

Санкт-Петербургский государственный университет

Выпускная квалификационная работа на тему
**ОСОБЕННОСТИ СУПРУЖЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И
УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ЖИЗНЬЮ В ПЕРИОД СРЕДНЕЙ И ПОЗДНЕЙ
ВЗРОСЛОСТИ**

По направлению подготовки 37.03.01 - Психология

Выполнил:

студент

Боярченкова А.Е.

Научный

руководитель:

доцент, к. пс. н.

Савеньшева С.С.

Рецензент:

доцент, к. пс. н.

Кузнецова И.В.

Санкт-Петербург

2018

Аннотация

Данная работа посвящена изучению взаимосвязи удовлетворенности жизнью, браком и характеристик общения у мужчин и женщин в период средней и поздней взрослости.

В исследовании приняло участие 67 человек в возрасте 38-68 лет, состоящих в гражданском или официальном браке более 15 лет, 54% респондентов — женщины.

В исследовании применялись: методика удовлетворенности жизнью Э. Динера, методика удовлетворенности браком Ю.Е. Алешиной, методика «Общение в семье» Ю.Е. Алешиной, тест на энергофизиологическую совместимость В.В. Бойко. Анализ данных производился при помощи коэффициента корреляции Пирсона и «t-Критерия Стьюдента», регрессионного анализа. Анализ взаимосвязи исследуемых феноменов в общей выборке выявил их тесную связь. Предикторами удовлетворенности жизнью и браком выступили такие характеристики общения, как «легкость», «сходство во взглядах», «доверительность общения со стороны партнера», «понимание со стороны партнера» и «общие символы». При этом набор данных характеристик общения специфичен для мужчин и женщин разных возрастных периодов.

ABSTRACT

This study investigated the relationship of life satisfaction, marital satisfaction and traits of communication for male and female in the period of middle and late adulthood.

67 people, aged 38-68 years, married more than 15 years, 54% of respondents are women, participated in the study.

Methods: questionnaire "Life satisfaction" by E. Diener, questionnaire "Marriage satisfaction" by Y.E. Alyoshina, questionnaire "Communication in the family" by Y.E. Alyoshina, test of «Energy-physiological compatibility» by V.V.Boyko. Data analysis was applied using Pearson's, Student's-T and regression analysis. Analysis of the relations studied phenomena in the total sample revealed their close correlation.

Predictors of satisfaction with life and marriage were such characteristics of communication as "ease", "similarity in views", "confidential communication from the partner", "understanding from the partner" and "common symbols." At the same time, the set of characteristics of communication is specific for men and women of different age.

Оглавление	
Аннотация	2
Введение	5
Глава 1. Анализ проблемы удовлетворенности жизнью и браком и супружеской коммуникации в психологии	8
1.1. Удовлетворенность жизнью: понятие, динамика, факторы.	8
1.2. Удовлетворенность браком: понятие, динамика, факторы.	15
1.3. Супружеская коммуникация: особенности и влияние на удовлетворенность браком. Супружеские конфликты.	23
Глава 2. Организация и методы исследования	33
2.1. Цели, задачи, предмет и объект исследования	33
2.2. Описание методик	35
2.3. Описание выборки	38
Глава 3. Анализ эмпирических данных	40
3.1. Анализ средних значений по показателям удовлетворенности жизнью, браком, особенностям общения в семье и энергофизиологической совместимости.	40
3.2. Анализ факторов сохранения брака у супругов в период средней и поздней зрелости.	46
3.3. Анализ взаимосвязи уровня удовлетворенности браком и жизнью и характеристик супружеского взаимодействия, энергофизиологической совместимости.	50
3.4. Анализ взаимосвязей удовлетворенности жизнью, браком и характера супружеских отношений с биографическими характеристиками.	62
3.5 Взаимосвязь (согласованность) удовлетворенности жизнью, браком и характера супружеской коммуникации в супружеских парах.	63
Выводы:	65
Заключение	68
Список литературы.	69
Приложение № 1	75

Введение

Для человека важно то, насколько он удовлетворен собственной жизнью. Это определяет его настроение, социальную активность, взаимоотношения с другими людьми и с самим собой. В данном исследовании нам особенно было интересно то, насколько этот параметр связан с уровнем удовлетворенности браком и характеристиками супружеского взаимодействия.

Просматривая научные работы, посвященные удовлетворенности и стабильности брака, сталкиваешься с тем, что одни из них имеют социологическую природу, другие же опираются на психологические концепции. В социологии успешность семейных отношений заключается в отсутствии юридического развода, что, на мой взгляд, является мало информативным, т.к., во-первых, не все пары, состоящие в оформленном брачном союзе удовлетворены своими отношениями; во-вторых, не учитываются пары, проживающие вместе без официально оформленного брака.

Наше исследование будет больше опираться на психологические концепции, основывающиеся на множестве различных факторов, влияющих на удовлетворенность жизнью и браком.

Среди некоторых ученых распространена точка зрения, что удовлетворенность связана со стажем супругов в браке. Часть из них (Р. Блад, Д. Вульф, Б. Парис, Е. Лаки) считают, что чем больше супруги прожили вместе, тем меньше будет их удовлетворенность [1]. Другие же (Х. Фелдман, К. Кеннон и др.) придерживаются мнения, что удовлетворенность имеет U-образный характер, т.е. максимальные значения этот показатель имеет в первые годы совместной жизни, далее происходит снижение, а у супругов со стажем семейной жизни в более 20 лет отмечается его подъем.

Это может быть связано со многими причинами, например, люди, неудовлетворенные браком, скорее всего, успели уже развестись или же они

все еще вместе из-за появления убеждения в том, что брак, просуществовавший так много лет может быть и не так уж плох. Такие соображения выдвигались Гр. Спаниером, Р. Левисом и Ч. Коль [1].

Мне лично хотелось бы верить, что супружеские пары, прожившие в браке от 15 лет и более вместе, достигли некой “зрелости” в отношениях: научились эффективно разрешать конфликтные ситуации, смогли довериться партнеру, найти с ним наиболее удачные способы взаимодействия и сохранили чувство любви и уважения к друг другу несмотря ни на что.

Читая множество литературы по данному вопросу, я наткнулась на одно поучительное высказывание психолога В. Альперовича. Он пишет: “Супружество - это сад, в котором надо постоянно вспахивать землю, но ни в коем случае не копать могилу собственного супружеского счастья [4].

Начиная работу, я столкнулась с проблемой поиска пар, проживших в браке более 15 лет. Дети взрослеют, покидают родительский дом... Если это был единственный фактор, удерживающий двух супругов вместе, то они разводятся. Есть и другие причины, на самом деле, их множество. Поэтому пары, продолжающие быть вместе спустя такое продолжительное время, представляют для меня огромный интерес.

Думаю, что данная тема актуальна для современности, так же как и могла бы быть актуальна в прошлом, потому что институт семьи и брака существует очень давно, и в настоящее время претерпевает серьезные изменения.

В связи с этим, целью нашего исследования является изучение удовлетворенности жизнью, браком и супружеского общения у мужчин и женщин в период средней и поздней зрелости.

Гипотезой данной работы является предположение, что: на удовлетворенность жизнью и браком влияют благоприятный характер общения между супругами, их энергофизиологическая совместимость.

Задачами исследования являются:

1. Изучить и сравнить уровень удовлетворенности браком и особенности супружеской коммуникации у супругов с учетом факторов пола и возраста.
2. Проанализировать и сравнить уровень удовлетворенности жизнью у супругов с учетом факторов пола и возраста.
3. Изучить энергофизиологическую совместимость супругов с учетом факторов пола и возраста.
4. Проанализировать взаимосвязь уровня удовлетворенности жизнью и браком, особенностями супружеской коммуникации, а также показателями энергофизиологической совместимости у супругов с учетом факторов пола и возраста.
5. Исследовать влияние стажа брака и количества детей на различные характеристики семейного взаимодействия и удовлетворенность жизнью и браком.

Глава 1. Анализ проблемы удовлетворенности жизнью и браком и супружеской коммуникации в психологии

1.1. Удовлетворенность жизнью: понятие, динамика, факторы.

Когда речь идет о том, насколько человек доволен своей жизнью, в психологии используются следующие термины: «благополучие», «удовлетворенность жизнью» или просто «счастье».

Ряд авторов полагают, что термины «удовлетворенность жизнью» и «счастье» слишком абстрактны, в то время, как «благополучие» позволяет раскрыть и то, чем именно удовлетворен человек.

Обратимся к различным определениям.

Большой психологический словарь дает следующее определение удовлетворенности:

Удовлетворенность - (англ. satisfaction) - субъективная оценка качества тех или иных объектов, условий жизни и деятельности, жизни в целом, отношений с людьми, самих людей, в т. ч. и самого себя (самооценка). Высокая степень удовлетворённости жизнью, очевидно, есть то, что именуется счастьем (англ. happiness); близкий конструкт - психологическое (субъективное) благополучие (англ. Wellbeing) [34; 672].

Аргайл пишет, что «удовлетворенность — один из основных компонентов счастья. Радость — эмоциональная, а удовлетворенность — когнитивная составляющая счастья; это рефлексивная оценка, суждение о том, насколько все было и остается благополучным» [9; 271].

Упрощая и обобщая все выше сказанное, можно говорить о том, что удовлетворенность жизнью — это некая субъективная оценка, даваемая человеком в отношении его собственной жизни.

Л.В. Куликов отмечает, что данный феномен влияет на настроение человека, его психологическое состояние и устойчивость [27].

Однако, данному термину свойственна некоторая неопределенность касательно того, что конкретно удовлетворяет человека, поэтому обратимся к близкому понятию «благополучие»

Вводя данное понятие, мы можем говорить о том, чем именно обуславливается благополучие для человека.

Существуют объективные критерии, позволяющие говорить о благополучии того или иного человека, например, показатель его здоровья или материального достатка.

Эксперты ВОЗ полагают, что самооценка индивида, его чувство социальной принадлежности оказывают на благополучие большее влияние, нежели биологические функции организма. И достигается оно благодаря реализации потенциала человека в физическом, духовном и социальном плане.

Благополучие личности складывается из ряда составляющих.

Социальное благополучие, включающее удовлетворенность социальным статусом, межличностными отношениями и пр.

Духовное благополучие — смысл своей жизни, свобода вероисповедания, приобщенность к культуре общества и пр.

Физическое (телесное) благополучие — здоровье, хорошее самочувствие.

Материальное благополучие — обеспеченность, материальный достаток.

Психологическое благополучие (душевный комфорт) — ощущение целостности, гармонии, самореализация.

Помимо объективных факторов нельзя не учитывать и субъективные, которые оказывают значительное влияние на оценку индивидом своего благополучия.

Выделяют два компонента субъективного благополучия:

- когнитивный (рефлексивный) — представления об отдельных сторонах своего бытия
- эмоциональный — доминирующий эмоциональный тон отношений к этим сторонам.

При этом благополучие зависит от того, есть ли у человека ясные цели для успешной реализации планов, есть ли у него ресурсы и условия для достижения целей [27].

Таким образом, на данный момент благополучие изучается в двух направлениях:

1. как субъективное благополучие:

- удовлетворение потребностей [27], [64]. положительные эмоции и отсутствие отрицательных эмоций [58]
- эффект удовлетворенности жизнью [59].

2. как психологическое благополучие

К. Рифф под психологическим благополучием понимает оценку человеком своего функционирования, как вершины потенциальных возможностей [62].

В ее модели содержатся шесть составляющих психологического благополучия:

1. автономность
2. компетентность
3. личностный рост
4. позитивные отношения
5. жизненные цели
6. самопринятие

В теории Э. Деси и Р. Райна говорится об удовлетворении трех психологических потребностей [61]:

1. потребности в автономии
2. компетентности
3. связанности с другими

Удовлетворенность жизнью имеет свои национальные различия.

Так, например, существует индекс удовлетворенностью жизнью в странах мира, который был разработан в 2006 году Эдрианом Уайтом.

Данный индекс — это субъективное благополучие людей на планете, основанное на мета-анализе разнообразных опросов, индексов и других различных показателей

В 2006 году исследование охватило 178 государств. Россия в этом списке находится на 167 позиции.

Для оценки удовлетворенности жизнью было разработано множество методик [35]:

1. «Индекса удовлетворенности жизнью» (*LifeSatisfactionIndex*), или *LSI*, который разработали Нойгартеи, Хэвигхерст и Тобин

Этот индекс был разработан в ходе исследования старения, поэтому применялся он на людях в возрасте от 50 до 90 лет. С ними проводились подробные интервью с целью получения информации, позволяющей обнаружить самые разнообразные аспекты удовлетворенности жизнью.

В результате они выделили 5 параметров:

- «Энергичность/Апатия»,
- «Решительность и стойкость»,
- «Конгруэнтность желаемого и достигнутого»,
- «Я-концепция»,
- «Настроение».

2. «Шкала удовлетворенности жизнью (*SatisfactionwithLifeScale*), или *SWLS* [59]. Она невелика по объему, однако результаты этого теста коррелируют с результатами более длинных методик оценки удовлетворенности жизнью. Они также согласуются с информацией о моральном состоянии человека, полученной из других источников, например, из отчетов друзей или из клинических оценок.

Психологов, как всегда интересуют 3 основных вопроса, входящих практически в любое исследование:

- Меняется ли уровень какого-либо показателя с возрастом?
- Существуют ли гендерные различия?
- Какие факторы на это влияют?

Что касается первого вопроса об уровне удовлетворенности жизнью в зависимости от возраста, то здесь ученые не приходят к единогласному мнению, так как большая часть исследований проводилась методом

поперечных срезов, что может в результате выявленных изменений отражать различия между когортами, а не истинную динамику.

В одних исследованиях обнаруживается в целом отрицательная связь между возрастом и удовлетворенностью жизнью, по крайней мере, у лиц в возрасте 60 лет и старше [35]. В других исследованиях подобные результаты не повторяются. Многие люди после 60 вполне довольны их жизнью.

Что касается второго вопроса, связанного с гендерными различиями по уровню удовлетворенности жизнью, то здесь обращусь к исследованию С.С. Савенышевой, М.Д. Петраш и О. Ю. Стрижицкой, направленном на изучение удовлетворенности жизнью, психологического благополучия и удовлетворенности браком в период взрослости [44].

В ходе исследования были получены данные, говорящие о том, что предикторы общей удовлетворенности жизнью различаются у мужчин и у женщин: для мужчин важную роль играет удовлетворенность отношениями с партнером, тогда как для женщин важно принятие себя. Т.е. у мужчин и у женщин удовлетворенность браком оказалась связана с разными параметрами психологического благополучия: у мужчин - с жизненными целями, а у женщин с самопринятием и позитивными отношениями с другими.

М.Н. Лысенко [33] изучала возрастные особенности самоотношения, самооценки и удовлетворенности жизнью у женщин и пришла к следующим выводам:

1. С возрастом происходит снижение удовлетворенности жизнью у женщин.

2. Но возрастные изменения не сказываются на самоотношении как представлении личности о смысле собственного «Я». В любом возрастном периоде жизни женщины отчётливо переживают собственное «Я» как внутренний стержень, считают, что их судьба находится в собственных руках.

3. Женщины периода взрослости отличаются более низкими показателями по сравнению с молодыми женщинами в самооценке своей

активности. Но женщины периода зрелости оценивают себя как более активных по сравнению с женщинами в период взрослости.

Т.К. Терра[50] занималась изучением удовлетворенности и жизнью и реализованностью мужчин в период взрослости.

В ходе своего исследования она приходит к тому, что удовлетворенность жизнью мужчин в период взрослости выше среднего, что они наиболее удовлетворены отношениями с друзьями, коллегами и родителями, а наименее — возможностью проводить досуг, материальным положением. Реализованность мужчин связана с возрастом, стажем и семейным положением.

При этом он отмечает, что удовлетворенность жизнью — это сложная интегративная, многоуровневая характеристика, связанная с такими основными показателями общего мироощущения, как чувство реализованности, самоотношение, самоактуализация.

Что касается последнего вопроса о том, что может влиять на удовлетворенность жизнью, был выявлен ряд коррелятов, многие из которых обладают прогностической силой [59]:

- состояние здоровья — здоровые более довольны, чем те, кто имеют различные нарушения в этой сфере;
- семейное положение — люди, состоящих в браке имеют более высокие показатели, чем овдовевшие или разведенные;
- доход — чем выше заработок, тем выше уровень удовлетворенности;
- переменные поведенческого и психического плана;
- активность — пожилые люди, ведущие активный образ жизни, более довольны своей жизнью.

Холл (Hall, 1976) проводил опрос в Великобритании. В результате им были выделены следующие источники удовлетворенности жизнью.

- семейная и домашняя жизнь;
- деньги и цены;
- жизненный уровень;
- социальные ценности и нормы;

- социальные отношения;
- жилищные условия;
- здоровье;
- работа.

Как можно заметить, показателей, влияющий на уровень удовлетворенности жизнью достаточно много. Но нас особенно сильно интересует влияние на этот показатель уровень удовлетворенности браком и особенности семейного взаимодействия, о чем будет более подробно написано ниже.

Исследования, проведенные Е. М. Черняк [54], С. К. Летагиной [30], Е. О. Тарасовой [49], выявили, что основным мотивом вступления в брак и создания семьи у мужчин и женщин является любовь. Таким образом, можно говорить о том, что чувство любви влияет на субъективное благополучие.

Люди проявляют свою любовь, когда они откровенны и честны беседуя друг с другом, они могут быть прямыми, открытыми и честными друг с другом и могут быть такими, какие они есть, и наслаждаться тем, что могут быть вместе [45].

Любовь объединяет мужа и жену, в то время, как недовольных своим браком супругов связывают дети, чувство долга, привычка, боязнь одиночества, смирение с обстоятельствами [54].

И. В. Перминова [40] провела исследование, направленное на изучение представления о любви и удовлетворенность жизнью и браком супругов.

В результате исследования, были сделаны следующие выводы:

- Конструкты «любовь как идеальная ценность», «любовь – воодушевление» и «уважение в любви» повышают удовлетворенность жизнью супругов.
- Конструкты «воодушевление», «счастье», «благополучие» повышают удовлетворенность браком.
- Конструкт «отрицательное отношение к любви» (о любви как о зле, жестокости, боли, страдании, горе, беде, болезни, разочаровании, пороке и несправедливости) понижает удовлетворенность браком.

- Отрицательное отношение к любви снижает удовлетворенность браком.

Таким образом, переходим к следующему разделу, посвященному вопросам брака и семейного взаимодействия.

1.2. Удовлетворенность браком: понятие, динамика, факторы.

Стоит начать с того, что мы будем понимать под удовлетворенностью браком.

В психологии существует множество определений, изучаемой нами переменной. Например, удовлетворенность браком понимается, как субъективная оценка супругов по отношению к собственному браку[31].

С. И. Голод под этим термином понимал “результат адекватной реализации представления (образа) о семье, сложившегося в сознании человека под влиянием встреч с различными событиями, составляющими его опыт (действительный или символический) в данной сфере деятельности” [31].

Опыт к человеку приходит с годами, поэтому хотелось бы написать о том, какие бывают семьи по стажу в браке.

В. И. Зацепин предлагает следующую классификацию[23]:

1. семья молодоженов (семья в “медовый период”);
2. молодая семья (примерно через полгода-год после заключения брака);
3. семья, ждущая ребенка;
4. семья среднего супружеского возраста (3-10 лет брака)
5. семья старшего супружеского возраста (10-15 лет совместного проживания);
6. пожилые супружеские пары (при появлении внуков)

Наше исследование охватывает две последние разновидности семей по данной классификации.

Стоит отметить, что на каждом этапе жизненного цикла семьи происходит ряд существенных изменений в условиях жизни для всех ее членов, а также в целях и задачах, стоящих перед ними.

В. И. Зацепин пишет, что для благополучия семейной жизни супругов старшего возраста необходимо совпадение интересов, потребностей, а также взаимная уступчивость и богатство личностей пары.

Последняя разновидность семей по семейному стажу описывается В. И. Зацепиным только появлением у пожилой пары новой роли - бабушки или дедушки, что не учитывает возможность пар, не имеющих детей, однако другие авторы пишут о том, что этот этап связан с решением проблемы выхода на пенсию, ухудшением здоровья и страхом потерять партнера.

Некоторые психологи выделяют следующие уровни развития отношений супругов[51].:

1. юридическая сохранность брака;
2. появление у пары единой точки зрения в вопросах ведения домашнего хозяйства и воспитания детей;
3. “истинная” удовлетворенность браком, заключающаяся в совпадении ценностей, мировоззрения и установок супругов.

Последняя ступень является наивысшей, не каждый брак доходит до нее, оставаясь либо только на первой или второй стадии.

Дж. Медлинг и М.МакКери проводили исследование, связанное с выявлением зависимости между удовлетворенностью браком и схожими ценностями супругов. В результате они пришли к выводу, что корреляция между этими двумя параметрами наблюдается только в группе семейных пар, стаж которых составляет 26-50 лет[21].С. И. Голод пришел к аналогичному выводу, только в выборке супругов, находящихся в браке более десяти лет[17].

По мнению многих авторов, удовлетворенность браком имеет следующую динамику: первые два десятилетия она понижается,приобретая минимальное значение в браках со стажем 12-18 лет, затем происходит постепенное увеличение данного показателя[21].Подтверждением этих данных может

послужить исследование Р. Гилфорда и В. Бенгстона, которые разделили выборку на 3 подгруппы по среднему стажу в браке: 3 года, 21 год и 41 год. Также они фиксировали позитивное и негативное взаимодействие супругов.

В результате ими были получены данные, подтверждающие U-образный характер удовлетворенности браком в зависимости от стажа. При этом в первой подгруппе позитивный компонент достиг максимума, однако и негативного взаимодействия было достаточно большое количество. В третьей подгруппе число позитивного взаимодействия не такое высокое, но и негативных реакций меньше.

Однако при использовании лонгитюдного метода U-образный характер прямой не подтверждается. VanLaningham и коллеги, используя метод поперечных срезов обнаружили U-образный характер кривой (они предполагают, что это связано с эффектом когорты), однако в лонгитюдном исследовании происходит снижение счастья на протяжении всех лет супружества. Подобный результат был обнаружен и в мета-анализа более 115 лонгитюдных исследований B.R. Karney, T.N. Bradbury[60].

Отечественные психологи предполагают, что удовлетворенность браком и стаж семейной жизни взаимосвязаны ввиду развития ролевой структуры семьи, включающей в себя поло-ролевую дифференциацию (ПРД) - представление о мужской и женской роли, распределение обязанностей между супругами в связи с их полом [2].

В связи с этим выделяют:

- традиционную ПРД (строгое распределение ролей)
- антитрадиционную ПРД
- равноправную

Выравнивание в распределении ролей и переход их к равенству наблюдается на более поздних стадиях семейного цикла, что приводит к повышению удовлетворенности.

Ю.Е. Алешина и И.Ю. Борисов пишут, что изменения поло-ролевой дифференциации могут быть связаны с появлением детей и изменением их

возраста. По их данным, при переходе ребенка в школу возрастает традиционализация ролей. Максимальные психологические половые различия у супругов имеют место быть при воспитании детей до 15-16 лет.

Т.е., можно говорить о том, что в моменты повышенной проблемности в семье (например, связанной с рождением и воспитанием ребенка, сменой работы, поиском нового жилья и пр.), происходит ужесточение требований по отношению к друг другу и переход к традиционной ПРД.

В ходе проведенного исследования им удалось прийти к следующим выводам:

1. ПРД оказывает влияние на уровень удовлетворенности браком в разных этапах семейного цикла.
2. Если изменения в ПРД оправданы целями и задачами, стоящими перед семьей — качество брака оценивается более положительно, если нет — отрицательно.

Что касается зарубежной позиции по данному вопросу, то здесь можно отметить периодизацию цикла развития семьи Э. Дювалля. Им и Р. Хилом был впервые употреблен этот термин в 1948 году.

В основе лежит идея Э. Эриксона, заключающаяся в том, что для каждого периода развития характерны специфические задачи. Разограничение периодов Э. Дюваллем производилось на основе отсутствия или наличия детей в семье и их возраста.

1. Формирующаяся семья (0-5 лет), детей нет.
2. Детородящая семья, возраст старшего ребенка до 3-х лет.
3. Семья с детьми-дошкольниками, старшему ребенку 3-6 лет.
4. Семья с детьми-школьниками, старшему 6-13 лет.
5. Семья с детьми-подростками, старшему 13-21 год.
6. Семья, «отправляющая» детей в жизнь.
7. Супруги зрелого возраста.
8. Стареющая семья. (Целуйко В.М., 2008)

Данная классификация подверглась критике в силу невнимания к таким характеристикам, как стаж брака и возраст супругов.

Ю. Е. Алешина пишет, жизненный цикл вносит не такое сильное влияние на удовлетворенность браком, в отличие от стажа и возраста мужа и жены.

Много работ в зарубежной практике посвящены уходу ребенка из семьи и изменением вследствие этого удовлетворенности браком.

Н. Глен сравнивал ответы женщин одного возраста, но отличающихся тем, что одни из них имели детей несовершеннолетнего возраста, дети же второй группы женщин полностью отделились от родителей и жили самостоятельной жизнью. В последнем случае удовлетворенность браком была выше.

Мета-анализ J. Twenge, W.K. Campbell, C. Foster, охватывающий период с 1975 года по 2000 год показал, что семейные пары с детьми менее удовлетворены браком, чем семейные пары без детей [63].

Б. Миллер пишет о том, что оценка удовлетворенности браком связана с количеством детей, что отражается на межличностном взаимодействии супругов не в лучшую сторону.

Однако Т.В. Андреева и А.В. Толстова пришли к противоположному выводу: чем больше детей, тем выше уровень благополучия и удовлетворенности браком [7].

Какие же факторы могут влиять на уровень удовлетворенности браком?

А. Ю. Тавит выделяет две группы факторов удовлетворенности браком: возникшие до бракосочетания [48]:

- качества личности
- идеал супруга и брака
- мотив вступления в брак
- возникшие во время брачного периода:
 - этически-эмоциональные отношения супругов
 - психофизиологические отношения супругов
 - единство взглядов на воспитание детей,

- свободное время и его проведение,
- отношение с отцом-матерью супруга, с друзьями,
- отношение к алкогольным напиткам,
- распределение домашних и хозяйственных работ

Анализ различных публикаций по теме факторов, влияющих на удовлетворенность браком, позволил нам составить следующий список:

- **Социально-экономические и демографические характеристики:** пол [57], [23], жилищные условия, семейный бюджет, стаж брака, возраст супругов и их разница в возрасте, образование, профессиональная деятельность, количество и возраст детей [22].

- **Социально-психологические характеристики:** добрачные отношения [15], характер брака (официальный/неофициальный) [43], микроокружение семьи [15], стадия супружества [22], первоначальный мотив вступления в брак [16], психологическая совместимость [46], сексуальная удовлетворенность [17], распределение обязанностей в семье [6], наличие сопереживания в супружеских отношениях [38], энергофизиологическая совместимость [12], степень удовлетворенности личностных потребностей супругов [29], особенности общения (об этом подробнее во второй главе), поведение в конфликтной ситуации (об этом подробнее во второй главе).

С. Д. Лаптенко задался вопросом о том, что связывает супругов в их союзе, и выделил следующие факторы, распределив их по значимости от более к менее важным [51]:

1. общность духовных интересов и супружеская любовь;
2. сексуальная совместимость;
3. любовь к детям;
4. супружеский долг;
5. семейный уют и материально-жилищные условия.

В нашей анкете, мы так же задали респондентам подобный вопрос. И.Г. Дорошина исследовала пары на разных этапах семейного цикла (семьи без детей, с дошкольниками и старшими школьниками). В ходе проделанной работы она делает следующие выводы [20]:

1. Женщины более удовлетворены браком, чем мужчины.
2. Наибольшая удовлетворенность семейными отношениями наблюдается у пар, не имеющих детей.
3. Супруги, имеющие ребенка дошкольного и школьного возраста менее удовлетворены брачным союзом предположительно по причине увеличения эмоционального напряжения, связанного с ребенком, и невозможности проводить много времени с супругом.
4. Женщины, которые стараются не ревновать супруга, меньше перекладывают на него вину в случае конфликтной ситуации более удовлетворены браком. Их мужья также испытывают удовлетворение от супружества. Они больше понимают своих жен, ярко проявляют свои эмоции, меньше ориентированы на активный отдых.
5. Мужская удовлетворенность находится в прямой зависимости от удовлетворенности жены. Аналогичные данные были получены и Т. В. Андреевой (Андреева Т.В., 2006)
6. На каждом этапе семейного цикла имеются свои особенности в распределении семейных ролей, выделяются различия в коммуникативной сфере и преобладающих причин возникновения конфликтной ситуации.

Е. А. Денисова и К. А. Агаян провели исследовательскую работу, связанную с изучением уровня удовлетворенности в молодых и зрелых семьях. В результате ими были получены следующие данные [19]:

Женщины с увеличением продолжительности брачного союза становятся менее удовлетворенными браком, чем мужчины.

Так же были получены данные, говорящие о том, что молодым семьям присущи легкость общения, материальная обеспеченность, сходство во

взглядах и психотерапевтичность общения. Для зрелых семей характерна наибольшая значимость в схожести взглядов, похожие ценности, а также взаимопонимание и эмоциональная поддержка.

Н.Н. Обозовым было проведено исследование, направленное на изучение важности сопереживания в супружеских отношениях [37].

Его командой был сконструирован особый аппарат для двух человек, который мог фиксировать их ошибки при выполнении задания и подавать сильный звук в наушники партнера. Важно отметить, что “наказание” получал не тот человек, который допустил ошибку, а ни в чем неповинный партнер.

В результате исследования выяснилось, что в парах, имеющих хорошие отношения, сопереживания было больше.

Интересно то, что именно в парах, имеющих эмоциональную близость (супружеские и дружеские) этот показатель был выше, чем в сработанных парах, таких как товарищи по работе.

Другое исследование о котором пишет М. Аргайл, посвящено изучению того, что социальная поддержка может противостоять стрессу [9]. В результате выяснилось, что женщины, имеющие поддержку со стороны супруга были менее подвержены угнетенным состояниям после стрессовых ситуаций, чем те жены, которые такой поддержки не имели.

Многие психологи (Попова И.С. , Н .Н. Обозов, В.П. Левкович и О.Э. Зуськова и др.) считали, что удовлетворенность в браке выше, если супруги могут реализовывать личные потребности. Н. Н. Обозов пишет, что в браке супруги могут удовлетворить свои потребности в эмоциональной привязанности, половой любви, продолжении рода, организации быта и досуга, моральной и эмоциональной поддержке.

В. П. Левкович и О. Э. Зуськова обозначили пять групп потребностей, которые в наибольшей степени влияют на удовлетворенность супругов браком [29].

1. Потребность в защите собственной «Я-концепции».
2. Потребность в исполнении определенных ролей в семье.

3. Познавательные потребности.

4. Материальные потребности.

5. Потребность в общении друг с другом и с друзьями.

Последняя группа потребностей представляет для нашего исследования особый интерес, поэтому следующая глава будет посвящена вопросу изучения межличностной коммуникации между супругами.

1.3. Супружеская коммуникация: особенности и влияние на удовлетворенность браком. Супружеские конфликты.

Анализ литературы, посвященной вопросам коммуникации, позволил нам выделить ее основное значение для супругов, так или иначе выделяемые другими авторами:

1. решение семейно-бытовых проблем;
2. проведение совместного досуга супругов;
3. информационное обогащение, которое в результате может приводить к духовному росту человека и его лучшей самореализации;
4. эмоциональная поддержка
5. возможность быть собой и свободно высказывать собственные мысли

Н. Н. Обозов пишет, что благодаря общению между супругами решаются семейно-бытовые проблемы. Однако оно может и не нести определенной задачи и выступать в качестве разговора о мелочах, несущего в себе для обоих эмоциональную разрядку и приятное времяпрепровождение [37].

Здесь же он отмечает важность наличия в паре эмоционально-исповедальных отношений, которые, по его мнению, в симбиозе с поддержкой и духовной близостью увеличивают прочность супружеских отношений.

Случается так, что в процессе общения с любимым человеком происходит пресыщение, и партнеры начинают терять интерес к друг другу.

Н. Н. Обозов видит причину в том, что у человека помимо стремления к общению с другими людьми существует желание и обособиться от них, однако, это может вовсе и не означать полного прекращения контактов с окружающими. Здесь он пишет о том, что в качестве обособления возможно общение с новыми людьми.

Все это ведет к тому, что человек подпитывается новыми мыслями и идеями, тем самым он может вносить разнообразие в отношения, что будет положительно сказываться на межличностном взаимодействии супругов.

О. М. Здравомыслова отмечает, что благодаря межличностному взаимодействию, человеку дается основа для самоактуализации и развития собственного потенциала. Я предполагаю, что это приводит к лучшему самоотношению, что может влиять на качество супружеских отношений [24].

В. А. Сысенко пишет, что человека в обществе окружают нормы и правила, поэтому он вынужден подвергать себя самоконтролю и цензуре. В семье же у него возникает возможность свободно высказывать собственные мысли, следовательно, снимать, накопившееся напряжение. Однако, это возможно только при условии, что его принимают таким, какой он есть, и искренне им интересуются. Именно тогда, по мнению автора, общение становится максимально доверительным и откровенным [47].

Что же может мешать супружеской коммуникации?

Здесь могут иметь место гендерные различия супругов. Отличия начинаются уже в нейрофизиологии мужчины и женщины. Считается, что лица женского пола лучше распознают изменения в тональности и громкости человеческого голоса, что помогает им лучше понимать состояние окружающих их людей, при этом они хуже ориентируются в том, откуда исходит звук, зато мужчины справляются с этим гораздо лучше, поэтому, как правило, в отличие от женщин, способных заниматься несколькими делами одновременно, они обращают свое внимание на одну конкретную задачу, требующую от них ее выполнения [29].

Т. В. Андреева отмечает следующие отличительные особенности общения мужчин и женщин [5]:

Табл. 1. Отличительные особенности общения мужчин и женщин

Мужчины	Женщины
Думают больше в уме.	Больше думают вслух.
Любят, когда говорят по существу, коротко и конкретно, часто не понимают намеков.	Чаще высказывают мысли в косвенной форме, говорят намеками.
Утомляются от длинных бесед, особенно от тех, которых им кажутся не существенными.	Получают удовольствие от самого процесса обсуждения, даже если тема разговора несущественная.
В процессе общения думают, что от них ждут готового решения	Не всегда имеют цель получить от общения готовое решение какой-либо проблемы.
Больше ценят в отношениях независимость и утверждение статуса	Для женщин важнее доверительность в отношениях

Можно дополнить эту таблицу взглядом Н. Н. Обозова по данному вопросу. Он также отмечает, что мужчины больше опираются на факты, в то время как женщины более субъективны и впечатлительны, поэтому при оценке внешнего мира чаще полагаются на свое состояние.

Интересно, что при похвале мужчины расслабляются, их деятельность замедляется, у женщин же, с точностью до наоборот, они в ситуации поощрения становятся более активными и ускоряются. Автор полагает, что отсюда берут корни любви женщин к комплиментам.

Из-за данных различий, у каждого из супругов может возникать чувство того, что его плохо понимают, не могут выслушать, поэтому быть неудовлетворенными общением друг с другом.

З. Р. Загртдинова и Н.И Исмаилова провели исследование, направленное на изучение удовлетворенности браком и общением супругов, семейный стаж которых составил более 20 лет.

В результате они пришли к следующим выводам о мужчинах, принимавших участие в исследовании:

- Мужчины в целом были больше неудовлетворенные браком, чем женщины;
- Считают, что в их семье не складываются доверительные отношения;
- Полагают, что в их семье нет общих интересов;
- Имеют тайны от своих супругов и темы, которые они боялись бы обсудить с супругами, так как боятся осуждения с их стороны;
- Не принимают критику со стороны жен, так как взгляды и мнения жены по поводу каких-либо вопросов противоречат его позиции;
- Считают, что жены недостаточно хорошо понимают их;
- Их мало привлекает наличие ласковых прозвищ и обращений, чем женщин;
- Они не считают наличие определенных семейных традиций обязательными и могут относиться к ним с пренебрежением, нежели женщины.

На счет женщин, принимавших участие в исследовании, они пришли к следующим выводам:

- Женам кажется, что их общение с мужьями носит задушевный, доверительный характер.
- Их общение достаточно свободное, они легко начинают и заканчивают разговор и считают, что достигают в ходе беседы взаимопонимания.

Авторы объясняют данные различия тем, что женщины более эмоциональны, а мужчины более сдержаны и холодны, т.к. общество ожидает от них того, что они будут опорой и защитой семьи. Они предполагают, что это как раз и может влиять на их удовлетворенность семейными отношениями. Однако, это лишь гипотеза.

По мнению Э. Г. Эйдемиллера, В. В. Юстицкиса, существуют «типичные нарушения» межличностной коммуникации [5]:

1. «Отклоненные коммуникации» - использование монолога, вместо диалога; отсутствие зрительного контакта; неожиданное прекращение разговора.
2. «Двойная связь» - два взаимоисключающих сообщения (например, когда человек говорит о том, что ему интересно, при этом зевает и особо не обращает внимание на собеседника)
3. «Замаскированная коммуникация» - подтверждение чувств одного человека, при этом отвержение интерпретации, которая им предлагается. (Пример: кто-то из членов семьи жалуется на то, что ему плохо, а другой отвечает, что нельзя так говорить, потому что у него все есть, и, следовательно, он неблагодарный)

А. А. Бодалев пишет о том, что положительный результат в общении возможен при условии накопления и правильном обобщении информации друг о друге. Искажение представления о другом человеке также может нарушать коммуникативный процесс.

Нарушение межличностной коммуникации может приводить к возникновению у супругов конфликтов.

Здесь же опять хотелось бы обратиться к гендерным различиям.

И. В. Грошев пишет, что разрешение конфликтных ситуаций в семейном и домашнем кругу у мужчины и женщины протекает по-разному.

Лица женского пола более терпеливы в ситуации конфликта и склонны к компромиссному решению проблемы. Они фиксируются на проблеме, при этом испытывая глубокое расстройство, больше думают о причинах своего состояния. И. В. Грошев считает, что поэтому женщины более уязвимы в стрессовых ситуациях.

Мужчины в ситуации конфликта, наоборот, отгораживаются от негативных эмоций, переключаясь на что-то другое, например, прибегают к физическим нагрузкам, позволяющим снять напряжение.

При этом в ситуации ссоры, женщинам свойственно ворошить прошлое и припоминать супругу его старые грехи и ошибки. Мужчины же, наоборот, больше обращают внимание именно на проблему из-за которой возникла конфликтная ситуация.

И. В. Грошев говорит о том, что женщины чаще, чем мужчины, опираются на чужое мнение при разрешении конфликтов, поэтому они с большей вероятностью пойдут со своей проблемой к другому человеку — близкому другу, родителям или психологу. Он связывает это с их большей конформностью.

М. А. Круглова пишет, что отличаются и стратегии поведения при психологической защите. К примеру, женщинам свойственны в равной степени стратегии избегания, агрессии и миролюбия. В то время как мужчины демонстрируют больше избегание или агрессию. Миролюбие они проявляют гораздо реже, чем женщины [26].

Снова обратимся к исследованию В. П. Левковича и О. Э. Зуськовой [29]. Оно посвящено изучению супружеских конфликтов. Конфликты, по их мнению, могут возникать на фоне негативных межличностных отношений, таких как, например, недоверие или безразличие, так и в результате дезорганизации в общении, что проявляется в грубости, язвительности, невнимательности. Особое значение в протекании конфликта имеет его осознание: супруги могут объективно воспринимать конфликтную ситуацию, однако, бывает и так, что конфликт возникает из-за ложной оценки себя и партнера, когда ожидания по отношению к нему не оправдываются. Особенно часто с этим сталкиваются молодые пары вследствие недостаточной подготовленности к браку.

В результате проделанной работы можно предположить, что:

1. Конфликт может носить конструктивный характер, особенно в семьях, где конфликт имеет место быть на фоне в целом позитивной атмосферы в семье и взаимной удовлетворенности браком.

2. Особенно сильно влияет на возникновение конфликта сфера общения супругов. Однако браки, в которых имеет место быть высокая культура общения более стабильны.
3. Поддержка, взаимопонимание со стороны супруга помогают партнеру осознать значимость собственного “Я”. Неуважение и ущемление личного достоинства супруга, наоборот, приводит к возникновению конфликтных ситуаций.
4. Однозначное понимание своей роли в семье (матери-жены-хозяйки, отца-мужа-хозяина и т.п.) благоприятно сказывается на семейных отношениях.
5. Взаимная информированность друг друга о своих делах, планах позволяет избежать подозрительности и конфликтов, связанных с этой сферой.
6. Брак, в котором оба супруга имеют единую нравственную позицию, скорее всего, будет более прочным.

В книге «Супружеская жизнь: гармония и конфликты», направленной для широкого круга читателей с целью их семейного воспитания, была написана мысль, с которой я полностью согласна. Она заключалась в том, что люди требовательные к себе, умеющие быть благодарными за помощь и поддержку, доброжелательные по отношению к своим близким, реже вступают в семейные конфликты по сравнению с теми, кто отличается излишней конфликтностью[11].

Другое исследование К. Г. Горбуновой и Н. В. Гавриловой, направленное на изучение выбора копинг-поведения в семейных конфликтах супругами, состоящими в браке от трех до десяти лет, в зависимости от степени их удовлетворенности браком позволило выявить следующее [18]. В семьях, удовлетворенных браком:

1. Наиболее популярные стратегии совладающего поведения в семейных конфликтах: положительное истолкование; активный копинг; планирование. Раскрывая данные понятия, получается, что в таких семьях в случае возникновения конфликтной ситуации муж и жена стремятся найти в

случившемся хоть что-то хорошее, идут на компромисс и находят решения, которые смогли бы удовлетворить их обоих. Супруги анализируют ошибки, делают выводы, стараются предотвратить подобные ситуации, при этом решение проблем они ищут, предпринимая активные действия.

2. Наименее востребованные копинг-стратегии: «поведенческое отстранение»; «использование алкоголя».

То, что в семьях с высоким уровнем удовлетворенности браком данные стратегии поведения занимают последние места, может означать то, что супругам не все равно друг на друга, они нацелены на сохранение брака и готовы идти на встречу друг другу.

Можно сделать следующий вывод: супруги, удовлетворенные своими брачными отношениями, выбирают более оптимальные формы поведения в конфликтных ситуациях.

В.Н. Бородина и Е.А. Ваккер изучали взаимосвязь между удовлетворенностью браком и стратегиями поведения в конфликтной ситуации. Их выборку составили пары, находящиеся в браке от года до 23 лет [13].

В результате проведенного исследования они приходят к следующим выводам:

1. Группы испытуемых с разной продолжительностью семейных отношений статистически не отличаются между собой по удовлетворенности.
2. Были получены данные о большей удовлетворенности браком мужчин нежели женщин, что согласуется с исследованиями А. И. Антонова, 1998; Е.В. Гроздевой, 1997; О.А. Карабановой, 2001. Однако, противоречит исследованиям И.Г. Дорошиной, З.Р. Загртдиновой и Н.И. Исмаиловой, приведенными выше.
3. Так же данные говорят о том, что у супругов с высоким уровнем удовлетворенности семейной жизнью имеет место быть более активное выражение согласия с партнером.

К. Витек делится результатами своих исследований, посвященных изучению причин супружеских конфликтов. Он пишет, что им удалось

выделить четыре наиболее часто встречающиеся причины конфликтов у супругов: несходство взглядов и различие интересов; разногласия по финансовым вопросам; споры по вопросам воспитания детей; ревность партнера.

К. Витек полагает, что виной тому служат различные характеры супругов и изначально неправильный выбор партнера для заключения брака. Однако он отмечает, что на первых порах проблемные зоны могут поддаваться коррекции, что в дальнейшем может благоприятно сказаться на супружеской паре [14].

В целом вся его книга “Проблемы супружеского благополучия” наполнена идеей профилактики нежелательного поведения в семейных отношениях, заключающаяся в добрачном воспитании молодежи.

Я разделяю его позицию и считаю, что своевременно полученная информация, касающаяся семейных вопросов, таких как ведение домашнего хозяйства, воспитание детей, грамотное взаимоотношение с партнером и т.п. могли бы положительно сказаться на дальнейшей супружеской жизни.

Выводы по 1 главе:

Под удовлетворенностью жизнью мы будем понимать субъективную оценку, даваемую человеком в отношении его собственной жизни.

Уровень удовлетворенности жизни зависит от множества факторов, таких как семейная и домашняя жизнь, деньги и цены; жизненный уровень; социальные ценности и нормы; социальные отношения; жилищные условия; здоровье; работа.

Большое количество исследований, посвященных изучению уровня удовлетворенности жизнью и браком подтверждают их сильную взаимосвязь.

Под удовлетворенностью браком мы будем понимать в нашей работе субъективную оценку партнерами качества своего брака.

При исследовании данной проблемы следует учитывать жизненный цикл семьи. Здесь свою лепту вносят и стаж в браке, и рождение детей, и становление ролевой структуры семьи, и развитие отношений от юридической

сохранности брака до появления у семьи общих целей, ценностей и мировоззренческих установок.

На удовлетворенность браком влияет множество факторов. Условно их можно разделить на социальные и психологические. Первые включают в себя: пол, возраст, условия жизни, образование, наличие детей и т.п. Ко вторым относятся: стадия супружества, мотив вступления в брак, сексуальную удовлетворенность, распределение ролей в семье, возможность удовлетворения собственных потребностей, психологическая совместимость, а также качество общения, поведение в ситуации конфликта и даже схожесть функционирования организмов партнеров и т. п.

Важное место в изучении института семьи и брака отводится сфере общения супругов, которое играет существенную роль в разрешении проблем, проведении досуга, получении информации, эмоциональной разрядки, возможности быть самим собой и т. п.

В сфере общения у супругов могут возникать помехи, приводящие к конфликтным ситуациям. Это может быть связано с гендерными различиями, приводящими к недопониманию, а также с недостаточным уровнем культуры общения в семье и ошибками в коммуникации.

Изучение поведения супругов в ситуации конфликта, позволяет говорить о том, что в благополучных семьях имеют место быть эффективные способы совладающего поведения, в целом партнеры нацелены на сохранение отношений, поэтому стремятся найти согласие с партнерами. К наиболее конфликтным сферам относят рассогласование интересов, взглядов на финансовую составляющую жизни, так же расхождения по вопросам воспитания детей и ревность. При этом конфликты не всегда носят деструктивный характер и могут быть полезны в жизни семьи.

Глава 2. Организация и методы исследования

2.1. Цели, задачи, предмет и объект исследования

В связи с этим, целью нашего исследования является изучение удовлетворенности жизнью, браком и супружеского общения у мужчин и женщин в период средней и поздней взрослости.

Задачами исследования являются:

1. Изучить и сравнить уровень удовлетворенности браком и особенности супружеской коммуникации у супругов с учетом факторов пола и возраста.
2. Проанализировать и сравнить уровень удовлетворенности жизнью у супругов с учетом факторов пола и возраста.
3. Изучить энергофизиологическую совместимость супругов с учетом факторов пола и возраста.
4. Проанализировать взаимосвязь уровня удовлетворенности жизнью и браком, особенностями супружеской коммуникации, а также показателями энергофизиологической совместимости у супругов с учетом факторов пола и возраста.
5. Исследовать влияние стажа брака и количества детей на различные характеристики семейного взаимодействия и удовлетворенность жизнью и браком.

Гипотезы исследования: удовлетворенность жизнью и браком тесно связаны и у мужчин, и у женщин; на удовлетворенность жизнью и браком влияют благоприятный характер общения между супругами, их энергофизиологическая совместимость.

Предмет: особенности взаимоотношений супругов, их удовлетворенность жизнью и браком.

Объект: взаимосвязь особенностей взаимоотношений между супругами и удовлетворенностью жизнью и браком у супругов в период средней и поздней взрослости.

Выборка: 67 человек в возрасте от 38 до 68 лет, состоящих не менее 15 лет в браке. Из них 54 человека – семейные пары (27 пар). Средний возраст в выборке 51,13. Из них 36 женщины в возрасте от 43 до 62 лет, средний возраст в выборке 50,69; 31 мужчина в возрасте от 38 до 68 лет, средний возраст в выборке 51,29 лет.

Для реализации данной цели использовались следующие методики.

Для диагностики уровня удовлетворенности жизнью использовалась методика :

Шкала удовлетворённости жизнью (E.Diener, R.A. Emmons, R.J. Larsen и S. Griffin в адаптации Леонтьева Д.А и Осина Е .Н.)

Для диагностики уровня удовлетворенности браком использовалась методика :

Тест на удовлетворенность браком (Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М.).

Для диагностики отношений с супругом использовались:

1. Методика “Общение в семье” (Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М.).
2. Тест на диагностику энергофизиологической совместимости партнеров (Бойко В.В.).

Для получения биографических данных (возраст, семейное положение, наличие детей, причины совместной жизни на протяжении стольких лет) использовалась Анкета.

Методы статистической обработки: анализ средних, частотный анализ, сравнительный анализ с применением t-критерия Стьюдента, корреляционный анализ, регрессионный анализ, качественный анализ данных.

2.2. Описание методик

Анкета

Анкета включает в себя два блока вопросов, направленных на изучение факторов удовлетворенности браком.

А. Общие сведения: возраст, семейное положение, стаж брака и пр.

Б. Мнение о том, что с годами помогает сохранять отношения. [Анкету см. в Приложение 1]

Шкала удовлетворённости жизнью(E.Diener, R.A. Emmons, R.J. Larsen и S. Griffin в адаптации Леонтьева Д.А и Осина Е.Н.)

Методика представляет собой переведенную Леонтьевым Д.А и Осиним Е.Н. на русский язык шкалу Э. Динера, включающую 5 утверждений с градацией ответов от 1 до 7, где 1 — совершенно не согласен, 7 — совершенно согласен.

Шкала удовлетворенности жизни измеряет эмоциональное переживание индивидом собственной жизни как целого, отражающее общий уровень психологического благополучия. Основное предназначение методики - массовые, особенно кросс-культурные и межгрупповые социально-психологические исследования.

Интерпретация результатов

Интерпретация данных производится путем подсчета суммарных баллов за все ответы на 5 утверждений.

Минимально возможный балл — 5

Максимально возможный балл – 35[35].

Тест на удовлетворенность браком (Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М.).

Опросник представляет собой адаптированный вариант зарубежного теста Г. И. Лаки, и направлен на измерения уровня удовлетворенности супругов своей совместной жизнью.

Тест Ю.Е. Алешиной, Л.Я. Гозман и Е.М. Дубовской содержит 16 вопросов. Удовлетворенность в нем связывается с субъективным уровнем согласия между партнерами по поводу вопросов совместной жизни, например, таких как выполнение семейных ролей и обязанностей.

Интерпретация результатов

Уровень удовлетворенности браком по данному тесту может варьировать от 0 до 48.

При апробации этого теста его авторами среднее по выборке из 60 испытуемых в возрасте от 21 до 54 лет составило 29,0. Стандартное отклонение — 9,9. Уровень удовлетворенности браком по данному тесту может варьировать от 0 до 48.

При апробации этого теста его авторами среднее по выборке из 60 испытуемых в возрасте от 21 до 54 лет составило 29,0. Стандартное отклонение — 9,9 [3].

Тест на диагностику энергофизиологической совместимости партнеров (Бойко В.В.)

Методика содержит 24 тестовых вопроса и направлена на диагностику энергофизиологической совместимости партнеров.

Автор методики считает, что у каждого человека есть свои функциональные особенности (темперамент, обмен веществ, индивидуальные реакции на воздействие из внешней среды и т.д.), которые при совместном проживании могут соподчиняться и синхронизироваться.

Энергофизиологическая совместимость возникает посредством сходства функционирования организмов супругов.

Интерпретация результатов

Показатель *энергофизиологической совместимости супругов* может варьироваться от 0 до 24 баллов. Чем выше этот показатель, тем больше сходства между брачными партнерами.

Автором производится следующая градация результатов:

- 0-8 баллов: низкий уровень совместимости;

- 9-12: неопределенный;
- 13-18: относительно высокий;
- 19-24: очень высокий [12].

Методика «Общение в семье» (Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М.).

Методика предназначена для исследования характера общения между супругами.

Американские исследователи в области внутрисемейных отношений Роберт Левис и Грэм Спаниер (Robert Lewis, Graham Spanier) создали модель качества брака, где попытались в наиболее систематизированном виде представить факторы, позитивно или негативно влияющие на его успешность. Они выделили восемь параметров межсупружеского общения, которые позитивно влияют на формирование успешных отношений между супругами:

- самораскрытие;
- общие ожидания и установки;
- невербальная коммуникация;
- общие символы;
- доверительность;
- сходство в восприятии супружеских ролей;
- взаимопонимание;
- взаимная эмпатия

Авторы отобрали четыре параметра из предложенной схемы (доверительность, взаимопонимание, сходство во взглядах, общие символы), и дополнили их еще своими двумя (психотерапевтичность общения, легкость общения между супругами).

Содержит 48 вопросов с четырьмя вариантами ответов.

Интерпретация результатов

По каждой шкале испытуемый может набрать от 6 до 24 баллов.

Чем выше показатель, тем более благоприятно обстоят дела с коммуникационной сферой в семье: тем доверительнее отношения, выше

взаимопонимание, наблюдается сходство во взглядах, имеется свой “семейный язык”, имеет место быть комфортная атмосфера и легкость общения между супругами [3].

2.3. Описание выборки

67 человек в возрасте от 38 до 68 лет. Средний возраст в выборке 51,13.

Из них 36 женщина в возрасте от 43 до 62. Средний возраст в выборке 50,69. 31 мужчина в возрасте от 38 до 68. Средний возраст в выборке 51,29.

При этом у 54 человек сбор данных производился попарно (участвовали муж и жена). Всего 27 пар.

Так же выборка была разбита на подгруппы до 50 лет и после.

В результате до 50 лет — 48% после 50 лет – 52%

Дополнительно они были разбиты на мужчин и женщин до 50 и после.

Мужчины до 50 — 21% Женщины до 50 — 27%

Мужчины после 50 — 25% Женщины после 50 - 27%

В исследование отбирались супруги с семейным стажем не менее 15 лет. Т.о. по семейному стажу в выборке оказались люди от 15 до 42 лет совместной жизни. В среднем по выборке супруги состоят 25,46 лет в браке.

Из них только 2 человека состоят в неофициальном браке.

По количеству детей в семье от 0 до 5. В среднем 1,45.

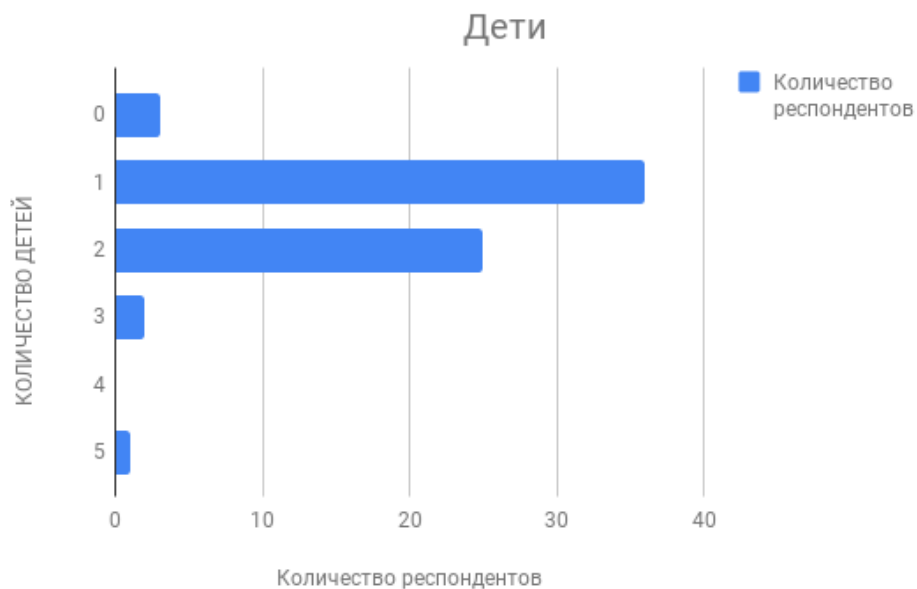


Рис. 1. Количество детей в семье респондентов

Научная работа затронула респондентов из различных городов Российской Федерации (за исключением одного участника русского происхождения из г. Клайпеда - Литва). Преобладающее большинство респондентов проживают в г. Санкт-Петербурге и в г. Иваново и Ивановской области. Остальные - в таких городах как Архангельск, Череповец, Йошкар-Ола, Ярославль, Чебоксары, Петрозаводск, Ульяновск, Вязма.

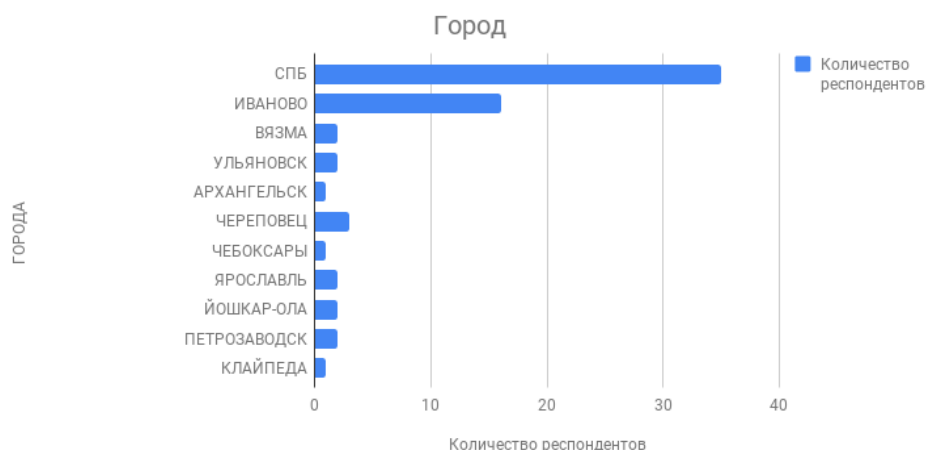


Рис. 2 Географический охват выборки

Глава 3. Анализ эмпирических данных

3.1. Анализ средних значений по показателям удовлетворенности жизнью, браком, особенностям общения в семье и энергофизиологической совместимости.

Анализ **удовлетворенности браком** (по методике “Измерение уровня удовлетворенности браком”) показал, что среди мужчин нашей выборки среднее значение составляет 34,29 (ст. откл. 7,81), среди женщин 34,58 (ст. откл. 8,98). Достоверных различий не обнаружено. Данные позволяют говорить о том, что как мужчины, так и женщины исследуемой выборки оценивают свой брак положительно (средний балл по методике – 29).

Анализ **удовлетворенности жизни** (по шкале удовлетворенности жизнью Динера) показал, что среди мужчин нашей выборки среднее значение составляет 22,96 (ст. откл. 7,14), среди женщин 25,52 (ст. откл. 6,55) (максимальный балл по этой методике составляет 35, т.е. среднее составляет 17,5 балла). Таким образом, у испытуемых данной выборки характерен уровень удовлетворенности жизнью выше среднего, с более высоким уровнем удовлетворенности жизнью у женщин, однако достоверных различий по полу обнаружено не было.

Из гистограммы (см. рис.3) видно, что в целом женщины отвечали на вопросы по шкале удовлетворенности жизнью позитивнее, чем мужчины. При этом сравнительный анализ обнаружил статистически значимые различия ($p \leq 0,05$) в ответах мужчин и женщин на вопрос «Пока у меня есть все, что мне нужно от жизни»: женщины (4,94), отвечая на вопрос склонны оценивать все то, что они имеют положительнее, чем мужчины (4,22). Также были различия на уровне стат. тенденции по показателю «Я удовлетворен своей жизнью» ($p = 0,074$) (см. табл. 2).

Табл. 2. Компоненты удовлетворенности жизнью (по шкале удовлетворенности жизнью Е.Диннера) мужчин и женщин в общей выборке.

Характеристика	Пол	Среднее	Ст.откл.	Значимость
Суммарный балл по методике	М	22,77	7,02	0,090
	Ж	25,64	6,60	
Почти во всем моя жизнь соответствует моему идеалу.	М	4,52	1,63	0,143
	Ж	5,08	1,50	
Обстоятельства моей жизни складываются благополучно.	М	4,65	1,43	0,270
	Ж	5,03	1,38	
Я удовлетворен своей жизнью.	М	4,74	1,41	0,074
	Ж	5,36	1,38	
Пока у меня есть все, что мне нужно от жизни	М	4,23	1,54	0,051
	Ж	4,94	1,41	
Если бы я мог прожить свою жизнь еще раз, я бы почти ничего в ней не изменил.	М	4,84	1,73	0,348
	Ж	5,22	1,59	

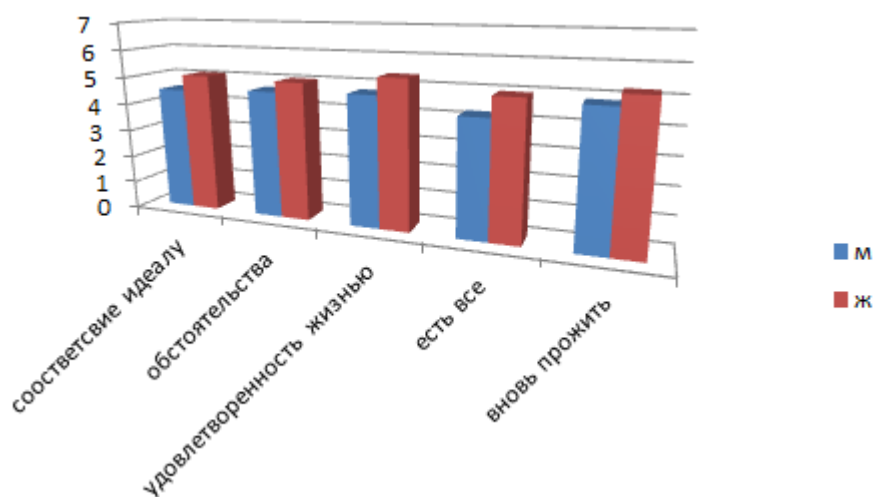


Рис. 3. Компоненты удовлетворенности жизнью (по шкале удовлетворенности жизнью Е.Диннера) мужчин и женщин в общей выборке.

Сравнивая ответы, касающиеся разных сторон удовлетворенности жизнью, у мужчин до 50 и после 50 лет не было обнаружено статистически значимых различий, однако в выборке мужчин средней зрелости ответы по

всем пунктам шкалы Динеранезначительно ниже, чем у мужчин в период поздней взрослости (см. рис.4).

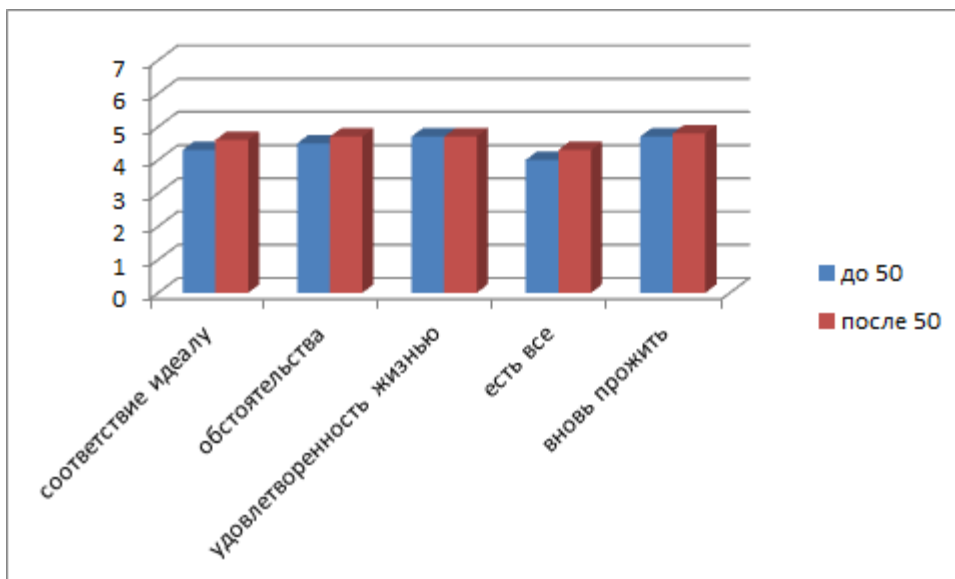


Рис. 4. Компоненты удовлетворенности жизнью (по шкале удовлетворенности жизнью Е.Динера) мужчин до 50 и после 50 лет.

Сравнивая ответы, касающиеся разных сторон удовлетворенности жизнью, у женщин средней и поздней взрослости различий в ответах обнаружено также не было (см. рис.5).

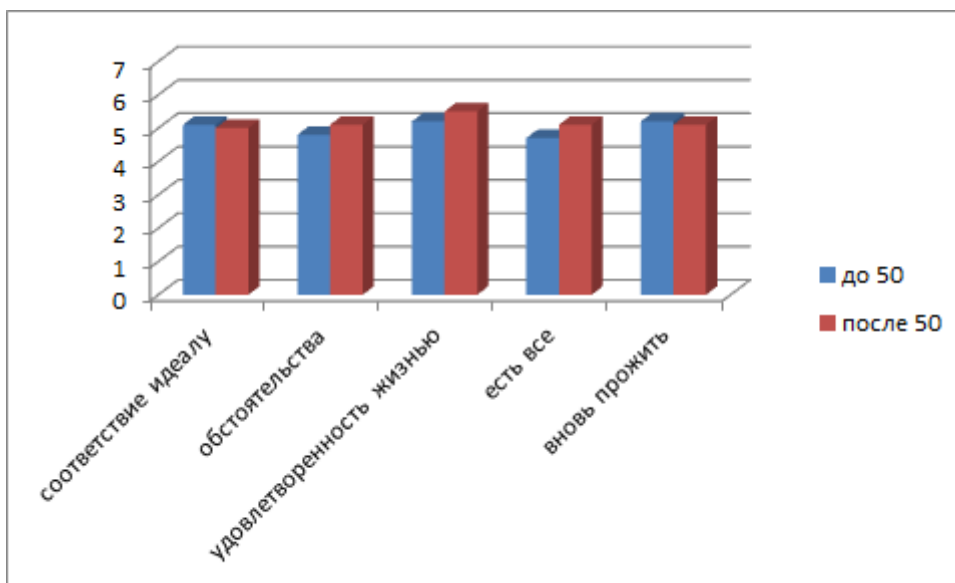


Рис. 5. Компоненты удовлетворенности жизнью (по шкале удовлетворенности жизнью Е.Динера) женщин до 50 и после 50 лет.

Таким образом, половых различий в уровне удовлетворенности жизнью и браком обнаружено не было, хотя можно отметить более высокий уровень удовлетворенности жизнью у женщин. Также не было получено статистически достоверных различий по этим параметрам в выборках мужчин и женщин до 50 и после 50 лет.

Анализ характеристик супружеского общения у мужчин и женщин исследуемой выборки показал следующее (по тесту “Общение в семье” (см. табл. 3).

Из таблицы мы видим, что наибольшие значения были получены по шкалам взаимопонимание (оценка себя) и “легкость общения” и у мужчин (19,77), и у женщин (19,03). При этом уровень взаимопонимание (оценка себя) достоверно выше у женщин (18,53) (у мужчин – 18,10. Мужьям данной выборки в среднем легко общаться с супругами, они могут позволить себе дурачиться друг с другом и просто находят нужные слова в общении.

Жены оценивают себя как понимающих, легко угадывающих то, что хочет их мужчина. При этом понимание со стороны партнера, они оценивают ниже (18,52). Мужья так же в среднем отмечали взаимопонимание со стороны жены, как более низкое (18,09), чем свое (19,09). Что касается **сходства во взглядах**, то среднее значение у мужчин по этому показателю (17,38), а у женщин (18,19). Можно предположить, что в целом жены и мужья в данной выборке обладают схожими убеждениями, интересами.

Табл. 3. Характер супружеского общения у мужчин и женщин (по тесту “Общение в семье” (Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М.))

Характеристика общения	Пол	Среднее	Ст.откл.	Значимость
Доверительность общения (оценка себя)	М	15,55	3,16	0,784
	Ж	15,75	2,82	
Доверительность общения (оценка партнера)	М	16,23	2,80	0,871
	Ж	16,11	2,94	
Взаимопонимание	М	19,10	2,57	0,102
	Ж	20,19	2,81	
Взаимопонимание (оценка)	М	18,10	3,24	0,643

партнера)	Ж	18,53	4,18	
Сходство взглядов	М	17,39	3,69	0,396
	Ж	18,19	3,99	
Общие символы семьи	М	16,32	3,88	0,306
	Ж	17,39	4,49	
Легкость общения	М	19,77	3,60	0,411
	Ж	19,03	3,75	
Психотерапевтичность общения	М	17,58	3,21	0,452
	Ж	18,17	3,11	

Среднее значение у мужчин и женщин по шкале «**Психотерапевтичность общения**» составляет (17,58) и (18,16), что говорит о том, что респонденты способны создать теплую атмосферу в своей семье. В данной выборке у мужчин среднее значение по шкале «**Общие символы**» семьи составляет (16,32), у женщин (17,38). Что может говорить о том, что в данных семьях могут быть ласковые имена и семейные традиции. Как мужчины (15,54), так и женщины (15,75) набрали наименьшие баллы по шкале «**Доверительность общения (оценка себя)**». Полученные данные могут говорить о том, что супруги предпочитают не рассказывать партнеру о своих отношениях с другими людьми, о своих неудачах, о своем физическом состоянии. Однако, партнера они оценивали в среднем по этому качеству чуть выше, т.е., можно предположить, что их они видят более откровенными с ними.

При этом достоверных различий в средних значениях по всем этим параметрам обнаружено не было.

Проведя сравнительных анализ характеристик общения по возрасту (до 50 лет и после), мы получили также различия по показателю «Доверительность – оценка себя» ($p < 0,05$). Эти данные позволяют говорить о том, что до 50 лет респонденты данной выборки готовы больше раскрываться перед партнером (до 50 лет — 16,28; после — 15,08).

Сравнивая мужчин в выборках до 50 лет и после, и женщин до 50 и после 50 лет статистически достоверных различий обнаружено не было. Однако, можно заметить, что женщины до 50 лет позитивнее оценивают характер общения с супругом, чем женщины после 50 лет. Тогда как среди мужчин

возрастных различий не наблюдается. Ознакомиться с результатами в наглядной форме можно по рисункам 4 и 5.

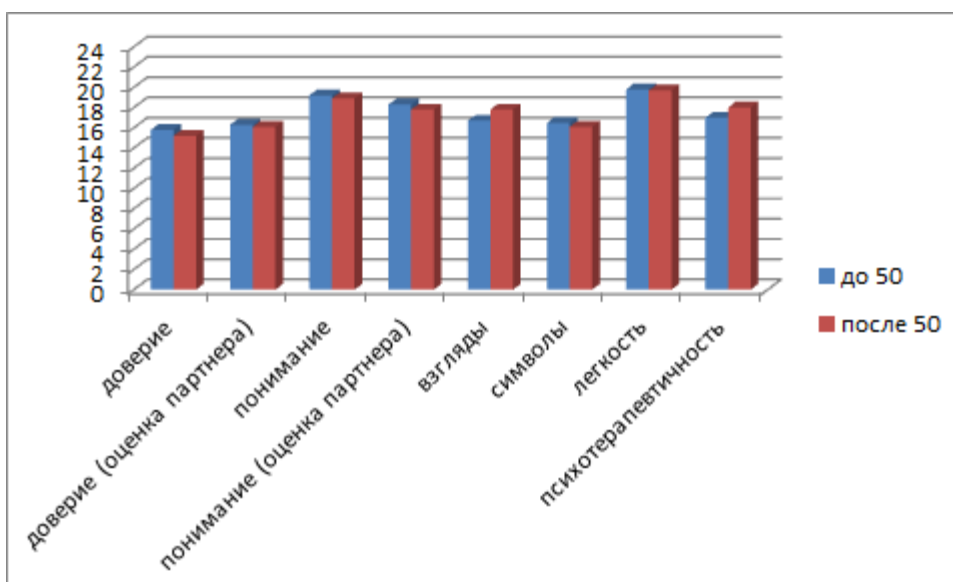


Рис.6 . Характер общения в супружеской паре – выборка мужчин.

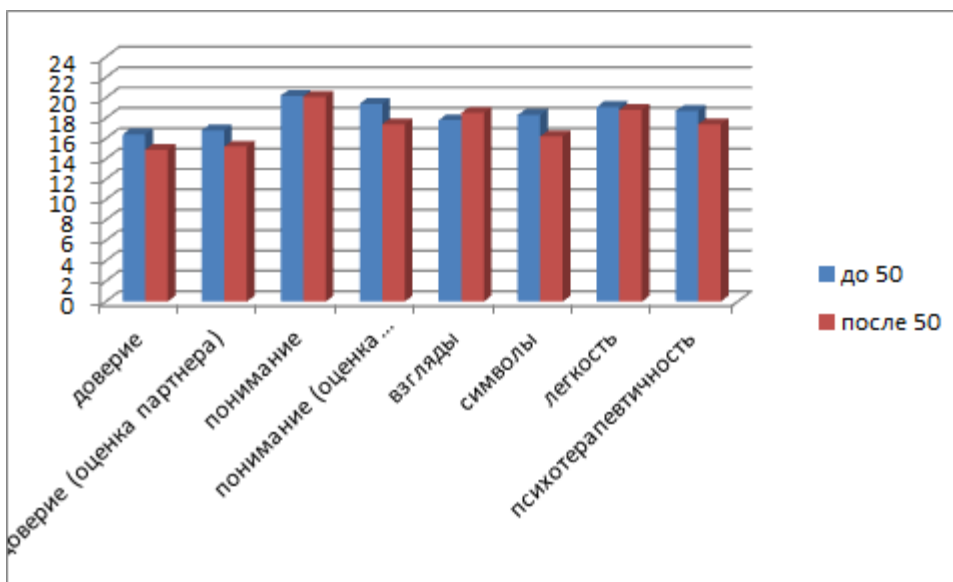


Рис.7. Характер общения в супружеской паре – выборка женщин.

Анализ **энергофизиологической совместимости супругов** (по тесту на диагностику энергофизиологической совместимости партнеров Бойко В.В.) показал, что среди мужчин нашей выборки среднее значение составляет 18,12 (ст. откл. 3,43), среди женщин 16,75 (ст. откл.5,05). Данные позволяют говорить о том, что респонденты данной выборки имеют в среднем

относительно высокие показатели энергофизиологической совместимости, что говорит о схожести функционирования их организмов с партнерами.

Сравнительный анализ по данному параметру у мужчин и женщин выявил статистически значимые различия: у мужчин оценка уровня энергофизиологической совместимости выше, чем у женщин ($p < 0,05$). Таким образом, можно говорить о том, что мужчины оценивали функционирование, как более схожее с организмом партнера, чем женщины. При этом статистически достоверных различий по возрасту обнаружено не было.

3.2. Анализ факторов сохранения брака у супругов в период средней и поздней зрелости.

Изучение факторов сохранности брака у мужчин и женщин в период средней и поздней зрелости (по анкете) позволило обнаружить следующее.

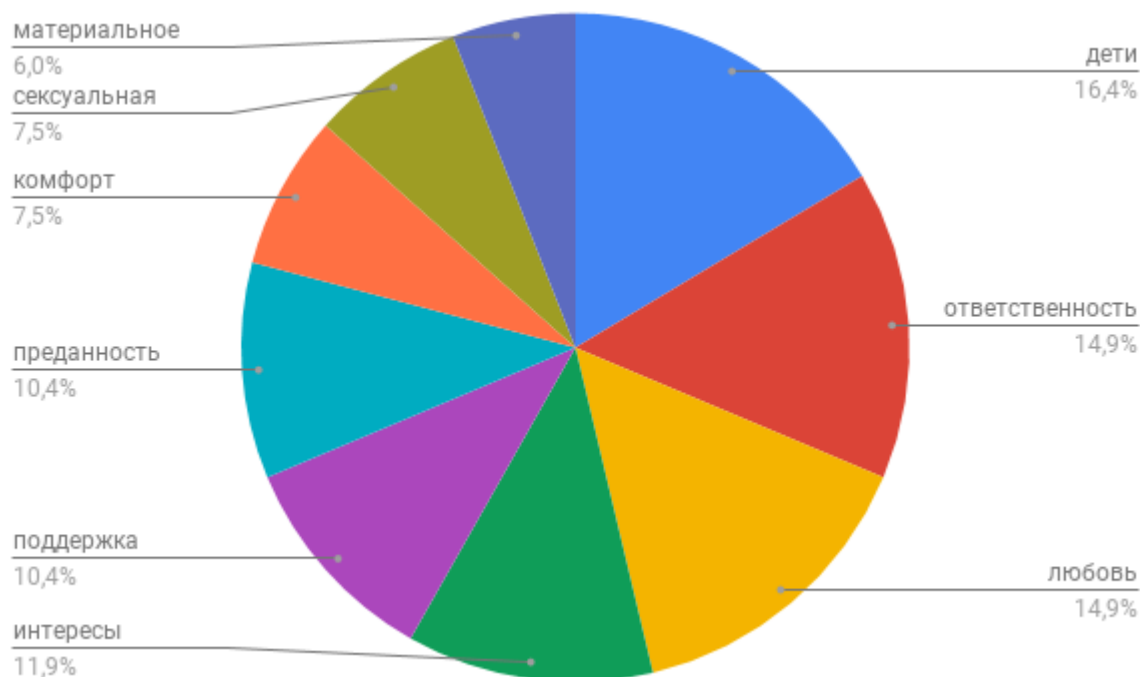


Рис. 8. Процентное соотношение выборов респондентов на вопрос о том, что,

по их мнению, помогает сохранить брак на протяжении многих лет в общей выборке.

Участникам исследования предлагалось выбрать 3-4 фактора, которые, по их мнению, вносят значительный вклад в сохранение семейных отношений.

Из приведенной выше диаграммы видно, что наиболее часто называемая причина сохранения брака у данных респондентов в общей выборке — это *дети* (16,4%).

Далее в одинаковом соотношении были выбраны ответы, связанные *с чувством ответственности за свою семью и любовь* (14,9%).

Следующая по частоте выбора причина продолжения нахождения в семейных отношениях — *общность интересов* (11,9%).

10,4 % опрошенных выбрали *психологическую поддержку и преданность партнера, как факторы удерживающие их в браке*.

Сексуальная гармония (7,5%), *комфорт* (7,5%) и *материальные причины* (6%) выбирались испытуемыми реже, чем вышеперечисленные факторы.

В некоторых случаях респонденты давали свой вариант ответа. К ним относились: терпение, уважение и доверие.

Анализ ответов мужчин

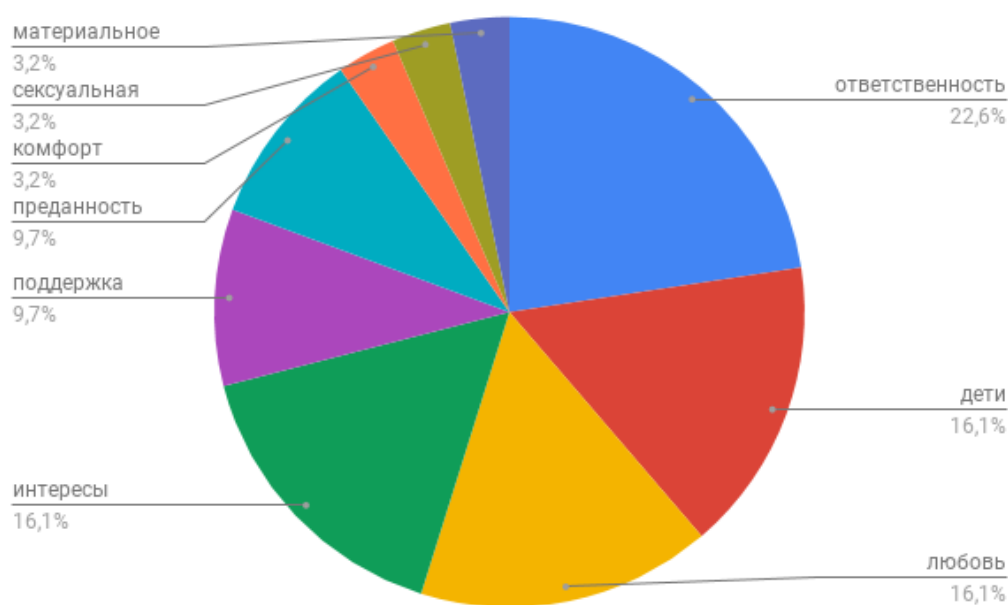


Рис. 9. Процентное соотношение выборов респондентов на вопрос о том, что, по их мнению, помогает сохранить брак на протяжении многих лет в выборке мужчин.

Ответы мужчин распределились следующим образом:

22,6% - ответственность;

по 16,1 % - общие интересы; дети; любовь;

по 9,7 % - поддержка; преданность;

по 3.2% - комфорт; материальные причины; сексуальная гармония.

Анализ ответов женщин

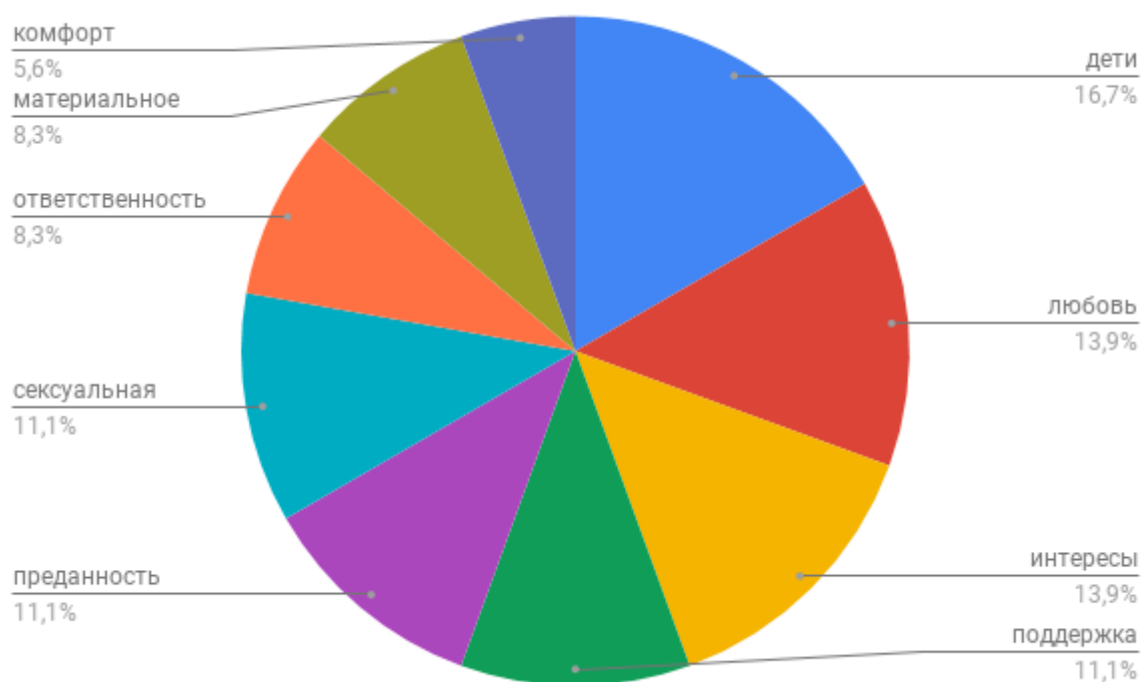


Рис. 10. Процентное соотношение выборов респондентов на вопрос о том, что, по их мнению, помогает сохранить брак на протяжении многих лет в выборке женщин.

Ответы женщин распределились следующим образом:

16,7% - дети;

по 13,9 % - любовь; общие интересы;

по 11,1 % - поддержка; преданность; сексуальная гармония;

по 8,3 % - ответственность; материальные причины;

5.6% - комфорт.

Из выше перечисленных диаграмм заметно различие в выборе наиболее частого ответа. Для мужчин причина сохранения брака — это ответственность, а для женщин — дети. Можно предположить, что это связано с тем, что мужчинам в большей степени свойственно возлагать на себя ответственность за свою семью, а женщинам заниматься воспитанием детей, что соответствует принятым в обществе стереотипам.

Общие интересы, дети и любовь и в выборке мужчин, и в выборке женщин занимает первостепенные позиции. Однако, преданность, сексуальная гармония и поддержка, как значимые факторы, чаще выбиралась женщинами, нежели мужчинами.

Так можно предположить, что женщинам важно чувствовать опору со стороны мужа, поддерживать с ним теплые, интимные и доверительные отношения.

Комфорт, материальные причины и сексуальная гармония (у мужчин) в нашей выборке были отмечены, как не самые главные факторы, удерживающие двух супругов вместе.

Интересно сопоставить полученные результаты с выводами С.Д. Лаптенка. (Туник Е., 2014). Им были выделены следующие факторы в порядке возрастания значимости: общность духовных интересов и супружеская любовь; сексуальная совместимость; любовь к детям; супружеский долг; семейный уют и материально-жилищные условия.

В целом можно говорить о том, что мною были получены схожие результаты. Однако, среди опрошенных чаще фигурировали дети, как наиболее значимый фактор удерживающий семью, а сексуальной гармонии в семье мужчины отводили далеко не одно из первостепенных мест, что немного расходится с выводами С.Д. Лаптенка. Можно предположить, что это связано с тем, что в моей выборке было больше семей с детьми, проживающими вместе с родителями.

3.3. Анализ взаимосвязи уровня удовлетворенности браком и жизнью и характеристик супружеского взаимодействия, энергофизиологическойсовместимости.

Изучение взаимосвязей удовлетворенности браком и удовлетворенности жизнью показало следующее.

В ходе исследования были обнаружена достоверно значимая положительная корреляция ($p < 0,01$) между уровнем удовлетворенности жизнью и браком (0,792) в общей выборке. Также были обнаружены положительные взаимосвязи между уровнем удовлетворенности браком и каждым вопросом из шкалы удовлетворенности жизнью ($p < 0,01$).

Аналогичные взаимосвязи между двумя переменными также были получены и в подгруппах мужчин и женщин, в общей выборке до 50 и после 50 лет, а также в женской до и после 50 и мужской до и после 50.

Таким образом, можно говорить о том, что показатель удовлетворенности жизнью и браком взаимовлияют друг на друга в независимости от возраста и пола.



Рис. 11. Взаимосвязь параметров удовлетворенности жизнью и браком.

Анализ взаимосвязи удовлетворенности браком с различными факторами в общей выборке (включая мужчин и женщин) позволил выявить, что все показатели характера общения, а также энергофизиологическая совместимость положительно связаны с удовлетворенностью браком, все связи на уровне ($p < 0,01$).



Рис.12 Взаимосвязь удовлетворенности браком и характера общения в общей выборке.

Сходные взаимосвязи были обнаружены нами и в группах мужчин и женщин, и в разных возрастных группах.

В связи с этим для уточнения влияния характера общения на удовлетворенность браком нами был проведен **регрессионный анализ**.

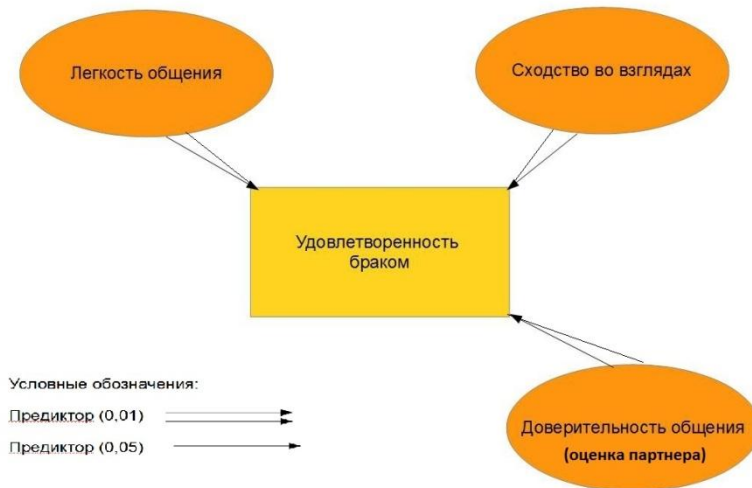


Рис.13 Предикторы удовлетворенности браком в общей выборке.

Анализ взаимосвязей удовлетворенности браком и характера общения в **общей выборке** показал, что предикторами удовлетворенности браком являются легкость общения ($\beta=0,482$, $p<0,001$), сходство во взглядах ($\beta=0,417$, $p<0,001$), и доверие (оценка партнера) ($\beta=0,138$, $p<0,05$). Таким образом, непосредственность общения в семье, возможность быть собой, свободно высказывать свое мнение (легкость); близкие интересы и мировоззрение, а также схожее понимание своих супружеских ролей, функций и обязанностей для ежедневного выполнения (сходство во взглядах) и самораскрытия перед друг другом (доверие) в наибольшей степени способствуют удовлетворенности браком у мужчин и женщин периода средней и поздней взрослости.

Рассмотрим теперь взаимосвязи отдельно в выборках мужчин и женщин.

Изучение взаимосвязей удовлетворенности браком и характера общения в **выборке мужчин** выявил некоторые отличия от схемы взаимосвязей в общей выборке и показал, что предикторами удовлетворенности браком являются легкость общения ($\beta=0,389$, $p<0,01$), сходство во взглядах ($\beta=0,362$, $p<0,01$) и взаимопонимание (оценка партнера) ($\beta=0,282$, $p<0,05$). Таким образом, как и в общей выборке, легкое и непосредственное общение между партнерами, общие взгляды и доверительность общения в наибольшей степени способствуют удовлетворенности браком у мужчин периода средней и поздней взрослости.

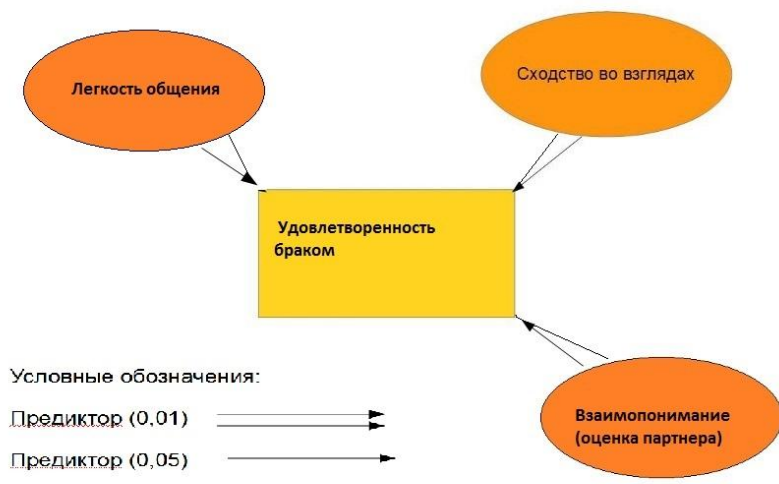


Рис. 14 Предикторы удовлетворенности браком в выборке мужчин.

Анализ предикторов удовлетворенности браком **в выборке женщин** показал, что ее предикторами являются только легкость общения ($\beta=0,631$, $p<0,01$) и сходство во взглядах ($\beta=0,351$, $p<0,001$). Таким образом, данные характеристики общения в наибольшей степени способствуют удовлетворенности браком у женщин периода средней и поздней зрелости.

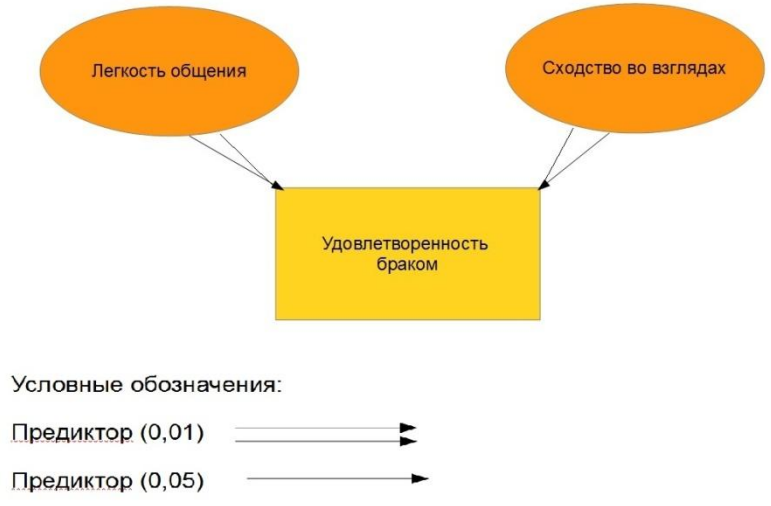


Рис.15 Предикторы удовлетворенности браком в выборке женщин.

Сравнение предикторов удовлетворенности браком у мужчин и женщин позволяет говорить о том, что доверительность общения в семье является важным фактором для удовлетворенности браком среди мужчин, но не является достаточно весомым для женщин.

Рассмотрим взаимосвязи удовлетворенности браком и характера общения в выборках мужчин и женщин разных возрастных групп.

Изучение предикторов удовлетворенности браком в *выборке мужчин до 50 лет* показал, что предикторами удовлетворенности браком являются легкость общения ($\beta=0,365$, $p<0,05$), общие символы ($\beta=0,368$, $p<0,05$), и общность взглядов ($\beta=0,351$, $p<0,05$). Таким образом, непосредственность в общении, наличие семейных традиций и сходство во взглядах в наибольшей степени способствуют удовлетворенности браком у мужчин периода средней взрослости.

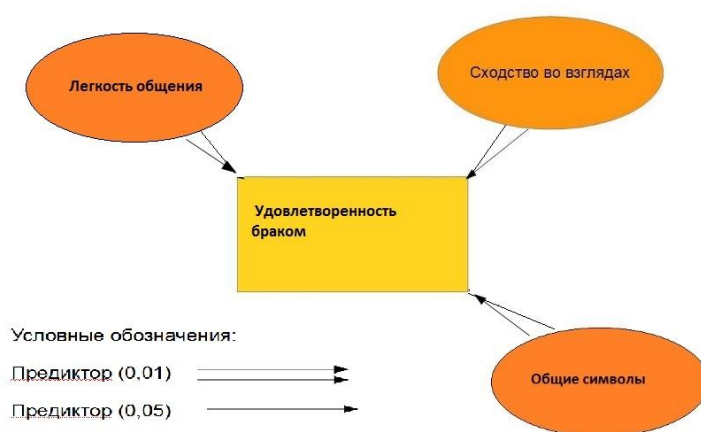


Рис.16 Предикторы удовлетворенности браком в выборке мужчин до 50 лет.

Анализ предикторов удовлетворенности браком в *выборке мужчин после 50 лет* выявил, что предикторами удовлетворенности браком являются понимание (оценка партнера) ($\beta=0,512$, $p<0,01$) и легкость общения ($\beta=0,477$, $p<0,01$). Таким образом, понимание и поддержка со стороны супруги в наибольшей степени способствуют удовлетворенности браком у мужчин периода поздней взрослости.

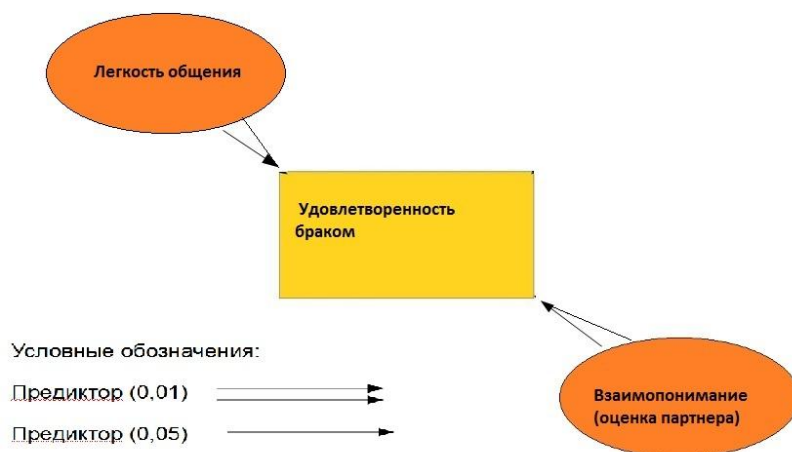


Рис.17 Предикторы удовлетворенности браком в выборке мужчин после 50 лет.

Сравнивая предикторы удовлетворенности браком у мужчин можно отметить, что в обеих возрастных группах значимым для удовлетворенности отношениями в браке является легкость общения. Однако, в более старшем возрасте (после 50 лет) для удовлетворенности отношениями в браке более важным становится насколько тебя понимает супруга, по сравнению с возрастом до 50 лет, тогда как традиции и сходство интересов и взглядов уже не играют такой ключевой роли.

Изучение предикторов удовлетворенности браком в *выборке женщин до 50 лет* показал, что предикторами удовлетворенности браком являются легкость общения ($\beta=0,473$, $p<0,05$), и общность взглядов ($\beta=0,509$, $p<0,05$). Таким образом, данные характеристики в наибольшей степени способствуют удовлетворенности браком у женщин периода средней зрелости.

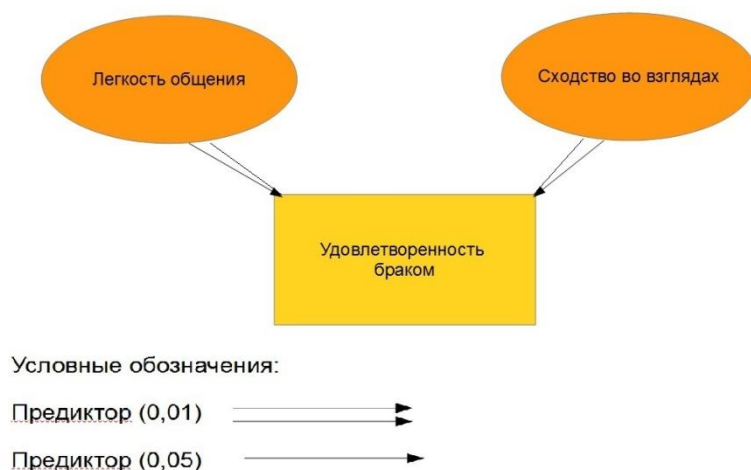


Рис. 18 Предикторы удовлетворенности браком в выборке женщин до 50 лет.

Анализ предикторов удовлетворенности браком в *выборке женщин после 50 лет* выявил, что предиктором удовлетворенности браком являются легкость общения ($\beta=0,380$, $p<0,001$). Таким образом, данные характеристики в наибольшей степени способствуют удовлетворенности браком у женщин периода поздней взрослости.



Рис. 19 Предикторы удовлетворенности браком в выборке женщин после 50 лет.

Сравнивая предикторы удовлетворенности браком у женщин можно отметить, что в обеих возрастных группах значимым для удовлетворенности отношениями в браке является легкость общения. Однако в более

старшем возрасте (после 50 лет) для удовлетворенности отношениями в браке общность взглядов становится не настолько важным фактором, и на передний план выступает только легкость общения.

Удовлетворенность жизнью.

Изучив данные корреляционного анализа касательно удовлетворенности жизнью, мы получили схожие данные касательно взаимосвязи этого параметра с характеристиками общения, энергофизиологической совместимости. В ходе исследования были получены корреляционные связи на высоком уровне статистической значимости ($p < 0,01$)



Рис.20 Взаимосвязь параметров, коррелирующих с удовлетворенностью жизнью в общей выборке.

Для уточнения влияния характера общения на удовлетворенность жизнью нами был проведен **регрессионный анализ**.

Анализ взаимосвязей удовлетворенности жизнью и характера общения в *общей выборке* показал, что предикторами удовлетворенности жизнью являются сходство во взглядах ($\beta=0,544$, $p < 0,001$), и доверие (оценка партнера)

($\beta=0,314$, $p<0,05$). Таким образом, схожие интересы и мировоззрение, а также схожее понимание своих супружеских ролей, функций и обязанностей для ежедневного выполнения, и самораскрытия перед друг другом в наибольшей степени способствуют удовлетворенности жизнью у мужчин и женщин периода средней и поздней зрелости.



Рис.21 Предикторы удовлетворенности жизнью в общей выборке.

Рассмотрим теперь взаимосвязи отдельно в выборках мужчин и женщин.

Изучение взаимосвязей удовлетворенности жизнью и характера общения в *выборке мужчин* выявил некоторые отличия от схемы взаимосвязей в общей выборке и показал, что предикторами удовлетворенности жизнью являются легкость общения ($\beta=0,445$, $p<0,01$), и понимание (оценка партнера) ($\beta=0,362$, $p<0,05$). Таким образом, как и в общей выборке легкое непосредственное общение между партнерами и доверительность общения в наибольшей степени способствуют удовлетворенности жизнью у мужчин периода средней и поздней зрелости.

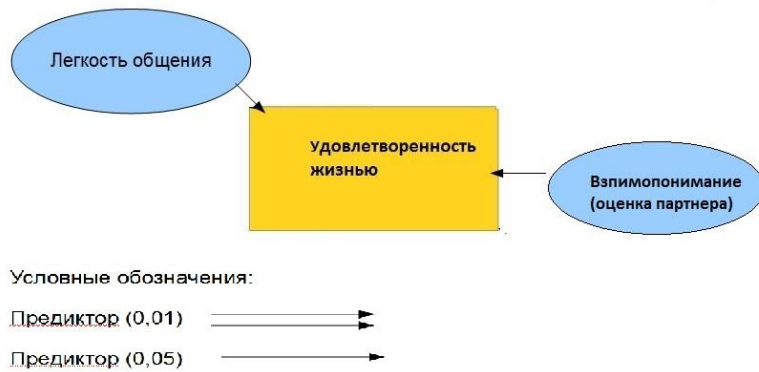


Рис. 22 Предикторы удовлетворенности жизнью в выборке мужчин.

Анализ предикторов удовлетворенности жизнью **в выборке женщин** показал, что ее предикторами являются только сходство во взглядах ($\beta=0,651$, $p<0,001$). Таким образом, данные характеристики общения в наибольшей степени способствуют удовлетворенности жизнью у женщин периода средней и поздней взрослости.

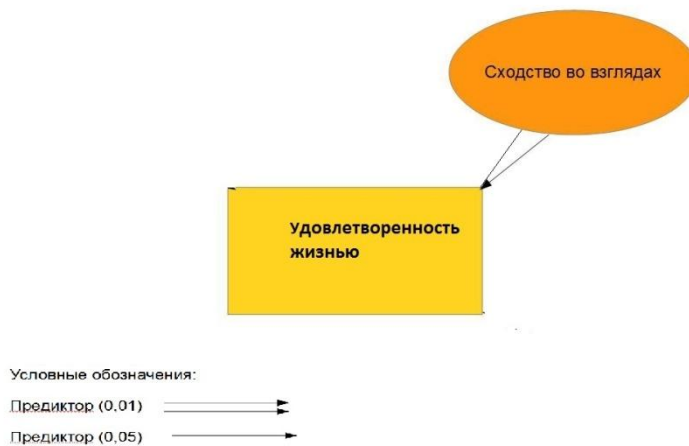


Рис.23 Предикторы удовлетворенности жизнью в выборке женщин.

Сравнение предикторов удовлетворенности жизнью у мужчин и женщин позволяет говорить о том, что для мужчин особенно важны легкость общения и

понимание со стороны партнера, в то время, как для женщин схожесть во взглядах является более весомым фактором для удовлетворенности жизнью.

Рассмотрим взаимосвязи удовлетворенности жизнью и характера общения в выборках мужчин и женщин разных возрастных групп.

Изучение предикторов удовлетворенности жизнью в *выборке мужчин до 50 лет* показал, что предикторами удовлетворенности жизнью являются общие символы ($\beta=0,581$, $p<0,05$), и общность взглядов ($\beta=0,406$, $p<0,05$). Таким образом, наличие семейных традиций и сходство во взглядах в наибольшей степени способствуют удовлетворенности жизнью у мужчин периода средней зрелости.



Рис.24 Предикторы удовлетворенности жизнью в выборке мужчин до 50 лет.

Анализ предикторов удовлетворенности жизнью в *выборке мужчин после 50 лет* выявил, что предикторами удовлетворенности жизнью являются понимание (оценка партнера) ($\beta=0,712$, $p<0,001$). Таким образом, понимание со стороны супруги в наибольшей степени способствуют удовлетворенности жизнью у мужчин периода поздней зрелости.

Сравнивая предикторы удовлетворенности жизнью у мужчин можно отметить, что до 50 лет для мужчин важно наличие общих взглядов и семейных традиций с супругой, а после 50 только понимание с ее стороны для того, чтобы быть удовлетворенными жизнью.



Рис. 25 Предикторы удовлетворенности жизнью в выборке мужчин после 50 лет.

Изучение предикторов удовлетворенности жизнью в *выборке женщин до 50 лет* показал, что предиктором удовлетворенности жизнью являются общность взглядов ($\beta=0,712$, $p<0,001$). Таким образом, данная характеристика в наибольшей степени способствуют удовлетворенности жизнью у женщин периода средней зрелости.

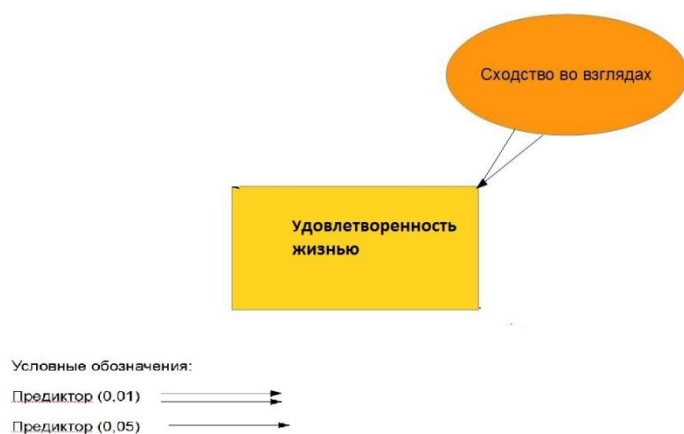


Рис. 26 Предикторы удовлетворенности жизнью в выборке женщин до 50 лет.

Анализ предикторов удовлетворенности жизнью в *выборке женщин после 50 лет* выявил, что предикторами удовлетворенности жизнью являются легкость общения ($\beta=0,516$, $p<0,05$) и доверие ($\beta=0,396$, $p<0,05$). Таким образом,

легкое непосредственное общение и возможность довериться партнеру в наибольшей степени способствует удовлетворенности жизнью у женщин периода поздней взрослости.

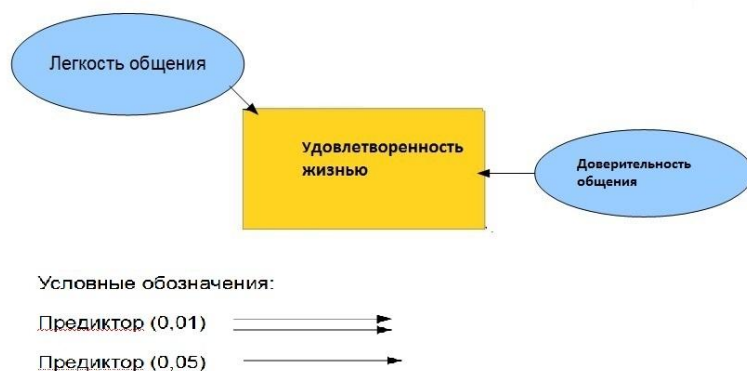


Рис.27 Предикторы удовлетворенности жизнью в выборке женщин после 50 лет.

Сравнивая предикторы удовлетворенности жизнью у женщин можно отметить, что до 50 лет для женщин важно иметь с супругом общие взгляды и мировоззрение, в то время как после 50 на передний план выступают легкость и доверительность общения для того, чтобы быть удовлетворенными жизнью.

3.4. Анализ взаимосвязей удовлетворенности жизнью, браком и характера супружеских отношений с биографическими характеристиками.

Изучение влияния факторов возраста, стажа, наличия детей на удовлетворенность жизнью, браком и характер супружеских отношений в исследуемой выборке показала следующее. Была обнаружена статистически значимая достоверная связь удовлетворенности жизнью с возрастом в общей подгруппе после 50 лет (0,373). Таким образом, можно говорить о том, что в данной выборке, чем старше становится респондент, тем выше его удовлетворенность жизнью (от 50 и выше).

3.5 Взаимосвязь (согласованность) удовлетворенности жизнью, браком и характера супружеской коммуникации в супружеских парах.

В дополнении ко всему выше изложенному был произведен корреляционный анализ для пар испытуемых. В результате чего были получены статистически значимые положительные связи между изучаемыми переменными, связи на уровне ($p < 0,05$), ($p < 0,01$) (см. рис. 28).

На схеме не указаны корреляции параметров супружеской коммуникации, так как многие переменные тесно связаны друг с другом у супругов. При этом отмечаются следующие тенденции:

1. Чем выше показатели удовлетворенности браком, жизнью и энергофизиологической совместимости у мужчин, тем выше данные показатели у женщин и наоборот.
2. Были выявлены тесные взаимосвязи между уровнем удовлетворенности жизнью, браком, энергофизиологической совместимости и характеристиками общения. Исключением явилась лишь такая характеристика взаимодействия супругов, как «понимание (оценка себя)», в то время как «понимание (оценка партнера)» имеет тесную взаимосвязь, как с уровнем удовлетворенности браком, так и жизнью. Можно предположить, что для партнеров, куда более важно, чтобы их понимали, чем понимать самим для ощущения собственного благополучия.
3. При этом наблюдается тенденция, связанная с тем, что чем выше показатель по одной из составляющих общения одного из супругов, тем выше этот показатель будет и его партнера. Исключениями являются только такие показатели, как «психотерапевтичность общения» и «понимание».

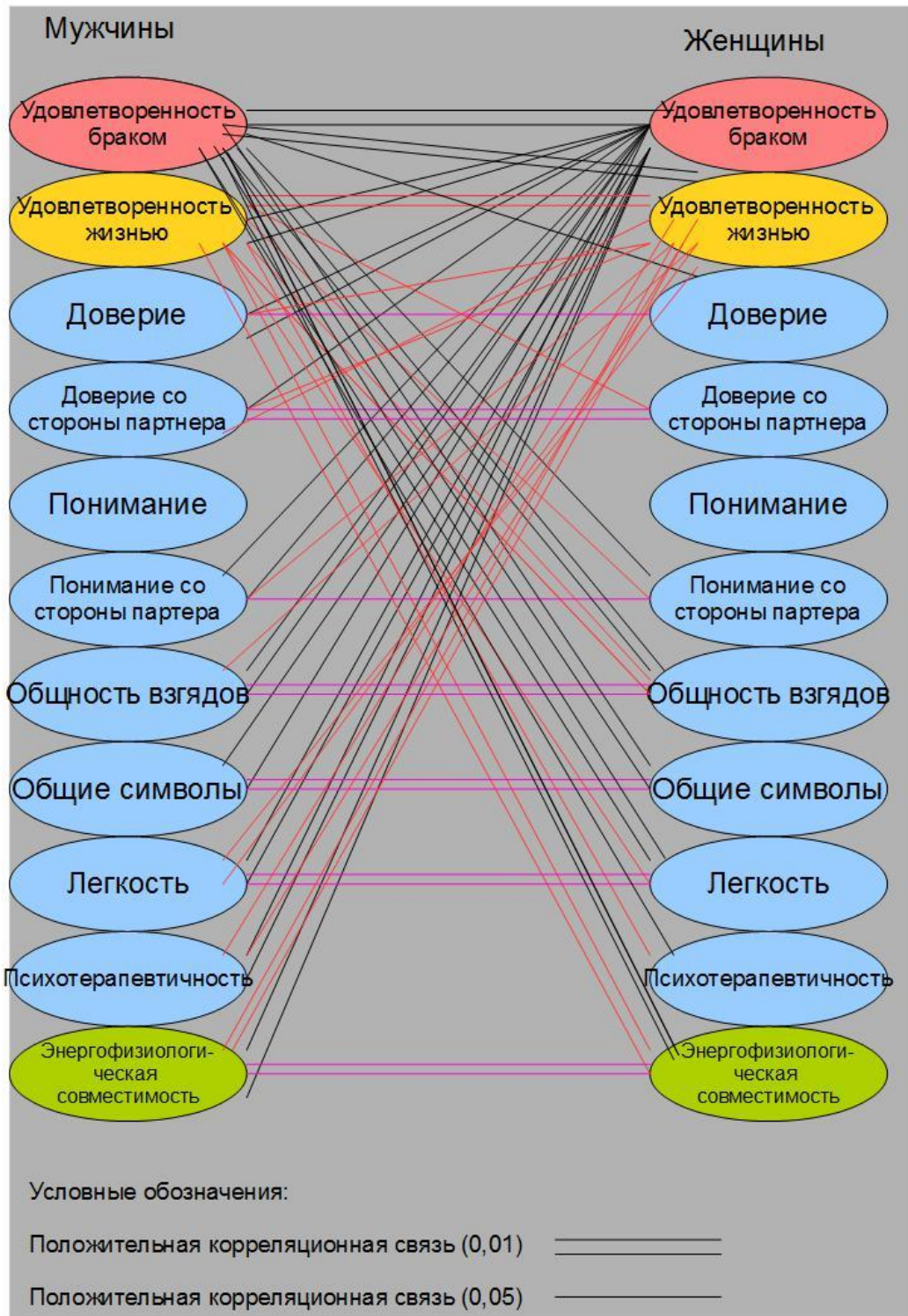


Рис.28 Анализ взаимосвязей между уровнем удовлетворенности браком, жизнью и компонентами супружеского общения, энергофизиологической совместимости в супружеских парах.

Выводы:

1. Анализ оценки супругами уровня удовлетворенности жизнью и браком показал, что у данной выборки в среднем прослеживается положительное отношение к своей жизни, и высокий уровень удовлетворенности браком; статистически достоверных различий по полу и возрастным периодам не обнаружено. Сравнительный анализ компонентов удовлетворенности жизнью среди мужчин и женщин выявил их более высокий уровень у женщин. Были выявлены статистически значимые различия по вопросу: «Пока у меня есть все, что мне нужно от жизни».
2. Изучение особенностей коммуникации супругов позволяет говорить о том, что в целом по выборке женщины в большей степени оценили свое умение понять супруга, а мужчины то, что им особенно легко общаться со своими женами. Наименьшие баллы супруги набрали в сфере доверительности общения (в оценке себя). Статистически значимых различий по полу в характере супружеской коммуникации обнаружено не было. Сравнительный анализ выявил возрастные различия по показателю «Доверительность – оценка себя: до 50 лет респонденты данной выборки готовы больше раскрываться перед партнером, чем после 50 лет.
3. Анализ ответов на вопрос о факторах, способствующих сохранению брака выявил следующую иерархию ответов (от самых часто встречающихся к менее): дети, чувством ответственности за свою семью, любовь, общность интересов, психологическая поддержка, преданность партнера, сексуальная гармония, комфорт и материальные причины, при этом наиболее частым фактором среди мужчин была выбрана «Ответственность за свою семью», а среди женщин - «Дети».
4. Анализ взаимосвязей особенностей коммуникации супругов с уровнем удовлетворенности браком и жизнью, позволяет говорить о том, что в общей выборке отмечается их тесная связь. Регрессионный анализ показал, что детерминантами удовлетворенности жизнью являются общность взглядов и

доверие со стороны партнера; а у удовлетворенности браком те же показатели и легкость общения.

5. Дальнейший анализ детерминант удовлетворенности жизнью и браком в группах с учетом пола и возраста показал следующее:

- **Удовлетворенность жизнью** у мужчин связана с легкостью общения между супругами и пониманием со стороны супруги, а у женщин только со сходством во взглядах. При этом для мужчин и для женщин до 50 лет важны общие взгляды (у мужчин и общие символы), а после 50 для мужчин только понимание со стороны супруги; тогда как для женщин после 50 легкость общения и возможность доверять супругу.

- **Удовлетворенность браком** у мужчин связана с легкостью общения между супругами, сходством во взглядах и взаимопониманием со стороны супруги, а у женщин только с легкостью общения и сходством во взглядах. В обеих возрастных группах и у мужчин и у женщин значимым для удовлетворенности отношениями в браке является легкость общения. В группе мужчин до 50 к ней добавляются общие символы и сходство взглядов; а после 50 лет – понимание со стороны партнера. У женщин до 50 лет к легкости общения добавляется общность взглядов, после 50 лет легкость общения – единственная детерминанта удовлетворенности браком.

8. Корреляционный анализ так же позволил выявить достоверно значимую связь между энергофизиологической совместимостью супругов и уровнем удовлетворенности браком и жизнью.

9. Корреляционный анализ взаимовлияния удовлетворенности жизнью, браком, характером супружеской коммуникации и энергофизиологической совместимости в супружеской паре позволил выявить достоверно значимые связи между уровнем удовлетворенности браком, жизнью, энергофизиологической совместимости у партнеров. Параметры супружеской коммуникации также отличаются взаимностью, за исключением параметров «психотерапевтичность общения» и «понимание».

10. Анализ взаимосвязей удовлетворенности жизнью и браком, особенностей супружеской коммуникации с биографическими характеристиками выявил только связь возраста с уровнем удовлетворенности жизнью: после 50 лет респонденты данной выборки оказались более довольными своей жизнью.

Заключение

На сегодняшний день в научном сообществе наблюдается интерес к проблеме удовлетворенности жизнью населения, поиска факторов ее обуславливающих. Ведь то, насколько человек доволен тем, как проходит его жизнь определяет его отношение к себе, другим и окружающему его пространству. Это же определяет его социальную активность, производительность, что немаловажно для функционирования государства.

Наше исследование было направлено на изучение удовлетворенности жизни и ее взаимосвязи с уровнем удовлетворенности браком и характеристиками супружеского взаимодействия, энергофизиологической совместимости супругов в периоды средней и поздней зрелости.

В результате проделанной работы, подтвердились выставленные нами гипотезы о взаимосвязи удовлетворенности жизнью с уровнем удовлетворенности браком, характеристиками общения, энергофизиологической совместимости у мужчин и женщин.

Детерминантами удовлетворенности жизнью и браком выступили такие характеристики общения, как «легкость», «сходство во взглядах», «доверительность общения со стороны партнера», «понимание со стороны партнера» и «общие символы». При этом набор данных характеристик общения специфичен для мужчин и женщин разных возрастных периодов.

Данная работа представляет практическую, научную и социальную ценность, так как может быть использована в просветительских целях населения; может служить теоретической и практической базой для работы с людьми с низким уровнем удовлетворенности жизнью и парами, находящимися на грани развода или желающими улучшить взаимоотношения в их семье.

Список литературы.

1. Алешина Ю. Е. Цикл развития семьи: исследования и проблемы Психология семьи / Под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – С.92-110
2. Алёшина Ю.Е., Борисов И.Ю. Полоролевая дифференциация как комплексный показатель отношений супругов // Веста. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1989. № 2. С. 44—53.
3. Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений Спецпрактикум по социальной психологии М.: МГУ, 1987
4. Альперович В. А. Семья серебряного и золотого возраста. Психология семьи / Под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – С.259-283
5. Андреева Т. В. Семейная психология. 2005
6. Андреева Т. В., Кононова А. В. Распределение ролей в молодой семье // Ананьевские чтения-2002. Психология и политика. Тез. научн.-практ. конф. СПб.: СПбГУ, 2002.
7. Андреева Т. В., Толстова А. В. Темперамент супругов и совместимость в браке //Ананьевские чтения-2001. Тез.научн. конф. СПб; СПбГУ, 2001.
8. Андреева Т.В. Социально-психологические проблемы стабильности и успешности брачно-семейных отношений. Сер. 12. 2009. Вып. 1. Ч. I Вестник Санкт-петербургского университета.
9. Аргайл А. Влияние взаимоотношений на счастье и удовлетворенность. Психология семьи / Под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – С.384-400
10. Аргайл М. Психология счастья. – СПб.: Питер, 2003. – 271 с.
11. Богданович Л. А. Супружеская жизнь: гармония и конфликты. 1990
12. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других М.: Филинь, 1996

13. Бородина В.Н., Ваккер Е.А. Взаимосвязь стратегий поведения в конфликтной ситуации и удовлетворенностью браком. Сибирский педагогический журнал №5. 2014. с. 111-115
14. Витек К. Проблемы супружеского благополучия. 1988
15. Волкова А. Н., Трапезникова Т. М. Методические приемы диагностики супружеских отношений. Психология семьи / Под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – С.734-745
16. Волченкова Е.В. Классификация и характеристика мотивов вступления в брак. Вестник Нижегородского университета имени Н.И. Лобачевского, 2014 №2(34) с 31-36
17. Голод, С.И. Личная жизнь: любовь, отношения полов : брошюра в помощь лектору [о принятом и непринятом в сексуальном поведении и этикет ухаживания, о двойственной природе любви] Ленинград : Знание, 1990.
18. Горбунов К. Г., Гаврилова Н. В. Особенности стратегий преодоления семейных конфликтов супругами с разным уровнем удовлетворенности браком. Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2012. №1. С. 31–35.
19. Денисова Е. А., Агаян К. А. Сравнительный анализ супружеской удовлетворенности в молодых и зрелых семьях // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – № 7 (июль). – 0,3 п. л. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/16153.htm>.
20. Дорошина. И. Г. Особенности супружеских отношений на разных этапах семейного цикла. Сибирский психологический журнал. №33. 2009. с. 90-94
21. Егорова О.В. Феномен удовлетворенности браком: основные направления исследований [Электронный ресурс]: Образ российской психологии в регионах страны и в мире. Материалы международного Форума и Школы молодых ученых ИП РАН, 24-28 сентября 2006 г. – Режим доступа: [http://www.ipras.ru/cntnt/rus/dop_dokume/mezhdunaro. .](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/dop_dokume/mezhdunaro.)

22. Загртдинова З.Р., Исмаилова Н.И. Удовлетворенность браком и общением в супружеской подсистеме. Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований №3 2010

23. Зацепин В. И. Брак и семья. Психология семьи / Под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – С.3-32

24. Здравомыслова О.М. Психологические и социально-культурные функции семьи. Психология семьи / Под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – С.82-91

25. Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб.: Питер, 2003.

26. Круглова М. А. Мотивация активности личности как регулятор социального поведения // Ананьевские чтения – 99. Тезисы научно-практической конференции – 1999. – №2. – С.29-37.

27. Куликов Л.В. Дмитриева М.С., Долина М.Ю., Иванов О.В., Розанова М.А., Тимошенко Т.Г. Факторы психологического благополучия личности // Теоретические и прикладные вопросы психологии: Матер. Юбилейной конф. “Ананьевские чтения – 97”. - №3. - СПб.: СПбГУ, 1997. – с. 42 — 46.

28. Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенностью жизнью //Общество и политика /Ред. В.Ю.Большаков. СПб., Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2000, с. 476-510.

29. Левкович В. П., Зуськова О. Э. Социально-психологический подход к изучению супружеских конфликтов. Психология семьи / Под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – С.528-546

30. Летягина С. К. О проблеме зависти в аспекте психологии семейных отношений // Известия сара-товского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2010. № 4. – Т. 3. – С. 37–45.

31. Лидерс. А. Г. Психологическое обследование семьи. М.: Академия, 2008

32. Липницкая. О.Г. Гендерный аспект отношений субъектов современной семьи. Человек и образование №4 (179 2008 С 39-44

33. Лысенко М. Н. Возрастные особенности самоотношения, самооценки и удовлетворенности жизнью у женщин // Наука. Мысль. – 2016. – № 10;
34. Мещеряков Б., Зинченко В. Большой психологический словарь. – М.: Изд-во Прайм-Еврознак, 2007. – 672 с.
35. Миллер Скотт. Психология развития: методы исследования. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2002. — 464 с.
36. Николаева Е.И. Психология семьи. 2013
37. Обозов Н. Н. Мужчина + женщина?! – СПб.: Питер, 1995.
38. Обозов Н. Н. Семейно-брачные и родственные отношения. Психология семьи / Под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – С.361-383
39. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия. В сб.: Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М.: Институт социологии РАН, Российское общество социологов, 2008.
40. Перминова И. В. Представления о любви и удовлетворенность жизнью и браком супругов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – № 6 (июнь). – 0,5 п. л. – URL: <http://e-koncept.ru/2017/170133.htm>.
41. Пиз А., Пиз Б. Язык взаимоотношений. Мужчина и женщина. – М.: Эксмо-Пресс, 2000.
42. Попова И.С. Подходы к пониманию стабильности и удовлетворенности супружескими отношениями. Журнал: Общество: социология, психология, педагогика №1, 2017, с 72-74
43. Савеньшева С.С., Энгельгардт Е.Е. К вопросу о факторах удовлетворенности браком супругов в современной российской семье. Петербургский психологический журнал №14, 2016, с 82-100
44. Савеньшева С.С., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю. Удовлетворенность жизнью, психологическое благополучие и

удовлетворенность браком в период взрослости // Интернет-журнал «Мир науки» 2017, Том 5, №1.

45. Сатир В. Как строить себя и свою семью / пер. с англ.: улучш. Изд. – М.: Педагогика-Пресс, 1992.

46. Сопун С. М., Лидерс А. Г. Психологическая совместимость супружеской пары и удовлетворенность браком. Сибирский психологический журнал №25 2007

47. Сысенко В. А. Чувство собственного достоинства и устойчивость брака. Психология семьи / Под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – С.576-638

48. Тавит А. Целостные ориентации лиц вступающих в брак // Проблемы семьи. Т. 2. – Тарту, 2014. –

49. Тарасова Е. О. Возрастные особенности супружеских отношений: по результатам исследования супружеских пар Пермского края // Вестник ПНИПУ. Социально-экономические науки. – 2016. № 1. – С. 23–28.

50. Терра Т.К, Удовлетворенность и жизнью и реализованность мужчин в период взрослости. Вестник Санкт-Петербургского университета. Вып. 4., 2007.

51. Туник Е. Психодиагностика супружеских отношений. 2014

52. Целуйко В.М. Быть вместе нельзя расставаться. Как спасти отношения. 2008г.

53. Центр гуманитарных технологий: экспертно-аналитический портал. Индекс удовлетворенности жизнью в странах мира. Режим доступа: <http://gtmarket.ru/ratings/satisfaction-with-life-index/info>

54. Черняк Е. М. Социология семьи. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2004.

55. Шнейдер Л. Б. Семейная психология. 2011

56. Эйдемиллер Э., В. Юстицкис. Психология и психотерапия семьи. 2010.

57. Bernard J. The future of marriage. New Haven, CT: Yale University Press, 1972.

58. Bradburn N.M., Caplovitz D. Reports on Happiness. Chicago: Aldine, 1965. 195 p.
59. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984, 95, 542-575
60. Karney B.R., Bradbury T.N. The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research // *Psychological Bulletin*, 1995: 118, 3–34.
61. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic of Personality and Social Psychology. 1995, 69, 719-727.
62. Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited. Journal motivation, social development, and well-being. *American Psychology*. 2000, 55, 68-78.
63. Twenge J.M., Campbell W.K., Foster C.A. Parenthood and marital satisfaction: A metaanalytic review // *Journal of marriage and family*. 2003, 65: 574–583.
64. Umberson D., Pudrovska T., Reczek C. Parenthood, childlessness, and well-being: A life course perspective. *Journal of Marriage and Family*. 2010, 72, 621-629.
65. Van Laningham J., Johnson D., Amato P. Marital happiness, marital duration, and the ushaped curve: Evidence from a five-wave panel study // *Social Forces*. 2001, 79(4): 1313–1341.

Приложение № 1

Анкета

№

ФИО _____

Возраст ____ (лет) Пол ____ М / Ж (нужное подчеркнуть)

Место жительства _____

Семейное положение (обвести выбранный вариант):

женат (замужем)

состою в неофициальном браке

Стаж совместной жизни (в актуальных отношениях) _____

Наличие детей (обвести нужную цифру): 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6

Как вы думаете, что помогает сохранять ваш брак на протяжении стольких лет? (обвести 1-3 варианта)

1 - Дети

2 - Ответственность за свою семью

3 - Любовь

4 - Преданность партнера

5 - Сексуальная гармония

6 - Материальные причины

7

- Комфорт

8 - Психологическая поддержка

9 - Общие интересы и ценности

10 - Другое _____