [18].

Висновки до першого розділу

У розділі визначено такі ключові поняття, як «потреба», «бажання», «мотивація», «мотиваційна сфера особистості», обґрунтовано мотиваційну модель особистості. Сучасні психологічні дослідження розглядають питання мотиваційної сфери особистості переважно в контексті вивчення мотиваційних механізмів діяльності людини; значний акцент робиться на вивченні потреб, мотивів і мотивації як рушійних сил поведінки та функціонування особистості. В контексті нашого дослідження було розглянуто сутність явищ «полігамія» та «моногамія».

Полігамія – це тип відносин, при якому особистість має кількох партнерів. Моногамія означає наявність лише одного партнера. Моногамний шлюб – це високоморальний осередок суспільства, який створюють дві особистості, маючи схожі уявлення про деякі цінності.

Визначено, що полігамія сьогодні стала швидше винятком, ніж правилом. У більшості країн світу закони передбачають моногамні шлюби, і лише деякі культури продовжують практикувати полігамію. Полігінні шлюби є радше винятком, ніж звичайним явищем, чого не скажеш про полігамію в житті вільних людей. Якщо в сімейних відносинах бере участь більше 2 партнерів, то це однозначно полігамія. Схарактеризовано переваги та недоліки полігамних стосунків.

РОЗДІЛ 2. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ПОЛІГАМНИХ ТА МОНОГАМНИХ ЧОЛОВІКІВ

2.1. Організація дослідження з вивчення мотиваційної сфери полігамних та моногамних чоловіків

Проблема управління поведінкою і продуктивністю привертає увагу вітчизняних і зарубіжних психологів. Адже від мотивації залежить успіх будь-якого завдання, саме вона виступає першою ланкою в структурі поведінки особистості. А мотивація є основним фактором досягнення різних цілей. Нещодавно наука змогла зрозуміти психологічний склад залежності. Зокрема, компоненти лідерства (інноваційні процеси, інновації, інновації тощо) розглядаються з різних теоретичних позицій. У результаті ці наукові підходи доповнюють один одного, але єдиної цілісної теорії мотивації досі не створено.

Було організовано та проведено емпіричне дослідження, метою якого було проаналізувати особливості мотиваційної сфери полігамних чоловіків та їх характерні відмінності від мотиваційної сфери моногамних чоловіків. Нами був підібраний певний психодіагностичний інструментарій, а також у ході проведення тестування та аналізу результатів була обґрунтована специфіка діагностування чоловіків. Дослідження проводилось за допомогою Google-forms. В дослідженні приймали участь в загалом 60 чоловік віком від 18 до 60 років. Серед яких 30 осіб – позиціонують як полігамні, тобто ті, які на даний момент мають більше одного постійного партнера. Дослідження проводилось анонімно, зворотній зв'язок надавався за бажанням анкетуємих.

Слід відмітити, що немаловажною є характеристика діагностичного інструментарію, який було обрано для проведення дослідження. Тому важливо нижче відзначити специфіку їх використання. Для визначення особливостей мотиваційної сфери моногамних та полігамних чоловіків було проведено:

Анкетування для визначення типу чоловіків та отримання статистичних даних щодо моногамної чи полігамної приналежності чоловіків. (текст анкети розміщено в Додатку А). Анкета містить 15 запитань.

Діагностування за Методикою «Ціннісні орієнтації», яка була розроблена Мілтоном Рокичем як тест особистості, спрямований на вивчення

ціннісно-мотиваційної сфери людини. Система ціннісних орієнтацій визначає змістовну частину спрямованості особистості і становить основу її відносин з навколишнім світом, з іншими людьми, із самим собою, основу світогляду і центр мотивації життєдіяльності, основу концепції життя і «філософії життя». Текст методики наведено в додатку Б.

Виявлення актуальності базових потреб: матеріальних, потреби у безпеці, у самовираженні (самоактуалізації) за методикою «Ієрархія потреб» в модифікації І. А. Аакдінова. За допомогою цієї методики можна виявити найважливіші потреби-мотиватори особистості. Текст методики наведено в додатку В.

В розділі 2.2 наведено результати опитування за методиками.

2.2. Аналіз результатів дослідження з мотиваційної сфери полігамних та моногамних чоловіків

Дослідження проводилось протягом 2024 року он-лайн за допомогою Google-forms та он-лайн версій тестів серед чоловіків віком від 18 до 60 років на добровільній основі. Всього в дослідженні взяло участь 60 осіб. За результатами опитування було виділено дві групи респондентів: полігамні та моногамні чоловіки, по 30 осіб в кожній групі. Порівняння результатів будемо здійснювати між цими групами. Наведемо результати анкетування, яке проводилось для отримання статистичних даних. Графічне зображення наведено в додатку Г.

Як бачимо на рис. 1 (Додаток Г), кількість полігамних чоловіків серед респондентів молодого віку значно висока (60%), в той час як моногамних чоловіків цього віку лише 4 %. Ми пов'язуємо це з тим, що молоді люди більш схильні до експериментів, в тому числі і стосунках, та відкриті новому. Відповідно їм легше мати одночасно декілька партнерів, в тому числі і сексуальних.

Бачимо, що схильність до полігамних відносин серед респондентів зменшується з віком, а прагнення мати постійного партнера к зрілому віку зростає. 36 % респондентів знаходяться в моногамних відносинах і лише 4% – в полігамних. Для отримання точних результатів причин вибору одного чи декількох партнерів чоловіками необхідно прослідкувати зміни їх поглядів

протягом життя. Можемо зробити припущення про те, що схильність чоловіків до моногамних чи полігамних стосунків залежить від соціального статусу та роду занять чоловіків. Результати анкетування за родом занять респондентів зображено на рис. 2 (графічне зображення наведено в Додатку Г).

На рис. 2, що наведено в додатку Г, бачимо, що серед полігамних чоловіків приблизно в рівному ступені розділено сфери занять, не значно виділяється сфера обслуговування (33% респондентів). Можемо припустити, що схильність до полігамних стосунків пов'язана з тим, що протягом робочого дня чоловіки мають можливість значної кількості контактів з потенційними партнерами, що збільшує їх шанси на продовження знайомства поза робочим місцем.

Також бачимо, що серед моногамних чоловіків значна кількість (50% респондентів) тих, хто працює в сфері ІТ. Пов'язуємо це з тим, що в більшості працівники сфери ІТ мають достатній рівень фінансового забезпечення та можуть задовольнити матеріальні потреби сім'ї, відповідно вони мають ресурси та бажання для пошуку постійного партнера для серйозних стосунків. Оскільки частіше за все вони зосереджені на роботі, найчастіше працюють дома дистанційно. Тому, вірогідно, моногамія їм мабуть забезпечує спокійне, комфортне життя, яке дає їм можливість займатися улюбленою справою, задовольняти свої базові і не тільки потреби.

Зазначимо, що представники робітничих професій також більш схильні до моногамних стосунків (33%), ніж до полігамних (7%). Це пов'язано з прагненням до стабільного спокійного життя, в тому числі і сімейного. Так званий ланцюг «дім-робота-дім», в якому стабільний партнер вдома буде займати ключові позиції.

Як бачимо, з рис. 3 Додатку Г сімейний стан полігамних чоловіків розподілений відносно рівномірно, окремо виділяються розлучені (33%). В порівнянні з моногамними чоловіками, бачимо, що тут виділяються чоловіки, які одружені або мають постійного партнера. Можемо зробити висновок, що сімейний стан чоловіків істотно на впливає на вибір полігамних відносин. Навпаки, сімейний стан є наслідком вибору чоловіків між моногамними чи полігамними стосунками.

Зазначимо, що серед переваг полігамних стосунків майже всі респонденти (як полігамні, так і моногамні) виділяють можливість задовольнити сексуальні

потреби та фантазії. Серед недоліків – ризик захворювань, що передаються статевим шляхом та відсутність розуміння з боку партнера.

Результати наведено у Додатку Г. на рис. 4. та 5. Зазначимо, що респонденти називали 3-4 пункти.

Як бачимо, з результатів наведених на рисунку 2.4, полігамні чоловіки достатньо легко виділяють переваги такого типу відносин, в той же час моногамні чоловіки майже не виділяють переваг, обираючи стабільні стосунки с одним партнером.

Серед переваг полігамних відносин можна виділити:

- можливість задовільнити сексуальні потреби та фантазії (виділяють 83% полігамних чоловіків та 33% моногамних);
- відсутність зобов'язань та свободу як перевагу багатопартнерських стосунків виділяють (80% полігамних чоловіків та 43% моногамних);
- різноманіття емоцій (виділяють 80% полігамних чоловіків);
- в рівному ступені як переваги полігамними чоловіками виділяються безпечність та зручність (по 56%).

Недоліки полігамних стосунків зображено у Додатку Г на рис. 5.

На рис. 5. Додатку Г бачимо, що моногамні чоловіки більше виділяють недоліки, чим переваги полігамних стосунків. В той же час, полігамні чоловіки також усвідомлюють недоліки багатопартнерських стосунків. Серед недоліків полігамних стосунків респонденти виділяють:

- відсутність стабільності у стосунках (93% моногамних чоловіків та 13% полігамних);
- фізичні проблеми, пов'язані з захворюваннями, що передаються статевим шляхом (виділяють 80% моногамних чоловіків та 26% полігамних);
- 70% моногамних чоловіків як недолік багатопартнерських стосунків визначають недовіру до партнера, в той же час 56% полігамних також визначають це недоліком такого типу відносин;
- суттєвим недоліком (73% моногамних чоловіків та 53% полігамних) респонденти вважають відсутність занурення у стосунки.

На основі результатів анкетування можемо говорити про те, що полігамні чоловіки більш відкриті, вільні у стосунках, легше заводять нові контакти. В той

же час респонденти, які є моногамними, більш емоційно та фінансово стабільні, віддають перевагу зануренню в одні стосунки.

Розглянемо результати діагностування за методикою «Ціннісні орієнтації», що була розроблена Мілтоном Рокичем як тест особистості, спрямований на вивчення ціннісно-мотиваційної сфери людини. Система ціннісних орієнтацій визначає змістовну частину спрямованості особистості і становить основу її відносин з навколишнім світом, з іншими людьми, із самим собою, основу світогляду і центр мотивації життєдіяльності, основу концепції життя і «філософії життя». Текст методики наведено в додатку Б. Графічне зображення наведено в Додатку Д.

На рис. 1. Додатку Д. наведено термальні цінності, які частіше обирали респонденти. Термальні цінності – це цілі, до яких прагне особистість. На рисунку відображено відсоток респондентів, які поставили ці цінності на перше місце.

Як бачимо на рис. 2.6, чоловіки обох досліджуваних груп на перше місце висувають насичене життя (по 33% респондентів в кожній групі), що говорить про бажання чоловіків жити повноцінно, незалежно від типу стосунків.

Зазначимо, що моногамні чоловіки також віддають перевагу щасливому сімейному життю (30%), в той час як полігамні чоловіки – духовній рівновазі (28%).

Термальні цінності, що висуваються респондентами на перше місце розходяться за пріоритетністю. Полігамні чоловіки віддають перевагу:

- здоров'ю (10%);
- набуттю життєвого досвіду (16%);
- освіті (10%);
- любові (3%).

В той час як моногамні чоловіки обирають:

- любов (16%);
- здоров'я (15%)
- освіту (3%);
- життєвий досвід (3%).

Таким чином визначаємо, що полігамні чоловіки на перше місце висувають цінності, які допоможуть їм розвиватись та самореалізовуватись як особистість,

а саме насичене життя, духовну рівновагу, життєвий досвід. В той час як моногамні чоловіки виносять на перше місце ті цінності, які допоможуть їм збудувати та зберегти стабільні стосунки з постійним партнером, а саме: щасливе сімейне життя, насичене життя, любов, здоров'я.

На рис. 2. Додатку Д. наведено інструментальні цінності, які найчастіше висували респонденти на перше місце. Інструментальні цінності – це засоби та ресурси, яким особистість віддає перевагу при досягненні цілей.

Як можна побачити на рис. 2. Додатку Д. полігамні чоловіки найбільше віддають перевагу освіченості, як засобу досягнення цілей (47%). В той час як моногамні чоловіки в рівному ступені пріоритетними вважають логічність та стриманість (по 33%).

Зазначимо, що серед респондентів полігамної групи на перше місце не виносяться такі інструментальні цінності як логічність, комунікабельність, стриманість, а серед респондентів моногамної групи – життєрадісність, освіченість, емпатія. Це свідчить про те, що полігамні чоловіки орієнтуються на досягнення особистісних цілей, реалізації себе у суспільстві за різними напрямками та власний комфорт. В той час як моногамні чоловіки спрямовують свою діяльність на вирішення потреб сім'ї та партнера, орієнтуючись на комфорт близьких, а не свій власний.

Розглянемо розподіл базових потреб серед респондентів за методикою «Ієрархія потреб». Текст методики наведено в Додатку В. Результати наведено в зображено у Додатку Ж на рис. 1. Розподіл актуальних базових потреб здійснювався за тими потребами, які респонденти обох груп виносили на перше місце.

Як бачимо з рис. 1 Додатку Ж. моногамні чоловіки на перше місце в більшості (36% респондентів групи) виносять матеріальні потреби, що пов'язано з необхідністю утримувати сім'ю. В той час як полігамні чоловіки орієнтуються на себе, висуваючи на перше місце потребу в самореалізації (26%) та потребу в повазі до себе (26%). Матеріальні потреби полігамні чоловіки на перше місце виносять значно менше, ніж моногамні (8% та 36% відповідно).

Таким чином робимо висновок, що полігамні чоловіки на перше місце висувають цінності, які допоможуть їм розвиватись та самореалізовуватись як особистість, а саме насичене життя, духовну рівновагу, життєвий досвід. В той

час як моногамні чоловіки виносять на перше місце ті цінності, які допоможуть їм збудувати та зберегти стабільні відносини з одним партнером, а саме: щасливе сімейне життя, насичене життя, любов, здоров'я. Враховуємо також, що моногамні чоловіки також займаються будують кар'єру та реалізують себе як особистість. Тому для визначення взаємоз'язку між мотивацією чоловіка та його типом відносин необхідно враховувати його життєву ситуацію.

Перевіримо цю гіпотезу за допомогою статистичного аналізу, розрахувавши коефіцієнт Спірмана. Даний аналіз тут доречніше, ніж, наприклад, коефіцієнт Пірсона, який можливо б було використати, якби ми мали нормальне розподілення респондентів. Саме тому рангова кореляція, яка не потребує нормальності, найкраще підходить для наших непараметричних даних. Окрім всього розрахована за результатами аналізу залежність не обов'язково лінійна, що дає нам кращу гнучкість моделі.

В проведеному нами дослідженні частина змінних — категоріальні (тип стосунків, рід занять, сімейний стан). Частина — числові (вік, відсотки переваг/недоліків, оцінки цінностей). Спробуємо зробити аналіз для теоретично найзначиміших цінностей:

- Пріоритет сексуального різноманіття;
- Пріоритет духовної рівноваги;
- Вік;
- Пріоритет любові;
- Пріоритет особистої свободи.

Аналіз виконується за допомогою програмного забезпечення Python, використовуючи пакети аналізу «pandas» та «numpy».

Таким чином ми отримуємо наступні результати, які наведено в таблиці 1. Додатку 3.

Побудувавши теплову карту кореляцій за Спірманом, маємо наступну візуалізацію (рис. 1. Додаток 3):

Моногамна група (ліворуч): показує, наприклад, помірну позитивну кореляцію між пріоритетом любові та духовністю, що може свідчити про важливість емоційної близькості. Негативні кореляції між свободою та духовністю можуть натякати на конфлікт між самостійністю та традиційними цінностями.

Полігамна група (праворуч): тут видно сильну позитивну кореляцію між свободою та сексуальним різноманіттям, що цілком відповідає логіці вибору стилю стосунків. А ось любов тут менш зв'язана з духовністю або свободою.

За результатами вивчення можемо зробити припущення про особливості мотиваційної сфери чоловіків в залежності від їх полігамності чи моногамності. Говорити про прямий взаємозв'язок мотивації та полігамності/моногамності ми не можемо, оскільки вибірка дослідження не дозволяє прослідкувати чіткі тенденції: в дослідженні приймали участь 60 респондентів різного віку та соціального статусу. Для отримання чіткої закономірності між особливостями мотивації та полігамності/моногамності чоловіка в подальшому мають бути враховані вік та соціальний статус (робітник, керівник, військовий чи безробітний, наприклад), тип темпераменту та характеру особистості, особливості життєвої ситуації (щасливий чи ні в стосунках або знаходиться в складній життєвій ситуації), особливості життєвого шляху, схильність до шкідливих звичок, наявність залежностей, стан фізичного та психічного здоров'я та ін. фактори.

В межах нашого дослідження зазначимо, що схильність до полігамних відносин серед респондентів зменшується з віком, а прагнення мати постійного партнера к зрілому віку зростає.

Представники робітничих професій також більш схильні до моногамних стосунків, ніж до полігамних. Ми пов'язуємо це з прагненням до стабільного спокійного життя, в тому числі і сімейного. Так званий ланцюг «дім-робота-дім», в якому стабільний партнер вдома буде займати ключові позиції.

На основі результатів анкетування можемо говорити про те, що полігамні чоловіки більш відкриті, вільні у стосунках, легше заводять нові контакти. В той же час респонденти, які є моногамними, більш емоційно та фінансово стабільні, віддають перевагу зануренню в одні стосунки.

Можемо зробити висновок про те, що полігамні чоловіки на перше місце висувають цінності, які допоможуть їм розвиватись та самореалізовуватись як особистість, а саме насичене життя, духовну рівновагу, життєвий досвід. В той час як моногамні чоловіки виносять на перше місце ті цінності, які допоможуть їм збудувати та зберегти стабільні стосунки з постійним партнером, а саме: щасливе сімейне життя, насичене життя, любов, здоров'я, враховуючи той факт,

що моногамні чоловіки також займаються будують кар'єру та реалізують себе як особистість. Тому для визначення взаємоз'язку між мотивацією чоловіка та його типом відносин необхідно враховувати його життєву ситуацію.

На основі результатів опитування респондентів було розроблено загальні рекомендації щодо підвищення загальної мотивації особистості, а також рекомендації для чоловіків, що знаходяться у полігамних та моногамних стосунках. Рекомендації наведено в розділі 2.3.

2.3. Загальні рекомендації з підвищення мотивації особистості

Для чоловіків мотивація відіграє ключову роль у всіх аспектах їхнього життя – від професійної самореалізації до покращення стосунків і особистого розвитку, а саме:

1. Досягнення цілей: Мотивація дає людині енергію та наполегливість для досягнення цілей. Допомогає в подоланні труднощів і перешкод на шляху до успіху.

2. Підвищення самооцінки: коли чоловік відчуває мотивацію та досягає результатів, це зміцнює його впевненість і самооцінку. Це робить його більш успішним і задоволеним своїм життям.

3. Розвиток лідерських якостей: мотивована людина часто стає лідером у своїй галузі. Своїм прикладом надихає інших і вміє вести команду до досягнення спільних цілей.

4. Поліпшення стосунків: мотивація допомагає чоловікові стати кращим партнером, другом і батьком. Він прагне розвивати свої відносини і прагне їх зміцнити.

5. Покращення якості життя: Мотивація спонукає людину шукати нові можливості, вчитися та особистісно рости. Це сприяє його особистому щастю та задоволенню життям.

Загалом мотивація є вирішальною умовою, яка дозволяє людині досягти успіху в різних сферах життя та стати найкращою версією себе. Внутрішня мотивація – це сила, яка виходить зсередини людини. Це впливає з власних бажань, переконань, цінностей та інтересів. Коли людина внутрішньо мотивована, вона діє не через зовнішні стимули чи винагороди, а тому, що їй

подобається процес самої діяльності або тому, що вона відповідає її особистим цілям. Прикладами внутрішньої мотивації можуть бути прагнення до самореалізації, задоволення від виконаної роботи, прагнення до самовдосконалення та особистісного зростання.

Зовнішня мотивація походить від зовнішніх стимулів або винагород. Це може включати похвалу, гроші, визнання або інші матеріальні чи соціальні винагороди. Зовнішньо мотивована людина діє не стільки заради задоволення від самої діяльності, скільки через бажання зовнішньої винагороди або уникнення покарання. Приклади зовнішньої мотивації можуть включати змагання за призи, страх покарання, тиск з боку однолітків або обіцянку винагороди за виконану роботу.

Чоловікові важливо усвідомлювати, що в його житті певну роль можуть відігравати як внутрішня, так і зовнішня мотивація. Однак внутрішня мотивація часто є більш стійкою та ефективною в довгостроковій перспективі, оскільки вона базується на особистих цілях і цінностях. Хоча зовнішня мотивація може бути корисною в короткостроковій перспективі, зазвичай вона менш стійка і може призвести до почуття порожнечі або незадоволення. Баланс між внутрішньою та зовнішньою мотиваціями дозволяє людині ефективно рухатися до досягнення своїх цілей, зберігаючи внутрішню гармонію та задоволеність життям.

Розуміння факторів формування мотивації та індивідуальних відмінностей дозволяє людині краще зрозуміти свою мотивацію та ефективно керувати нею. Постановка цілей є ключовим кроком розвитку мотивації та досягнення успіху з кількох причин:

1. Напрямок дій: цілі допомагають нам чітко визначити, чого саме ми хочемо досягти протягом певного періоду часу. Вони ставлять перед нами конкретні завдання і направляють наші дії в потрібне русло.

2. Мотивація та наполегливість: конкретні цілі дають нам сильний мотиваційний поштовх. Коли ми маємо чітке бачення того, чого хочемо досягти, це спонукає нас працювати наполегливо та старанно, навіть коли ми стикаємося з труднощами та перешкодами.

3. Вимірний прогрес: цілі дають нам орієнтири для вимірювання нашого прогресу. Ми бачимо, наскільки ми близькі до досягнення мети, і відповідно коригуємо наші зусилля.

4. Зосередженість: наявність конкретних цілей допомагає нам зосередити нашу увагу та енергію на найважливіших і значущих завданнях. Це дозволяє нам уникнути відволікань і підвищує нашу продуктивність.

Переваги цілепокладання для чоловіків:

1. Підвищення мотивації: для чоловіків цілі можуть бути потужним джерелом мотивації, особливо якщо вони чітко визначені та узгоджені з їхніми особистими цінностями та прагненнями.

2. Підвищення самооцінки: досягнення цілей підвищує впевненість і самооцінку людини. Це підтверджує його здібності та компетентність.

3. Підвищення особистої ефективності: встановлення цілей допомагає людині ефективніше використовувати свої ресурси, час і зусилля. Це дозволяє досягти більших результатів у найкоротші терміни.

4. Покращене планування: цілі служать основою для розробки планів дій. Це допомагає людині більш свідомо і системно підходити до досягнення своїх цілей.

5. Мотивація є необхідною складовою як для досягнення кар'єрних планів, так і для виконання будь-якого завдання. Хоча зовнішні фактори іноді можуть впливати на амбіції, певні звички та дії можуть покращити концентрацію та підвищити мотивацію.

Успіх у досягненні цілей вимагає не тільки мотивації та відданості, але й здатності зберігати внутрішню послідовність. Психологія мотивації досліджує, як люди розвивають і зберігають бажання досягти своїх цілей шляхом розвитку почуття мети або мотивації. Перш за все, важливо розуміти, що мотивація – це внутрішній процес, який виникає через наші здібності та рішучість. Щоб бути щасливим, вам потрібно зосередитися на тому, що дійсно важливо. Запитайте себе: «Чого я хочу досягти? Які мої цілі? Які мої цілі як особистість?» «Визначивши свої цілі та цілі, ви знайдете мотивацію діяти поза ними.

Іншим важливим аспектом розуміння мотивації є визначення того, як саме ви можете підтримувати бажання досягти цілей. Однією з ефективних стратегій є створення конкретних та вимірних планів дій. Розбивка великої мети на менші

кроки допомагає нам залишатися мотивованими, коли ми бачимо прогрес. Крім того, важливо бути уважним до себе і цінувати кожен звук, яким би маленьким він не був. Це сприяє внутрішній мотивації та бажанню досягати вищих цілей. Розуміючи мотивацію та її роль у досягненні бажаних цілей, важливо розуміти, що кожна людина унікальна і має власні мотиви та стратегії. Те, що працює для однієї людини, може не працювати для іншої. Розуміння ваших цілей і очікувань допоможе вам вибрати ефективні стратегії та зберегти мотивацію для досягнення ваших цілей.

Сформуємо правила для партнерів у полігамних стосунках.

Полігамія – це форма стосунків, у якій кожен партнер може мати кілька інших сексуальних партнерів, за умови, що це подобається всім учасникам. Але ви знаєте, що без нас, ми неодноразово писали про це статті. Наприклад, кому підходить полігамія або як позбутися страху вступати у відкриті стосунки. У наш час полігамні стосунки стають все більш поширеними, і не тільки серед квір-пар. Полігамні стосунки можуть бути цілком здоровими за умови, що на кожному етапі взаємодії з вашим партнером встановлені правила, які влаштовуватимуть обидві сторони.

1. Відкритість Це найважливіше правило в полігамних стосунках. Усі партнери повинні відкрито говорити один одному про свої бажання, потреби та очікування. Це важливо, щоб уникнути багатьох конфліктів, які можуть виникнути через відсутність чесності з вашим партнером.

Відкритість у полігамних стосунках має бути стандартом і частиною процесу прийняття спільних рішень про те, як ви будете спілкуватися з іншими. угода Важливо якомога детальніше обговорити кожен аспект відносин між вами і вашим партнером, з'ясувати, що кожен з вас конкретно хоче або не хоче бачити в процесі взаємодії з іншими партнерами, і знайти в цьому взаємну згоду. Полігамні відносини - це не місце для ваших прихованих маніпуляцій з коханою людиною.

2. Розуміння. Важливо знаходити час для спілкування один з одним і обміну думками, почуттями і бажаннями. Тільки так можна вчасно зрозуміти всі проблеми і відразу знайти шляхи їх вирішення, не погіршуючи ситуацію з часом. У якийсь момент ти просто розумієш, як багато тобі дає проста можливість почути потреби і бажання коханої людини.

3. Компроміси. Кожна пара хоче знайти свою індивідуально збалансовану форму полігамних стосунків. Під час цього процесу вам доведеться шукати компроміси, про які ніхто з вас, можливо, не думав і не мав можливості реалізувати. Якщо в якийсь момент виникає конфлікт, який неможливо вирішити швидко, дайте один одному час проаналізувати те, що сталося, а потім поверніться до ситуації з готовим рішенням або принаймні з натяком на покращення.

4. Комфорт. Необхідно подбати про комфорт партнера. Кожен із вас повинен переконатися, що ви відчуваєтеся комфортно в цих стосунках і що жоден із вас не змушений залишатися у стосунках з різних причин без конкретної потреби чи щирого бажання це зробити.

5. Повага. У полігамних стосунках важливо поважати межі кожного партнера. Якщо ваш партнер не бажає взяти на себе зобов'язання, кордони повинні залишатися поважаними та недоторканими. Цей момент є одним із найскладніших у будь-яких стосунках, оскільки багатьом із нас важко усвідомити, наскільки важливими можуть бути потреби та бажання інших людей, навіть близьких. здоров'я Знайдіть час, щоб поговорити про безпеку ваших стосунків. Партнери повинні подбати про щеплення, своє здоров'я та методи захисту, щоб зменшити всі ризики, які значно підвищуються можливістю відкритих зустрічей з іншими людьми, крім основного партнера.

6. Довіра. У полігамних відносинах важливо довіряти своєму партнеру. Насправді це може бути не так просто, як здається. По-перше, вам потрібно впоратися з емоціями, оскільки часто недовіра до партнера виникає через наші нерегульовані емоції. Але не завжди.

Сформуємо правила для партнерів моногамних стосунків:

1. Розвивайте відкрите спілкування. Однією з основ успішних моногамних стосунків є відкрите спілкування. Регулярно обговорюйте зі своїми партнерами здоров'я ваших стосунків і будь-які проблеми, які вас можуть хвилювати. Використовуйте методи активного слухання, щоб обидва партнери відчували себе почутими та цінними. Створення «безпечного простору» для обговорення зменшує почуття осуду та підвищує прозорість.

2. Встановіть межі разом – межі є вирішальними в будь-яких стосунках, особливо в моногамному партнерстві. Обговоріть, яка поведінка є прийнятною, а

яка може викликати відчуття зловживання довірою. Встановлення взаємоузгоджених меж може запобігти потенційним конфліктам і непорозумінням.

3. Надавайте перевагу якісному проведенню часу – у світі, повному відволікаючих факторів, визначення пріоритетів на якісно проведений час разом може значно зміцнити ваш зв'язок. Плануйте регулярні побачення або короткі вихідні, щоб відновити зв'язок і насолодитися компанією один одного без стороннього втручання. Навіть невеликі заняття, як-от спільне приготування їжі або прогулянка, можуть сприяти близькості та поглибити ваші стосунки.

4. Прийняття змін і зростання – кожна людина розвивається з часом, як і відносини. Прийміть зміни, через які проходять ваші партнери, і дозвольте їм розвиватися, одночасно підтверджуючи свою відданість один одному. Постійне плекання ваших стосунків допоможе вам налаштуватися разом.

5. Використовуйте технології з розумом. У моногамних стосунках технології можуть бути як благом, так і тягарем. Хоча вони дозволяють парам залишатися на зв'язку, вони також можуть викликати непорозуміння. Використовуйте технології, щоб покращити ваші стосунки – діліться календарем, щоб планувати події, використовуйте месенджери, щоб надсилати приємні повідомлення протягом дня, або навіть перегляньте програми для стосунків, як-от Rescoupling App, який пропонує персоналізовані стратегії для зміцнення вашого зв'язку.

6. Дослідження інтимності – інтимність виходить за межі фізичної прихильності; Це також передбачає емоційний зв'язок. Витратьте час, щоб зрозуміти мову любові одне одного та дослідити нові способи вираження близькості. Незалежно від того, чи то фізичний дотик, слова підтвердження, служіння чи якісно проведений час разом, плекання близькості живить коріння міцних моногамних стосунків.

7. За потреби зверніться за професійною допомогою – іноді труднощі підтримання моногамних стосунків здаються непосильними. Звернення за порадою до експерта зі стосунків або сімейного терапевта може дати вам цінні інструменти та ідеї для зміцнення вашого зв'язку. Вони можуть допомогти орієнтуватися в складних розмовах і забезпечити задоволення потреб обох партнерів. Моногамія може бути дуже корисною, якщо підходити до неї

цілеспрямовано та обережно. Віддаючи пріоритет відкритому спілкуванню, встановлюючи здорові межі, приділяючи час одне одному та сприяючи розвитку, пари можуть створити міцну основу для задовольняючих моногамних стосунків.

Загалом мотивація є ключовим фактором, який дозволяє людині досягти успіху в різних сферах життя та стати найкращою версією себе. Внутрішня мотивація – це сила, яка виходить зсередини людини. Це впливає з власних бажань, переконань, цінностей та інтересів. Коли людина внутрішньо мотивована, вона діє не через зовнішні стимули чи винагороди, а тому, що їй подобається процес самої діяльності або тому, що вона відповідає її особистим цілям. Прикладами внутрішньої мотивації можуть бути прагнення до самореалізації, задоволення від виконаної роботи, прагнення до самовдосконалення та особистісного зростання.

Висновки до другого розділу

В другому розділі було організовано дослідження з вивчення мотиваційної сфери полігамних та моногамних чоловіків. Дослідження проводилось протягом 2024 року он-лайн за допомогою Google-forms та он-лайн версій тестів серед чоловіків віком від 18 до 60 років на добровільній основі. Всього в дослідженні взяло участь 60 осіб. За результатами опитування було виділено дві групи респондентів: полігамні та моногамні чоловіки, по 30 осіб в кожній групі. Зазначимо, що моногамні чоловіки також віддають перевагу щасливому сімейному життю (30%), в той час як полігамні чоловіки – духовній рівновазі (28%).

Зазначимо, що полігамні чоловіки на перше місце висувають цінності, які допоможуть їм розвиватись та самореалізовуватись як особистість, а саме насичене життя, духовну рівновагу, життєвий досвід. В той час як моногамні чоловіки виносять на перше місце ті цінності, які допоможуть їм збудувати та зберегти стабільні стосунки з постійним партнером, а саме: щасливе сімейне життя, насичене життя, любов, здоров'я.

За результатами вивчення можемо зробити припущення про особливості мотиваційної сфери чоловіків в залежності від їх полігамності чи моногамності. Говорити про прямий взаємозв'язок мотивації та полігамності/моногамності ми

не можемо, оскільки вибірка дослідження не дозволяє прослідкувати чіткі тенденції: в дослідженні приймали участь 60 респондентів різного віку та соціального статусу. Для отримання чіткої закономірності між особливостями мотивації та полігамності/моногамності чоловіка в подальшому мають бути враховані вік та соціальний статус (робітник, керівник, військовий чи безробітний, наприклад), тип темпераменту та характеру особистості, особливості життєвої ситуації (щасливий чи ні в стосунках або знаходиться в складній життєвій ситуації), особливості життєвого шляху, схильність до шкідливих звичок, наявність залежностей, стан фізичного та психічного здоров'я та ін. фактори.

В межах нашого дослідження було визначено, що схильність до полігамних відносин серед респондентів зменшується з віком, а прагнення мати постійного партнера к зрілому віку зростає.

Було розроблено загальні рекомендації з підвищення мотивації особистості на основі того, що для чоловіків мотивація відіграє ключову роль у всіх аспектах їхнього життя – від професійної самореалізації до покращення стосунків і особистого розвитку.

ВИСНОВКИ

В роботі розглянуто теоретичні аспекти вивчення мотиваційної сфери полігамних та моногамних чоловіків, а саме надано характеристику мотиваційної сфери люди та розкрито сутність явищ «полігамія» та моногамія».

У рамках нашого дослідження мотивація розглядалася як динамічний процес, що включає ініціацію, керівництво, організацію та підтримку внутрішньої, психологічної та фізіологічної поведінки: мотивація описує мету, організованість і стійкість набору дій, спрямованих на досягнення конкретної мети.

Слід пам'ятати, що мотиваційна сфера людини оцінюється за такими критеріями. Мотиваційний діапазон відноситься до різноманітних якостей факторів стимулу. Якщо мотивація, потреби та цілі людини різноманітні, її мотивація розвивається.

На основі теоретичного аналізу було визначено, що термін «мотивація» є більш широким поняттям, ніж «мотив». Сукупність цих речей разом із потребами, цілями, інтересами, завданнями, бажаннями, намірами визначає мотиваційну сферу людини, яка характеризується такими властивостями, як широта, гнучкість, ієрархічність.

В контексті нашого дослідження було розглянуто сутність явищ «полігамія» та «моногамія».

Полігамія – це тип відносин, при якому особистість має кількох партнерів. Моногамія означає наявність лише одного партнера. Моногамний шлюб є високоморальним інститутом у суспільстві, створеним двома людьми, які поділяють схожі цінності щодо певних цінностей. Моногамна сім'я - це плід наполегливої і цілеспрямованої роботи над відносинами, в якій повинні брати участь дві людини. Також наведено переваги та недоліки кожного типу стосунків, схарактеризовано причини полігамних відносин, серед яких:

- бажання урізноманітнити статеве життя;
- відкритість до сексуальних експериментів;
- етична альтернатива шахрайству;
- спосіб позбутися ревнощів;

- статеве збудження та задоволення від думки або знання про інтимну близькість партнера з іншою людиною (рогоносець);
- невідповідність традиційної моногамії особистим переконанням.

Визначено, що полігамія сьогодні стала швидше винятком, ніж правилом. У більшості країн світу закони передбачають моногамні шлюби, і лише деякі культури продовжують практикувати полігамію. Полігамний шлюб є винятком із сексуальної практики, і полігамний шлюб не є обов'язковим у житті вільних людей. Якщо в сімейних відносинах більше 2-х партнерів, то це однозначна полігамія. Схарактеризовано переваги та недоліки полігамних стосунків.

Було організовано та проведено емпіричне дослідження, метою якого було проаналізувати особливості мотиваційної сфери полігамних чоловіків та їх характерні відмінності від мотиваційної сфери моногамних чоловіків. Нами був підібраний певний психодіагностичний інструментарій, а також у ході проведення тестування та аналізу результатів була обґрунтована специфіка діагностування чоловіків. Дослідження проводилось за допомогою Google-forms. В дослідженні приймали участь в загалом 60 чоловік віком від 18 до 60 років. Серед яких 30 осіб – позиціонують як полігамні, тобто ті, які на даний момент мають більше одного постійного партнера. Дослідження проводилось анонімно, зворотній зв'язок надавався за бажанням анкетуємих.

Для визначення особливостей мотиваційної сфери моногамних та полігамних чоловіків було проведено:

Анкетування для визначення типу чоловіків та отримання статистичних даних щодо моногамної чи полігамної приналежності чоловіків.

Діагностування за Методикою «Ціннісні орієнтації», яка була розроблена Мілтоном Рокічем.

Виявлення актуальності базових потреб: матеріальних, потреби у безпеці, у самовираженні (самоактуалізації) за методикою «Ієрархія потреб» в модифікації І. А. Аакдінова.

За результатами вивчення робимо припущення про особливості мотиваційної сфери чоловіків в залежності від їх полігамності чи моногамності. Говорити про прямий взаємозв'язок мотивації та полігамності/моногамності ми не можемо, оскільки вибірка дослідження не дозволяє прослідкувати чіткі тенденції: в дослідженні приймали участь 60 респондентів різного віку та

соціального статусу. Для отримання чіткої закономірності між особливостями мотивації та полігамності/моногамності чоловіка в подальшому мають бути враховані вік та соціальний статус (робітник, керівник, військовий чи безробітний, наприклад), тип темпераменту та характеру особистості, особливості життєвої ситуації (щасливий чи ні в стосунках або знаходиться в складній життєвій ситуації), особливості життєвого шляху, схильність до шкідливих звичок, наявність залежностей, стан фізичного та психічного здоров'я та ін. фактори. В межах нашого дослідження можемо зробити висновок про те, що схильність до полігамних відносин серед респондентів зменшується з віком, а прагнення мати постійного партнера к зрілому віку зростає. Представники робітничих професій також більш схильні до моногамних стосунків, ніж до полігамних. Ми пов'язуємо це з прагненням до стабільного спокійного життя, в тому числі і сімейного. Так званий ланцюг «дім-робота-дім», в якому стабільний партнер вдома буде займати ключові позиції.

На основі результатів анкетування можемо говорити про те, що полігамні чоловіки більш відкриті, вільні у стосунках, легше заводять нові контакти. В той же час респонденти, які є моногамними, більш емоційно та фінансово стабільні, віддають перевагу зануренню в одні стосунки.

Таким чином було визначено, що полігамні чоловіки на перше місце висувають цінності, які допоможуть їм розвиватись та самореалізовуватись як особистість, а саме насичене життя, духовну рівновагу, життєвий досвід. В той час як моногамні чоловіки виносять на перше місце ті цінності, які допоможуть їм збудувати та зберегти стабільні стосунки з постійним партнером, а саме: щасливе сімейне життя, насичене життя, любов, здоров'я, враховуючи той факт, що моногамні чоловіки також займаються будують кар'єру та реалізують себе як особистість. Тому для визначення взаємоз'язку між мотивацією чоловіка та його типом відносин необхідно враховувати його життєву ситуацію.

Було розроблено загальні рекомендації з підвищення мотивації особистості на основі того, що для чоловіків мотивація відіграє ключову роль у всіх аспектах їхнього життя – від досягнення кар'єрних цілей до покращення стосунків і особистого розвитку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- 1) Аніщук Н. В. Полігамія в Індії: гендерно-правовий аспект. *Наукові праці «Національного університету «Одеська юридична Академія»* / Одеса : Видавничий дім «Гельветика». 2020.
- 2) Альохіна Н. В. Дослідження мотивації навчання у вищому навчальному закладі. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка. Т. XII. Ч. 6. К., 2010. С. 7–14.
- 3) Баратинська А., Пось Л. Ступінь задоволеності шлюбом у осіб з різним рівнем адаптивної поведінки. *Молодий вчений*. 2022. №3 (103). С. 37-42.
- 4) Боришевський М. Й. Духовні цінності як детермінанта розвитку й саморозвитку особистості. *Педагогіка і психологія*. 2008. № 2. С. 49–57.
- 5) Борщ К. К. Трансформація статусно-рольових характеристик сучасної сім'ї в Україні. *Наукові праці Чорноморського державного університету ім. Петра Могили*. 2012. Т. 201, №189. С.81-84.
- 6) Глазунов, С.В. Теорія сім'ї і сімейної політики : посіб. до вивч. курсу «Сім'єзнавство». Донецьк : РВВ ДНУ, 2012. 44 с.
- 7) Горецька О., Середюк Н. Психологія сім'ї. Бердянськ, 2015. 216 с
- 8) Демчук О. Сімейні цінності як парадигма інституту життєдіяльності. *Нова педагогічна думка*. 2017. № 1. С. 47-49.
- 9) Занюк С. С. Психологія мотивації: навч. посібник. К. : Либідь, 2022.304 с.
- 10) . Іллін Є. П. Мотивація і мотиви. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2018. 512 с.
- 11) Карпенко З. С. Аксіологічна психологія особистості. Івано-Франківськ : Лілея-НВ, 2009. 512 с.
- 12) Кісіль З.Р., Швець Д.В. Мотивація діяльності людини: Навчальний посібник у схемах, таблицях, коментарях. Одеса: Видавництво ОДУВС, 2023. 154 с.

- 13) Климчук В.О. Опитувальник внутрішньої мотивації. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки : Зб. наукових праць*. К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2006. №12 (37). С. 71-76.
- 14) Колодяжна А. В. Самореалізація особистості як складова загального процесу її самоорганізації. *VIRTUS*, 2018. 83 с.
- 15) Конспект лекцій з дисципліни «Соціологія» для студентів 1 курсу юридичного факультету / Укладач : Г. М. Стояцька, Дніпро, 2016. 60 с.
- 16) Конспект лекцій з дисципліни «Соціологія сім'ї» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти зі спеціальності 054 Соціологія / Укладач : Сорокіна Л.М. Кам'янське, ДДТУ, 2019. 48 с.
- 17) Копець Л. Класичні експерименти в психології. К. : Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2010. 283 с.
- 18) Кошонько Г. Соціально-психологічні особливості сучасної сім'ї. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*, 2009. Вип. 16 17. С. 53 – 55.
- 19) Максимова Н. Ю. Сімейне консультування : навч. посіб. Київ: ДП «Вид. дім «Персонал», 2017. 304 с
- 20) Овчаренко О. В. Цінності як засіб формування психічного (на матеріалі активного соціально-психологічного навчання) : автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. К., 2013. – 20 с.
- 21) Основи соціальної психології: підручник для закладів вищої освіти / за ред. М. М. Слюсаревського. Київ: Талком, 2018. 580 с.
- 22) Петяк О. В. Дослідження особливостей взаємозв'язку ревностів та агресії у шлюбних партнерів. *Теорія і практика сучасної психології : зб. наук. пр.* Класич. приват. ун-т. 2019. № 3. Т. 1. С. 148 – 152
- 23) Помиткіна Л. В., Злагодух В. В., Хімченко Н. С., Погорільська Н. І. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с.

- 24) Психодіагностика : практикум / Укладачі : Н. О. Данильченко, А. В. Вертель. Суми : Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2010. 140 с.
- 25) Психологічна діагностика мотивації особистості до навчання в умовах інформаційного суспільства : монографія / Н. В. Пророк, Л. О. Кондратенко, Л. М. Манилова та ін. ; за ред. Н. В. Пророк. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2020. 131 с.
- 26) Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Ліра-К, 2020. 266 с
- 27) Психологія толерантності особистості (на матеріалі дослідження студентів): монографія / В. М. Павленко, М. М. Мельничук; авт. післямови проф. В. Ф. Моргун. Полтава: ФОП Мирон І. А., 2014. 244 с.
- 28) Радчук В. М. Механізми вибору шлюбного партнера. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2014. № 3. Вип. 2. С. 232–239.
- 29) Семиченко В.А. Психологія особистості. К.: Видавець Ешке О.М., 2001. 427с
- 30) Столярчук О. А. С 81 Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
- 31) Bowen M. Family therapy in clinical practice. New-York : Aronson, 2008. 345 p.
- 32) Normal family processes / ed. Froma Walsh. 2nd ed. New-York: The Guilford Press, 2007. 483 p.
- 33) Rappoport R. Ideologies about Family Forms: Towards Diversity. *Changing Patterns of European Family Life*. London : Routledge, 2009. P. 15–40.
- 34) Rawicka, I. Cechy temperamentalne a satysfakcja ze związku. *Polskie Forum Psychologiczne*. 2017. № 22(4). 623-635.
- 35) Levinger G. A social psychological perspective on marital dissolution. *Journal of Social Issues*. 2016. № 32 (1). P. 21–47.

ДОДАТКИ

Анкета для визначення типу чоловіків

1) **Ім'я чи нік (за бажанням)** _____

2) **Контактні дані (за бажанням, для отримання результатів)**

3) **Вік:**

А) 18-25 років;

Б) 26-35 років;

В) 36-45 років;

Г) 46-60 років.

3) **Ви проживаєте:**

А) у місті;

Б) у селі;

В) інше _____

4) **Род занять:**

А) робітник;

Б) сфера обслуговування;

В) менеджмент;

Г) ІТ;

Д) безробітній;

Е) інше _____

5) **Сімейний стан:**

А) Одружений;

Б) Розлучений;

В) Ніколи не був одружений;

Г) Маю постійного партнера, але не одружений;

Д) В активному пошуку;

Е) інше _____

6) Скільки постійних партнерів Ви маєте?

А) 1

Б) 2

В) 3

Г) 4 або більше

Д) не маю постійного партнера

7) Яка кількість постійних партнерів для Вас є оптимальною?

А) 1

Б) 2

В) 3

Г) 4 або більше

Д) жодного, не маю бажання мати постійного партнера

8) Яка кількість постійних партнерів для Вашого постійного партнера є оптимальною?

А) 1

Б) 2

В) 3

Г) 4 або більше

Д) жодного, не маю бажання мати постійного партнера

9) Чи знає Ваш партнер про інших партнерів?

А) Так;

Б) Ні;

В) Інше _____

10) Чи хотіли би Ви, щоб Ваш партнер знав про інших партнерів?

А) Так;

Б) Ні;

В) Інше _____

11) Чи має Ваш партнер інших партнерів?

А) Так;

Б) Ні;

В) Інше _____

12) Чи хотіли би Ви знати про інших партнерів Вашого партнера?

А) Так;

Б) Ні;

В) Інше _____

13) Що Вас приваблює в стосунках одночасно з кількома партнерами?

14) Що Вас відштовхує в стосунках одночасно з кількома партнерами?

15) Якщо Ви запропонуєте своєму партнеру відносини з кількома партнерами, якою буде його реакція?

А) Погодиться;

Б) Відмовиться;

В) Інше _____

15) Якщо Ваш партнер Вам запропонує відносини з кількома партнерами, якою буде Ваша реакція?

А) Погоджусь;

Б) Відмовлюсь;

В) Інше _____

Методика «Ціннісні орієнтації» за авторством М. Рокича

Методика «Ціннісні орієнтації» розроблена Мілтоном Рокичем як тест особистості, спрямований на вивчення ціннісно-мотиваційної сфери людини. Система ціннісних орієнтацій визначає змістовну сторону спрямованості особистості і складає основу її відносин до навколишнього світу, до інших людей, до себе самої, основу світогляду і ядро мотивації життєвої активності, основу життєвої концепції і «філософії життя».

Обстеження краще проводити індивідуально, але можливо і групове тестування. Респонденту пред'явлені два списки цінностей (по 18 у кожному), або на аркушах паперу в алфавітному порядку, або на картках. У списках випробуваний присвоює кожній цінності ранговий номер, а картки розкладає по порядку значущості. Остання форма подачі матеріалу дає більш надійні результати. Спочатку пред'являється набір термінальних, а потім набір інструментальних цінностей.

Он-лайн версія тесту доступна за посиланням:
<https://testometrika.com/meaning/test-rokicha-value-orientation/>

Інструкція до тесту

«Зараз Вам буде пред'явлений набір з 18 карток з позначенням цінностей. Ваше завдання – розкласти їх по порядку значимості для Вас як принципів, якими Ви керуєтеся у Вашому житті.

Уважно вивчіть таблицю і, вибравши ту цінність, яка для Вас найбільш значима, помістіть її на перше місце. Потім виберіть другу за значимістю цінність і помістіть її слідом за першою. Потім виконайте те ж з усіма рештою цінностями. Найменш важлива залишиться останньою і займе 18 місце.

Відповідайте не поспішаючи, вдумливо. Кінцевий результат повинен відбивати Вашу справжню позицію».

Тестовий матеріал

Список А (термінальні цінності):

1. активна діяльна життя (повнота та емоційна насиченість життя);
2. життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд, що досягаються життєвим досвідом);
3. здоров'я (фізичне і психічне);
4. цікава робота;
5. краса природи і мистецтва (переживання прекрасного в природі і в мистецтві);
6. любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною);
7. матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів);
8. наявність хороших і вірних друзів;
9. суспільне покликання (повага оточуючих, колективу, товаришів по роботі);
10. пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, інтелектуальне розвиток);
11. продуктивна життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил і здібностей);
12. розвиток (робота над собою, постійне фізичне і духовне вдосконалення);
13. розваги (приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків);
14. свобода (самостійність, незалежність у судженнях і вчинках);
15. щасливе сімейне життя;
16. щастя інших (добробут, розвиток і вдосконалення інших людей, всього народу, людства в цілому);
17. творчість (можливість творчої діяльності);
18. впевненість у собі (внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх протиріч; сумнівів).

Список Б (інструментальні цінності):

1. акуратність (охайність), вміння тримати в порядку речі, порядок у справах;
2. вихованість (гарні манери);
3. високі запити (високі вимоги до життя і високі домагання);
4. життєрадісність (почуття гумору);
5. старанність (дисциплінованість);
6. незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче);
7. непримиренність до недоліків у собі та інших;
8. освіченість (широта знань, висока загальна культура);
9. відповідальність (почуття боргу, вміння тримати своє слово);
10. раціоналізм (вміння тверезо і логічно мислити, приймати обдумані, раціональні рішення);
11. самоконтроль (стриманість, самодисципліна);
12. сміливість у думках та поглядах;
13. тверда воля (вміння настояти на своєму, не відступати перед труднощами);
14. терпимість (до поглядів і думок інших, вміння прощати іншим їхні помилки та омани);
15. широта поглядів (вміння зрозуміти чужу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички);
16. чесність (правдивість, щирість);
17. ефективність у справах (працьовитість, продуктивність у роботі);
18. чуйність (дбайливість).

Інтерпретація результатів тесту

Аналізуючи ієрархію цінностей, слід звернути увагу на їх угруповання випробуваним у змістовні блоки по різних підставах. Так, наприклад, виділяються «конкретні» і «абстрактні» цінності, цінності професійної самореалізації й особистого життя і т. д. Інструментальні цінності можуть групуватися в етичні цінності, цінності спілкування, цінності справи; індивідуалістичні і конформістські цінності, альтруїстичні цінності; цінності самоствердження і цінності прийняття інших і т. д. Це далеко не всі можливості суб'єктивного структурування системи ціннісних орієнтацій. Психолог повинен спробувати вловити індивідуальну закономірність.

Якщо не вдається виявити жодної закономірності, можна припустити несформованість у респондента системи цінностей або навіть нещирість відповідей.

Переваги та недоліки методики:

Перевагами методики є універсальність, зручність і економічність у проведенні обстеження й обробці результатів, гнучкість – можливість варіювати як стимульний матеріал (списки цінностей), так і інструкції.

Істотним її недоліком є вплив соціальної бажаності, можливість нещирості. Тому особливу роль у даному випадку відіграє мотивація діагностики, добровільний характер тестування і наявність контакту між психологом і випробуваним. Методику не рекомендується застосовувати з метою відбору і експертизи.

Для подолання зазначених недоліків і більш глибокого проникнення в систему ціннісних орієнтацій можливі зміни інструкції, які дають додаткову діагностичну інформацію і дозволяють зробити більш обґрунтовані висновки. Так, після основної серії можна попросити випробуваного ранжувати картки, відповідаючи на наступні питання:

«Ієрархія потреб»

модифікація І. А. Акіндінова (ін. назви «Піраміда потреб», «Методика актуальності основних потреб», «Парні порівняння»)

Методика призначена для виявлення актуальності базових потреб: матеріальних, потреби у безпеці, у самовираженні (самоактуалізації). За допомогою цієї методики можна виявити найважливіші потреби-мотиватори особистості. Знання таких потреб дозволяє керівнику ефективно будувати систему мотивації у робочій групі.

Методика допускає індивідуальне та групове використання. У разі групового обстеження кількість учасників не повинна перевищувати 15 осіб.

Кожному обстежуваному має бути надане окреме місце виконання завдання. Тривалість заповнення трохи більше 20-25 хвилин. Якщо у процесі роботи у обстежуваного виникнуть питання, психолог має дати роз'яснення.

Інструкція: Вам дається 15 тверджень. Порівняйте ці твердження попарно між собою. Починайте порівнювати перше твердження із другим, потім перше твердження із третім тощо. Результати вписуйте в стовпчик 1 стовпця. Так, якщо при порівнянні першого твердження з другим кращим для себе Ви порухнете друге, то в початкову клітинку вписуйте цифру 2.

Якщо переважним виявиться перше твердження, то вписуйте цифру 1.

І так робіть при кожному порівнянні. Далі робіть аналогічні операції з другим твердженням: порівняйте його спочатку з третім, потім з четвертим і т.д..

Подібним чином працюйте з іншими твердженнями, поступово заповнюючи весь бланк. Кожне порівняння пар робіть після промови «Я хочу...»:

1. Домогтися визнання та поваги;
2. Мати теплі стосунки з людьми;

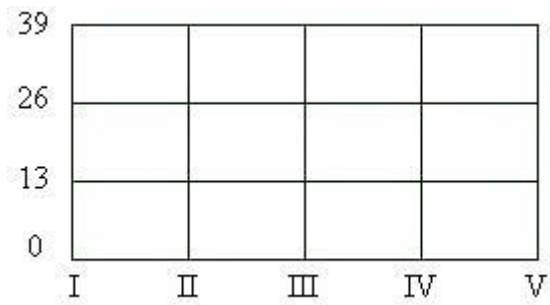
3. Забезпечити собі майбутнє;
4. Заробляти на життя;
5. Мати добрих співрозмовників;
6. Зміцнити своє становище;
7. Розвивати свої сили та здібності;
8. Забезпечити собі матеріальний комфорт;
9. Підвищувати рівень майстерності та компетентності;
10. Уникати неприємностей;
11. Прагнути нового і незвіданого;
12. Забезпечити собі становище впливу;
13. Купувати гарні речі;
14. Займатися справою, яка потребує повної віддачі;
15. Бути зрозумілими іншими.

Обробка результатів

Коли заповніть весь бланк, підрахуйте скільки разів у бланку зустрічається кожне твердження. Отримані суми впишіть у клітинки, виділені іншим кольором. Ці операції дають можливість визначити перевагу за всіма твердженнями. Далі підрахуйте суми балів за п'ятьма шкалами:

I шкала	Матеріальне становище	Підраховується сума по позиціям 4, 8, 13
II шкала	Потреба в безпеці	Підраховується сума по позиціям 3, 6, 10
III шкала	Потреба в міжособистісних стосунках	Підраховується сума по позиціям 2, 5, 15
IV шкала	Потреба в повазі до себе	Підраховується сума по позиціям 1, 9, 12
V шкала	Потреба в самореалізації	Підраховується сума по позиціям 7, 11, 14

Завершальною процедурою буде побудова власного профілю задоволеності потреб за п'ятьма шкалами. Необхідно отримані вище суми відкласти кожному за шкалою. На графіку вказано три зони: Повна задоволеність – 0-13 балів Часткова задоволеність – 13-26 балів Повна незадоволеність – 26-39 балів.



Домінуюча потреба позначатиметься вищим балом. Тест можна використовуватиме оцінки мотиваційного клімату організації. І тому за методикою випадкової вибірки оцінюються відібрані сукупності (0,1 – 0,5% опитуваних, якщо оцінюється клімат великої компанії, 3 – 5%, якщо оцінюється організація чисельністю до 1000 осіб).

Он-лайн версія цього тесту доступна за посиланням:
<https://testometrika.com/meaning/how-satisfied-your-needs/>

Результати анкетування чоловіків

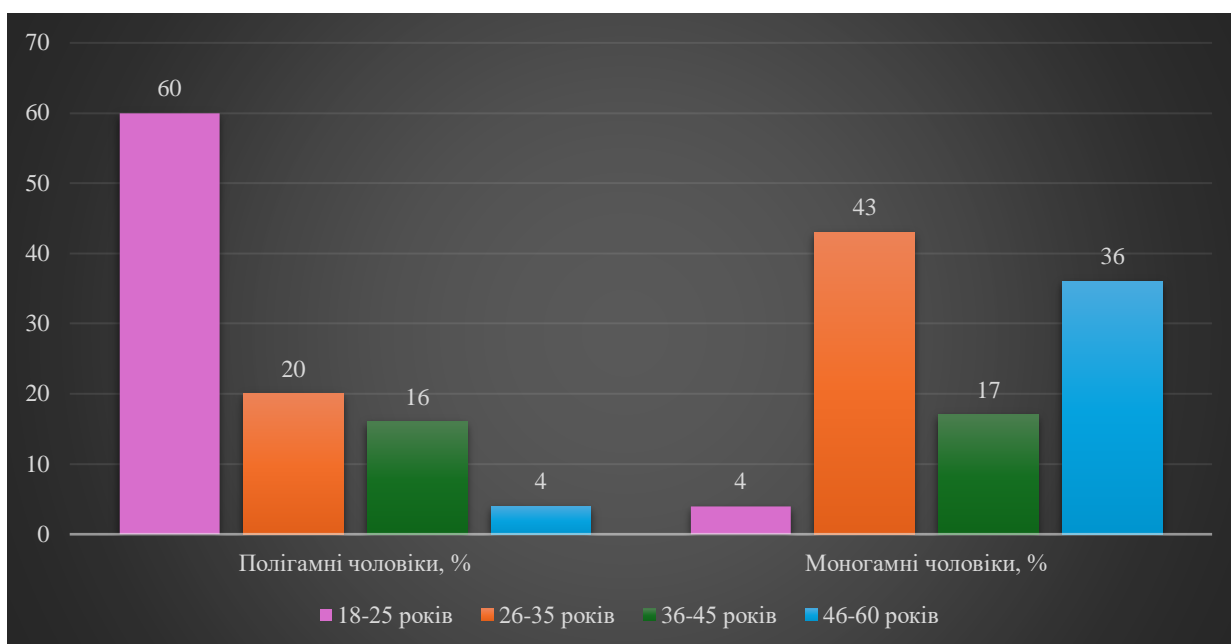


Рис. 1. Віковий склад полігамних та моногамних чоловіків

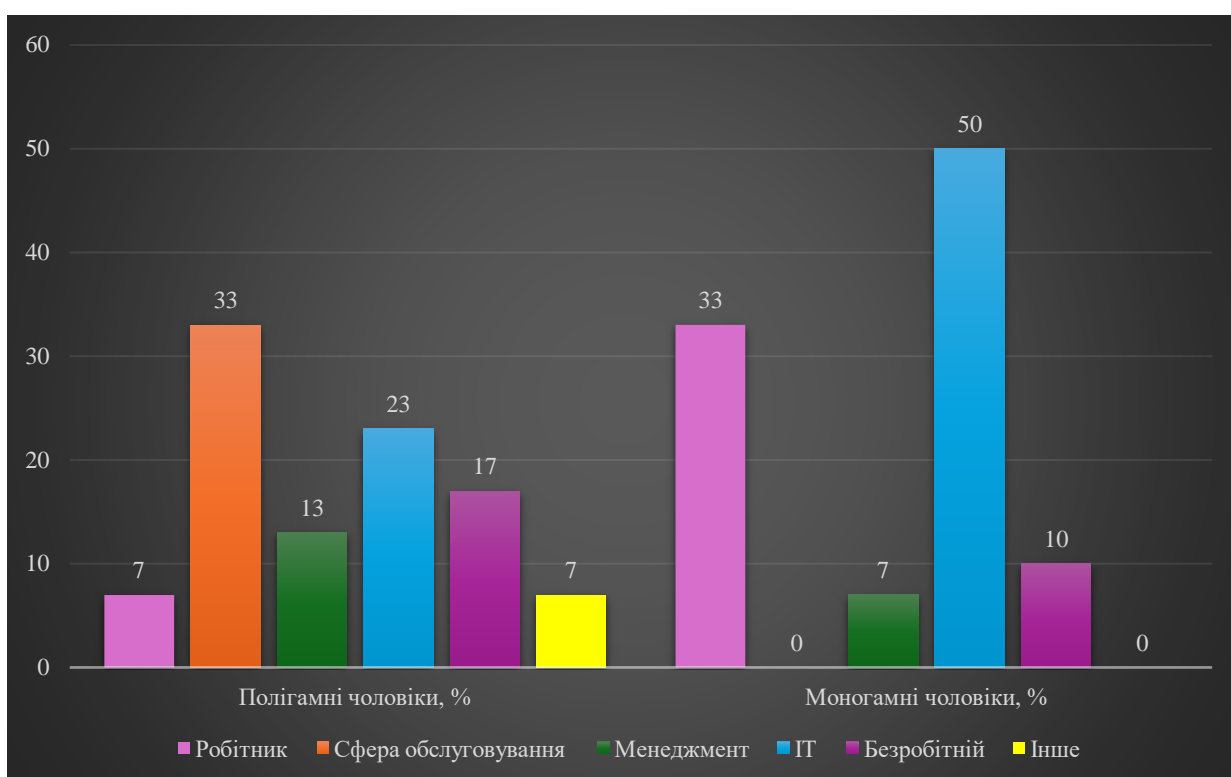


Рис. 2. Склад полігамних та моногамних чоловіків за родом занять

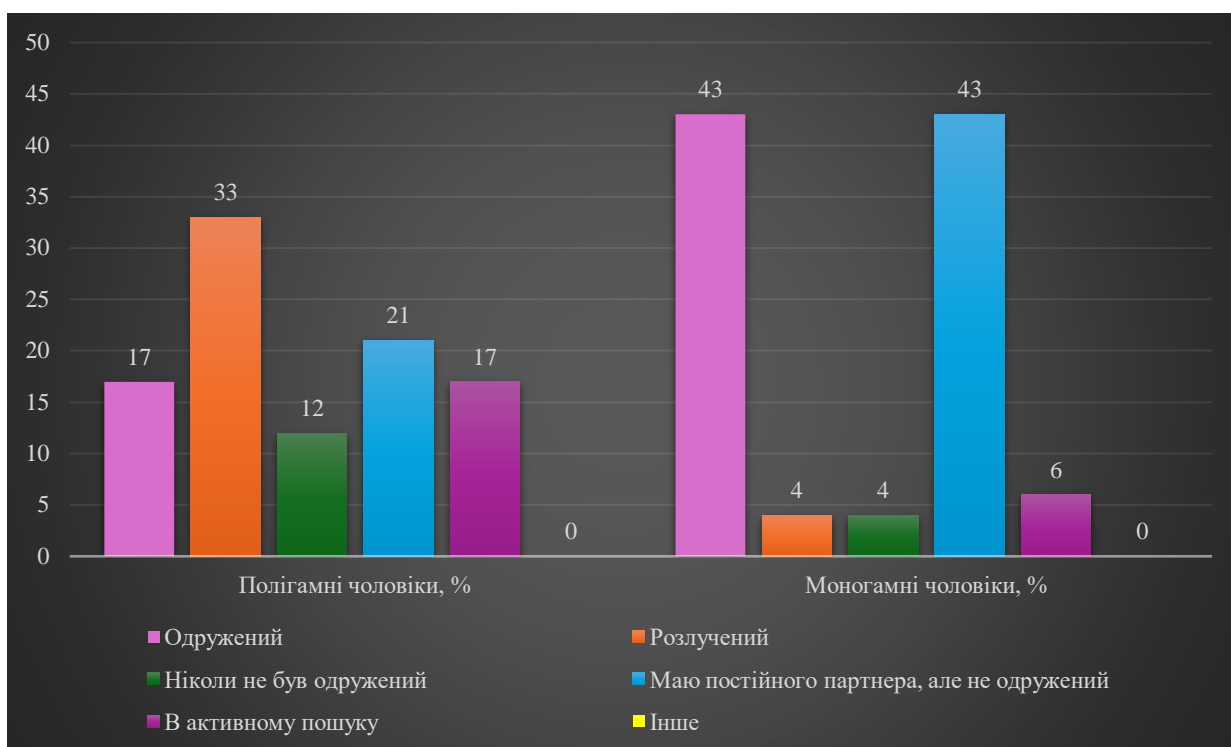


Рис. 3. Сімейний стан полігамних та моногамних чоловіків

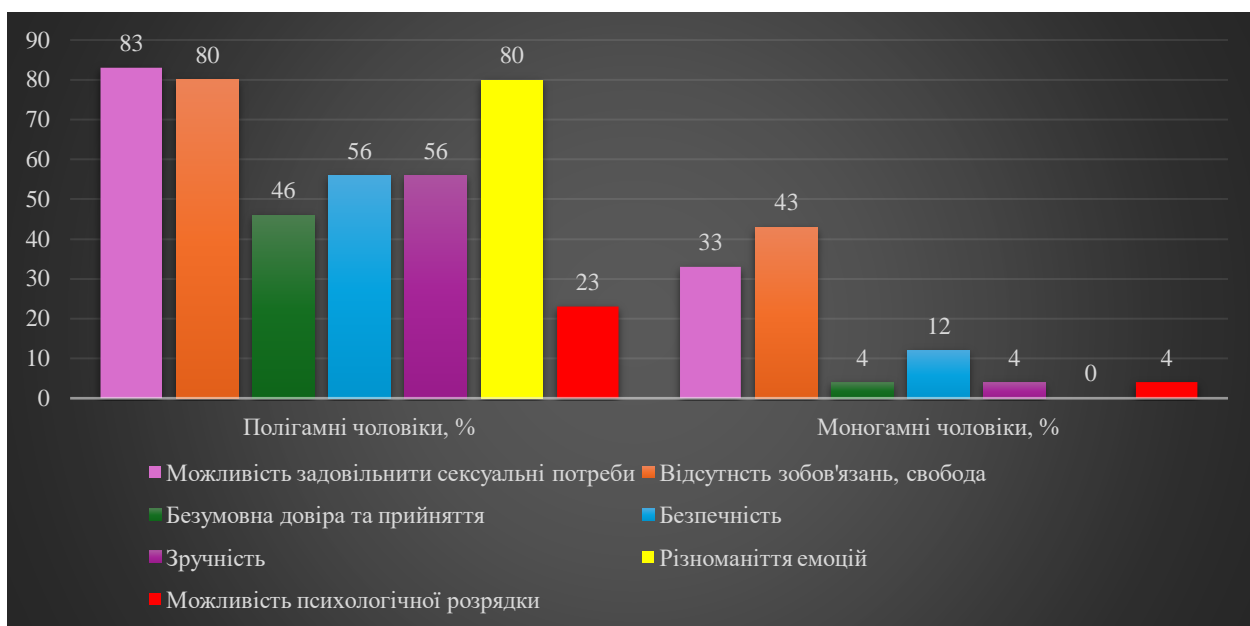


Рис. 4. Переваги багатопарнерських стосунків у поглядах полігамних та моногамних чоловіків

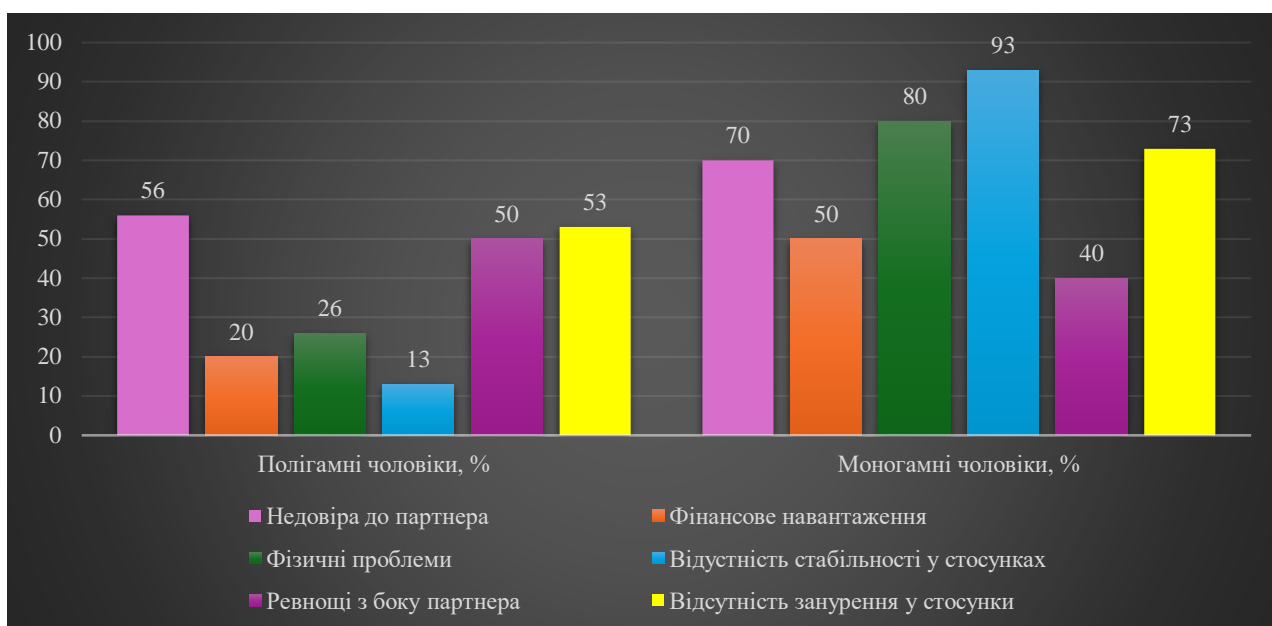


Рис. 5. Недоліки багатопартнерських стосунків у поглядах полігамних та моногамних чоловіків

Результати діагностування за методикою «Ціннісні орієнтації» Мілтона Рокича

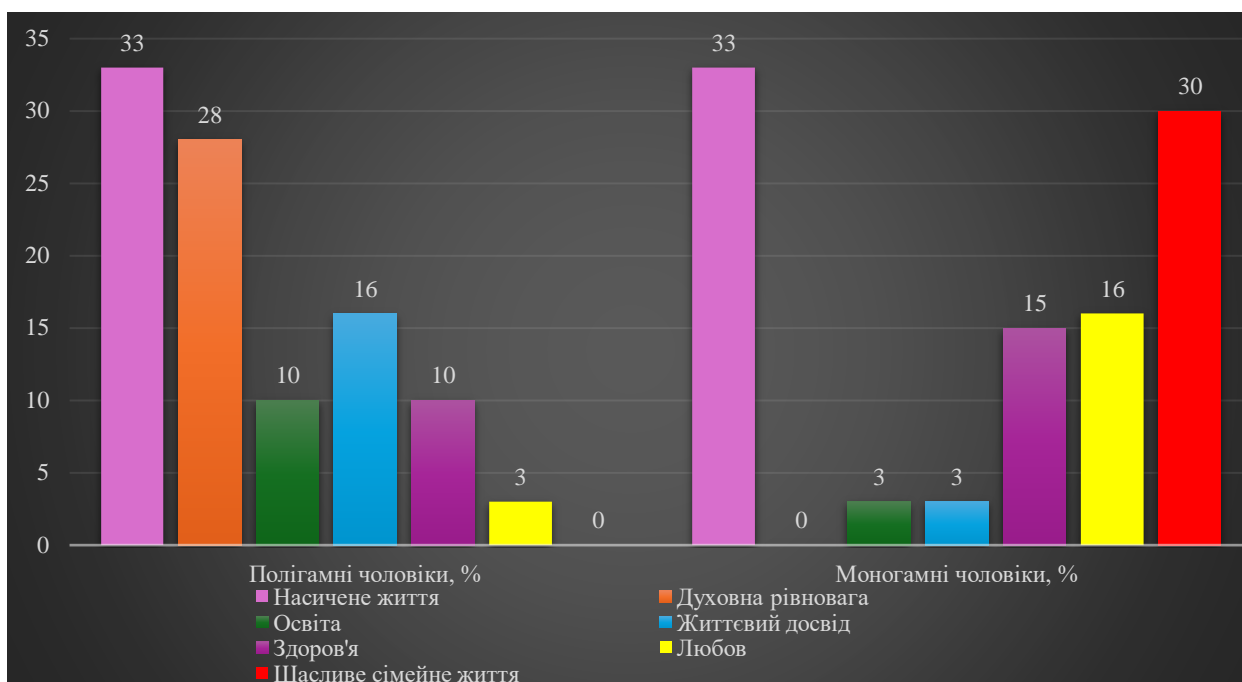


Рис. 1. Термальні цінності, які висувають на перше місце полігамні та моногамні чоловіки

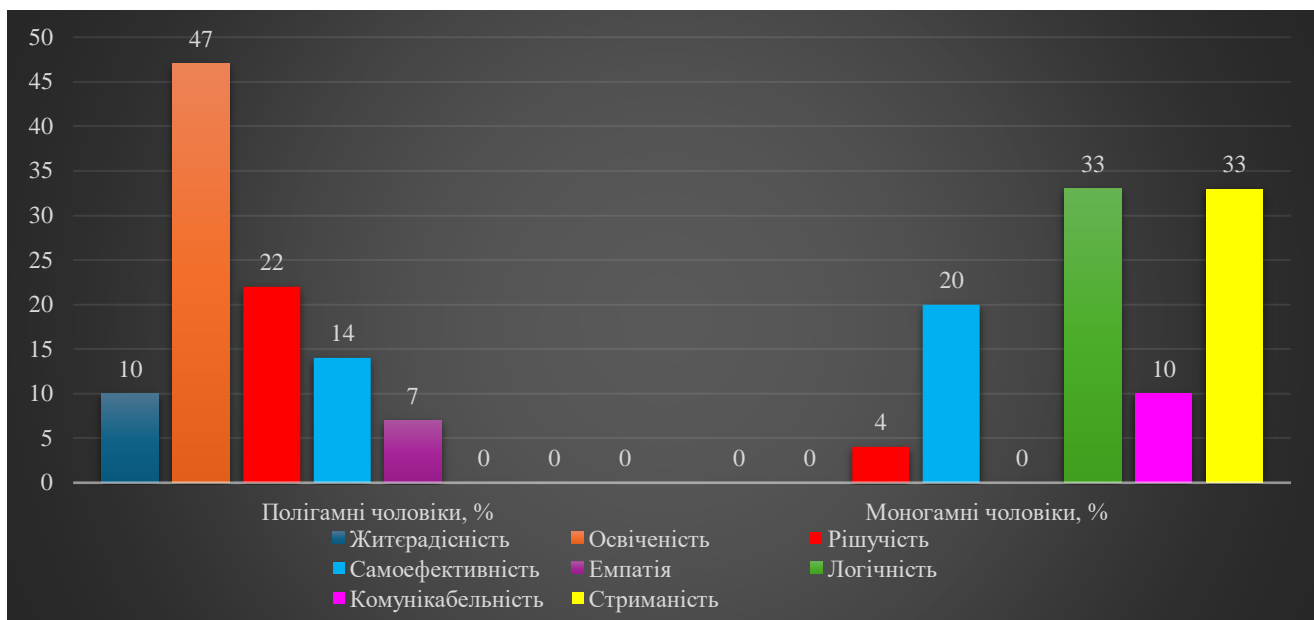


Рис. 2. Інструментальні цінності, які висувають на перше місце полігамні та моногамні чоловіки

Розподіл базових потреб серед респондентів за методикою «Ієрархія потреб»

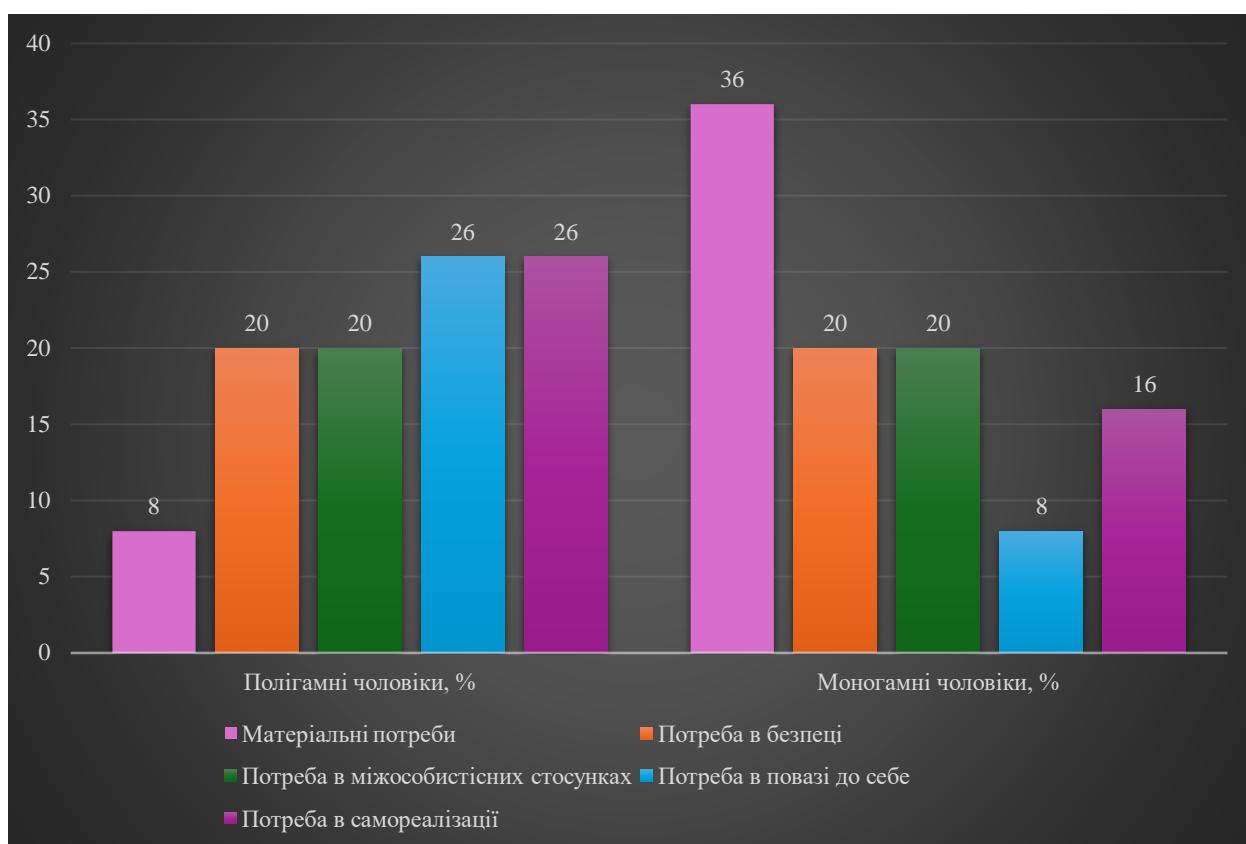


Рис. 1. Визначення актуальних базових потреб за методикою «Ієрархія потреб» І. А. Акіндінова

Результати статистичного аналізу за коефіцієнтом Спірмена

Табл.1

Результати статистичного аналізу за коефіцієнтом Спірмена

Змінна	Кореляція Спірмена	Р-значення	Значимість
sex_variety_priority	0.87	< 0.000001	Значимий для обох
spiritual_priority	-0.84	< 0.000001	Значимий для обох
age	-0.46	0.0002	Значимий лише для однієї
freedom_priority	0.18	0.162	Незначимий
love_priority	0.14	0.291	Незначимий

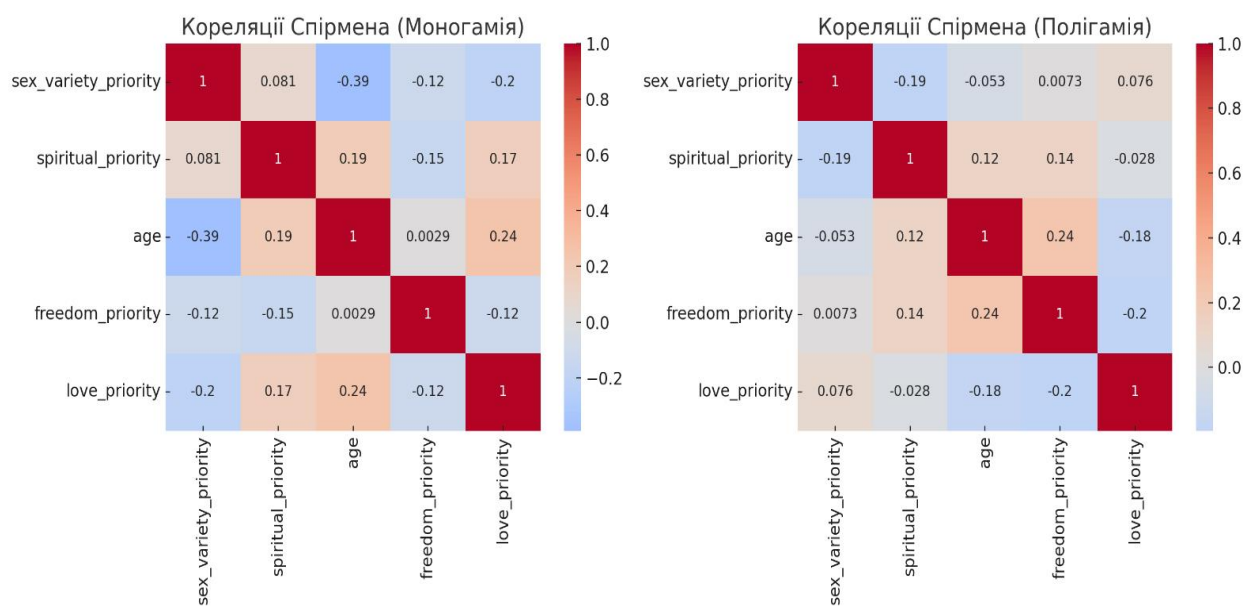


Рис. 1. Візуалізація теплової карти кореляцій за Спірманом