

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт
(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»
(наименование)

37.04.01 Психология

(код и наименование направления подготовки)

Психология личности

(направленность (профиль))

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ)

на тему **Особенности психологического благополучия супругов в зависимости от гендерных моделей поведения**

Студент

А.В. Войнова

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Научный
руководитель

к.псих.н. Т.А. Бергис

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

Тольятти 2021

Оглавление

Введение.....	3
Глава 1 Теоретический анализ проблемы гендерных моделей, психологического благополучия супругов и удовлетворенности браком в семье в отечественной и зарубежной научной литературе.....	8
1.1 Исследование проблемы психологического благополучия личности в отечественной и зарубежной психологии.....	8
1.2 Теоретические подходы к анализу проблемы гендерных моделей в отечественной и зарубежной психологии.....	18
1.3 Анализ факторов, определяющих психологическое благополучие и удовлетворенность браком супругов.....	33
Глава 2 Эмпирическое исследование особенностей психологического благополучия супругов в семье в зависимости от гендерных моделей поведения.....	50
2.1 Организация и методы исследования.....	50
2.2 Результаты эмпирического исследования психологического благополучия супругов в семье в зависимости от гендерных моделей поведения.....	55
2.3 Рекомендации по оптимизации взаимоотношений в браке в контексте гендерных моделей поведения.....	78
Заключение.....	84
Список используемой литературы.....	88
Приложение А Степень удовлетворенности браком.....	94
Приложение Б Степень андрогинности, маскулинности и фемининности респондентов.....	96
Приложение В Уровень психологического благополучия респондентов.....	98
Приложение Г Результаты корреляционного анализа.....	102

Введение

Актуальность исследования. В современном, динамически развивающемся обществе, претерпевают изменения все сферы жизнедеятельности человека. На данный момент прослеживается тенденция увеличения количества разводов и неблагополучных семей. Всё это поднимает вопрос о функционировании такой ячейки нашего общества как семья, процессах протекающих в ней и факторов, которые препятствуют её здоровому формированию, развитию и гармоничному существованию. В связи с этим, исследование психологического благополучия супругов в браке, а так же факторов влияющих на это благополучие является актуальной темой научных изысканий. Особое внимание в нашей работе уделяется влиянию гендера на психологическое благополучие личности состоящей в браке и удовлетворенности супругов этим браком.

Психологическое благополучие супругов в семье является результатом совокупности субъективных благополучий каждого из супругов. Психологическое благополучие личности представляет из себя интегральное социально-психологическое образование, содержащее в себе отношения человека к своей жизни, оценку себя и окружающего мира. Оно задает направленность деятельности и помогает оценить её качество. Множество различных критериев и качеств, относительно структуры благополучия, условно можно сгруппировать в три основных компонента – когнитивный, поведенческий и эмоциональный. Все они имеют свои цели, задачи и функции и характеризуются субъективностью, позитивностью и направленностью. Субъективное благополучие не фиксированный результат, свойственный определенному возрасту или времени, оно может быть представлено на любом аспекте жизненного пути и быть связано с любым видом деятельности человека.

Проблема гендеров и их ролей всегда занимало особое место в психологической науке. Современное общество подвергает изменениям гендерные роли мужчин и женщин, что приводит к эволюции брачных отношений. Традиционные роли мужчин и женщин в семье стираются, что определенно влияет на психологическое благополучие личности, состоящей в браке. Малая изученность феномена гендеров, обуславливается тем, что самое понятие «гендер» появилось в науке относительно недавно. Проблемой гендерных ролей занимались такие ученые как И.С. Клецина, Ш. Берн, Д. Майерс, И.С. Кон, Т.В. Бендас, О.А. Воронина, С. Бем и многие другие. Изучение психологического благополучия личности, является одной из главных тем в психологии, поэтому интерес к ней сохраняется на протяжении всей истории развития наук о человеке. В нашей исследовательской работе, мы уделим большое внимание тому, как такое благополучие каждого из супругов, влияет на их удовлетворенность своим браком. Исследованию психологического благополучия посвятили свои работы такие ученые как М. Аргайл, Н. Брэдбурн, Э. Динер, К. Рифф, М. Селигман, Р. Эммонс, Н.К. Бахарева, М.В. Бучацкая, А.В. Воронина, А.Е. Созонтов, П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленковаи многие другие. Удовлетворенность браком изучалась в работах З.И. Файнбург, Ю.Г. Юркевич, А.А. Бодалев, Н.Н. Обозов, В.В. Столин, А.Ф. Северина. Нередко, в работах известных исследователей мы замечаем расхождения во мнениях, относительно критериев успешности или неуспешности брака. Это позволяет сделать вывод о том, что процессы, происходящие в браке, которые влияют как психологическое благополучие супругов, так и на удовлетворенность браком, нуждаются в более глубоком и детальном рассмотрении.

Цель исследования: изучение особенностей гендерных моделей поведения и степени психологического благополучия супругов.

Объект исследования: психологическое благополучие супругов.

Предмет исследования: особенности психологического благополучия супругов в зависимости от гендерных моделей поведения.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что у супругов, склонных к андрогинной гендерной модели поведения, уровень психологического благополучия и степень удовлетворенности браком, выше, чем у супругов склонных к классическим маскулинными фемининным гендерным моделям.

В соответствии с целью были поставлены следующие **задачи:**

- провести теоретический анализ проблемы исследования;
- выбрать методы эмпирического исследования гендерных моделей поведения, удовлетворенности отношениями в браке и психологического благополучия в семье;
- провести эмпирическое исследование типа гендерных моделей супругов и степени их влияния на психологическое благополучия и удовлетворенность браком;
- провести качественный и количественный анализ полученных результатов с применением методов математической статистики;
- разработать рекомендаций для супругов по оптимизации отношений и удовлетворенности браком в контексте гендерных моделей поведения.

Теоретической и методологической основой исследования послужили:

- теория позитивного функционирования, рассматривающая психологическое благополучие как полноту самореализации человека в конкретных жизненных условиях и обстоятельствах (К. Рифф, Т.Д. Шевеленко и П.П. Фесенко);
- концепция андрогинии и гендерных схем С. Бэм;
- принцип единства сознания и деятельности деятельности (А.Н. Леонтьев, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн).

Методы и методики исследования:

- теоретический анализ литературы по проблеме исследования;

- психодиагностические методики констатирующего эксперимента (тест-опросник удовлетворенности браком (ОУБ), разработанный В.В. Столиным, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко [60]; полоролевой опросник Сандры Бем [53]; шкала психологического благополучия К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленко и П.П. Фесенко [65]);
- методы математической статистики с использованием программы SPSS (анализ первичных данных, методы корреляционного анализа и проверки равенства средних значений).

Выборку исследования составили 23 супружеские пары г. Тольятти.

Научная новизна исследования заключается в расширении области исследований, посвященных психологическому благополучию личности состоящей в браке и влиянию на него приверженности определенной гендерной модели поведения в контексте удовлетворенности браком.

Теоретическая значимость исследования состоит в расширении понимания понятия гендер и гендерных моделей поведения, в независимости от биологического пола. Теоретический анализ позволяет углубить знания в области психологического благополучия личности и детально рассматривать факторы, отвечающие за гармоничный брачный союз.

Практическая значимость исследования состоит в том, что результаты могут быть использованы в организации тренинговой работы или психологическом консультировании супружеских пар, столкнувшихся с проблемой отношениями в браке и, как следствие, удовлетворенности в нем, с целью сохранения семьи и профилактики распада браков. Практические результаты расширяют представления о психологическом благополучии личности, состоящей в браке.

Достоверность, объективность и обоснованность основных положений и выводов исследования подтверждено концептуальными научными положениями психологической науки, комплексным подходом к изучению теоретической базы исследования, использованием психологических методов, отвечающих целям и задачам исследования,

проведением экспериментального исследования с использованием валидного диагностического инструментарий и применением методов математической статистики.

Основные положения исследования, представленные на защиту:

- уровень психологическое благополучие супругов взаимосвязан со степенью удовлетворенности браком;
- у супругов с андрогинной моделью поведения, уровень автономии, целей в жизни, самопринятие, управления средой, личностного роста и позитивного отношения к окружающим выше, чем у супругов с классическими гендерными моделями поведения;
- уровень психологического благополучия находится в прямой взаимосвязи с гендерными моделями поведения и повышается при следовании супругов андрогинной гендерной модели поведения; также андрогинная гендерная модель поведения имеет прямую положительную связь со степенью удовлетворенности браком.

Структура магистерской диссертации обусловлена логикой исследования и содержит в себя цели и задачи работы, введение, три теоретических параграфа, составляющих первую главу и раздел с описанием эмпирического исследования. Каждая глава содержит выводы, в заключении подводятся итоги работы. Текст работы изложен на 93 страницах. Работа включает в себя список используемой литературы (72 наименования), четыре приложения. Для иллюстрации текста используется 8 таблиц и 8 рисунков.

Глава 1 Теоретический анализ проблемы гендерных моделей, психологического благополучия супругов и удовлетворенности браком в семье в отечественной и зарубежной научной литературе

1.1 Исследование проблемы психологического благополучия личности в отечественной и зарубежной психологии

Существует множество понятий, которыми можно описать субъективные переживания человека, происходящие в процессе его жизнедеятельности. К характеризующим социально-психологическую сторону таких процессов можно отнести такие понятия как комфорт, благополучие и счастье. В этих терминах скрыта социальная история жизни человека, его личности, которая наделена способностью создавать эту историю, творить свою судьбу и соотносить её с историями других людей. Успешность таких процессов приводит к созданию положительных эмоций и возникновению чувства благополучия. Субъективное благополучие не фиксированный результат, свойственный определенному возрасту или времени, оно может быть представлено на любом аспекте жизненного пути и быть связано с любым видом деятельности человека. Общество претерпевает постоянные изменения во всех своих сферах существования, в связи с этим проблема психологического благополучия требует постоянного изучения, создания новых концепций и интеграция уже старых, с учетом изменения общества. Далее в нашей работе мы рассмотрим различные отечественные и зарубежные подходы в области психологического благополучия и проведем анализ, что же такое благополучие и как человеку достичь состояния внутреннего комфорта и гармонии.

Середина прошлого века в психологии, была богата на исследования позитивных психологических состояний. Философские изучения благополучия и счастья человека постепенно трансформировались в предмет отдельного анализа, а проблему психологического благополучия всё больше

стали рассматривать в контексте научных исследования счастья и удовлетворенности человеком своей жизнью, её качеством и внутренним комфортом, который она приносит [7]. Первопроходцами в области изучения психологического благополучия по праву считают зарубежных психологов Х. Кентрила и М. Ягоды. Именно они в конце 60-х годов выделили такие критерии благополучия как: личностный рост, стрессоустойчивость, выраженное чувство самопринятия, автономность, социальную восприимчивость, способность к адаптации в обществе и точное восприятия реальности [13].

Несмотря на то, что психологическое благополучие личности изучается относительно недавно, уже имеется обширный пласт исследований, проведенных зарубежными и отечественными учеными. Предметов данных исследований часто выступают различные элементы благополучия. Но недостаточно глубоко изучается внутренняя картина субъективного переживания данного процесса. Множество ученых сходятся во мнении, что уровень психологического благополучия связан с удовлетворением человеком потребностей трех основных уровней:

Биологические потребности – сон, еда, размножение и т.д.

Социальные потребности – уважение общества, любовь, принадлежность к определенной социальной группе, внимание, окружающих, важное место в общества и социальный статус.

Идеальные потребности – нахождение своего места в мире и познания его, поиск и нахождение смысла существования, открытие нового, неизвестного прошлым поколениям [62].

Такое разделение на уровни, согласуется с концепцией потребностей Абрахама Маслоу, в которой указывается, что иерархическая структура потребностей соответствует степени самоактуализации личности [45].

Фундаментальные изучения психологического благополучия берут своё начала в работах американского профессора Нормана Брэдберна. В 1969 году он выпустил в свет свою книгу «Структура психологического

благополучия». В ней он описывал модель психологического благополучия как баланс, достигнуть которого возможно только при динамическом взаимодействии позитивного и негативного аффекта. События, происходящие в обыденной жизни и приносящие нам, либо радость, либо разочарования имеют свойство отражаться в сознании, накапливаясь в нем в виде соответствующего негативного или позитивного аффекта. События, приносящие радость увеличивают положительный аффект, а события, которые огорчают, суммируются в негативный аффект. В итоге показателем психологического благополучия будет разница между положительным и отрицательным аффектом, которая будет отражать общее удовлетворение жизнью [17].

Само понятие «субъективное благополучие» берет своё начало в позитивной психологии. Основоположником, которой является Мартин Селигман. В 1998 году он выступил с речью, где описал основные постулаты данного направления науки. Его речь произвела большое впечатление на его коллег из американской психологической ассоциации, в частности на Э. Динера, который в свою очередь в дальнейшем занялся изучением этой области психологии и ввел в науку понятие «субъективное благополучие». По мнению автора, субъективное благополучие включает в себя три основных элемента: негативные эмоции, положительные эмоции и удовлетворение. Единый показатель субъективного благополучия в итоге формируется на основе совокупностей этих трех элементов. В своей концепции автор особое внимание обращал на две стороны самопринятия. К первой он относил познавательную сторону, то есть интеллектуальную оценку человека, даваемую степени удовлетворенности разными сферами жизни. Ко второй он отнес эмоциональную оценку, то есть положительное или отрицательное отношение к определенным вещам. Он писал: «большинство людей, так или иначе оценивают то, что с ними случается в терминах "хорошо - плохо", и такая интеллектуальная оценка всегда имеет под собой соответственно окрашенную эмоцию» [12, с. 12].

Множество понятий различных исследователей относительно феномена психологического благополучия, условно можно разделить на три категории.

Психологическое благополучие связывают с понятием «удовлетворенность жизнью» и характеризуют как отношение человека к тому, что он считает хорошей жизнью. В данной категории благополучие является критерием для оценки качества жизни в соответствии с личными критериями человека относительно субъективного понимания, что считается хорошим или плохим. Иначе говоря, благополучие это сбалансированное удовлетворение стремлений и желаний конкретного человека.

Нормативное благополучие. Данную категорию оценивают по внешне-ориентированным критериям. Основным условием психологического благополучия является соответствие системе ценностей, присущих определенной социокультуре. Субъективное ощущение благополучия будет достигаться человеком в процессе усвоения социально-желательных качеств.

Третья категория понимания психологического благополучия связана с понимаем счастья, как факта преобладания положительных эмоций над негативными.

Рассмотри пониманием субъективного благополучия личности различными учеными отечественной и зарубежной науке. Л.Я. Косалса, описывал субъективное благополучие личности как своего рода определенное состояние духовного, интеллектуального, психического, физического, общественного и индивидуального здоровья, которое связано с усвоением социальной культуры. Р.М. Шамянова считала, что субъективное благополучие характеризуется усвоенными представлениями человека о внешней и внутренней среде, установками относительно своей личности, субъективным отношением к себе, которое выражается в уровне удовлетворенности своей жизнью [16]. Из выше сказанного можно сделать вывод, что человек обладает высоким уровнем субъективного благополучия тогда, когда в большой части жизненных ситуаций он испытывает

положительное удовлетворение от происходящего, даже если в частных случаях возникают отрицательные переживания

Известный отечественный и российский исследователь А.А. Кроник, считал, что деятельные, гедонистические и аскетические установки личности человека являются детерминантами, которые формируют отношение человека к вероятным способам обретения субъективного счастья. Упомянутые установки, выступают своего рода «строительным материалом», который опосредует область объективной реальности человека и определяет сферу деятельности, в которой личность стремится самореализоваться. Такие установки также будут характеризовать социально-психологические способы самореализации, способствующие достижению субъективного благополучия человеком. Феномен счастья в данной теории понимается как особый тип переживания полноты бытия, который возникает в ситуациях трансформации мотивации в бесконечную величину. В качестве способов достижения счастья выступают навыки саморегуляции человеком своей мотивации к миру. А.А. Кроник дифференцирует два типа способа саморегуляции: увеличение и усиление человеком своих возможностей и усиление человеком самой значимости мира. Две упомянутые формы, в свою очередь выступают образовательными механизмами независимых принципов такой саморегуляции: максимизация способностей, сведение потребностей к минимуму, максимизация полезных действия и минимизация встречаемых сложностей [25].

Рассмотрим психологического благополучие личности в контексте исследований проблемы положительного функционирования человека. Такой подход можно встретить в работах психологов-гуманистов: А. Маслоу, К Роджерс, Г. Олпорт. Похожих взглядов придерживались К.Г. Юнг, Э. Эриксон, Д. Биренн и др. Основателем такого подхода является К. Рифф. Она провела детальный анализ, на основе которого выделила и обобщила в отдельные категории шесть фундаментальных компонентов психологического благополучия: личностный рост, самопринятие,

автономия, цель в жизни, управление окружающей средой и положительное отношение к окружающим [26]. Далее в нашей работе мы подробно рассмотрим каждый из выделенных автором элементов психологического благополучия.

Высокий уровень автономии у человека характеризуется способностями к независимости, умением противопоставлять свои взгляды мнению преобладающего большинства. Уровень мышления у человека с таким уровнем автономии может выходить за рамки стандартного, а оценка себя и своего поведения формируется на основе собственных предпочтений. А вот низкий уровень автономии личности будет характеризоваться слишком большой зависимостью от мнения окружающих людей, шаблонным мышлением, проявлением конформизма и несамостоятельности в решении определенных вопросов.

Личностный рост подразумевает активное стремление к развитию своей личности, постоянному обучению новым навыками, положительному восприятию нового в своей жизни и ощущению прогресса собственного роста в различных сферах жизнедеятельности. Отсутствие личностного роста приводит к стагнации, развитию чувства скуки и тоски. Начинает уменьшаться общий интерес к своей жизни, снижается вера в свои способности, навыки и умения. Человек не верит в перемены и все силы направлены на сохранение того, что уже приобретено, а не на развитие того, что есть.

Управление окружающей средой характеризуется наличием определенных качеств, которые детерминируют активное и успешное преодоление сложных ситуаций, возникающих на пути к реализации поставленных целей. Высокий уровень управления средой способствует развитию различных видов деятельности, необходимых для самореализации и самоактуализации. Низкий уровень такой характеристики психологического благополучия приводит к ощущению собственного бессилия, формируется установка на неспособность что-то улучшить в своей

жизни, появляется чувство, что человек более некомпетентен в определенных видах деятельности, а желание к положительным изменениям заменяться желанием пассивной жизненной позицией.

Присутствие такого, успешно сформированного, компонента психологического благополучия как наличие жизненных целей наделяет человека чувством осмысленности своего существования. Он осознает ценность прошлых событий, уверен в успех будущих действий и положительно принимает настоящее. Отсутствие жизненных целей приводит к депрессии, пустоте, непониманию своего места в жизни, скуки и стагнации в развитии.

Такой компонент психологического благополучия жизни как позитивные отношения с окружающими, содержит в себе способности к эмпатии, открытость в общении и умения к сопереживанию. У такой личности развиты навыки, которые помогают успешно создавать и длительно поддерживать социальные контакты в процессе взаимодействия с окружающими людьми. Наличие высокого уровня такого рода компонента помогает быть гибким в общении и находить компромиссы в различных жизненных ситуациях, а отсутствие таких характеристик приводит к замкнутости, одиночеству, неспособности к установлению контактов и доверительных отношений.

Компонент самопринятия отражает положительную оценку своей жизни в целом и себя лично в частности. Адекватно сформированные навыки к самопринятию, способствуют осознанию и принятию всех своих качества, в независимости от того, положительные они или отрицательные. Отсутствие самопринятия приводит к неудовлетворенности своим прошлым и настоящим и невозможности признать определенные качества своей личности [26].

Схожую с концепцией К. Рифф теорию разработали исследователи Р. Райн и Э Деси. В своей теории самодетерминации они придерживались мнения, что в структуре психологического благополучия личности основная

роль отводится фундаментальным психологическим потребностям, к которым отнесли отношения с окружающими, автономность и компетентность. Автономию они описывали как гармоничное соотношение восприятие своего поведения с желаниями и ценностями самой личности. Также в структуру автономности они включали поддержку самого себя и отсутствие контроля со стороны социума. Под потребностью в компетентности они понимали эффективное управление своим окружением и продуктивной деятельности в нем. Данная потребность находит поддержку в социальной среде, которая ставит перед человеком задачи, подходящие под его уровень развития, при разрешении которых личность получает позитивную обратную связь. Авторы данной концепции, также придерживались взглядов, что индивидуальные различия в достижении психологического благополучия, может детерминироваться физиологическими и генетическими факторами. Они пишут, что: «связь между физическим здоровьем и психологическим благополучием является очевидной. Болезнь часто вызывает функциональные ограничения, которые уменьшают возможности для удовлетворенности жизни» [29, с. 47].

К. Фредерик, проводящий исследования в рамках теории самодетерминации, указывал, что психологическое благополучия личности и субъективная жизнеспособность, которая является индикатором данного благополучия, характеризуется не только такими тремя элементами как автономия, компетентность и отношения с окружающими, но и физиологическими качествами и симптомами человека. Автор считал, что внутренняя энергия человека будет детерминировать уровень психологического благополучия, но так как измерить такую энергию невозможно, он ввел в науку такое понятие как «субъективная витальность». Под этим понятием, он подразумевал, то, как человек осознает наполненность себя энергией и жизнью, что в итоге отражается на физическом состоянии и влияет на психологическое благополучие. Ощущение этой энергии согласно его теории, складывается из

психосоматических факторов человек, к которым относятся не только физические показатели человека, но и психологическое самоощущение [30].

В отечественной науке, первого кто провел теоретический анализ феномена «благополучия» по праву можно считать Л.В. Куликова. В процессе изучения фундаментальных понятий относительно психологического благополучия, он дифференцирует понятия удовлетворенности, счастья, внутреннего эмоционального комфорта и благополучия, отдавая главную роль последнему, как единственному кто имеет объективные показатели его достижения. Он рассматривал благополучия как многогранный феномен, для достижения которого необходимо учитывать множество разных показателей из различных сфер жизнедеятельности человека. Важным фактором, является учет не только внешних показателей, таких как социальный статус, уровень дохода и т.д., а скорее их прохождение через внутреннюю призму восприятия, автор пишет: «переживание благополучия в значительной мере обусловлено особенностями отношений личности к себе, окружающему миру в целом и его отдельным сторонам» [41, с. 480].

В отечественной психологии большой вклад в область изучения психологического благополучия внесла А.В. Воронина. Она разработала уровневую модель психологического благополучия личности, где каждый уровень имеет своё пространство для бытия и образуется в зависимости от вида деятельности. На данных уровнях формируются сознательные и бессознательные установки и закладываются определенные интенции. Уровни личностного благополучия имеют свою взаимосвязанную иерархическую структуру, где первым идет психосоматическое здоровье, затем социальная адаптация и в конце психологическое здоровье. Каждый из уровней данной концепции формируется в процессе развития, социализации и воспитания человека. Формирование каждого уровня позволяет человеку увидеть себя и окружающий мир с новой точки зрения, что открывает новые возможности для самореализации, вырабатывает новые пути адекватного

реагирования на различные жизненные ситуации и развивает творческую активность личности [17].

Большой вклад в изучение психологического благополучия личности в отечественной науке принадлежит ученым П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленко. Именно им принадлежит адаптация психодиагностической методики созданной К. Рифф, направленной на выявление различных детерминантов психологического благополучия. Авторы связывают его с фундаментальными человеческими потребностями и ценностями, описывая благополучие как субъективное ощущение удовлетворенности своей жизнью, самим собой, чувство счастья, выражающиеся как ценностное переживание. Психологическое благополучие личности в данной концепции зависит от устройства системы оценок того, кто это субъективное переживание испытывает. Особое внимание уделяется позитивному функционированию личности, субъективной оценке себя и своей жизни в целом. Авторы выдвигают теорию о том, что личностное благополучие является сложнейшим внутренним переживанием человека, которое помогает оценить уровень удовлетворенности своей жизни, отражая актуальные и потенциальные аспекты различных сфер жизнедеятельности личности. Стоит упомянуть, что любое переживание человека предполагает определенное сравнение испытываемого чувства с уже сформированной в сознании эталонной нормой. Такой процесс в итоге, будет представлять собой некий вариант самопринятия и самооотношения[42].

Проанализировав различные отечественные и зарубежные концепции относительно изучаемого феномена, можно сделать обобщенный вывод, что психологическое благополучие личности представляет из себя интегральное социально-психологическое образование, содержащее в себе отношения человека к своей жизни, оценку себя и окружающего мира. Оно задает направленность деятельности и помогает оценить её качество. Множество различных критериев и качеств, относительно структуры благополучия, условно можно сгруппировать в три основных компонента – когнитивный,

поведенческий и эмоциональный. Все они имеют свои цели, задачи и функции и характеризуются субъективностью, позитивностью и направленностью. Субъективное благополучие не фиксированный результат, свойственный определенному возрасту или времени, оно может быть представлено на любом аспекте жизненного пути и быть связано с любым видом деятельности человека. Общество претерпевает постоянные изменения во всех своих сферах своего существования, в связи с этим, проблема психологического благополучия требует постоянного изучения, создания новых концепций и интеграции изученных парадигм, с учетом социальных изменений в определенный период времени существования человечества.

1.2 Теоретические подходы к анализу проблемы гендерных моделей в отечественной и зарубежной психологии

Одной из ведущих установок восприятия различий, которой обладает наша психика, является разделение людей на женщин и мужчин. Принято считать, что основные различия в первую очередь связаны с характерными особенностями анатомии и физиологии мужского и женского организма. Суть противоположности мужских и женских организмов находит упоминание еще в самой древности, мифах и традициях человеческой цивилизации. Данные различия уже веками закрепились в различных социальных институтах нашего общества – армия, семья, брак, спорт, образование, политика и т.д. На сам факт физиологического отличия между полами, хоть и является главным, но не является единственным. Помимо конституциональной стороны вопросы, различия несут еще и социокультурный характер, отражая то, что в обществе больше свойственно женщинам, а что мужчинам.

Современный этап науки четко разделяет социокультурные аспекты между мужским и женским началом. Это связано с появлением таких

понятий как пол и гендер. Понятие «гендер» возникло относительно недавно, в 70 годах 20 века, именно в тот период начались активные исследования в этой области. Разделению понятий «гендер» и «пол» наука обязана американскому психоаналитику Роберту Столлеру. Именно он впервые заговорил о гендерной идентичности личности как об отдельном направлении в науке. Под термином «пол» принято понимать основные биологические различия между людьми, которые характеризуются генетическим строением клеток, детородными функциями и анатомическими особенностями. А термин «гендер» определяет социальный статус личности, его характерные социально-психологические особенности, которые хоть и связаны с полом, но формируются в процессе взаимодействия человека с другими людьми в частности и с обществом в целом. Иначе говоря, гендер - это определенный социальный пол человека, характеризующийся особыми психологическими свойствами, поведением и отношением в обществе [71].

Роберт Столлер, был не единственный, кто разрабатывал такую концепцию социальных полов. Похожим взглядом на этот феномен обладали американские эндокринологи Анке Эрхардт и Джон Мани. В своей работе «новая психология пола», они впервые использовали понятие «психологический пол личности», которое также нашло широкое применение в гендерных исследованиях проведенных в будущем. При этом в своих исследованиях данные авторы часто использовали классический термин «пол», что в свою очередь порождало определенные противоречия в их концепции понимания психологического пола личности. Основные противоречия заключались в том, какие же аспекты они включали в состав своей парадигмы, при объяснении психологического пола, биологические или социальные. Анализируя такой подход, всё-таки можно выделить тот факт, что психологический пол личности они в большей степени определяли биологическими аспектами, в частности особенностями функционирования эндокринной системы. Используя термин «психологический пол» они предполагали, что в сознании человека отражается определенная

биологическая данность, которая в свою очередь и связывала психологические различия между женщинами и мужчинами.

В социальной психологии нередко понятия «психологический пол» и «гендер» выступают синонимами или очень близкими по смысловой составляющей терминами. Их схожесть детерминируется тем, что биологический пол определяется природным фундаментом для последующего индивидуального и социального развития сексуальной сферы личности в области гендерной идентичности. Проведенные и проводимые исследования в гендерной психологии, нередко оспаривают такую трактовку понятия «гендер» [18]. На настоящее время, изучение гендеров человека находит своё отражение в трудах таких ученых как Д. Хорни, З. Фаррел, Ф. Джеймс, Д. Уэст, С.Т. Баранов, Ю.Е. Алешина. В отечественной науке, гендерные исследования начали развиваться в 90-х годах 20 века, с разработки гендерного анализа разнообразных аспектов социальной и интеллектуальной деятельности, которыми занимались Ю.В. Тимохина, В.И. Успенская, Е.А. Здравомыслова, А.А. Темкина, А.И. Посадская, Н.М. Римашевская, Г.Г. Силласте [34].

Социально-психологическая сторона гендерных аспектов личности в первую очередь связана с социальными процессами восприятия, а не с психофизиологической активностью человека. Ведущая роль отдается системе социальных отношений, возникающей на любой основе сексуальности. Реализация направленностей сексуальной сферы человека напрямую связаны с ценностными ориентациями личности, мотивами поведения, целями и предоставляемыми социумом и культурой общества возможностями в реализации природных желаний и поступков. Описывая сексуальные желания человека как психологическую реальность переживания и стремления к определенному объекту, можно сказать, что они напрямую связаны с социальным восприятием и оценкой желанного объекта и поэтому имеют самостоятельное определение, а не только биологическую основу. Социально-психологический смысл человеческой

сексуальности можно описать систему культурных значений и социальных смыслов, которые человек связывает со своими желаниями и половыми признаками, выражая их в поведенческих актах и социальном взаимодействии как действия присущие индивиду определенного пола. Взаимосвязь между представлениями человека об определенном поле и присущих этому полу сексуальных желаниях, открывает возможность изучать гендер как систему, в которую включаются социокультурные представления и сексуальные предпочтения. Объединение всех этих социально-психологических факторов, позволяет рассматривать феномен как единое психологическое образование, определяющееся как гендерная сфера личности [28].

Существенной методологической ошибкой при анализе гендерной сферы личности, будет являться описание социальности этого феномена как простой, ничем не характеризующееся, поверхностной внешней надстройкой поверх биологического основания. Такая неточность, в научном плане может привести к тому, что социальные и биологические факторы, влияющие на половое поведение человека будут рассматриваться не как взаимосвязанные феномены, а как противоположные друг друга элементы. Немецкий ученый Вильгельм Дильтей, в своей психологической концепции, посвященной философскому направлению «понимающей психологии», указывал на то, что общественное и природное в человеке, характеризуется культурой, которая представляется как система смыслов и жизненных ценностей человека, а ценности и смыслы, которыми личности наполняет своё биологическое и социальное начала, находят свое выражение в разнообразных предметах, образах и словах. Обозначения психических, телесных и других качеств человека в виде знаков, опосредует их внешнее проявление, отделяя от биологической основы, которая и служит источником их возникновения. Такая дилемма позволяет природным качествам существовать независимо и самостоятельно в рамках созданных социальных форм [31].

Проводя гендерные исследования, необходимо понимать фундаментальные основы и парадигмы этого феномена. К таковым в первую очередь можно отнести полоролевою концепцию гендеров. Данная теория была разработана известными социологами Т. Парсонсом и Р. Блейзом, которые в свою очередь опирались на труды одного из основателей социологии как отдельной науки Эмиля Дюркгейма. Согласно их концепции, особая система социальных ролей в обществе, для каждого пола, основывается на их биологических различиях. Работа данной системы заключалась в максимальном учете природных возможностей личности, поле человека и взаимодополняемости биологических возможностей каждого из полов. Выполнение человеком определенного и фиксированного набора ролей присущих его полу, приводит к тому, что они закрепляются в форму социально детерминированных характеристик, которые получили название маскулинность и фемининность. Авторы этой концепции, утверждали, что в силу биологических свойств, присущих определенному полу, мужчины выполняют в обществе инструментальную роль, а женщины – экспрессивную [50]. В основе этих ролей лежит сам факт существования двух разных полов. Социальные качества пола рассматриваются как причины его биологической составляющей. По мнению авторов, данные роли фиксируются в социальных стереотипах и культурных нормах общества, приобретая статус социального бытия. Отсюда следует вывод, что дифференцировать биологическую основу от психологических исследований половой принадлежности личности практически невозможно. В рамках рассматриваемой парадигмы, гендер в итоге сводится к простым наборам совокупностей поведенческих аспектов, которые ожидают от представителей определенного пола, а социальная наполняемость этих наборов, характеризуется биологическими предрасположенностями женщины и мужчины вести себя определенным образом. Иначе говоря, такой подход говорит, что физиология – это судьба, которая будет определять место человека в социуме. Биологический пол определяется как данность, а гендер характеризуется социальным статусом,

который проявляется в выполнении заданных социальных ролей, например классическая схема распределения мужчина-добытчик, женщина-хранитель очага [50].

В отечественной науке, огромный вклад в развитие гендерной психологии и гендерных исследований внесла И.С. Клецина. Она рассматривает пол как набор поведенческих, телесных и социальных признаков, которые будут определять человека как женщину или мужчину. Её понимание понятия «гендер» схоже с фундаментальными теориями относительно данного феномена. Она описывает его как социальный статус личности, наполненный определенными психологическими характеристиками, которые общество приписывает мужчинам и женщинам, основываясь на их основе их биологического пола. Предписание таких характеристик, осуществляется с целью закрепления за личностью характерного для её пола социального статуса, параллельно ограничивая личность в системе гендерных отношений. В её работах можно увидеть описание гендера как определенной структуры, включающей в себя специфический язык общения, распределение иерархических и профессиональных отношений, разделение труда и различия в системе ценностей между мужчиной и женщиной. Автор пишет, что принятые на основе биологического пола, модели поведения в обществе, существенно ограничивают возможности использование различных социальных образцов взаимодействия, а использование личностных черт, присущих женщинам и мужчинам не должны абсолютно следовать заданным гендерным моделям [32].

Понятие пола в различной научной литературе часто имеет схожее определение. Например, в «Большой психологической энциклопедии» пол определяют как комплектность морфофизиологических и генетических особенностей организма, которые обеспечивают ему существование и дальнейшее размножение. При рождении, ребенка осматривают и на его основе генитальных признаков определяют вид пола (гражданский или

паспортный пол). Далее, в процессе развития, происходит социализация и осознание принадлежности себя к тому или иному полу, что будет формировать соответствующее поведение, присущее мужскому или женскому полу [12].

Отечественный исследователь С.Ю. Головин, в своем словаре практического психолога, описывает биологический пол как совокупность признаков, присущих одному виду, необходимых для размножения и контрастирующих между собой. Биологический пол человека вместе с его гендером является социальным конструктом, проявляющийся на основе познавательных процессов восприятия и являющийся результатом интерпретационных схем личности [22]. Биологические теории пола выделяют следующие уровни организации половой сферы человека:

- гонадный пол – каждый пол характеризуется присутствием в организме определенных наборов желез внутренней секреции. На данном уровне генитальная система полов четко разделена на две противоположные друг другу формы полового строения, где главными критериями разделения выступают характерные для каждого пола репродуктивные функции;
- морфологический пол – отличия полов между собой по физиологическим характеристикам их строения и функциям;
- генетический пол – набор определенных для каждого вида пола генов;
- церебральный пол – работа мозга под влиянием определенных для каждого пола гормонов. Количество выделяемых гормонов у каждого из полов отличается. Например, выделения тестостерона в большом количестве характерно для мужчин, а эстрогена – для женщин.

Все эти аспекты, эндокринные, генетические, церебральные, определяют не только различные психофизиологические отличия между

женщинами и мужчинами, но и задают им разные уровни психической и двигательной активности [22].

Как мы уже говорили, психический пол понимают как совокупность поведенческих и психологических наборов характеристик, которые отличают женщину от мужчины. Нередко, данное понятие используют, чтобы идентифицировать мужчину или женщину по характерным именно для их пола психологическим качествам и поведенческим актам. Можно сказать, что психологический пол это результат самоидентификации, то есть пол, который человек осознает и ощущает сам, при этом он может не совпадать с биологическим полом человека, паспортным полом и полом воспитания. Считать себя мужчиной или женщиной в психологическом аспекте, будет выражаться как субъективное мнение относительно того, что каждый пол наделен определенным личностным и поведенческими качествами, которые присущи тому или иному виду пола. Социальный пол можно охарактеризовать как развивающийся в онтогенезе комплект соматических, репродуктивных, социокультурных, физиологических и поведенческих характеристик, которые обеспечивают личности социально-правовой статус женщины или мужчины [56].

Интересный взгляд на проблему гендера можно увидеть в работах таких исследователей как У. Маккенна и С. Кесслера. Они описывают данный феномен как индивидуальные познавательные схемы и социокультурные качества, которые детерминируются культурой личностных признаков, характерных для людей различного пола. Авторы считают, что биологический пол это разновидность гендера, который описывают как систему социальных отношений, которая в свою очередь содержит в себе генитальные критерии и социальные убеждений о неизбежности разделения людей на разные полы [10].

Психологические и социальные подходы при рассмотрении изучаемого феномена, часто базируются на микросоциальном уровне, то есть рассматриваются проблемы социального поведения, мотивов действий,

межличностного взаимодействия и т.д. Опираясь на эту область науки, мы проведем обзор исследований гендерной стереотипизации, разрабатываемой социологами и психологами. Где каждая из рассматриваемых концепций содержит в себе специфические особенности изучаемой проблемы. Такие парадигмы как когнитивная теория, теория социальной идентичности, теория властных отношений, конструктивистская теория, теория социальных ролей хоть и используют разный методологический подход, но объединены одним предметом исследования – женские и мужские роли.

В середине 20 века, антрополог Р. Линтон и социальный психолог Дж. Мид, независимо друг от друга, в своих исследованиях дали определение феномену «социальная роль». Р. Линтон был приверженцем теории функционализма, поэтому социальную роль, он описывал как динамический элемент социального статуса человека и принимал её за единицу социальной структуры. Дж Мид, как приверженец символического интеракционизма, считал, что социальная роль – это метод взаимодействия людей между собой, своеобразная форма «ролевой игры», в процессе которой человек приобретает социальные нормы, принимает их и социализируется в обществе. При этом он предполагал, что роль может существовать только в процессе взаимодействия с другими ролями (муж-жена, отец-ребенок) [3]. Рассматривая теорию социальных ролей, важно упомянуть Т. Парсонса. Он в свою очередь был сторонником структурного функционализма и описывал социальную роль как элемент структуры социальной системы и считал, что роль это поведенческий акт, регулируемый общепринятыми в социуме ценностями. Он не только рассматривал общество как систему ролевых отношений, он также раскрыл, какие механизмы личности отвечают за эмоциональное регулирование социальных взаимодействий [51].

Изучение гендеров невозможно без понимания теорий маскулинности и феминности. Они являются фундаментальным ядром гендерной сферы и напрямую взаимосвязаны с понятием «гендер».

Маскулинность и феминность рассматривались в науке достаточно давно. Еще З. Фрейд, в своей теории половой идентичности рассматривал эти понятия как имеющие определенную структуру психофизиологические черты личности. В 30-х годах 20 века, этой теории была противопоставлена парадигма культурной опосредованности половых различий. Она подразумевала, что указателем на маскулинность и феминность выступает характерный стиль поведения и социальные отличия, которые должны различать поведение мужчин и женщин в обществе. Последующие исследования привели к тому, что научные взгляды на сущность понятий маскулинности и феминности изменились. Их стали рассматривать не просто как определенные черты личности, а как определенное полоролевое поведение, предписанное культурой общества и оцениваемое по силе выраженности тех или иных характеристик у человека. Революционным шагом в этой области исследований, стала теория, предложенная С.Л. Бем, она выдвинула концепцию, согласно которой маскулинность и феминность необходимо считать не постоянными чертами личности, а динамическими и независимыми друг от друга характеристиками [9].

За понятиями маскулинности и феминности в социальной психологии не закреплено единое для всех подходов определение. Советский и российский ученый И.С. Кон выделял три различных описания этих понятий:

- маскулинность и феминность как категории, предназначенные для описания и обозначения комплекса поведенческих и психологических характеристик, которые присуще людям различного биологического пола;
- маскулинность и феминность как норма поведения и желательные, идеальные образы, в качестве которых должны видеться мужчины и женщины;
- маскулинность и феминность как атрибутивные категории, то есть, совокупность всех стереотипов общества о том, как должны

выглядеть мужчины и женщины в социальном представлении других людей [37].

Как мы видим, существуют разные определения понятий маскулинности и феминности, что приводит к формированию различных подходов к изучению этих феноменов, среди которых можно выделить постмодернистский, психодинамический, биолого-эволюционный и социально-конструктивистский.

Биолого-эволюционная концепция изучает маскулинность и феминность как определенные, устойчивые и генетические обусловленные стратегии поведения людей противоположного пола. Данный подход, характеризует мужчин и женщин как две однородные популяции одного вида, несмотря на социально-психологические отличия и разные социальные общности, которые, в контексте биологического различия считаются несущественными, а социальная идентичность человека отходит на второй план, относительно реакций характерных для биологических особей мужского и женского вида. Различия в поведение также детерминируется принадлежностью к тому или иному биологическому полу.

Структурно-функционалистическая концепция схожа по некоторым определениям с биолого-эволюционным. Здесь маскулинность характеризуется как инструментальная функция в сфере семейных отношений. Ей присуще поддержание связей между внешним миром и семье, исполнения определенной предметной деятельности, лидерство, добыча ресурсов, поддержание дисциплины. А феминности присущи экспрессивные функции, то есть регулировка внутрисемейных отношений, забота о быте всей семьи, воспитание детей и выполнение эмоциональных функций в сфере семейных отношений.

Психодинамическая парадигма по большей части изучает проблему маскулинности. Исследованиям феминности здесь практически не уделяется внимания, данный феномен изучают в основном в феминистском течении в психоанализе.

Понимание маскулинности и феминности в социально-конструктивистской концепции состоит в представлении этих феноменов как культурно-символических схем поведения личности. К задачам этих схем относят развитие социальных компетенций человека, которые интегрируются в общий сценарий поведения всех людей и дифференцируются от людей с иным сценарием. В таком подходе маскулинность и феминность в итоге будут рассматриваться как пусковой механизм для разделения мужчин и женщин по социально-психологическим признакам.

Постмодернистская концепция понимания маскулинности и феминности заключается в изучение этих феноменов как постоянно развивающихся процессов межличностного взаимодействия, а не просто закрепленных схем поведения или результата процесса. Данная теория, в психологической науке подразумевает изучение любого феномена не как явления или конкретного факта, а как процесса взаимодействия. Например, эмоция не как определенное состояние, а как процесс взаимодействия с внешним и внутренним миром, аттитюд не как фундамент определенного действия, а как определенная позиция в процессе взаимодействия и т.д. Отсюда можно сделать вывод, что маскулинность и феминность в постмодернистской теории рассматриваются как характеристики процесса взаимодействия, а не как характерные для мужчины или женщины черты личности или социальные роли. То есть, маскулинность и феминность это не социальные ожидания, а участие личности в том виде деятельности, которая может подвергнуться гендерной оценке.

Подводя итог анализа понятий маскулинности и феминности, можно сказать, что все социальные практики современного общества имеют определенную гендерную структуру и обладают гендерными различиями. Маскулинность и феминность выступают как социальные, событийные и идеологические конструкты, которые принимают форму фиксированных паттернов взаимодействия с внутренним и внешним миром личности на основе гендерной идентичности. Иначе говоря, маскулинность и

феминность— это отдельные версии социального взаимодействия, социальной реальности и социального порядка принятого в обществе, определенные и ожидаемые стереотипы поведения человека, в зависимости от его гендерной идентичности.

Гендерные стереотипы также оказывают влияние на отношения в браке. Они являются результатом процесса гендерной социализации человека. Они содержат в себе определенные гендерные характеристики, которые приобретаются и закрепляются в процессе социального развития и усвоения образцов гендерного взаимодействия и поведения. Это особый вид социализации человека, в основе которого лежит понятие, что нормативы поведения, социальные ценности, личностные навыки, характеристики и культурные образцы выступают критериями дифференциации людей на отдельные группы, называемые гендерным сообществами. Гендерная социализация это процесс социального разделения, то есть усвоение культурно-социальных образцов и характеристик присущих определенной гендерной группе и личностной гендерной идентичности. Такое социальное разделение, условно дифференцируется с помощью двух механизмов:

Дифференциальное усиление. Суть данного механизма заключается в наказании человека за социально неодобряемое гендерное поведение (не плачь как девочка и т.п.). И поощрение за социально приемлемое гендерное поведение человека (не плачешь как настоящий мужчина).

Дифференциальное подражание. Данный механизм подразумевает осознанный выбор человеком определенной модели поведения и проявления себя в соответствии с гендерной группой, к которой он себя сам относит (убираться не мужское дело и т.п.) [10].

Большая часть процесса формирования гендерной идентичности происходит в раннем детстве. Пока этот процесс не завершен, человек может пробовать модели поведения личности характерные для различных гендерных групп. Далее, проявления, которые не соответствуют выбранной в итоге группе, отвергаются, и человек, в дальнейшем старается подражать

эталону поведения соответствующей группе. Это говорит о том, что, несмотря на то, что дети усваивают информация о способах поведения присущих разных гендерным группам, они будут в итоге склоняться, к тем моделям поведения, которые соответствуют их гендерной идентичности [10].

Согласно когнитивной парадигме Л. Кольберга, процесс дифференциального усвоения, о котором мы говорили ранее, будет работать только после того, как у ребенка уже сформировались основы своей гендерной идентичности. Сам процесс происходит в несколько этапов. На первом этапе ребенок получает информация о количестве гендеров существующих в окружающем его социально-культурном мире, далее он определяет себя в одну из гендерных групп, ориентируясь на фундаментальные критерии разделения, на эти группы. Механизмы процесса гендерной категоризации стимулируют детей искать социальные контакты, с целью узнать о моделях проявления гендерных характеристик присущих его гендерной идентичности. На первых этапах, такие социальные контакты внешне директивно контролируются значимыми взрослыми, но потом ребенок плавно формируют свою систему стандартов, ведь в дальнейшем на процесс гендерной социализации влияют не только взрослые, но и различные социальные институты общества, в котором он развивается. Расширение зоны социального взаимодействия у ребенка, приводит к снижению воздействия на его личность семейного и воспитательного влияния, а количество информации о гендерных группах и их моделях взаимодействия постоянно растет. Не стоит забывать, что сам процесс гендерной социализации может протекать на протяжении всей жизни. Здесь важно уметь различать первичную и вторичную социализацию, последнюю в науке нередко называют «ресоциализация». Первичная интегрирована с процессом формирования идентичности и связана с осознанием себя как личности, которая принадлежит к определенному биологическому полу. Такой вид гендерной социализации связан с усвоением и закреплении образцов поведения присущих тому или иному гендеру. Усвоение нормативов

проявления личности характерных для определенной гендерной группы напрямую связаны с таким понятием как «гендерные стереотипы» [52].

Проанализировав различные научные подходы относительно изучаемого феномена, можно сказать, что гендерные особенности это установленные программы различий между мужчинами и женщинами относительно социальных норм и стандартов социальных функций. Нормативное и информативное давление на человека, заставляет его следовать гендерным нормам. Индивид старается соответствовать гендерным ролям, с целью получения социального одобрения общества и избегания с его стороны осуждения и порицания [39]. Важно упомянуть тот факт, что строгая приверженности гендерным ролям может оказывать негативное влияние на самореализацию людей обоих полов, создавая преграду на пути к развитию своей индивидуальности. Соблюдение правил стереотипизации также связано с механизмами повинности, что может препятствовать самовыражению, так как какой-то вид деятельности может выполняться из чувства долга, с целью соблюдения социальных норм и правил, не учитывая личные интересы. В дальнейшем, всё это может привести к потере собственного «Я», формируя механизм покорности и зависимости, что деструктивно влияет на идею самореализации и свободу выбора [34].

Подводя итоги теоретического анализа проблемы гендеров, можно сказать, что он является свойственным атрибутом повседневного мышления, сознания и взаимодействия личности в социальной сфере, прямо или косвенно затрагивая остальные сферы жизнедеятельности человека. Для людей характерно приписывать друг другу характеристики и свойства, которые, по их мнению, присуще людям определенного пола. Для этого люди используют шаблонные образцы и общепринятые нормы относительно поведения мужчин и женщин, формирующиеся в процессе развития, приобретения опыта и социализации личности. Динамическое изменение современного общества, требует изменения гендерно-стереотипизированной ситуации. Но чтобы изменить ситуацию, нужна фундаментальная работа с

сознанием каждого человека. Как мы уже говорили, радикальное следование половым ролям не всегда приносит пользу обществу, они существенно ограничивают самореализацию личности, что может снижать интеллектуальный капитал всего общества в целом. Смещение стереотипов даст и мужчинам и женщинам возможность обрести гармонию и поможет улучшить взаимопонимание между ними касаясь всех аспектов их жизнедеятельности.

1.3 Анализ факторов определяющих психологическое благополучие и удовлетворенность браком супругов

Рассматривая такое понятие как семья, можно сказать, что она, представляет собой, сложное, многогранное социальное образование, которое содержит в себе определенную систему отношений между её членами в характерный исторический период. Все члены семьи, будь то супруги, дети или родители, связаны характерными отношениями, родственными и брачными связями. Общий быт, взаимная социальная и моральная ответственность, детерминируемая потребностью в воспроизводстве и духовном воспитании человека, связывают членов семьи уникальными, именно для этой социальной категории населения связью [5].

Рассматривая и проводя анализ основных факторов семейного благополучия супругов, важным моментом является понимание, какие бывают семейные союзы и браки между супругами, какими особенностями обладает каждый из них и что такое семья в целом.

Люди заключают браки и вступают в различные союзы уже очень давно. Формы и содержания таких отношений претерпевали различные изменения, подвергались влиянию исторических факторов и всего, что происходило с людьми на протяжении существования человеческой цивилизации. Но одно неизменно, семья и брак являются видом социальной общности, которая появилась задолго до разделения людей на нации,

государство и классы. Семья - это то место, где происходит продолжение человеческого рода, удовлетворение различных социальных и физиологических потребностей, социализация поколений. Дать точное определение, что такое семья и брак достаточно сложно. Данный феномен изучается комплексно, на стыке множества наук. Психологические и социальные науки, часто рассматривают семью на двух уровнях: на макроуровне, как социальный институт, где учитываются взаимоотношения семьи с обществом, и на микроуровне, где основной упор делается на взаимоотношениях между членами семьи. Семья важна для общества в целом и конкретного человека в частности, поэтому семейные союзы можно рассматривать и как общественную и как самостоятельную систему определенных отношений.

Рассмотрим некоторые теоретические описания относительно феноменов «брак» и «семья». Американский социолог Н. Смелзер, описывал семью как основанный на усыновлении, браке или биологическом родстве союз людей, который содержит в себе взаимную ответственность за рождение и воспитание людей, где члены союза связаны общим бытом и местом проживания. На тот момент времени, автор утверждал, что в социальных науках понятие семьи рассматривают в рамках двух фундаментальных подходов: теории конфликтов и функционализме. Первая теория занималась изучением социальных потребностей семьи и её общественного функционала. Теория конфликтов рассматривала семью как процесс распределения власти между её членами, на основе экономического доминирования одного члена семьи над другими [57].

Английские ученые Дж. Л. Томпсон и Дж. Пристли, считали, что семья, это определенная группа людей, которые связаны между собой сексуальными отношениями или биологическим родством. Авторы утверждали, что основой семья является брак и именно он наделен большим постоянством относительно других типов социальных отношений [61]. Социолог Э. Гидденс рассматривал данный феномен как интеграцию трех

понятий: родство, брак и семья. Брак он описывал как сексуальные отношения между двумя взрослыми лицами, получившие признания и социальное одобрение. Семьей он считал объединение людей связанных по прямому биологическому родству, где взрослые члены такой группы выполняют обязательства по отношению к детям из этой группы. Родство же он описывал как отношения, сформированные после заключения брака или отношения, основой которых выступают различные второстепенные биологические связи [21].

Известный отечественный юрист и социолог Н.Г. Юркевич, считал, что семья – это совокупность определенных и долговременных отношений, которые взаимосвязаны с удовлетворением социальных и физиологических потребностей человека, с фундаментом из супружеского союза [67]. Советский социолог А.Г. Харчев, описывал семью, как: «исторически-конкретную систему взаимоотношений между супругами, между родителями и детьми, как малую социальную группу, члены которой связаны брачными или родственными отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью и социальная необходимость в которой обусловлена потребностью общества в физическом и духовном воспроизводстве населения» [64, с. 75]. При этом автор считал, что брак и семья настолько взаимосвязанные явления, что в любой семье, брак, изначально выступает её ядром. Исследователь Е.М. Бабосов, считал, что социальная система, в основе которой лежит родство, брак или усыновление, связанная общим бытом, целью к воспроизводству человека и общей ответственностью и есть семья. Брак же он описывал как характерные для мужчины и женщины правовые отношения, которые формируют обязанности вступивших в такой союз по отношению к партнеру по браку и детям, рожденным в этом браке [8].

А.И. Кравченко и В.И. Добренёв, рассматривают семью как основанную на браке или биологическом родстве группу людей с характерной только для них системой взаимоотношений. Семья выступает

гарантированным средством пополнения общества новыми поколениями людей и обладает взаимной социальной, моральной и правовой ответственностью [27]. В.Н. Дружинин, считает, что семья является основной частью среды, в которой живет человек первую часть жизни, а всю остальную жизнь, он эту семью пытается построить.

В научной литературе семью рассматривают как малую социальную группу, основываясь на этой теории и опираясь на проанализированные труды, можно выделить определенные признаки характерные для семьи как для малой группы:

- биологические связи или брачный союз;
- общий быт;
- постоянная принадлежность к определенной семье (родственные узы);
- определенные правовые, эмоциональные и этические правила поведения и отношения характерные для членов конкретной семьи;
- эмоциональная значимость событий происходящих именно в этой группе;
- гетерогенный состав семьи.

Оценивая семейные отношения с позиции норм прав и морали, можно сказать, что ядро семьи изначально составляет брак, который в научной литературе описывают как официальное признание взаимоотношений между мужчиной и женщиной. Классическим продолжением брака является рождение детей и несение ответственности за их физическое и психологическое здоровье. К основным критериям семьи можно отнести совместную деятельность, условия проживания, собственность как основа экономической жизни, социокультурная среда, характерная для определенного государства и народа в определенный период времени. Как мы видим, изучение феномена «брак» невозможно без понимания устройства семейных систем в целом.

Понятие брака часто рассматривают в контексте семьи. Наряду с браком, также рассматривают понятие супружества. В простонародье брак и семья нередко выступают синонимами, описывая структуру семейных отношений, но в научном плане эти понятия можно разграничить. Брак в первую очередь является социальным институтом общества, призванным регулировать отношения между мужчиной и женщиной.

В 1979 году, А.Г. Харчев, в своей работе «Брак и семья», описывал брак как исторический и подверженный влиянию социальный вид отношений между женщиной и мужчиной, с помощью которого общественность структурирует, и санкционируют сексуальную жизнь супругов, устанавливает брачные и родительские обязанности и права [64]. Нередко брак рассматривают как юридическую форму отношений между двумя людьми, но данная трактовка, в отличие от научной, не позволяет рассмотреть всю многогранность данного понятия. В истоках классической социологии брак рассматривают как форма половых отношений между мужчиной и женщиной, которая изменяется под влиянием исторического периода и регулируется обществом.

В современном обществе, брак рассматривают как союз между двумя людьми, заключенный добровольно, оформленный в законном порядке, в основе которого лежит взаимная договоренность и стремление к созданию и сохранению семьи. С понятием брак связано понятие супружества. Отечественный ученый С.И. Голод, описывал супружество как межличностное взаимодействие между мужем и женой, которое регламентируется общими моральными принципами и личностными ценностями [23].

Брачные союзы лежат в основе семьи. Именно там проявляется социальная природа человека, духовное бытие и естественное психологическое состояние. Обществу выгодны крепкие брачные отношения людей, поэтому оно реализует некий вид социального контроля за эффективные функционирования брачных союзов, при помощи процесса

воспитания детей, социального воздействия на человека и общественного мнения. Выделение брака в отдельную категорию отношений между людьми произошло достаточно недавно. Общество претерпевало различные изменения, что привело к формированию условия для равноправного брака в юридических, нравственных и социальных аспектах. Брак подразумевает нравственную ответственность и психологическую готовность мужчин и женщин. Ведь им предстоит освоить новую систему отношений и обязанностей. Способность к благополучному браку включает в себя несколько аспектов, куда можно отнести эмпатию, способность к компромиссам, психологическую культуру и многое другое. Далее в нашей работе мы рассмотрим важнейшие истоки супружеского благополучия и удовлетворенности браком. Удовлетворенность браком считается стабилизирующим фактором супружеских отношений. В социально-психологической литературе удовлетворенность складывается из ряда определенных элементов, в зависимости от требований, которые предъявляются к личности партнера.

Несколько фундаментальных факторов удовлетворенности браком можно объединить в одно понятие – психофизиологическая совместимость. К ней можно отнести: положительное отношение к социальному статусу, физиологическую эстетику, успех и богатство. Гармоничный брак подразумевает социальную и психологическую зрелость обоих супругов, готовность к участию в социальной жизни, долг, гибкость и ответственность перед супругом. В благополучных браках партнеры ценят друг в друге верность, любовь к семье и надежность. На благополучие оказывают влиянию множество факторов, к примеру, отношения между родителями супруга, семейный уклад, негативные качества родителей и т.д. Часто глубокие конфликты могут возникать там, где у супругов сильно отличаются мировоззрения. Нередко на благополучие влияет уровень интеллекта, образования, черты характера [16].

Анализируя работы различных исследователей, можно сказать, что гармонию брачных отношений определяют несколько аспектов: общий культурный уровень, сходство представлений о себе, партнере и мире в целом, степень привязанности, психофизиологическая совместимость, совпадение ценностей и моральных система, степень психологической зрелости, сексуальная совместимость. Большую значимость положительным отношениям придает ценностная и психофизиологическая совместимость, изменить которые достаточно трудно. Остальные виды совместимостей поддаются коррекции, подвергаются динамическим изменениям в процессе адаптации к браку [49].

Брак, как множество других социально-психологических процессов проходит ряд определенных этапов, которые нередко сопровождаются нормативными кризисами. Такие кризисы хоть и обладают общей тенденцией, зависят от культурно-социальных условия существования, способности супругов идти на компромиссы и психологического здоровья каждого из членов союза. Изменять своё поведение, с целью повышения чувства удовлетворенности браком, помогает присутствие осознаваемой установки на совместное развитие и обнаружение изменений в партнере. Нередко отсутствие внимания к процессам развития личности супруга и изменениям его ценностей и интересов, приводит брачный союз вероятному распаду. Развод является радикальным вариантом разрешения возникших семейных проблем, но и он может в дальнейшем выступить определенным опытом для человека, изменить его взгляды на собственные представления о себе в частности и семейной жизни в целом. Сам феномен благополучия, вкратце можно охарактеризовать как удовлетворенность личности семейной жизнью и потребностей других членов семьи в ходе семейных отношений [63].

В науке существует множество взглядов на удовлетворенность браком. Некоторые из них достаточно сильно отличаются от классических теорий. 3. Цельмер указывает на такой факт, что уровень удовлетворенности браком

невозможно оценить объективно с точки зрения благополучия. Автор пишет, что супруги могут быть недовольны своим союзом, даже если в нем отсутствуют конфликты или противоборства, а супруги удовлетворенные своим браком могут иметь множество различных проблем, которые они оставили без разрешения [55].

Рассмотрим работы известных исследователей в области семейных отношений. И.В. Гребенников совместимость двух людей в брачном союзе рассматривает как сочетание личностных ценностей, мировоззрений, установок и интересов [11]. Ю.Ю. Алешина, считает, что ошибки в выборе супруга определяют неудачи в браке. Такие ошибки, возникают, когда в реальности, у избранника не наблюдаются необходимые черты личности и совокупность его психофизиологических характеристик, ценностей, установок и взглядов не удовлетворяют потребности того, кто его выбирает. При этом даже наличие положительных качеств не может изменить ситуацию в лучшую сторону. Биологическая и нравственная совместимость, которая также отражает культурное, религиозное и политическое воспитание замененная другими положительными качествами, даст лишь временный эффект удовлетворенности или же не сыграет значительной роли совсем [2].

Н.Н. Посысоев, в своих трудах указывает, что удовлетворение потребностей членов брачного союза, реализуется в процессе выполнения семьей её социальных функций и чем эффективнее такое выполнение, тем выше семейной благополучие. К социальным функциям семьи, автор относит адекватное социальное поведение в процессе взаимодействия с обществом, социальными группами и отдельными личностями [40].

А.А. Тарандов, в своих трудах посвященных анализу семейных функций, рассматривает благополучие в семье как субъект социального действия. Благополучная семья характеризуется таковой, при условии, что она удовлетворяет потребности социальных институтов общества [47].

Н.В. Кочелаева к главным факторам, определяющим благополучие в семье, относит личные качества членов брачного союза и их способность к

решению возникающих проблем. Отсутствие таких способностей приводит к конфликтам, противоречиям и как следствие к несовместимости психологических особенностей супругов. Учет индивидуальных и психологических особенностей мужа и жены, является важным фактором семейного благополучия, одной из главных таких особенностей выступает тип личности человека, несовместимость типов, нередко приводит к супружеским конфликтам, которые в свою очередь будут выступать предпосылками развода [38].

Некоторые работы отечественных исследователей были посвящены взаимосвязи стажа брака с удовлетворенностью супружеской жизнью и рассматривались в контексте становления ролей в структуре семьи. Е.В. Антонюк в процессе исследований молодых семей, выделяет две формы полоролевого разделения в браке. Первая основывается на традиционных взглядах и стереотипах, где все обязанности в семье распределяются с учетом биологических полов супругов. Во второй обязанности распределяются равноправно и в одинаковой степени, основываясь на личностных предпочтениях каждого из супругов. Вторая форма становится всё более характерна для современного общества. В ней, для поддержания высокого уровня удовлетворенности необходимо свободное сотрудничество, адекватное решение конфликтов и низкое давление в сфере ведение общего быта. В традиционной форме браке жене отдается роль создателя позитивного эмоционального климата и готовность к подчинению мужу [6].

В.П. Левкович удовлетворение браком связывает с субъективным счастьем каждого из супругов, их положительными эмоциями и способностью наслаждаться своей жизнью. Дисбаланс в системе жизнедеятельности супружеских отношений начинается тогда, когда какие-то потребности членов брачного союза удовлетворяются в минимальных количествах или же не удовлетворяются совсем. Длительное неудовлетворение потребностей приводит к целому спектру нарушений в финансовых, общественных, физиологических и психологических сферах

существования обоих супругов. В качестве примера, можно привести неудовлетворение сексуальных потребностей одного из супругов, что часто является предпосылкой к изменам, предательствам и возникновению идей о разводе [43].

Огромный вклад в исследования, посвященные удовлетворенности браком и семейным установками в системе распределения ролей в браке принадлежит А.Н. Обозовой и И.Н. Обозову. Анализ их исследований, позволяет сказать, что противоречия супругов относительно распределения семейных ролей в браке и характера функций в союзе приводит к дестабилизации этого союза. Авторы также установили и обратную связь, схожесть взглядов на роли и функции в семье положительно влияет на брак и увеличивает степень удовлетворенности им. В данной теории, они дифференцировали факторы устойчивости брака, разделив их на внешние, внутренние, объективные и субъективные. Эмоциональные компоненты они отнесли к внутренним субъективным, а к внутренним объективным отнесли индикаторы психологической совместимости супругов. Финансовые условия брачного союза и баланс социальной системы были отнесены к внешним объективным факторам, а внешние субъективные включили в себя социальный контроль, культуру, национальные традиции и близкое окружение [49]. Похожий результат был получен в экспериментальных исследованиях Н.Ф. Федотовой, которая выявила корреляционную взаимосвязь между удовлетворенностью браком, ролевыми ожиданиями и ролевыми позициями супругов [63].

Довольно структурированный подход в исследованиях супружеского благополучия применили ученые Г.С. Васильченко и Ю.А. Решетняк. В структуру факторов благополучия они включили пять аспектов: психологический, физический, сексуальный, культурный и материальный. К физическому было отнесено запах, речь, мимика, жестикация, голосовой тембр и свойственная именно этому человеку манера поведения, при этом данный элемент определяется в начале общения, являясь при этом самым

устойчивым. Материальный аспект характеризуется вкладом в общее материальное положение семье каждым из супругов, а также поддержанием этого вклада и положения семьи в целом. Психологический элемент определялся индивидуально-психологическими свойствами, умению идти на компромиссы при возникновении противоречий в различных сферах жизни семьи, особенностями воспитания каждого из супругов. Сексуальный элемент характеризуется и влияет на успешность брака, когда реальные интимные ожидания одного супруга совпадают с интимными ожиданиями второго. В сексуальном факторе также учитывается физический фактор, возраст и уровень здоровья. Культурный элемент включает в себя уровень интеллекта каждого из супругов и общую культуру, данный аспект не является зафиксированным и подвергается определенным изменениям на протяжении всей жизни [15].

В.А. Сысенко, включает в понятие удовлетворенность браком уровень удовлетворения всех потребностей человека, считая, что изучаемый феномен имеет достаточно широкий спектр исследований. Он указывает, что у каждого из членов брачного союза существует минимальный порог потребностей, которые необходимо удовлетворить. Если этот минимум не достигнут, начинает формироваться дисгармония в отношениях, которая в дальнейшем будет только усиливаться и закрепляться [59].

Стоит отметить, что супружеская удовлетворенность и удовлетворенность браком являются однородными понятиями, а в некоторых исследованиях выступают синонимами. Оба процесса могут возникать только тогда, когда каждый из членов союза достигает субъективного благополучия и благополучие одного супруга совместимо и устраивает другого.

М.С. Мацковский трактует удовлетворенность браком как интегрированную характеристику, которая включает в себя отношение супругов к различным сферам их совместной жизни, взаимодействие с

социумом, положительную оценку досуга каждого из супругов и распределением ролей в семье [46].

Известный отечественный ученый С.И. Голод в своих трудах, к факторам удовлетворенности брака относит адекватно сформированный образ о себе и своей семье у каждого из супругов, на который влияют различные события на протяжении жизни, полученный ранее опыт и родительские установки [23].

Ю.Е. Алешина рассматривает семью с точки зрения изучения малых групп и считает, что брак подвержен таким же изменениям. Она трактует удовлетворенность браком как личностная оценка взаимоотношений супругов в браке каждым из них.

А.Ю. Тавит, проводя исследования брачных отношений молодых семей, отмечала две основные категории факторов влияющих на удовлетворённость браком:

К первой категории относятся те аспекты, которые сформировались до вступления в брак: мотивы создания семьи, идеализация потенциального партнера и самого брака, различные психологические характеристики.

Ко второй категории относят те аспекты, которые сформировались уже в самом браке: эмоциональные и этические отношения между партнерами, распределение ролей и функций в браке, проведение совместного досуга, отношения родственниками супруга и психофизиологическая совместимость [58].

Уже упомянутые нами ранее по отдельности исследователи А.Г. Харчев и М.С. Мацковский, в своих совместных работах, указывали на связь удовлетворенности браком с мотивами вступления в этот брак. Они пишут, что люди, которые считают свой брак благополучным и полностью им удовлетворены, обычно вступали в него по таким мотивам как любовь, схожесть во взглядах на мир, общие ценности и интересы. Те же, кого свой брак не устраивал, связывали это с такими мотивами как вступление в брак с

целью избегания одиночества, желание улучшить своё материальное состояние, случайность и легкомыслие [46].

А.Г. Лидерс и Е.Н. Спирина связывают удовлетворённость браком со стилем родительского воспитания, как в самом браке, так и в детстве каждого из супругов. Авторы считают, что степень негативных отклонений в воспитании уменьшается, тогда, когда степень удовлетворенности браком увеличивается и наоборот, чем ниже удовлетворенность браков, тем выше количество ошибок в воспитании [54].

Много исследований относительно факторов удовлетворенности браком было проведено А.П. Новгородовой. Главную роль она отдавала влиянию на брак социально-психологических аспектов личности и полоролевому распределению функций в семье. В классическом понимании ролей, закреплено, что жена выполняет роль хозяйки и матери, а муж роль добытчика и защитника. В исследованиях автора, указывается, что женщины, состоящие в браке с таким распределением ролей, меньше оценивают свой брак как удовлетворительный, в отличие от женщин, в чьих браках царит равноправие в распределении функциональных обязанностей и ролей, эта категория респондентов оценила удовлетворенность своим браком значительно выше. Она сделала вывод, что наиболее счастливы в браке те семьи, в которых роли супругов во всех сферах жизни распределены в соответствии с личными предпочтениями каждого из супругов. Сюда же отнесли наличие детей в возрасте от 1 до 5 лет. К характерным индикаторам неудовлетворенности браком, автор отнесла наличие детей младенцев, классическое распределение ролей в семье в соответствии с традиционными стереотипами и несогласованность семейных функций с личными предпочтениями [48].

Одна из самых, полных, систематизированных классификаций факторов на основе уже проведенных исследований, была создана Т.А. Гурко.

Т.А. Гурко интегрировала все факторы в четыре основные группы:

- материальные, социальные и демографические аспекты семьи (возраст членов брачного союза, количество детей в семье, уровень финансового дохода, как каждого супруга, так и совместный);
- характеристики, отражающие деятельность супругов вне семейной сферы жизни (сюда относят профессиональную сферу жизни каждого из супругов, их взаимодействие с социальной средой и открытость или закрытость самой семейной системы);
- поведение супругов непосредственно в семейной сфере (различные семейные установки, распределение функционально-ролевых обязанностей в бытовых и хозяйственных вопросах, организация и проведение совместного досуга);
- данная категория включает в себя отношений между супругами (чувство любви и уважения, нравственные ценности, эмоциональные отношения, интересы, взгляды, верность семье) [24].

На основе анализа научных работ, можно сделать вывод, что на удовлетворенность супружеского брака влияет большое количество разнообразных факторов: детско-родительские отношения, индивидуально-психологические характеристики, совпадающие ценности, интересы, мировоззрения, мотивы вступления в брак, стаж семейной жизни, модели поведения в семье до брака, распределение функций и ролей в браке, удовлетворенность сексуально-эротическими отношениями, способности к решению конфликтов и умения идти на компромиссы.

Удовлетворенность браком, так же, содержит в себе результат процессов реализации представлений о супруге в частности и семье в целом, которые формируются в сознание человека на основе полученного опыта и влияния различных событий в процессе жизнедеятельности. Индикаторами удовлетворенности часто выступают такие понятия как стабильность и устойчивость брачных отношений, где под устойчивостью понимают эффективность совместной деятельности, цель которой, удовлетворение личностных и общих потребностей. Несколько фундаментальных факторов

удовлетворенности браком можно объединить в одно понятие – психофизиологическая совместимость.

Брачные союзы лежат в основе семьи. В них проявляется социальная природа человека, духовное бытие и естественное психологическое состояние. Активное изучение факторов, влияющих на степень удовлетворенности браком и супружескими отношениями необходимо обществу, ведь именно счастливый брак является одним из важнейших компонентов удовлетворенности жизни в целом и фактором психического здоровья и психологического благополучия взрослого человека.

Выводы по первой главе

Гендерные модели поведения это установленные программы различий между мужчинами и женщинами относительно социальных норм и стандартов социальных функций. Гендерные модели являются результатом процесса гендерной социализации человека. Они содержат в себе определенные гендерные характеристики, которые приобретаются и закрепляются в процессе социального развития и усвоения образцов гендерного взаимодействия и поведения. Это особый вид социализации человека, в основе которого лежит понятие, что нормативы поведения, социальные ценности, личностные навыки, характеристики и культурные образцы выступают критериями дифференциации людей на отдельные группы, называемые гендерными сообществами. Анализируя проблему гендера можно сказать, что они являются свойственным атрибутом повседневного мышления, сознания и взаимодействия личности в социальной сфере, прямо или косвенно затрагивая остальные сферы жизнедеятельности человека. Для людей характерно приписывать друг другу характеристики и свойства, которые, по их мнению, присущи людям определенного пола. Для этого люди используют шаблонные образцы и общепринятые нормы относительно поведения мужчин и женщин,

формирующиеся в процессе развития, приобретения опыта и социализации личности.

Психологическое благополучие супругов в семье является результатом совокупности субъективных благополучий каждого из супругов. Психологическое благополучие личности представляет из себя интегральное социально-психологическое образование, содержащее в себе отношения человека к своей жизни, оценку себя и окружающего мира. Оно задает направленность деятельности и помогает оценить её качество.

Множество различных критериев и качеств, относительно структуры благополучия, условно можно сгруппировать в три основных компонента – когнитивный, поведенческий и эмоциональный. Все они имеют свои цели, задачи и функции и характеризуются субъективностью, позитивностью и направленностью. Субъективное благополучие не фиксированный результат, свойственный определенному возрасту или времени, оно может быть представлено на любом аспекте жизненного пути и быть связано с любым видом деятельности человека.

Удовлетворенность браком выступает одни их фундаментальных критериев психологического благополучия личности в браке. На удовлетворенность супружеского брака влияет большое количество разнообразных факторов: детско-родительские отношения, индивидуально-психологические характеристики, совпадающие ценности, интересы, мировоззрения, мотивы вступления в брак, стаж семейной жизни, модели поведения в семье до брака, распределение функций и ролей в браке, удовлетворенность сексуально-эротическими отношениями, способности к решению конфликтов и умения идти на компромиссы.

Удовлетворенность браком, так же, содержит в себе результат процессов реализации представлений о супруге в частности и семье в целом, которые формируются в сознание человека на основе полученного опыта и влияния различных событий в процессе жизнедеятельности. Индикаторами удовлетворенности часто выступают такие понятия как стабильность и

устойчивость брачных отношений, где под устойчивостью понимают эффективность совместной деятельности, цель которой, удовлетворение личностных и общих потребностей. Несколько фундаментальных факторов удовлетворенности браком можно объединить в одно понятие – психофизиологическая совместимость.

Брачные союзы лежат в основе семьи. В них проявляется социальная природа человека, духовное бытие и естественное психологическое состояние. Активное изучение факторов, влияющих на степень удовлетворенности браком и супружескими отношениями необходимо обществу, ведь именно счастливый брак является одним из важнейших компонентов удовлетворенности жизни в целом и фактором психического здоровья и психологического благополучия взрослого человека.

Глава 2 Эмпирическое исследование особенностей психологического благополучия супругов в семье в зависимости от гендерных моделей поведения

2.1 Организация и методы исследования

Наше исследование проводилось с января 2019 года по март 2021 года. Оно состояло из нескольких определенных этапов работы, с характерными целями и задачами.

На первом этапе работы (02.2019 – 08.2019), нами была выдвинута гипотеза исследования, определена цель и задачи необходимые для её выполнения. Был определен объект и предмет исследования, подобран список литературы.

На втором этапе нашей работы (09.2019 – 01.2020) мы провели теоретический анализ концепций, относительно изучаемого феномена и провели обзор уже проведенных опытно-экспериментальных работ по исследуемой проблеме. Основываясь на теоретическо-экспериментальный уровень разработанности проблемы в уже проведенных исследованиях, мы составили план экспериментального исследования, выбрали валидный психодиагностический инструментарий, методы сбора и обработки данных, сформировали выборку исследования. Выборка была сформирована случайным образом, в неё вошли 23 супружеские пары, проживающие на территории города Тольятти и Самары. Выборка имеет следующие особенности:

Количество респондентов: 46 человека.

Соотношение по полу признаку: 50% мужчин и 50% женщин.

Возраст респондентов: от 25 до 45 лет.

Стаж супружеской жизни: от 5 до 15 лет.

У 50% супружеских пар имеется 1 общий ребенок. 35% имеют в диаде 2 детей. 10% имеют 3 детей. 5% на момент участия в исследовании общих детей не имеют.

Образование: 60% высшее, 30% средне - специальное, 10% полное общеобразовательное.

На третьем этапе работы (02.2020 - 08.2020), с помощью выбранных психодиагностических методик, мы провели экспериментальное исследование, с целью сбора данных, необходимых для анализа изучаемой проблемы. Психодиагностическое исследование проводилось в форме индивидуальной работы с каждым респондентом и включало в себя инструктаж о целях исследования, заполнение бланков, работу с опросниками, обратную связь. В процессе диагностики соблюдались принципы конфиденциальности и добровольности. Все респонденты могли получить ответ о результатах теста с разъяснениями - по электронной почте, телефону или личной встрече.

На четвертом этапе работы (09.2020 – 12.2020) проводилась обработка собранных данных. Подсчет полученных баллов, перевод сырых баллов в стандартные, составление и заполнение сводных таблиц. Далее мы провели количественный и качественный анализ данных всех респондентов. Для более детальной интерпретации, мы разделили выборку на мужскую и женскую подвыборки и провели анализ данных, с учетом биологического пола каждого из супругов. Следующим этапом работы стало проведение корреляционного анализа, с использованием программы математической обработки SPSS, с целью выявления взаимосвязи типа гендера с уровнем психологического благополучия и удовлетворенностью браком.

Заключительный этап включал (01.2021 – 04.2021) в себя формулировку выводов, подведение итогов исследовательской работы и составление рекомендации по гармонизации отношений в супружеских парах принявших участие в исследовании.

Для решения эмпирических задач, в качестве психодиагностического инструментария, были выбраны следующие методики:

Тест-опросник удовлетворенности браком (ОУБ), разработанный В.В. Сталиным, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко.

Цель данной методики - экспресс-диагностика степени удовлетворенности и неудовлетворенности браком, согласованности и несогласованности супружества в конкретной паре. Респондентам необходимо выбрать один из трех вариантов (верно, не уверен; неверно) относительно определенного суждения. Всего, предлагается ответить на 24 суждения, которые в конечном итоге представляют собой одномерную шкалу и относятся к различным сферам жизни – установки, оценка семейной жизни, образ и принятие супруга и самого себя, мнение относительно успешности брака. С помощью ключа к методике, подсчитывается общий балл, на основе которого делается вывод о степени удовлетворенности браком в градации от абсолютно неблагоприятный до абсолютно благоприятный [60].

Полоролевой опросник Сандры Бем.

Цель данной методики заключается в диагностике психологического пола и выявлении уровня андрогинности, маскулинности и феминности индивидуума, то есть, шкалы методики показывают степень проявления у личности классических поведенческих паттернов и личностных черт, характерных для мужского или женского пола. Опросник включает в себя 60 качеств, где 20 пунктов, характерны для традиционного общественного мнения о маскулинности, 20 пунктов ассоциирующихся с феминностью и 20 пунктов которые отражает степень соотношения у респондента идентификаций с традиционными маскулинными и традиционными феминными чертами. Все утверждения опросника предоставляются респонденту поочередно, где ему необходимо определить, характерно для него данное качество или нет. Далее, с помощью ключа у каждого респондента подсчитывается общий балл. Затем высчитываются показатели феминности (F) и маскулинности (M) в соответствии со следующими

формулами. F = (сумма баллов по фемининности): 20 M = (сумма баллов по маскулинности): 20. Основной индекс IS определяется как: $IS=(F-M)*2,322$. Если величина индекса IS заключена в пределах от -1 до +1, то делают заключение об андрогинности. Если индекс IS меньше -1, то делается заключение о маскулинности, а если индекс IS больше +1 - о фемининности [53].

Шкала психологического благополучия К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко.

Данная методика представляет собой адаптированную на русский язык зарубежную методику по выявлению уровня психологического благополучия разработанную К. Рифф. Респонденту предлагается ответить на 84 утверждения относительно своей личности и жизни, выбрав один из 6 предложенных ответов, составленных в полярном порядке от «абсолютно не согласен» до «абсолютно согласен». Целью методики выявление уровня психологического благополучия личности, под которым понимают субъективное самоощущение целостности и осмысленности индивидом своего бытия. Методика содержит в себе 6 шкал, каждая из которых характеризует тот или иной компонент психологического благополучия. Совокупная оценка всех шкал, позволяет определить общий уровень благополучия. К определяемым компонентам относятся:

Шкала «Положительные отношения с другими». Данный компонент позволяет определить количество доверительных отношений респондента с другими людьми, их силу, и составляющую, которая выражается в степени открытости, уровне заботы о других, межличностных отношениях, сопереживании, привязанности, взаимных уступках, компромиссах, изоляция от других, ригидности и нежелании поддерживать связи с окружающими людьми.

Шкала «Самопринятие». Данный компонент характеризует позитивное или негативное отношение к своей личности, позволяя понять, насколько человек принимает плохие и хорошие качества своей личности, доволен ли

он собой, желает ли быть тем, кем он является. Так же, сюда относятся положительная или отрицательная оценка своего прошлого и беспокойство относительно некоторых индивидуально-психологических качеств.

Шкала «Автономия». Позволяет увидеть уровень независимости и самостоятельности респондента, его способности к противостоянию общественному мнению и саморегуляции своего поведения. Сюда относятся навыки к самостоятельности в поведении, которое осуществляется либо с опорой на личностные критерии, либо под влиянием социума.

Шкала «Жизненные цели». Данный компонент показывает направленность личности относительно целей в жизни, существующий смысл бытия, намерения и стремления, будущие перспективы и оценку прошедших событий. Также компонент помогает увидеть временную перспективу личности и отношение к времени.

Шкала «Управление окружением». Данный компонент психологического благополучия личности, выявляет уровень способности испытуемого к управлению своим окружением и позволяет увидеть, обладает ли человек компетенцией к управлению внешней деятельностью через создание условий и обстоятельств, которые будут удовлетворять его личные потребности и помогать осуществлять свои цели. Низкий уровень такой шкалы, будет говорить о неспособности к эффективной организации своей деятельности, безрассудном отношении к повседневным делам, вызывая чувство невозможности повлиять на свою жизнь и контролировать происходящее вокруг.

Шкала «Личностный рост». Данный аспект психологического благополучия позволяет определить, насколько человек оценивает свой уровень самореализации, интерес к развитию своих личностных навыков. Сюда же относится открытость к новому опыту, реализация потенциала, изменения своего поведения с учетом новых достижений, интерес к жизни.

Шкала психологического благополучия. Данная шкала показывает общий уровень психологического благополучия, высчитываемый путем

сложения значений всех компонентов. Итоговый балл определяет, низким, средним или высоким уровнем благополучия обладает респондент [65].

2.2 Результаты эмпирического исследования психологического благополучия супругов в семье в зависимости от гендерных моделей поведения

2.2.1 Особенности психологического благополучия удовлетворенности браком и гендерных моделей поведения супругов

В данной части нашей работы, мы проведем анализ результатов, полученных в ходе эмпирического исследования. На первом этапе констатирующего эксперимента, с помощью теста-опросника, мы выявили у респондентов степень удовлетворенности или неудовлетворенности своим браком (Приложение А). Обобщенные результаты представлены в процентном соотношении от общего числа респондентов ($n=46$) в виде круговой диаграммы на рисунке 1.

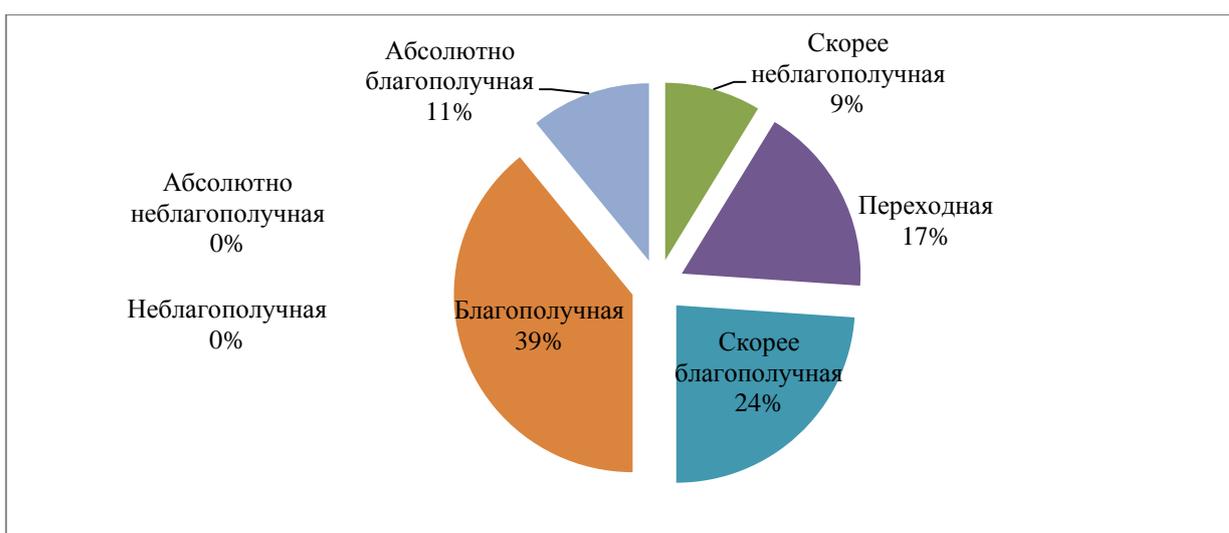


Рисунок 1 – Степень удовлетворенности респондентов браком

Анализируя полученные данные, мы видим, что в выборке исследования отсутствуют респонденты, которые считают свой брачный союз абсолютно неблагополучным (0%) и неблагополучным (0%). Скорее неблагополучным считают свой брак 9% респондентов. В таких супружеских парах, один или оба супруга считают, что их семейная жизнь несчастнее, чем у других, они склонны полагать, что отношения уже не обладают той позитивной окраской, что раньше или же их ожидания от брака не оправдались. Положительные эмоции, с которыми они вступали в брак, постепенно ослабевают, а супружество приносит беспокойство и дискомфорт. Скорее неблагополучный уровень удовлетворенности говорит о временно возникших или постоянных проблемах в брачных отношениях, возникающих со стороны одного или обоих супругов.

У 17% респондентов была выявлена переходная степень удовлетворенности своим браком. Такой результат может быть связан с потерей взаимопонимания и силы эмоциональной близости между супругами. Один или оба супруга считают, что их близкие оценивают их брак не совсем удавшимся, что снижает общий уровень удовлетворенности. Возможно, один из супругов хотел бы, что-то изменить в характере другого считая, что недостатки супруга, в процессе брака постепенно начали перевешивать его достоинства. Они считают, что жизнь в семье не зависит от их личной воли, а эмоциональная поддержка не осуществляется в должной мере. Также переходная степень брака может возникать в процессе развитии кризиса семейных отношений, который, оставленный без внимания, может привести семью к неблагополучному браку и разводу.

Скорее благополучной, свою семью считают 24% респондентов. В такой супружеской паре один или оба супруга считают свой брак достаточно удавшимся, но не идеальным. Они считают, что жизнь их партнера без них была бы неполноценной, но при этом считают, что возможные проблемы в браке возникают из-за характера своего супруга. Им сложно оценить стали ли их чувства к партнеру сильнее или слабее с момента вступления в брак и

считают, что в их браке существуют определенные проблемы с эмоциональной поддержкой. Они склонны полагать, что брак может снижать их творческие и профессиональные способности, но при этом они не ощущают сильного беспокойства из-за этого.

Как мы видим на рисунке 1, 39% респондентов оценивают свой брак как благополучный. В таких союзах супруги склонны полагать, что их брак сложился лучше, чем у их знакомых. Их чувства, к друг другу, с момента заключения брака не изменились. Они гордятся своей второй половинкой и успешностью своего брака, считают, что достоинства их супруга компенсируют его недостатки. Такой брак наполнено положительной эмоциональной связью, а супружеские отношения приносят достаточное удовлетворение и радость. В таком союзе редко возникают мысли о разводе, а жизнь без семьи представляется как жизнь, наполненная отрицательными переживаниями.

У 11% респондентов была выявлена абсолютно благополучная степень удовлетворенности своей семьей. Они считают свой брак полностью удавшимся и успешным. Положительные чувства к супругу с момента заключения брака только увеличилось, а жизнь без него не представляется возможным. В семьях с таким уровнем благополучия царит гармония и радость. Супруги постоянно оказывают друг другу эмоциональную поддержку и заботу. Они гордятся своим выбором партнера и считают, что у них отсутствуют какие-либо препятствия к счастливой семейной жизни. Они склонны полагать, что их брак успешнее и счастливее чем у других людей, а близкие друзья оценивают их брак как состоявшийся и успешный. Они не замечают недостатков супруга или же считают, что они легко компенсируются большим количеством достоинств. В таких семьях редко либо никогда не возникают мысли о разводе, а брак помогает развивать свои личностные, творческие и эмоциональные способности.

Для более детального анализа степени удовлетворенности супругов браком, мы разделили выборку на мужскую и женскую подвыборки.

Результаты представлены в процентном соотношении от общего числа респондентов в каждой подвыборке ($n_1=23$, $n_2=23$) посредством круговых диаграмм на рисунках 2 и 3.



Рисунок 2 – Степень удовлетворенности браком мужчин

Как мы видим на рисунке 2, в мужской подвыборке, отсутствующих респондентов, оценивающих свой брак как абсолютно неблагополучный и неблагополучный. 9% мужчин оценивают свой брак как скорее неблагополучный. Они считают, что их семейная жизнь несчастнее, чем у других, склонны полагать, что отношения уже не обладают той позитивной окраской, что раньше или же ожидания от брака не оправдались. Положительные эмоции, с которыми они вступали в брак, постепенно ослабевают, а супружество приносит беспокойство и дискомфорт. Скорее неблагополучный уровень удовлетворенности говорит о временно возникших или постоянных проблемах в брачных отношениях. У 26% мужчин, выявлены переходная степень удовлетворенности браком. Такой результат может быть связан с потерей взаимопонимания и силы эмоциональной близости между супругами. Они считают, что их близкие оценивают их брак не совсем удавшимся, что снижает общий уровень

удовлетворенности. Они хотели бы, что-то изменить в характере супруги, считая, что её недостатки, в процессе брака постепенно начали перевешивать достоинства. Они считают, что жизнь в семье не зависит от их личной воли, а эмоциональная поддержка не осуществляется в должной мере. Также переходная степень брака может возникать в процессе развития кризиса семейных отношений, который, оставленный без внимания, может привести семью к неблагополучному браку и разводу. 9% оценивают свой брак как скорее благополучный. Мужчины с такой степенью, свой брак достаточно удавшимся, но не идеальным. Они считают, что жизнь их партнера без них была бы неполноценной, но при этом считают, что возможные проблемы в браке возникают из-за характера своего супруга. Им сложно оценить стали ли их чувства к партнеру сильнее или слабее с момента вступления в брак и считают, что в их браке существуют определенные проблемы с эмоциональной поддержкой. Они склонны полагать, что брак может снижать их творческие и профессиональные способности, но при этом они не ощущают сильного беспокойства из-за этого. Благополучно оценивают свой брак 43% мужчин, принимавших участие в исследовании. Они склонны полагать, что их брак сложился лучше, чем у их знакомых. Их чувства к супруге, с момента заключения брака, не изменились. Они гордятся своей второй половинкой и успешностью своего брака, считают, что достоинства их супруги компенсируют её недостатки. Супружеские отношения приносят им достаточное удовлетворение и радость. В таком союзе редко возникают мысли о разводе, а жизнь без семьи представляется им как жизнь, наполненная отрицательными переживаниями. 13% мужчине оценили свой брак как абсолютно благополучный. Они считают свой брак полностью удавшимся и успешным. Положительные чувства к супруге с момента заключения брака только увеличились, а жизнь без неё не представляется возможной. В семье с таким уровнем благополучия царит гармония и радость. Супруг постоянно оказывают супруге эмоциональную поддержку и

заботу. Они гордятся своим выбором партнера и считают, что у них отсутствуют какие-либо препятствия к счастливой семейной жизни.



Рисунок 3 – Степень удовлетворенности браком женщин

Как мы видим на рисунке 3, в женской подвыборке, отсутствующим респонденты, оценивающим свой брак как абсолютно неблагополучный и неблагополучный. 8% женщин считают свой брак скорее неблагополучным. Они считают, что их семейная жизнь несчастнее, чем у других и склонны полагать, что отношения уже не обладают той положительной окраской, как раньше или же их ожидания от брака не оправдались. Положительные эмоции, с которыми они вступали в брак, значительно ослабли, а супружество приносит беспокойство и дискомфорт. Женщины считают, что недостатки их супругов перевешивают их достоинства. У 9% женщин, выявлена переходная степень удовлетворения своим браком. Они склонны полагать, что взаимопонимание и сила эмоциональной близости между ними и своими супругами значительно ослабла. Также они считают, что их близкие оценивают их брак не совсем удавшимся, что снижает общий уровень удовлетворенности. Они считают, что жизнь в семье не зависит от их личной воли, а эмоциональная поддержка не осуществляется в должной

мере. Оставленная без внимания такая степень удовлетворенности может привести к полной дисгармонии в семейной жизни, что является предпосылкой к разводу. Скорее благополучным считают свой брак 39% женщин. Они считают свой брак достаточно удавшимся, но не идеальным. Склонны полагать, что жизнь их партнера без них была бы неполноценной, но при этом считают, что возможные проблемы в браке возникают из-за характера своего супруга. Им сложно оценить стали ли их чувства к партнеру сильнее или слабее с момента вступления в брак и считают, что в их браке существуют определенные проблемы с эмоциональной поддержкой. Они склонны полагать, что брак может снижать их творческие и профессиональные способности, но при этом они не ощущают сильного беспокойства из-за этого. Благополучная степень выявлена у 35% женщин. Их чувства, к супругу, с момента заключения брака не изменились. Они гордятся своей второй половинкой и успешностью своего брака, считают, что достоинства их супруга компенсируют его недостатки. Такой брак наполнен положительной эмоциональной связью, а супружеские отношения приносят достаточное удовлетворение и радость. В таком союзе редко возникают мысли о разводе, а жизнь без семьи представляется как жизнь, наполненная отрицательными переживаниями. 9% женщин считают свой брак абсолютно благополучным. Они уверены, что их брак полностью удался. Положительные чувства к супругу с момента заключения брака только увеличились, а жизнь без него не представляется возможным. Они гордятся своим выбором партнера и считают, что у них отсутствуют какие-либо препятствия к счастливой семейной жизни. Они склонны полагать, что их брак успешнее и счастливее чем у других людей, а близкие друзья оценивают их брак как состоявшийся и успешный. Они не замечают недостатков супруга или же считают, что они легко компенсируются большим количеством достоинств. В таких семьях редко либо никогда не возникают мысли о разводе, а брак помогает развивать свои личностные, творческие и эмоциональные способности.

Анализируя результаты респондентов мужской и женской выборки, мы можем сделать вывод, что женщины оценивают удовлетворенность своим браком по большей части как благополучный и скорее благополучный (74% от общего числа). Мужчины же оценивают брак в основном как благополучный и переходной (70% от общего числа).

Далее, в нашей работе, с помощью методики определения полоролевой идентификации мы определили, к андрогинному, маскулинному или феминному типу относятся респонденты исследования (Приложение Б). Учитывая методологическую основу нашей работы, склонность респондентов к определенной полоролевой идентификации может показывать степень их приверженность к традиционным мужским или женским моделям поведения и чертам личности. Обобщенные результаты представлены в процентном соотношении от общего числа респондентов (n=46) в виде круговой диаграммы на рисунке 4.

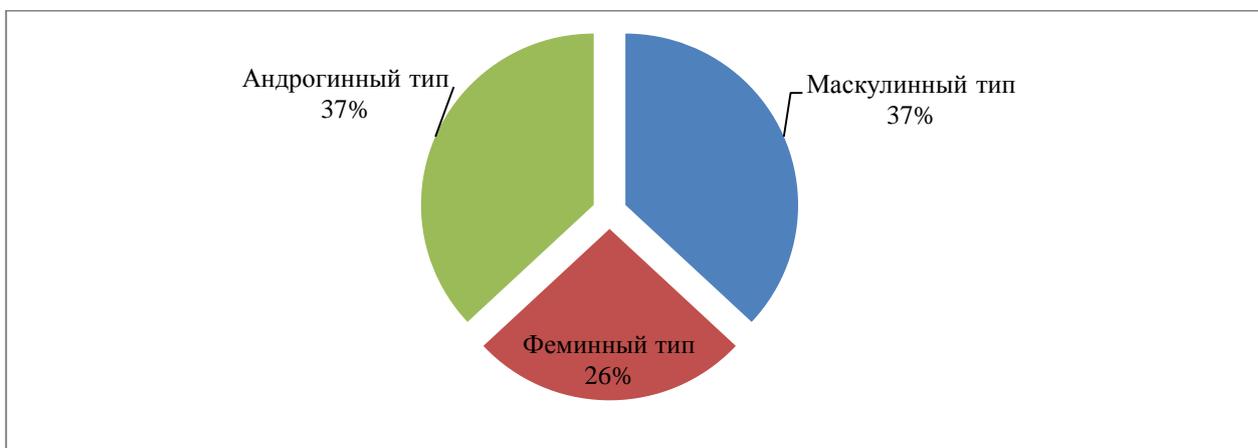


Рисунок 4 – Типы гендерных моделей поведения в изучаемой выборке

Как мы видим на рисунке 2, у 37% респондентов выявлен маскулинный тип ролевой идентификации. 37% обладают феминным типом, а 26% андрогинным типом. Так как полоролевая идентификация связана с приверженностью определенным личностным чертам и характерным для

психологического пола поведения, результаты по данной методике были разделены на мужские и женские выборки. Гендерные типы мужской и женской выборки представлены в процентном соотношении от общего числа респондентов в каждой выборке ($n_1=23$ и $n_2=23$) посредством круговых диаграмм на рисунках 5 и 6.

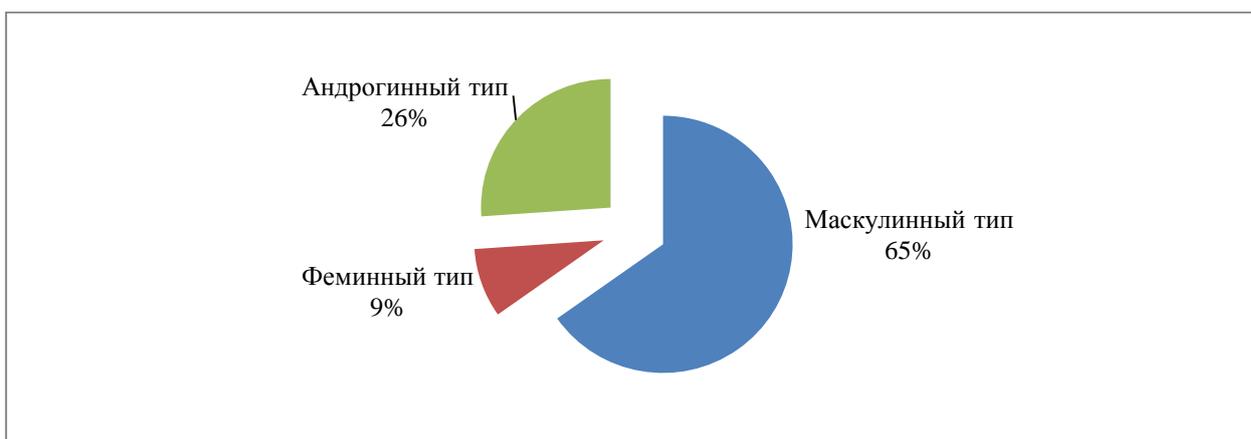


Рисунок 5 – Типы гендерных моделей поведения у мужчин

Как мы видим на рисунке 5, у 65% мужчин, принявших участие в исследовании выявлен маскулинный тип идентификации. То есть, 15 из 23 мужчин склонны придерживаться традиционного мнения относительно распределения мужских и женских стилей поведения, индивидуальных психофизиологических и социальных черт. Они склонны считать, что определенные психологические качества и модели поведения присущи либо только мужчинам, либо только женщинам и обладают набором черт характерным мужчинам. У 9% мужчин выявлен феминный тип. Они не придерживаются классическим взглядам относительно моделей поведения и черт личности мужчин, могут проявлять женские модели поведения, которые, по их мнению, не зависят от биологического пола. У 26% мужчин выявлен андрогинный тип идентификации. Мужчина такого типа распределяют гендерные модели поведения в независимости от

биологического пола человека, опираясь на необходимость, а не на приверженность классическому пониманию распределению обязанностей между мужчинами и женщинами. У мужчин с таким типом, гармонично сочетаются и мужские и женские черты. У них нет строго закрепленных моделей поведения присущих определенному полу и мнения относительно мужских или женских черт. Люди склонные к андрогинности, легче адаптируются в социальной среде и обладают определенной гибкостью в брачных отношениях.

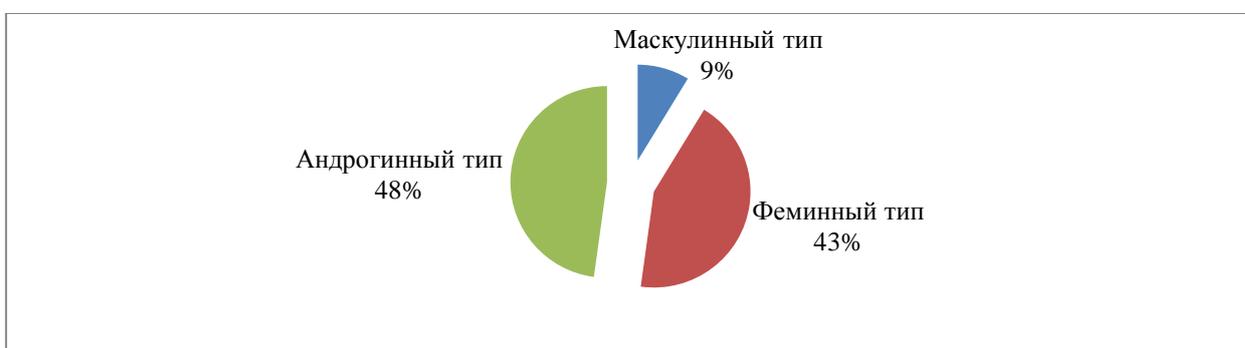


Рисунок 6 - Типы гендеров у женщин

Как мы видим на рисунке 6, у 43% женщин выявлен феминный тип идентификации. Они привержены стереотипам относительно поведения и черт личности, характерных для женщин и считают, что мужчинам и женщинам свойственно поведение зависящие от их биологического пола. У 9% женщин выявлен маскулинный тип. Им свойственно приписывать себе мужские черты, которые, по их мнению, не должны зависеть от биологического пола. 48% женщин выборки обладают андрогинным типом полоролевой идентификации. Они распределяют гендерные роли в независимости от биологического пола человека, опираясь на необходимость, а не на приверженность классическому пониманию распределению обязанностей между мужчинами и женщинами. У женщин с таким типом, гармонично сочетаются и мужские и женские черты. У них нет

строго закрепленных моделей поведения присущих определенному полу и мнения относительно мужских или женских черт. Люди склонные к андрогинности, легче адаптируются в социальной среде и обладают определенной гибкостью в брачных отношениях.

На следующем этапе анализа данных, мы провели количественную интерпретацию результатов, полученных по методике, определяющей особенности психологического благополучия личности (Приложение В). Средние значения по компонентам психологического благополучия отдельно у мужчин и женщин представлены в таблице 1 и 2.

Таблице 1 – Особенности психологического благополучия мужчин

Название шкалы	Среднее значения	Уровень выраженности
Позитивные отношения	63	средний
Автономия	62	средний
Управление средой	63	средний
Личностный рост	62	средний
Цели в жизни	62	средний
Самопринятие	57	средний
Уровень психологического благополучия	378	средний

Как мы видим на таблице 1, выраженность таких компонентов психологического благополучия как позитивные отношения, автономия, управление средой, личностный рост, цели в жизни и самопринятие, в мужской выборке находится на среднем уровне. Средние значения общего уровня психологического благополучия, указывают на средний уровень степени психологического благополучия в мужской части выборке. Это означает, о низкой выраженности определенных компонентов психологического благополучия, что компенсируется высоким уровнем выраженности других компонентов. Рассмотрим средние значения

компонентов психологического благополучия в женской выборке. Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Особенности психологического благополучия женщин

Название шкалы	Среднее значения	Уровень выраженности
Позитивные отношения	63	средний
Автономия	64	высокий
Управление средой	61	средний
Личностный рост	63	средний
Цели в жизни	61	средний
Самопринятие	61	средний
Уровень психологического благополучия	369	средний

Как мы видим на таблице два, на среднем уровне выраженности, в женской выборке находятся такие компоненты психологического благополучия как позитивные отношения, управление средой, личностный рост, цели в жизни и самопринятие. Автономия находится на высоком уровне выраженности, что говорит о том, что женщины проявляют высокий уровень независимости и самостоятельности чаще чем мужчины и регулируют своё поведение в соответствии со своими внутренними ощущениями, часто игнорируя общественное мнение. Они обладают выраженной склонностью оценивать свои поступки, опираясь на свои личные критерии. В принятии важных решений учитывают в первую очередь своё мнение. Общий уровень психологического благополучия в женской выборке находится на среднем уровне, как и у мужчин.

Для качественного анализа данных мы представим обобщенные результаты в процентном соотношении от общего числа респондентов (n=46) в виде гистограммы на рисунке 7.

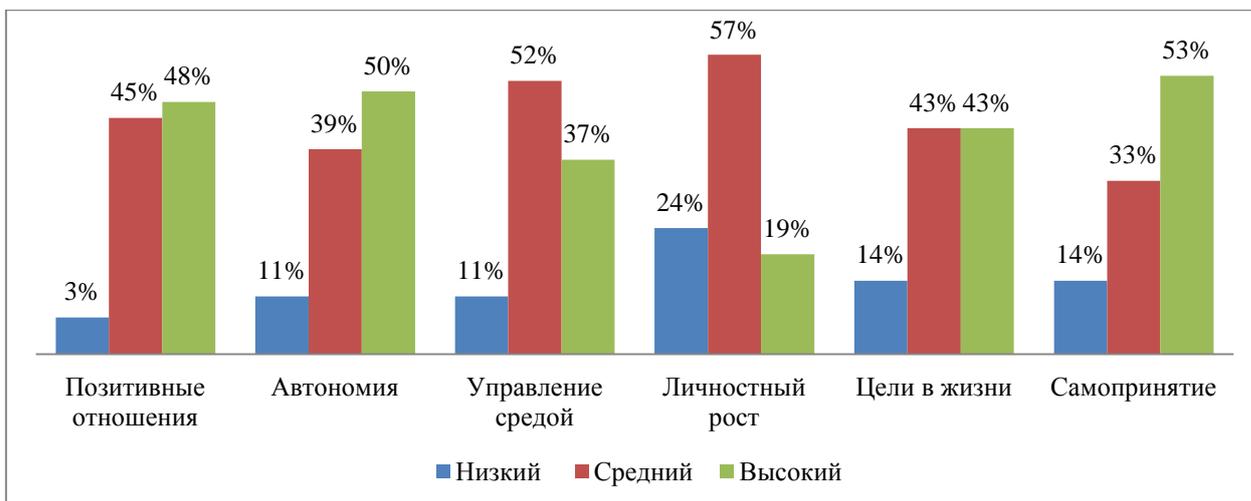


Рисунок 7 –Уровень компонентов психологического благополучия респондентов в выборке

Как мы видим на рисунке 7, 3% респондентов обладают низким уровнем выраженности такого компонента как позитивные отношения с другими. Для таких людей характерно малое количество социальных контактов. Им сложно доверительно относиться к другим людям, проявлять альтруизм, заботу и теплоту по отношению к окружающим. Они склонны к эгоцентризму и фрустрации. Они тяжело идут на компромиссы с целью достижения положительного межличностного взаимодействия как в браке, так в и других видах социальных отношений. Они обладают скрытностью, осторожностью и интровертированостью. У 48% респондентов выявлен высокий уровень данного компонента. Они легко проявляют заботу о других людях и обладают большим количеством положительных социальных взаимосвязей. Они осознают ценность компромиссов, понимая, что это благоприятно влияет на брачные отношения. В трудных ситуациях они способны к сопереживанию и помощи. Они могут легко вступать в близкие отношения и сохранять их в гармонии.

Анализируя шкалу автономии, мы видим, что у 11% респондентов данный компонент находится на низком уровне. Для таких людей характерна зависимость от мнения окружающих их людей. Они стараются строго

соблюдать социальные нормы общества, легко поддаются манипуляциям. В процессе принятия важных решений, стараются полагаться на мнение других. Для них важна оценка их поступков и их самих окружающими, стараются действовать только в соответствии ожиданий от них. У 50% респондентов выявлен высокий уровень автономии. Они проявляют высокий уровень независимости и самостоятельности. Регулируют своё поведение в соответствии со своими внутренними ощущениями, часто игнорируя общественное мнение. Они обладают выраженной склонностью оценивать свои поступки, опираясь на свои личные критерии. В принятии важных решений учитывают в первую очередь своё мнение.

По шкале управление окружением, у 11% был выявлен низкий уровень. Такие люди могут испытывать определенные сложности в организации повседневных дел. Для них характерно фаталистическое восприятие действительности с чувством неспособности влиять на события, происходящие в их жизни. Они считают, что любые жизненные обстоятельства не поддаются их контролю и безразличной относятся к возникающим возможностям, способным улучшить их жизнь. 37% обладают высоким уровнем выраженности данного компонента. Для таких людей характерна компетентность в управлении своей деятельностью. Они обладают властью изменять внешние обстоятельства, эффективно используя появляющиеся возможности. Они способны изменять обстоятельства своей жизни с целью создания условий, которые будут удовлетворять их потребности. Они отличаются высоким уровнем целеполагания, достигая желаемый результат, в независимости от внешних обстоятельств.

Такой компонент психологического благополучия как личный рост, на высоком уровне находится у 19% респондентов. Такие люди обладают высоким уровнем самореализации. Они постоянно находятся в процессе развития и всегда открыты новому опыту. Они регулируют своё поведение в зависимости от своих достижений и познаний. Склонны часто испытывать чувство реализации своего потенциала и эффективности своих действий. Они

постоянно стремятся реализовать свои способности в различных сферах жизнедеятельности. Обладают гибкостью и высоким уровнем адаптивности к изменяющимся обстоятельствам социальной среды. 24% респондентов обладают низким уровнем рассматриваемого компонента. Они осознают отсутствие своего развития, редко испытывают чувство самореализации, ригидны в поведении. Интерес к жизни, как и способность к установлению новых социальных контактов снижен. Они часто ощущают чувство беспомощности и скуки, плохо регулируя своё поведение.

По шкале цели в жизни, у 14% выявлен низкий уровень, что говорит о небольшом количестве личностных целей. Они не видят будущих перспектив, а прошлое, кажется, бессмысленно прожитым отрезком времени. У них отсутствует целеполагание и направленность на достижение результата в какой-либо деятельности. Присутствует геноденстическое отношение к жизни. У 43% респондентов выявлен высокий уровень целей в жизни. Они имеют четко видение своего будущего. Прошлое воспринимается как осмысленный и продуктивный отрезок жизни. Обладают намерениями и целям в жизни, а личные убеждения выступают источником смысла жизни. Для них характерно эффективное планирование своей деятельности и достижения в ней высоких результатов.

Анализ шкалы самопринятие, показывает, что 14% респондентов имеют низкий уровень. Они недовольны собой и своими действиями. Постоянно беспокоятся о своих личностных качествах. Испытывают разочарование своим прошлым. Им свойственна деструктивная рефлексия и желание не быть тем, кем они являются. У 53% респондентов выявлен высокий уровень самопринятия. Они принимают себя, свои психологические свойства и индивидуальные черты характера, со всеми достоинствами и недостатками, обладают адекватной самооценкой и умеют объективно оценивать результаты своей деятельности.

Совокупность всех шести компонентов психологического благополучия, позволяет определить общий уровень психологического

благополучия. Обобщенные результаты представлены в процентном соотношении от общего числа респондентов (n=46) в виде круговой диаграммы на рисунке 8.

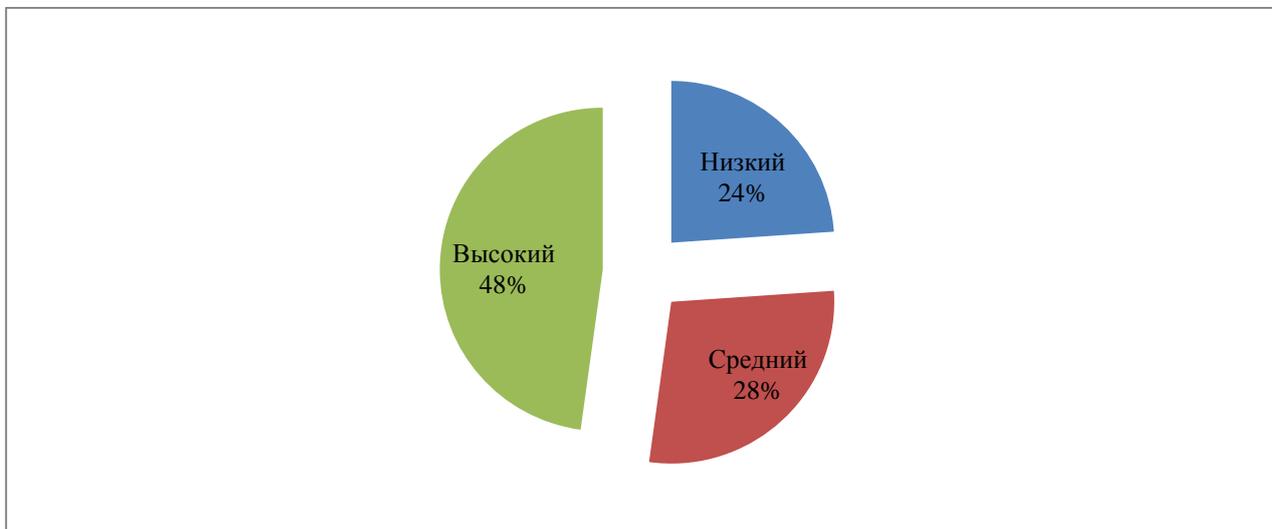


Рисунок 8 – Уровень психологического благополучия респондентов в выборке

Как мы видим на рисунке 8, 24% респондентов обладают низким уровнем психологического благополучия. Опираясь на эвдемонистический подход к изучению благополучия личности человека, можно сделать вывод, что респонденты с таким уровнем, обладают низким уровнем субъективного счастья. Они не удовлетворены своей жизнью, достижениями, своими действиями и лично собой. Степень реализации элементов положительного функционирования находится на низком уровне. У них снижен запас ресурсов для достижения поставленных целей и реализации своих способностей. Им сложно выполнять запросы социальной среды и развивать свою индивидуальность. Они склонны воспринимать все свои личностные качества в негативном ключе.

28% респондентов обладают средним уровнем. Это говорит о низкой выраженности определенных компонентов психологического благополучия, что компенсируется высоким уровнем выраженности других компонентов.

У 48% респондентов выявлен высокий уровень психологического благополучия. Такие люди обладают высоким уровнем самореализации. Обладают гибкостью и высоким уровнем адаптивности к изменяющимся обстоятельствам социальной среды. Они адекватно оценивают себя и свои личные качества. Осознают сильные и слабые стороны личности, что позволяет им эффективно корректировать своё поведение. Они положительно оценивают своё прошлое и настоящее, принимая себя такими, какие они есть. Свойственна положительная рефлексия своих действий и высокая регуляция своего поведения. Для таких людей характерна компетентность в управлении своей деятельностью. Они обладают властью изменять внешние обстоятельства, эффективно используя появляющиеся возможности. Они способны изменять обстоятельства своей жизни с целью создания условий, которые будут удовлетворять их потребности. Они отличаются высоким уровнем целеполагания, достигая желаемый результат, в независимости от внешних обстоятельств. Они постоянно находятся в процессе развития и всегда открыты новому опыту. Они регулируют своё поведение в зависимости от своих достижений и познаний. Склонны часто испытывать чувство реализации своего потенциала и эффективности своих действий. Они постоянно стремятся реализовать свои способности в различных сферах жизнедеятельности. Обладают гибкостью и высоким уровнем адаптивности к изменяющимся обстоятельствам социальной среды. Они имеют четко видение своего будущего. Прошлое воспринимается как осмысленный и продуктивный отрезок жизни. Обладают намерениями и целям в жизни, а личные убеждения выступают источником смысла жизни. Для них характерно эффективное планирование своей деятельности и достижения в ней высоких результатов. Высокий уровень психологического благополучия также говорит об удовлетворенности своей жизнью и ощущении субъективного счастья.

Далее мы проведем анализ уровня психологического благополучия и степени выраженности его компонентов в мужской и женской подвыборках.

Результаты представлены в процентном соотношении от общего числа респондентов в каждой подвыборке ($n_1=23$ и $n_2=23$) в таблице 3.

Таблица 3 – Уровень психологического благополучия в мужской и женской подвыборке

Уровень	Мужчины			Женщины		
	низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Позитивные отношения	9%	48%	43%	4%	44%	52%
Автономия	22%	26%	52%	0%	52%	48%
Управление средой	9%	52%	39%	13%	52%	35%
Личностный рост	26%	52%	22%	22%	61%	17%
Цели в жизни	17%	43%	40%	9%	48%	43%
Самопринятие	9%	35%	56%	17%	31%	52%
Уровень психологического благополучия	26%	22%	52%	22%	39%	39%

Как мы видим на таблице 3, выраженность некоторых компонентов психологического благополучия у мужчин и женщин не имеет больших различий. Стоит обратить внимание на шкалу автономии, где 22% и 26% мужчин находятся на низком и среднем уровне, тогда как у женщин низкого уровня выявлено не было, а на среднем находятся 52%. Но при этом высокий уровень выявлен практически в равных долях у мужчин и женщин. Несмотря на тот факт, что многие показатели не имеют больших различий, общий уровень психологического благополучия у мужчин на высоком уровне был выявлен у 52%, а у женщин у 39%. Опираясь на анализ полученных данных, можно сделать вывод, что биологический пол не оказывает большого влияния на компоненты психологического благополучия в выборке. Так как количество респондентов с тем или иным уровнем выраженности компонентов психологического благополучия, в мужской и женской выборке не имеет больших различий. Далее проведем сравнительный анализ средних значений компонентов психологического благополучия у мужчин и женщин. Результаты представлены в таблице 4.

Таблица 4- Особенности психологического благополучия мужчин и женщин

Название шкалы	Мужчины		Женщины	
	среднее значение	уровень выраженности	среднее значение	уровень выраженности
Позитивные отношения	63	средний	63	средний
Автономия	64	высокий	62	средний
Управление средой	61	средний	63	средний
Личностный рост	63	средний	62	средний
Цели в жизни	61	средний	62	средний
Самопринятие	61	средний	57	средний
Уровень психологического благополучия	369	средний	378	средний

Далее мы проверили сравнительный анализ по t-критерию Стьюдента, чтобы показать, есть ли математически достоверные различия по уровню шкал и общему уровню психологического благополучию между мужчинами и женщинами. Результаты представлены в таблице 5

Таблица 5 – Значимость различий уровней психологического благополучия между мужчинами и женщинами.

Название шкалы	Критерий равенства дисперсий Ливиня		t-критерий для равенства средних		
	F	знач.	t	ст.св.	знач. (2-х сторонняя)
Позитивные отношения	2,744	0,105	-0,066	44	0,948
Автономия	3,250	0,078	-0,312	44	0,757
Управление средой	0,996	0,324	0,626	44	0,535
Личностный рост	1,268	0,266	-0,197	44	0,844
Цели в жизни	0,049	0,826	-0,561	44	0,578
Самопринятие	0,213	0,647	0,725	44	0,473
Уровень психологического благополучия	2,115	0,153	0,581	44	0,564

Как мы видим на таблице 5, двухстороннее значение между результатами мужчин и женщин, по всем шкалам психологического благополучия больше 0,05, что говорит о том, что достоверных различий между данными мужчин и женщин выявлено не было. Но беря во внимание большие различия между выявленными типами гендеров в мужской и женской части выборки, мы проведем корреляционный анализ данных, с целью определения степени влияния, склонности к маскулинности, фемининности и андрогинности на психологическое благополучие и удовлетворенность браком.

2.2.2 Анализ взаимосвязи психологического благополучия супругов, удовлетворенности браком и гендерных моделей поведения

Расширяя понимание структуры психологического благополучия и с целью выявления взаимосвязей данного феномена с удовлетворенностью браком и гендерными моделями поведения, мы провели корреляционный анализ данных полученных с использованием подобранных психодиагностических методик, применяя коэффициент корреляции Пирсона. Для корректного применения программы SPSS, и перевода номинальной шкалы с типами гендеров респондентов в числовую, каждой гендерной модели мы присвоили числовое значение. Маскулинность (М) получило значение 1, фемининность (F) получила значение 2, а андрогинность – 3. Матрица всех полученных корреляционных взаимосвязей представлена в приложение Г. Результаты корреляционного анализа психологического благополучия и степени удовлетворенности браком представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Результаты корреляционного анализа психологического благополучия и степени удовлетворенности браком

Шкала	N	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие психологическое	благополучие
Степень удовлетворенности браком	Корреляция Пирсона	0,786**	0,792**	0,739**	0,730**	0,759**	0,783**	0,818**
	Знач. (двухсторонняя)	0,000	0,000	,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	46	46	46	46	46	46	46
Примечание - **. Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя). *. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).								

В таблице 6 мы видим, что между психологическим благополучием и удовлетворенностью браком существует положительная корреляционная взаимосвязь ($r=0,818$, при $p \leq 0,01$). Это говорит о том, что чем выше у респондентов степень удовлетворенности браком, тем выше у них уровень психологического благополучия. Учитывая тот факт, что на уровень психологического благополучия влияют показатели его компонентов, мы можем сделать вывод, что чем выше у человека уровень автономии, целей в жизни, самопринятие, управления средой, личностного роста и позитивного отношения к окружающим, тем выше у него степень удовлетворенности своим браком. Также это говорит о том, что чем больше человек удовлетворен своим браком, тем выше у него уровень автономии, целей в жизни, самопринятие, управления средой, личностного роста и позитивного отношения к окружающим, что повышает общий уровень ощущения субъективного благополучия.

Проанализируем корреляционные взаимосвязи, полученные между уровнем психологического благополучия и гендерными моделями поведения. Результаты представлены в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты корреляционного анализа гендерных моделей поведения и психологического благополучия

Тип гендера	N	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие	Психологическое благополучие
А - андрогинный	Корреляция Пирсона	0,351 *	0,407 **	0,373 *	0,353 *	0,383 **	0,361 *	0,390 **
F- феминный		Знач. (двухсторонняя)	0,017	0,005	0,011	0,016	,009	0,014
М - маскулинный								
N		46	46	46	46	46	46	46
Примечание - **. Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя). *. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).								

На таблице 7, мы видим, что следующая положительная корреляционная взаимосвязь была выявлена, между типами гендеров и психологическим благополучием. Учитывая, что каждому гендеру был присвоен индекс (1,2,3), мы видим, что чем выше у человека индекс, тем выше у него уровень психологического благополучия. Самый высокий индекс был у андрогинной модели поведения, а самый низкий у маскулинной. Важно отметить, что сравнительный анализ между мужской и женской выборкой не выявил больших различий в показателях психологического благополучия, что означает, что биологический пол не влияет на уровень благополучия и степень удовлетворенности браком. Анализ гендеров в выборке показал, что треть мужчин и почти половина женщин не придерживаются классическим гендерным моделям поведения, а предпочитают гармонично сочетать в себе и маскулинные и фемининные модели поведения. Как мы видим в таблице 6, чем больше у человека склонность к андрогинной модели поведения, тем выше у него уровень автономии, целей в жизни, самопринятие, управления средой, личностного роста и позитивного отношения к окружающим. Положительная взаимосвязь андрогинной модели поведения и компонентов психологического

благополучия находится на уровне $p \leq 0,05$ и $p \leq 0,01$. Исходя из полученных данных, мы можем сделать вывод, что гармоничное сочетание маскулинных и феминных моделей поведения, которые в итоге определяют андрогинную модель поведения, повышает уровень психологического благополучия и степень удовлетворенности браком. Респонденты с андрогинной гендерной моделью легко проявляют заботу о других людях и обладают большим количеством положительных социальных взаимосвязей. Они осознают ценность компромиссов, понимая, что это благоприятно влияет на брачные отношения. В трудных ситуациях они способны к сопереживанию и помощи. Они могут легко вступать в близкие отношения и сохранять их в гармонии. Для таких людей характерна компетентность в управлении своей деятельностью. Они обладают властью изменять внешние обстоятельства, эффективно используя появляющиеся возможности. Они способны изменять обстоятельства своей жизни с целью создания условий, которые будут удовлетворять их потребности. Они отличаются высоким уровнем целеполагания, достигая желаемый результат, в независимости от внешних обстоятельств. Такие люди обладают высоким уровнем самореализации. Они постоянно находятся в процессе развития и всегда открыты новому опыту. Они регулируют своё поведение в зависимости от своих достижений и познаний. Склонны часто испытывать чувство реализации своего потенциала и эффективности своих действий. Они постоянно стремятся реализовать свои способности в различных сферах жизнедеятельности. Обладают гибкостью и высоким уровнем адаптивности к изменяющимся обстоятельствам социальной среды. Они имеют четко видение своего будущего. Прошлое воспринимается как осмысленный и продуктивный отрезок жизни. Обладают намерениями и целям в жизни, а личные убеждения выступают источником смысла жизни. Для них характерно эффективное планирование своей деятельности и достижения в ней высоких результатов. Рассмотрим выявленные корреляционные взаимосвязи между типом гендерной модели

поведения и степенью удовлетворенности браком. Результаты представлены в таблице 8.

Таблица 8 – Результаты корреляционного анализа степени удовлетворенности браком и гендерными моделями поведения

Тип гендера	N	Степень удовлетворенности браком
А- андрогинный	Корреляция Пирсона	0,462**
F- феминный	Знач. (двухсторонняя)	0,001
М - маскулинный	N	46
Примечание - **. Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя). *. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).		

Положительная корреляционная взаимосвязь между типами гендеров и удовлетворенностью браком на ($r=0,462$, при $p \leq 0,01$), говорит о том, что люди с андрогинной моделью поведения более счастливы в браке и оценивают степень его удовлетворенности выше, чем люди с классическими моделями поведения. В таких союзах супруги склонны полагать, что их брак сложился лучше, чем у их знакомых. Их чувства, к друг другу, с момента заключения брака не изменились. Они гордятся своей второй половинкой и успешностью своего брака, считают, что достоинства их супруга компенсируют его недостатки. Такой брак наполнено положительной эмоциональной связью, а супружеские отношения приносят достаточное удовлетворение и радость. В таком союзе редко возникают мысли о разводе, а жизнь без семьи представляется как жизнь, наполненная отрицательными переживаниями.

2.3 Рекомендации по оптимизации взаимоотношений в браке в контексте гендерных моделей поведения

В качестве рекомендации по оптимизации отношений в браке, нами была разработана экспресс программа по оптимизации супружеских

отношений. Программа может реализовываться самим супругами в домашних условиях, с привлечением психолога только в особых и редких случаях, за исключением отсутствия возможности проводить её самостоятельно.

Цель программы заключается в стабилизации супружеских отношений, путем формирования навыков эффективного взаимодействия между супругами.

Задачами программы выступает:

1. Формирование навыков эффективного общения и положительного взаимодействия между мужем и женой.
2. Повышение уровня психологической компетентности супругов.
3. Выработка адекватных и эффективных способов реагирования и разрешения на кризисные и конфликтные ситуации в браке.

Программа включает комплекс определенных упражнений.

1. Определение согласованности/рассогласование.

Супругам необходимо определить сферы отношений, в которых у них есть согласованность, а в которых нет. Им предлагается выбрать три сферы, где они согласны между собой и три сферы в которых либо есть проблемы, по их мнению, либо которые они хотели бы их улучшить. В качестве сфер предлагаются:

- духовные убеждения, религиозные верования;
- вопросы рождения и воспитания детей;
- роли и распределение обязанностей в браке;
- отношения с друзьями и родственниками;
- сексуальная жизнь и сексуальные предпочтения;
- совместный досуг и раздельное время проведение;
- распределение бюджета и управление финансами;
- стиль и личные привычки каждого из супругов;
- умение решать возникающие конфликтные ситуации;
- общение, проявление чувств.

Далее, супруги, по очереди рассказывают друг другу о выбранных сферах и задают различные уточняющие вопросы. Возможно, обсудить между собой следующие вопросы: в какой сфере наиболее часто встречаются разногласия; какие сферы наиболее согласованы; удивили ли их выбранные партнером сферы.

2. Упражнение на честность и открытость.

Данное упражнение помогает увеличить способности к открытому выражению чувств и эмоций.

В здоровых отношениях оба партнера предельно честны и открыты. Они не ожидают от другого партнера умения читать мысли, они делятся своими переживаниями, прямо говорят о своих желаниях. Партнеры берут ответственность за свои слова, используют технику «Я-утверждения». Они избегают деструктивной критики, но выстраивают конструктивный диалог, основанный на уважении друг к другу.

Техника: «Я - утверждение». Цель: выразить желания в наиболее доступной форме
Инструкция: Когда вы признаетесь в чем-либо вашему партнеру, используйте «Я-утверждения», а не «ты - утверждения». Сосредоточьтесь на выражении собственных чувств. Загляните в себя и выясните, что вы думаете и чувствуете. Выражайтесь прямо - без лишних эмоций, обвинений и прерываний. Когда вы указываете на свои чувства, партнер не может спорить или выражать негатив в отношении сказанного.

Хорошее общение зависит от вас, внимающего партнера. Активное слушание предполагает внимательное слушание без прерывания партнера. Затем вы переформулируете его сообщение. Важно не только понять смысл сказанного, но и чувства говорящего. Я понял, что ты расстраиваешься, когда не видишься с друзьями, и что тебе требуется время для встреч. Верно? Когда партнер осознает, что чувствует и желает другой (открытость), и когда другой понимает, что он услышан (активное слушание), близость между ними возрастает.

3. Упражнение общение.

В данном упражнении вы создаете индивидуальный «Лист желаний», раскрывая желаемые аспекты отношений. Далее вам предстоит поделиться им с партнером. В процессе обмена информацией, демонстрируйте ваши коммуникативные умения, следуя важным принципам общения, предоставляя обратную связь партнеру на каждый пункт его «Листа желаний». Создайте «Лист желаний», состоящий из трех аспектов, которых вам не хватает в ваших отношениях.

4. Упражнение «Перерыв»

Некоторые конфликты становятся «горячими», когда уровень гнева и фрустрации возрастает. Вместо того, чтобы открыто говорить, партнеры начинают обвинять, критиковать, кричать. Вместо того, чтобы внимательно слушать, партнеры прерывают друг друга, игнорируют, унижают. По законам психологии, «бей или беги» реакция побуждает партнеров занять оборонительную позицию. В такой ситуации совершаются действия и проговариваются слова, о которых позже оба жалеют. Более того, становится практически невозможно начать конструктивный диалог, который привел бы к совместному решению. Это время, когда необходим «таймаут». «Таймаут» позволяет паре успокоиться, осознать свои чувства и нужды, начать думать продуктивно над тем, как преодолеть проблему, с которой они столкнулись.

Осознайте, что вы нуждаетесь в «таймауте». Ваши кулаки сжаты? Ваше лицо покраснелось? Дыхание участилось? Слезы текут по вашим щекам? Вы кричите или раскидываете вещи? Вы напуганы напором партнера?. Какие физические и эмоциональные реакции говорят о том, что вам нужен «таймаут»?

Попросите «таймаута». Попросите «таймаут» у себя, говоря: «Я сейчас слишком зол, чтобы говорить; Мне нужен «таймаут». Пожалуйста, дай мне час успокоиться и собраться с мыслями

Расслабьтесь и успокойтесь. Сделайте несколько глубоких вдохов. Идите на прогулку, подышите свежим воздухом. Примите ванну. Почитайте ваш любимый журнал. Читайте, молитесь, смотрите телевизор. Делайте что-

либо, что поможет вам успокоиться, восстановиться от эмоционального напряжения.

Помните, что действительно важно вашей «победы» - ваша совместная деятельность.

Подведите итог разговора. Используйте принцип открытости, активного слушания.

5. Упражнение прощение.

Все пары рано или поздно сталкиваются с конфликтной ситуацией, в которой обижают и унижают друг друга. Порой причина тому – невнимательность партнера к важным датам, для других пар – измена партнера, губительная зависимость или насилие. В любом случае, прощение – эффективный способ восстановления отношений. Прощение – это решение или выбор оставить жажду мести, расплаты и негативные мысли в отношении обидчика, чтобы освободиться от гнева и обиды. Этот процесс порождает восстановление внутреннего спокойствия, примирение в паре. Важно понимать, что не является прощением. Простить – не значит забыть, закрыть глаза на несправедливость. Прощение – не всегда быстрый процесс. Не торопите вашего партнера, если они нуждаются во времени, чтобы простить (дни, недели).

Самое главное, помните, что изучение вашей личности и личности вашего партнера может стать увлекательным и веселым процессом. Также он может выявить и разрешить проблемы. Не пытайтесь изменить вашего партнера, помните про положительные черты вашего партнера, которые привлекли вас в нем с самой первой встречи.

Выводы по второй главе

Эмпирическое исследование ставило перед собой задачи, выявить уровень психологического благополучия, степень удовлетворенности браком и зависимость данных показателей от склонности к определенной гендерной

модели поведения. Наше исследование проводилось с января 2019 года по март 2021 года. Эмпирическое исследование включало в себя применение методики тест-опросник удовлетворенности браком, полоролевого опросника Сандры Бем, с целью выявления выраженной гендерной модели поведения и методики шкала психологического благополучия. Мы провели количественный и качественный анализ данных и применили критерий Пирсона, используя программу математической обработки данных SPSS. Анализ всех полученных данных позволил нам сделать следующие выводы:

Чем выше у респондентов степень удовлетворенности браком, тем выше у них уровень психологического благополучия. Учитывая тот факт, что на уровень психологического благополучия влияют показатели его компонентов, мы можем сделать вывод, что чем выше у человека уровень автономии, целей в жизни, самопринятие, управления средой, личностного роста и позитивного отношения к окружающим, тем выше у него степень удовлетворенности своим браком и наоборот, чем выше у человека уровень психологического благополучия и его компонентов, тем больше он удовлетворен своим браком.

Супруги с андрогинной моделью поведения более счастливы в браке и оценивают степень его удовлетворенности выше, чем супруги с классическими моделями поведения.

У супругов с андрогинной моделью поведения, уровень автономии, целей в жизни, самопринятие, управления средой, личностного роста и позитивного отношения к окружающим выше, чем у супругов с классическими гендерными моделями поведения, а уровень психологического благополучия находится в прямой взаимосвязи с гендерными моделями поведения и повышается при следовании супругов андрогинной гендерной модели поведения.

Заключение

В современном, динамически развивающемся обществе, претерпевают изменения все сферы жизнедеятельности человека. На данный момент прослеживается тенденция увеличения количества разводов и неблагополучных семей. Всё это поднимает вопрос о функционировании такой ячейки нашего общества как семья, процессах, протекающих в ней и факторов, которые препятствуют её здоровому формированию, развитию и гармоничному существованию. В связи с этим, исследование психологического благополучия супругов в браке, а также факторов, влияющих на это благополучие, является актуальной темой научных изысканий. Особое внимание в нашей работе уделяется влиянию гендера на психологическое благополучие личности состоящей в браке и удовлетворенности супругов этим браком.

Гендерные модели поведения – это установленные программы различий между мужчинами и женщинами относительно социальных норм и стандартов социальных функций. Гендерные модели являются результатом процесса гендерной социализации человека. Они содержат в себе определенные гендерные характеристики, которые приобретаются и закрепляются в процессе социального развития и усвоения образцов гендерного взаимодействия и поведения. Анализируя проблему гендера можно сказать, что они являются свойственным атрибутом повседневного мышления, сознания и взаимодействия личности в социальной сфере, прямо или косвенно затрагивая остальные сферы жизнедеятельности человека. Для людей характерно приписывать друг другу характеристики и свойства, которые, по их мнению, присущи людям определенного пола. Для этого люди используют шаблонные образцы и общепринятые нормы относительно поведения мужчин и женщин, формирующиеся в процессе развития, приобретения опыта и социализации личности.

Психологическое благополучие супругов в семье является результатом совокупности субъективных благополучий каждого из супругов. Психологическое благополучие личности представляет из себя интегральное социально-психологическое образование, содержащее в себе отношения человека к своей жизни, оценку себя и окружающего мира. Оно задает направленность деятельности и помогает оценить её качество. Множество различных критериев и качеств, относительно структуры благополучия, условно можно сгруппировать в три основных компонента – когнитивный, поведенческий и эмоциональный. Все они имеют свои цели, задачи и функции и характеризуются субъективностью, позитивностью и направленностью. Субъективное благополучие не фиксированный результат, свойственный определенному возрасту или времени, оно может быть представлено на любом аспекте жизненного пути и быть связано с любым видом деятельности человека.

Удовлетворенность браком выступает одним из фундаментальных критериев психологического благополучия личности в браке. На удовлетворенность супружеского брака влияет большое количество разнообразных факторов: детско-родительские отношения, индивидуально-психологические характеристики, совпадающие ценности, интересы, мировоззрения, мотивы вступления в брак, стаж семейной жизни, модели поведения в семье до брака, распределение функций и ролей в браке, удовлетворенность сексуально-эротическими отношениями, способности к решению конфликтов и умения идти на компромиссы. Удовлетворенность браком, так же, содержит в себе результат процессов реализации представлений о супруге в частности и семье в целом, которые формируются в сознание человека на основе полученного опыта и влияния различных событий в процессе жизнедеятельности. Индикаторами удовлетворенности часто выступают такие понятия как стабильность и устойчивость брачных отношений, где под устойчивостью понимают эффективность совместной деятельности, цель которой, удовлетворение личностных и общих

потребностей. Несколько фундаментальных факторов удовлетворенности браком можно объединить в одно понятие – психофизиологическая совместимость.

Брачные союзы лежат в основе семьи. В них проявляется социальная природа человека, духовное бытие и естественное психологическое состояние. Активное изучение факторов, влияющих на степень удовлетворенности браком и супружескими отношениями необходимо обществу, ведь именно счастливый брак является одним из важнейших компонентов удовлетворенности жизни в целом и фактором психического здоровья и психологического благополучия взрослого человека.

Эмпирическое исследование ставило перед собой задачи, выявить уровень психологического благополучия, степень удовлетворенности браком и зависимость данных показателей от склонности к определенной гендерной модели поведения. Наше исследование проводилось с января 2019 года по март 2021 года. Эмпирическое исследование включало в себя применение методики тест-опросник удовлетворенности браком, полоролевого опросника Сандры Бем, с целью выявления выраженной гендерной модели поведения и методики шкала психологического благополучия. Мы провели количественный и качественный анализ данных и применили критерий Пирсона, используя программу математической обработки данных SPSS. Анализ всех полученных данных позволил нам сделать следующие выводы:

Чем выше у респондентов степень удовлетворенности браком, тем выше у них уровень психологического благополучия. Учитывая тот факт, что на уровень психологического благополучия влияют показатели его компонентов, мы можем сделать вывод, что чем выше у человека уровень автономии, целей в жизни, самопринятие, управления средой, личностного роста и позитивного отношения к окружающим, тем выше у него степень удовлетворенности своим браком и наоборот, чем выше у человека уровень психологического благополучия и его компонентов, тем больше он удовлетворен своим браком.

Супруги с андрогинной моделью поведения более счастливы в браке и оценивают степень его удовлетворенности выше, чем супруги с классическими гендерными моделями поведения.

У супругов с андрогинной моделью поведения, уровень автономии, целей в жизни, самопринятие, управления средой, личностного роста и позитивного отношения к окружающим выше, чем у супругов с классическими гендерными моделями поведения, а уровень психологического благополучия находится в прямой взаимосвязи с гендерными моделями поведения и повышается при следовании супругов андрогинной модели поведения. Сравнительный анализ результатов мужской и женской выборки, также позволил сделать вывод, что на психологическое благополучие не оказывает влияние биологический пол человека.

Исходя из полученных данных, мы можем сделать вывод, что положения, выносимые на защиту, нашли своё подтверждение, а именно:

Уровень психологическое благополучие супругов взаимосвязан со степенью удовлетворенности браком.

У супругов с андрогинной моделью поведения, уровень автономии, целей в жизни, самопринятие, управления средой, личностного роста и позитивного отношения к окружающим выше, чем у супругов с классическими гендерными моделями поведения.

Уровень психологического благополучия находится в прямой взаимосвязи с гендерными моделями поведения и повышается при следовании супругов андрогинной гендерной модели поведения. Также андрогинная гендерная модели поведения имеет прямую положительную связь со степенью удовлетворенности браком.

Таким образом, задачи, поставленные в начале исследовательской работы, были выполнены, цель достигнута, а гипотеза получила своё подтверждение.

Список используемой литературы

1. Агеев В. С. Межгрупповое взаимодействие : социально-психологические проблемы. М. : МГУ, 1990. 240 с.
2. Алешина Ю. Е. Индивидуальное и семейное консультирование. М. : Речь, 2010. 172 с.
3. Андреева Г. М. Социальная психология. М. : Аспект Пресс, 2004. 364 с.
4. Андреева Т. В. Семейная психология : учебное пособие. СПб. : Речь, 2005. 201 с.
5. Андреева Т. Н. Когнитивные и личностные характеристики членов многодетной семьи. М. : Проспект, 2010. 304 с.
6. Антонюк Е. В. Становление ролевой структуры молодой семьи и ее восприятие супругами // Вестник МГУ. 1993. № 4. С. 9–10.
7. Анцыферова Л. И. Психология самоактуализирующейся личности в работах А. Маслоу // Вопросы психологии. 1973. № 4. С. 173-180.
8. Бабосов Е. М. Прикладная социология : учебное пособие. Минск : ТетраСистемс, 2001. 211 с.
9. Бем С. Линзы гендера : трансформация взглядов на проблему неравенства полов // Гендерная коллекция. Зарубежная классика. М. : РОССПЭН, 2004. 336 с.
10. Берн Ш. Гендерная психология : законы мужского и женского поведения. СПб. : Прайм-Еврознак, 2008. 318 с.
11. Бойко В. В. Структура и особенности многодетной семьи. М. : Класс, 2011. 118 с.
12. Большая психологическая энциклопедия : самое полное издание : более 5000 психологических терминов и понятий ; по ред. А. Б. Альмуханова. М. : Эксмо, 2007. 542 с.

13. Бояркин М. Ю., Долгополова О. А., Зиновьева Д. М. Психологическое и профессиональное благополучие государственных служащих : монография. Волгоград : ФГОУВПО ВАГС, 2007. 216 с.
14. Вагапова А. Р. Отношение к социально-политическим явлениям и удовлетворенность жизнью у представителей различных этнических групп // Известия Саратовского университета. Серия : Акмеология образования, 2015. Т. 4. №4. С. 318-322.
15. Васильченко Г. С., Решетняк Ю. А. Любовь, брак, сексуальное партнерство. М. : НПО Медицинская энциклопедия, 2012. 128 с.
16. Витек К. Проблемы супружеского благополучия. М. : Прогресс, 2008. 138 с.
17. Воронина А. В. Уровневая модель психологического благополучия человека // Потенциал личности. Комплексная проблема : Материалы второй Всероссийской конференции ; отв. ред. Е. А. Уваров. Тамбов, 2003. С. 29-32.
18. Воронцов Д. В. Гендерная психология общения. Ростов-на-Дону : Изд-во ЮФУ, 2008. 208 с.
19. Выготский Л. С. Психология развития человека. М. : Изд-во Смысл ; Эксмо, 2005. 1136 с.
20. Гендерный подход в дошкольной педагогике : монография в двух частях ; под ред. Л. В. Штылевой. Мурманск : Теория, 2001. 120 с.
21. Гидденс Э. Социология. М. : Едиториал УРСС, 1999. 362 с.
22. Головин С. Ю. Словарь практического психолога. Минск : Харвест, 1998. 880 с.
23. Голод С. И. Стабильность семьи : социологический и демографический аспекты. Л. : Наука, 1984. 136 с.
24. Гурко Т. А. Влияние добрачного поведения на стабильность молодой семьи // Социологические исследования, 1982. № 2. С. 88-93.

25. Джидарьян И. А. Проблема общей удовлетворенностью жизнью : теоретическое и эмпирическое исследование // Сознание личности в кризисном обществе. М. : Институт психологии РАН, 2005. С. 76-94.
26. Джидарьян И. А. Счастье в представлениях обыденного сознания // Психологический журнал. 2000. Том 21. № 2. С. 40-48.
27. Добренков В. И., Кравченко А. И. Методы социологических исследований. М. : Изд-во МГУ, 2017. 860 с.
28. Дусказиев Ж. Г. Гендерная психология : учебное пособие. Красноярск : Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева. 2010. 108 с.
29. Зейгарник Б. В. Теории зарубежной психологии. М. : МГУ, 1984. 540 с.
30. Ильин Е. П. Психология взрослости. СПб. : Питер, 2012. 544 с.
31. История психологии : 10-е 30-е гг. Период открытого кризиса. 3-е издание ; под ред. П. Я. Гальперина, А. А. Ждан. Екатеринбург : Деловая книга, 1999. 118 с.
32. Клещина И. С. От психологии пола – к гендерным исследованиям в психологии // Вопросы психологии. 2003. № 1. С. 61–78.
33. Клещина И. С. Самореализация и гендерные стереотипы // Психологические проблемы самореализации личности. Выпуск 2. СПб. : Изд-во СПбГУ, 1998. С. 188-202.
34. Коваленко Ю. П. Гендерные стереотипы как объект социологического исследования // Молодой ученый. 2015. № 4 (84). С. 691-694. URL: <https://moluch.ru/archive/84/15686/> (дата обращения 18.01.2020).
35. Ковальская О. С. Личность в период ранней юности: особенности ценностно-смысловой сферы и совладающего поведения // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия : психология. 2012. № 2 (18). С. 198-201.
36. Комарова Е. Н. Специфика самореализации личности в различных сферах жизнедеятельности с разными уровнями

самоактуализации и субъективного благополучия // Известия Саратовского университета. Серия : Акмеология образования, 2015. Т. 4. №2 (14). С. 152-155.

37. Кон И. С. Мужские исследования : меняющиеся мужчины в изменяющемся мире // Ведение в гендерные исследования Ч.1 : учебное пособие ; под ред. И. А. Жеребкиной. Харьков : ХЦГИ ; СПб. : Алетейя, 2011. 708 с.

38. Кочелаева Н. В. Психология семьи. Саранск : Красный Октябрь, 1998. 26 с.

39. Кошенова М. И. Влияние гендерных стереотипов на качество межличностного общения : практикум по гендерной психологии ; под ред. И. С. Клёциной. СПб. : Питер, 2003. С. 185-195.

40. Красовский А. С. Ценностные ориентации в многодетной семье. М. : Астрель, 2010. 228 с.

41. Куликов Л. В. Детерминанты удовлетворенности жизнью // Общество и политика ; под ред. В. Ю. Большаков. СПб. : Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2000. С. 476-510.

42. Куликов Л. В. Здоровье и субъективное благополучие личности : психология здоровья ; под ред. Г. С. Никифорова. СПб. : Изд-во СПбГУ, 2000. С. 405-442.

43. Левкович В. П. Взаимоотношения супругов в семьях предпринимателей // Психологический журнал. 2019. Т. 25. № 5. С. 31-34.

44. Маренков А. В. Социология стереотипов. Екатеринбург : Изд-во УГУ, 2001. 230 с.

45. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб. : Питер, 2016. 400 с.

46. Мацковский М. С., Харчев А. Г. Современная семья и её проблемы. М. : Статистика, 1978. 224 с.

47. Навайтис Г. Семья в психологической консультации. Воронеж : Модек, 2009. 224 с.

48. Новгородова А. П. Гендерные различия удовлетворенности браком // Ананьевские чтения - 2005 : материалы научно-практической конференции. СПб. : СПбГУ, 2005. С. 211-212.
49. Обозов Н. Н. Психология межличностных отношений. СПб. : Питер, 2008. 256 с.
50. Парсонс Т. Системы современных обществ. М. : Аспект Пресс, 1997. 270 с.
51. Парыгин Б. Д. Социальная психология : история и перспективы. СПб. : СПбГУП, 2003. 538 с.
52. Пиаже Ж. Теория Пиаже : история зарубежной психологии. М. : Изд-во МГУ, 1986. 344 с.
53. Реан А. А. Психология изучения личности : учебное пособие. СПб. : Изд-во Михайлова В. А. 1999. 288 с.
54. Рыбак Е. В., Слепцова Н. Г., Федулова А. Б., Цихончик Н. В. Молодая семья в современном обществе [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие ; под общей ред. А. Б. Федуловой. 2-е изд., исправленное и дополненное. Архангельск : САФУ имени М. В. Ломоносова. 2017. 238 с.
55. Савинов Л. И. Образ жизни и семейные ценностные установки супругов // Вопросы психологии. 2008. № 3. С. 15-16.
56. Словарь гендерных терминов ; под ред. А. А. Денисовой. М. : Информация – XXI век, 2002. 256 с
57. Смелзер Н. Социология : пер. с англ. М. : Феникс, 1998. 688 с.
58. Солодников В. В. Лонгитюдная стратегия исследований качества и изменений браков : отечественная традиция и зарубежный опыт. Обзор теорий, методов и исследований // Мониторинг общественного мнения. Экономические и социальные перемены. 2016. № 1. С. 3-20.
59. Сысенко В. А. Устойчивость брака : проблемы, факторы и условия. М. : Финансы и статистика, 1981. 199 с.

60. Тест-опросник удовлетворенности браком // Психологические тесты ; под ред. А. А. Карелина. М. 2001. Т.2. С. 173-179.
61. Томпсон Дж. Л., Пристли Дж. Социология : вводный курс. пер. с англ. М. : Аст ; Львов : Инициатива, 1998. 161 с.
62. Торохтий В. С. Психологическое здоровье семьи. СПб. : Каро, 2009. 275 с.
63. Фотеева Е. В. Межличностные отношения супругов и число детей в семье // Семья и школа. 2010. № 2. С. 31-32.
64. Харчев А. Г. Брак и семья в СССР. М. : Мысль, 1979. 75 с.
65. Шевеленко Т. Д., Фесенко П. П. Психологическое благополучие личности : обзор концепций и методика исследования // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95-129.
66. Шевченко Л. А. Гендерная психология : учебное пособие. Харьков : ООО «МИТ», 2004. 100 с.
67. Юркевич Н. Г. Советская семья : функции и условия стабильности. Минск : Изд-во БГУ им. В. И. Ленина. 1970. 208 с.
68. Fiske S. T., Kim H. J., Zemore S. E. Gender Stereotypes and the Dynamics of Social Interaction // The Developmental Social Psychology of Gender. Mah-wah : Lawrence Erlbaum Associated, 2000. pp. 207-242.
69. Lippman W. Public Opinion. New York : A Division of Macmillan Publishing, 1922. 233 p.
70. Rehdanz K., Maddison D. Climate and Happiness // Ecological Economics, 2005. Vol. 52. No 1. P. 111-125.
71. Stoller R. J. Sex and gender : On the Development of Masculinity and Femininity. New York : Science House, 1968. 400 p.
72. Wright T. A., Cropanzan R. Psychological well-being and job satisfaction as predictors of job performance // Journal of Occupational Health Psychology. 2000. №5. P. 84-94.

Приложение А

Степень удовлетворенности браком

Таблица А.1 – Степень удовлетворенности респондентов браком

№ респондента	Пол	Сырой балл	Степень удовлетворенности браком
1	М	35	Благополучная
2	Ж	30	Скорее благополучная
3	М	37	Благополучная
4	Ж	31	Скорее благополучная
5	М	36	Благополучная
6	Ж	29	Скорее благополучная
7	М	37	Благополучная
8	Ж	35	Благополучная
9	М	28	Переходная
10	Ж	31	Скорее благополучная
11	М	36	Благополучная
12	Ж	34	Благополучная
13	М	27	Переходная
14	Ж	32	Скорее благополучная
15	М	35	Благополучная
16	Ж	37	Благополучная
17	М	43	Абсолютно благополучная
18	Ж	37	Благополучная
19	М	34	Благополучная
20	Ж	36	Благополучная
21	М	27	Переходная
22	Ж	27	Переходная
23	М	27	Переходная
24	Ж	30	Скорее благополучная
25	М	44	Абсолютно благополучная
26	Ж	46	Абсолютно благополучная
27	М	36	Благополучная
28	Ж	35	Благополучная
29	М	28	Переходная
30	Ж	26	Скорее неблагоприятная
31	М	23	Скорее неблагоприятная
32	Ж	27	Переходная
33	М	45	Абсолютно благополучная
34	Ж	40	Абсолютно благополучная
35	М	35	Благополучная
36	Ж	34	Скорее благополучная
37	М	25	Скорее неблагоприятная
38	Ж	24	Скорее неблагоприятная

Продолжение Приложения А

Продолжение таблицы А.1

№ респондента	Пол	Сырой балл	Степень удовлетворенности браком
39	М	31	Скорее благополучная
40	Ж	32	Скорее благополучная
41	М	37	Благополучная
42	Ж	36	Благополучная
43	М	27	Переходная
44	Ж	31	Скорее благополучная
45	М	31	Скорее благополучная
46	Ж	36	Благополучная

Приложение Б

Степень андрогинности, маскулинности и фемининности респондентов

Таблица Б.1 - Степень андрогинности, маскулинности и фемининности респондентов в выборке

№ респондента	Пол	Индекс IS	Преобладающая полоролевая идентификация.
1	М	-1.8	М
2	Ж	1.5	F
3	М	-1.2	М
4	Ж	1.4	F
5	М	-2	М
6	Ж	1.6	F
7	М	-1.1	М
8	Ж	0.7	A
9	М	0.9	A
10	Ж	-1.6	М
11	М	-1.7	М
12	Ж	0.3	A
13	М	-1.2	М
14	Ж	1.6	F
15	М	0.3	A
16	Ж	0.7	A
17	М	-1.3	М
18	Ж	0.6	A
19	М	0.7	A
20	Ж	0.8	A
21	М	-1.6	М
22	Ж	1.7	F
23	М	-1.8	М
24	Ж	1.7	F
25	М	-1.1	М
26	Ж	0.1	A
27	М	0.3	A
28	Ж	0.6	A
29	М	-1.2	М
30	Ж	1.3	F
31	М	1.5	F
32	Ж	0.7	A
33	М	0.6	A
34	Ж	0.7	A
35	М	-1.4	М
36	Ж	1.3	F
37	М	1.1	F
38	Ж	-1.3	М

Продолжение Приложения Б

Продолжение таблицы Б.1

№ респондента	Пол	Индекс IS	Преобладающая полоролевая идентификация.
39	М	-1.3	М
40	Ж	1.4	F
41	М	0.4	A
42	Ж	0.1	A
43	М	-1.5	М
44	Ж	1.3	F
45	М	-1.2	М
46	Ж	0.8	A

Приложение В

Уровень психологического благополучия респондентов

Таблица В.1 – Уровень выраженности компонентов психологического благополучия респондентов в выборке

№ респондента	Пол	Позитивные отношения		Автономия		Управление средой	
		балл	уровень	балл	уровень	балл	уровень
1	М	65	Средний	55	Средний	63	Средний
2	Ж	58	Средний	59	Средний	58	Средний
3	М	65	Средний	67	Высокий	70	Высокий
4	Ж	68	Высокий	55	Средний	67	Средний
5	М	73	Высокий	71	Высокий	80	Высокий
6	Ж	59	Средний	60	Средний	54	Средний
7	М	75	Высокий	71	Высокий	69	Высокий
8	Ж	70	Высокий	68	Высокий	72	Высокий
9	М	50	Средний	48	Низкий	51	Средний
10	Ж	55	Средний	60	Средний	50	Низкий
11	М	70	Высокий	75	Высокий	69	Высокий
12	Ж	73	Высокий	70	Высокий	74	Высокий
13	М	45	Низкий	50	Низкий	65	Средний
14	Ж	58	Средний	53	Средний	60	Средний
15	М	71	Высокий	72	Высокий	76	Высокий
16	Ж	68	Высокий	70	Высокий	69	Высокий
17	М	72	Высокий	78	Высокий	80	Высокий
18	Ж	68	Высокий	70	Высокий	72	Высокий
19	М	80	Высокий	76	Высокий	77	Высокий
20	Ж	70	Высокий	72	Высокий	67	Средний
21	М	55	Средний	51	Средний	53	Средний
22	Ж	60	Средний	57	Средний	51	Средний
23	М	60	Средний	52	Средний	48	Низкий
24	Ж	71	Высокий	70	Высокий	68	Высокий
25	М	78	Высокий	72	Высокий	81	Высокий
26	Ж	72	Высокий	75	Высокий	69	Высокий
27	М	60	Средний	62	Средний	58	Средний
28	Ж	61	Средний	60	Средний	57	Средний
29	М	50	Средний	49	Низкий	53	Средний
30	Ж	47	Низкий	50	Средний	45	Низкий
31	М	52	Средний	49	Низкий	54	Средний
32	Ж	55	Средний	53	Средний	49	Низкий
33	М	75	Высокий	72	Высокий	68	Высокий
34	Ж	70	Высокий	71	Высокий	73	Высокий
35	М	62	Средний	58	Средний	58	Средний

Продолжение Приложения В

Продолжение таблицы В.1

№ респондента	Пол	Позитивные отношения		Автономия		Управление средой	
		балл	уровень	балл	уровень	балл	уровень
36	Ж	69	Высокий	62	Средний	58	Средний
37	М	48	Низкий	50	Низкий	47	Низкий
38	Ж	51	Средний	53	Средний	55	Средний
39	М	62	Средний	66	Высокий	66	Средний
40	Ж	61	Средний	59	Средний	56	Средний
41	М	70	Высокий	65	Высокий	61	Средний
42	Ж	71	Высокий	69	Высокий	65	Средний
43	М	58	Средний	61	Средний	54	Средний
44	Ж	64	Средний	67	Высокий	62	Средний
45	М	69	Высокий	67	Высокий	60	Средний
46	Ж	70	Высокий	73	Высокий	69	Высокий

Таблица В.2 – Уровень выраженности компонентов психологического благополучия респондентов в выборке

№ респондента	Пол	Личностный рост		Цели в жизни		Самопринятие	
		балл	уровень	балл	уровень	балл	уровень
1	М	60	Средний	62	Средний	59	Средний
2	Ж	54	Низкий	57	Средний	59	Средний
3	М	69	Средний	70	Высокий	72	Высокий
4	Ж	71	Средний	68	Высокий	70	Высокий
5	М	73	Высокий	72	Высокий	68	Высокий
6	Ж	57	Средний	55	Средний	50	Низкий
7	М	68	Средний	73	Высокий	73	Высокий
8	Ж	71	Средний	78	Высокий	65	Высокий
9	М	42	Низкий	47	Низкий	49	Высокий
10	Ж	55	Средний	60	Средний	43	Низкий
11	М	73	Высокий	78	Высокий	68	Высокий
12	Ж	70	Средний	68	Высокий	71	Высокий
13	М	58	Средний	62	Средний	55	Средний
14	Ж	59	Средний	63	Средний	61	Средний
15	М	80	Высокий	68	Высокий	76	Высокий
16	Ж	72	Высокий	74	Высокий	71	Высокий
17	М	76	Высокий	74	Высокий	67	Высокий
18	Ж	70	Средний	71	Высокий	69	Высокий
19	М	73	Высокий	68	Высокий	60	Средний

Продолжение Приложения В

Продолжение таблицы В.2

№ респондента	Пол	Личностный рост		Цели в жизни		Самопринятие	
		балл	уровень	балл	уровень	балл	уровень
20	Ж	68	Средний	75	Высокий	65	Высокий
21	М	47	Низкий	49	Низкий	50	Низкий
22	Ж	54	Низкий	55	Средний	48	Низкий
23	М	50	Низкий	52	Средний	55	Средний
24	Ж	70	Средний	63	Средний	64	Высокий
25	М	80	Средний	71	Высокий	74	Высокий
26	Ж	67	Средний	73	Высокий	71	Высокий
27	М	66	Средний	64	Средний	70	Высокий
28	Ж	64	Средний	59	Средний	68	Высокий
29	М	47	Низкий	50	Низкий	55	Средний
30	Ж	49	Низкий	55	Средний	51	Средний
31	М	50	Низкий	52	Средний	46	Низкий
32	Ж	58	Средний	51	Низкий	52	Средний
33	М	63	Средний	60	Средний	73	Высокий
34	Ж	72	Высокий	72	Высокий	74	Высокий
35	М	61	Средний	65	Средний	70	Высокий
36	Ж	66	Средний	67	Высокий	70	Высокий
37	М	49	Низкий	51	Низкий	58	Средний
38	Ж	48	Низкий	47	Низкий	50	Низкий
39	М	62	Средний	59	Средний	70	Высокий
40	Ж	64	Средний	52	Средний	57	Средний
41	М	64	Средний	68	Высокий	72	Высокий
42	Ж	73	Высокий	78	Высокий	63	Средний
43	М	63	Средний	52	Средний	59	Средний
44	Ж	54	Низкий	56	Средний	58	Средний
45	М	70	Средний	63	Средний	59	Средний
46	Ж	71	Высокий	68	Высокий	64	Высокий

Таблица В.3 – Уровень психологического благополучия респондентов

№ респондента	Пол	Сырой балл	Уровень психологического благополучия
1	М	364	Средний
2	Ж	345	Средний
3	М	413	Высокий
4	Ж	399	Высокий

Продолжение Приложения В

Продолжение таблицы В.3

№ респондента	Пол	Сырой балл	Уровень психологического благополучия
5	М	437	Высокий
6	Ж	335	Средний
7	М	429	Высокий
8	Ж	424	Высокий
9	М	287	Низкий
10	Ж	323	Низкий
11	М	433	Высокий
12	Ж	426	Высокий
13	М	330	Средний
14	Ж	354	Средний
15	М	443	Высокий
16	Ж	424	Высокий
17	М	447	Высокий
18	Ж	420	Высокий
19	М	434	Высокий
20	Ж	417	Высокий
21	М	305	Низкий
22	Ж	325	Низкий
23	М	317	Низкий
24	Ж	345	Средний
25	М	456	Высокий
26	Ж	427	Высокий
27	М	380	Высокий
28	Ж	369	Средний
29	М	304	Низкий
30	Ж	297	Низкий
31	М	303	Низкий
32	Ж	318	Низкий
33	М	411	Высокий
34	Ж	370	Средний
35	М	374	Средний
36	Ж	392	Высокий
37	М	303	Низкий
38	Ж	304	Низкий
39	М	385	Высокий
40	Ж	349	Средний
41	М	400	Высокий
42	Ж	419	Высокий
43	М	347	Средний
44	Ж	361	Средний
45	М	388	Высокий
46	Ж	351	Средний

Приложение Г

Результаты корреляционного анализа

Таблице Г.1 – Матрица корреляционных взаимосвязей данных, полученных в ходе исследования

Шкалы	N	Степень удовлетворенности браком	Тип гендера	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие	Психологическое благополучие
Степень удовлетворенности браком	Корреляция Пирсона	1	0,462**	0,786*	0,792*	0,739*	0,730*	0,759*	0,783**	0,818**
	Знач. (двухсторонняя)		0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	46	46	46	46	46	46	46	46	46
Тип гендера	Корреляция Пирсона	0,462**	1	0,351*	0,407*	0,373*	0,353*	0,383*	0,361*	0,390**
	Знач. (двухсторонняя)	0,001		0,017	0,005	0,011	0,016	0,009	0,014	0,007
	N	46	46	46	46	46	46	46	46	46
Позитивные отношения	Корреляция Пирсона	0,786**	0,351*	1	0,892*	0,815*	0,851*	0,774*	0,733**	0,882**
	Знач. (двухсторонняя)	0,000	0,017		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	46	46	46	46	46	46	46	46	46
Автономия	Корреляция Пирсона	0,792**	0,407**	0,892*	1	0,827*	0,847*	0,790*	0,691**	0,860**
	Знач. (двухсторонняя)	0,000	0,005	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	46	46	46	46	46	46	46	46	46
Управление средой	Корреляция Пирсона	0,739**	0,373*	0,815*	0,827*	1	0,853*	0,799*	0,733**	0,870**
	Знач. (двухсторонняя)	0,000	0,011	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000	0,000
	N	46	46	46	46	46	46	46	46	46
Личностный рост	Корреляция Пирсона	0,730**	0,353*	0,851*	0,847*	0,853*	1	0,856*	0,777**	0,896**
	Знач. (двухсторонняя)	0,000	0,016	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000
	N	46	46	46	46	46	46	46	46	46
Цели в жизни	Корреляция Пирсона	0,759**	0,383**	0,774*	0,790*	0,799*	0,856*	1	0,731**	0,876**
	Знач. (двухсторонняя)	0,000	0,009	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000
	N	46	46	46	46	46	46	46	46	46
Самопринятие	Корреляция Пирсона	0,783**	0,361*	0,733*	0,691*	0,733*	0,777*	0,731*	1	0,821**
	Знач. (двухсторонняя)	0,000	0,014	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000
	N	46	46	46	46	46	46	46	46	46
Психологическое благополучие	Корреляция Пирсона	0,818**	0,390**	0,882*	0,860*	0,870*	0,896*	0,876*	0,821**	1
	Знач. (двухсторонняя)	0,000	0,007	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
	N	46	46	46	46	46	46	46	46	46

Примечание - **. Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).
*. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).