

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

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра

«Педагогика и психология»

(наименование)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки/специальности)

Организационная психология

(направленность (профиль)/специализация)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Психологическая готовность личности к браку на этапе молодости

Обучающийся

А.А. Челякова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

канд. психол. наук Т.В. Чапала

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Аннотация

Бакалаврская работа рассматривает актуальную проблему психологических особенностей готовности личности к браку.

Цель исследования – изучить в ходе опытно-экспериментального исследования психологические особенности готовности личности к браку, необходимые для учета при ее формировании.

В работе решаются задачи: изучить научную психологическую литературу по проблеме психологических особенностей готовности личности к браку; выявить уровень сформированности готовности личности к браку; определить и апробировать содержание психологической работы, способствующей формированию готовности личности к браку; оценить динамику уровня готовности личности к браку.

Для решения данных задач использовались теоретические, эмпирические методы и методы обработки полученных результатов.

В работе описаны и обоснованы критерии, показатели и уровни сформированности готовности личности к браку, определены психологические особенности готовности личности к браку, необходимые для учета при ее формировании.

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, двух приложений, содержит 1 рисунок, 6 таблиц, список используемой литературы (40 источников). Основной текст работы изложен на 44 страницах.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические аспекты проблемы психологических особенностей готовности личности к браку.....	9
1.1 Готовность личности: понятие и структурные компоненты	9
1.2 Психологические особенности личности как основа готовности к браку.....	17
Глава 2 Экспериментальное исследование психологических особенностей готовности личности к браку.....	26
2.1 Организация и методы исследования.....	26
2.2 Обработка результатов и интерпретации психологической готовности к браку респондентов.....	31
2.3 Психологические рекомендации по формированию готовности к браку.....	37
Заключение.....	40
Список используемой литературы.....	42
Приложение А Характеристика выборки исследования.....	45
Приложение Б Результаты исследования на контрольном этапе.....	46

Введение

Актуальность исследования. Традиционно семья выступает важным социальным институтом, в котором формируется и развивается личность, а брак при этом является ключевой формой ее первоначального основания, который официально закрепляет союз мужчины и женщины, упорядочивая их взаимоотношения. Однако в современном обществе понимание сущности молодой семьи и необходимости заключения брака несколько изменилось. В частности, потенциальные супруги часто предпочитают сожительство и гражданский брак, осуществляя семейную жизнь вне официально узаконенного брака. Во многом это обусловлено отсутствием стремления к официальному заключению брака, неготовности к семейной жизни как таковой, требующей проявления ответственности, самостоятельности и инициативности, а также простотой такой формы отношений.

Кроме того, современный человек имеет более разнообразные жизненные приоритеты и ценности, что позволяет ему реализовываться и развиваться в различных сферах жизнедеятельности – в карьере и профессии, семье, творчестве, личностном плане и прочем. В частности, потребность к самореализации и самопознанию часто отодвигают стремление к созданию семьи на второй или третий план. В связи с этим встает проблема готовности личности к браку.

Изучением сущности готовности к браку в научных психологических исследованиях занимались многие ученые, в частности –И.В. Гребенников, И.В. Дубровина, Я.Л. Коломинский, В.А. Сысенко, Ю.Е. Алешина. Именно психологические аспекты подготовки к брачному союзу становятся важной составляющей общей подготовки человека к браку. Люди часто имеют неправильные и неточные представления о браке и семейной жизни, их представления о супружеских отношениях могут не соответствовать действительности. Также у них отсутствуют ценностные ориентации на

семью и внутренние мотивы вступления в брак, часто они создают семью под влиянием внешних факторов (незапланированной беременности, давления родителей). При этом важной психологической особенностью готовности личности к браку выступает эмоционально-волевая готовность к семейной жизни. Порой будущие супруги не готовы к эмоциональной близости, не имеют сформированных навыков самоконтроля и саморегуляции поведения, что порождает недопонимание, конфликты и ссоры в браке. Зачастую именно отсутствие психологической готовности к браку становится причиной разводов. Обозначенные аспекты определяют необходимость изучения психологических особенностей готовности личности к браку для формирования более устойчивой ячейки общества.

Изучение академических работ в области психологии и последних научных исследований выявило дисбаланс между требованием к развитию готовности человека к браку и недостаточным учетом его психологических особенностей в процессе этого формирования.

При обнаружении противоречия возникает важная задача для исследования: с какими трудностями сталкиваются молодые люди при определении критериев готовности, как влияет субъективность оценок и внешние факторы.

Исходя из актуальности данной проблемы, сформулирована тема исследования: «Психологические особенности готовности личности к браку».

Цель исследования: изучить в ходе опытно-экспериментального исследования психологические особенности готовности личности к браку, необходимые для учета при ее формировании.

Объект исследования: готовность к браку.

Предмет исследования: психологические особенности готовности личности к браку.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что психологическими особенностями, которые необходимо учитывать при формировании готовности личности к браку, выступают – мотивация вступления в брак, эмпатические способности, самоконтроль и саморегуляция в брачных отношениях, навыки брачного взаимодействия, развитие которых возможно посредством целенаправленной психологической работы.

Задачи исследования:

- изучить научную психологическую литературу по проблеме психологических особенностей готовности личности к браку;
- выявить уровень сформированности готовности личности к браку;
- определить и апробировать содержание психологической работы, способствующей формированию готовности личности к браку;
- оценить динамику уровня готовности личности к браку.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

- научные труды Е.П. Ильина и К.Г. Юнга, в которых отражены основные подходы к трактовке понятия «брак»;
- научные подходы к определению понятия «готовность к браку» Е.П. Зритневой, Н.В. Маляровой, И.Л. Москвичевой, Л.Б. Шнейдера, а также подходы И.В. Дубровиной С.В. Жолудевой, Е.С. Калмыковой к определению понятия «психологическая готовность к браку»;
- труды Л.С. Выготского, И.В. Гребенникова, В.Н. Мясищева, М.В. Семиной, В.А. Сысенко, в которых выделены структурные компоненты готовности к браку, в том числе, психологической готовности;

– научные работы Е.П. Ильина, Р.Р. Калининой, В.М. Миниярова, А.Г. Харчева, отражающие психологические особенности готовности личности к браку.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

- теоретические: анализ, синтез и обобщение психологической литературы по проблеме исследования;
- эмпирические: беседа, тестирование, экспериментальное исследование (констатирующий и контрольный этапы);
- методы обработки полученных результатов: количественный и качественный анализ данных.

Использовались следующие методики: опросник «Измерение установок в семейной паре» (авторы: Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская) [37], опросник «Мотивы вступления в брак» (автор: С.И. Голод) [38], опросник «Шкала эмоционального отклика» (авторы: А.А. Меграбян и Н.С. Эпштейн, адаптирован на русском языке Ю.М. Орловым и Ю.Н. Емельяновым в 1986 году) [10], «тест-карта оценки готовности к семейной жизни» (автор: И.Ф. Юнда) [39], «опросник, раскрывающий готовность вступления в брак» (авторы: А.Ю. Чернов, Т.С. Триполева). [40]

Экспериментальная база исследования: Психотерапевтический центр «Мой мир» г. Тольятти, в исследовании приняли участие 40 человек, возрастом от 20 до 25 лет.

Новизна исследования: определены психологические особенности готовности личности к браку, необходимые для учета при ее формировании.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что в данной научной работе описаны и обоснованы критерии, показатели и уровни сформированности готовности личности к браку.

Практическая значимость исследования заключается в том, что выявленные психологические характеристики готовности человека к браку и

разработанный контент психологической работы, способствующий этому процессу, могут быть использованы специалистами в области психологии при работе с молодыми людьми.

Структура бакалаврской работы. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, двух приложений, содержит 1 рисунок, 6 таблиц, список используемой литературы (40 источников). Основной текст работы изложен на 44 страницах.

Глава 1 Теоретические аспекты проблемы психологических особенностей готовности личности к браку

1.1 Готовность личности к браку: понятие и структурные компоненты

Одним из важнейших социальных институтов являются институты семьи и брака, где формируется, воспитывается и развивается личность. В частности, именно брак выступает основной формой первоначального основания семьи как социальной ячейки, официально закрепляющей союз мужчины и женщины, упорядочивая их межличностные отношения.

Семейные ценности традиционно выступают важнейшими, однако в современном обществе понимание сущности семьи и брака несколько изменилось, теперь создание семьи не всегда является приоритетом в жизни каждого человека. Так современный человек имеет более разнообразные жизненные приоритеты и ценности, что позволяет ему реализовываться в различных сферах жизнедеятельности – в карьере и профессии, семье, творчестве, личностном плане. В частности, потребность к самореализации и самопознанию часто отодвигают стремление к созданию семьи на второй или третий план.

Кроме того, в современном обществе изменилось и отношение к браку и совместной жизни. Распространенным стало осуществление семейной жизни в сожительстве и гражданском браке, то есть не подразумевающих официально узаконенных отношений. В значительной степени это связано с тем, что люди не стремятся к официальному браку, не готовы к семейной жизни, которая требует проявления ответственности, самостоятельности и инициативы, а также предпочитают простоту в отношениях. Эти факторы являются причиной проблемы нежелания вступать в брак.

В научных психологических исследованиях рассмотрением сущности готовности к браку занимались, прежде всего, такие ученые, как – И.В. Гребенников, И.В. Дубровина специалисты в области возрастной психологии; Я.Л. Коломинский, который занимался психологией взаимоотношений в малых группах, социальной психологией развития личности; В.А. Сысенко, К.Г. Юнг и другие. Непосредственно исследованием психологии семейной жизни занимались Ю.Е. Алешина изучала психологию семьи, психологическое консультирование, полоролевою социализацию.

Для понимания сущности ключевого в работе термина «готовность к браку» рассмотрим, что включает в себя понятие «брак».

В общем виде брак представляет собой официально закрепленный добровольный союз мужчины и женщины, упорядочивающий их межличностные отношения, и формирующий взаимные права и обязанности супругов. Брак нацелен на создание семьи, он подкрепляет отношения мужчины и женщины юридически, что обеспечивает гарантии супругов, их права (в том числе, имущественные) и права детей, рожденных в браке.

В соответствии с семейным правом (согласно юридическому подходу) брак – это: «свободный равноправный союз мужчины и женщины, заключенный с соблюдением порядка и условий, установленных законом, имеющий целью создание семьи и порождающий между супругами взаимные личные и имущественные права и обязанности» [10, с. 335]. Исходя из данного определения, ключевыми составляющими брака являются – равноправие супругов, их добровольное вступление в союз, официальное подкрепление союза (регистрация в государственных органах), возникающие права и обязанности супругов правовой аспект.

С точки зрения социологии, брак представляет собой: «один из старейших общественных институтов, который упорядочивает межличностные и сексуальные отношения, признаваемый обществом союз

между супругами с целью создания семьи, который порождает взаимные права и обязанности брачной пары» [10, с. 336].

Согласно определению социолога Э. Гидденса брак – это: «Индивиды, вступившие в брак, становятся родственниками друг другу, но их брачные обязательства связывают родственными узами гораздо более широкий круг людей. При заключении брака родители, братья, сестры и другие кровные родственники одной стороны становятся родственниками противоположной стороны». [3, с. 343].

В свою очередь в психологии обобщенно под браком рассматривается: «взаимодействие мужчины и женщины на духовном и психологическом уровне, которое превращает пару в единое целое; равноправный союз, в котором каждый из супругов имеет возможности для самовыражения, самореализации и самоутверждения без ущемления интересов партнера» [21, с. 321]. То есть брак подразумевает схождение друг людей, в том числе, на психологическом и эмоциональном уровне, при котором каждый из них чувствует себя комфортно, стремится к саморазвитию собственной личности и развитию супружеских отношений.

В работах К.Г. Юнга брак определен как: «психологическое отношение; как длительное взаимоотношение между мужчиной и женщиной; как внутреннее сочетание мужского и женского начал в психике индивида; как конъюнкция; как священный брак – иерогамия» [35, с. 82]. Соответственно это сложное образование, требующее осознанности двух людей, вступающих в брачный союз.

Анализ исследовательских работ позволил отметить, что в целом в научных определениях понятия «брак» наблюдается единство в трактовках. При этом психологический подход к определению подчеркивает важность психологической совместимости и единства, а также возможности дальнейшей самореализации каждого из супругов. Данные аспекты в браке могут наблюдаться в полной мере только в том случае, когда партнеры

готовы к браку, в том числе, в психологическом плане, демонстрируют сформированные внутренние мотивы к созданию семьи, сформированные ценности, правильные представления о супружеской жизни, готовность к эмоциональной близости с партнером.

В связи с этим важным аспектом вступления в брак для создания крепкой семьи и длительных отношений супругов является готовность личности к браку.

При этом в общем виде готовность следует рассматривать как сформированное осознанное стремление человека к реализации определенного действия. То есть это своего рода решимость, намерение, настроенность на что-либо, что отмечено и в определении Е.П. Ильина: «готовность – это состояние психической и физиологической готовности к действию или деятельности; настрой и мобилизация на предстоящую деятельность» [15, с. 369].

Более глубинное понимание готовности представлено в трактовке Д. Бокума и Г. Крайга: «это момент времени в жизни индивида, когда достигнутый им уровень зрелости позволяет ему извлечь пользу из конкретного опыта научения» [20, с. 186]. Соответственно готовность в психологическом плане представляет собой психологическую зрелость личности, готовой к осуществлению каких-либо действий, к важным событиям.

В научных трудах Д.Н. Узнадзе готовность рассматривается как: «существенный признак установки, которая в свою очередь определяется как предрасположенность субъекта к восприятию будущих событий и действиям в определенном направлении» [29, с. 108]. Согласно автору, готовность – это установка на положительный результат реализации каких-либо действий, возникновению определенных событий. «Отношения между супругами важны в связи с созданием полноценной семьи, которая бы решала задачи общества, а также удовлетворяла потребности семьи».

В научной статье авторов А.В. Боцовой, Л.А. Лазаренко и Е.В. Молчановой готовность рассматривается с двух позиций: «первая рассматривает сущностную характеристику понятия готовности человека к деятельности; вторая – изучение готовности к действию, предполагающей всестороннее рассмотрение процессов и состояний мобилизации психофизиологических систем человека, благодаря которым обеспечивается эффективное выполнение ими определенных действий» [3, с. 344].

На основе научных работ М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович и Е.Г. Козлова в структуре готовности выделяется: «когнитивный, эмоциональный, волевой и мотивационный компонент» [9, с. 121]. При этом в исследованиях Я.Л. Коломенского отмечено, что чем более развит в психологическом плане человек, тем большую готовность он имеет к реализации определенного действия. [18]

Таким образом, готовность личности к браку предполагает сформированное осознанное стремление человека к вступлению в брак, при котором он демонстрирует сформированные мотивы, желания и ценности создания семьи.

В своих трудах Е.П. Зритнева определяет готовность личности к браку как: «социально-психологическое образование, интегрирующее принятие ценностей социального института семьи, личностный смысл знаний и умений в области психологии семейных отношений, рационального ведения домашнего хозяйства, семейной педагогики, межличностного общения в семье» [12, с. 92].

По мнению Н.В. Маляровой, готовность к браку – это: «система социальных и психологических установок индивида, которая определяет эмоциональное восприятие образа жизни, ценностей супружеских отношений» [22, с. 125]. К ним автор относит социальную адаптацию, коммуникативные навыки, эмпатию, культуру поведения, включая самоконтроль и саморегуляцию.

Обширный перечень умений, составляющих основу готовности личности к браку, выделил Л.Б. Шнейдер: «умение принимать ответственность за свою семью; навык межличностного общения и умение сотрудничать с партнером; способность к самоотверженным поступкам по отношению к партнеру; развитая эмпатийность; широкий репертуар поведенческих и эмоциональных реакций; наличие конструктивных стратегий в решении семейных конфликтов; рефлексивность» [33, с. 129]. Все их автор разделяет на две категории готовности – моральную и практическую. В первую входят все моральные качества супругов, а во вторую: «набор конкретных знаний и компетенций, необходимых для создания главной ячейки общества и жизни в семье» [33, с. 129]. При этом все обозначенные умения касаются именно психологической стороны готовности к браку.

Структурные компоненты готовности личности к браку выделены в работах В.Н. Мясищева: «когнитивный, отражающий образ семьи через совокупность знаний о семье, ее ценностях и отношениях; аффективный, определяющий эмоционально-оценочное отношение к семье, семейным ценностям и взаимоотношениям, функциям семьи; поведенческий, содержащий систему мотивов, которыми руководствуется человек при создании собственной семьи, и связанную с ней психологическую готовность реализовывать и поддерживать семейные отношения, функции, брать на себя ответственность за их выполнение; мотивационный, предполагающий наличие у человека определенных потребностей, которые могут быть удовлетворены только в семье» [26, с. 147].

Понимая под готовностью к браку комплексную зрелость личности, И.В. Гребенников выделял в ней такие критерии, как: «социальный, эτικο-моральный, правовой, психологический, педагогический, физиологический и гигиенический, хозяйственно-экономический» [6, с. 81]. То есть готовность личности к браку, прежде всего, определяется ее социальной,

психологической и физической зрелостью. В свою очередь, педагогический критерий определяет знание и понимание супругами принципов воспитания будущих детей, правовой критерий – сформированные представления в области семейного законодательства, этико-моральный – сформированность моральных качеств и понимание этической стороны брачных отношений, хозяйственно-экономический – знания о бытовой жизни в браке, семейном бюджете и прочее.

Из всего перечня описанных И.В. Гребенниковым критериев, В.Н. Дружинин особую значимость в готовности личности к браку придает социальному и психологическому критерию. По мнению автора: «они формируют социальную и психологическую зрелость, которые определяются следующими факторами – коммуникативными навыками, достаточным уровнем самостоятельной регуляции; умением психологически поддерживать партнера, нивелировать конфликтные ситуации; способностью к прощению; социальной активностью.» [7, с. 61].

При этом В.А. Сысенко на основе исследований И.В. Гребенникова выделили три основных ступени готовности браку: «физическая зрелость (способность будущих супругов к появлению ребенка без причинения вреда здоровью); социальная готовность (завершение образования, приобретение профессиональной деятельности, начало самостоятельного труда), данная ступень предполагает готовность к принятию ответственного отношения друг за друга и за семейные отношения; этико-психологическая готовность (формирование идеала в семейных отношениях, представлений о целевых установках в браке, понимание своих мотивов, ожиданий, притязаний, родительско-воспитательных, хозяйственно-бытовых обязанностей» [28, с. 114].

И.Л. Москвичева готовность людей к брачно-семейным отношениям определяет, как: «систему индивидуальных и социальных отношений, определяющая эмоциональное и психологическое отношение к образу жизни

и ценностей брака» [25, с. 104]. Автор подчеркивает значимость эмоционального фактора, который зависит от индивидуальных особенностей супругов.

Соответственно при отсутствии сформированной готовности к браку у супругов могут возникать значимые трудности создания брачного союза, проявляемые уже в ходе совместной жизни. В частности, Б.Ю. Шапиро среди таких трудностей отмечает: ««любовные оковы», связанные с чувством долга, счастьем интимного характера, благодарностью или жалостью. Вступление в брак может быть основано на легкомысленном желании стать взрослым или заключить брак по наличию разнородных причин (одна из таких – беременность). Этим типам браков свойственны непонимание ответственности, наличие ложных мотивов, что приводит к появлению проблем при формировании пары» [32, с. 22]. То есть первоначальные мотивы вступления в брак во многом определяют дальнейший характер супружеских отношений и прочность самого брачного союза.

В связи с этим А. Адлер отмечает, что успешность брачного союза во многом зависит от готовностью супругов к нему и к семейной жизни, в частности. Среди важных критериев готовности к браку автор выделял: «чувство общности и социальную адаптированность, при этом все способности, неспособности и склонности к любви и браку заложены в прототипе, который формируется в первые годы жизни. Зная его качества, возможно указать на те трудности, которые возникают в дальнейшей жизни взрослого человека» [1, с. 104]. В частности, чувство общности предполагает готовность партнеров к взаимодействию, общению, единению при проявлении эмпатии и взаимопонимания, а социальная адаптированность – умение партнеров осваиваться в новых условиях совместной жизни, ролевых моделях как супругов.

Таким образом, готовность личности к браку представляет собой комплексное структурно сложное понятие, основу которого составляет

сформированное осознанное стремление человека к вступлению в брак, при котором он демонстрирует сформированные мотивы, желания и ценности создания семьи. Готовность к браку включает в себя физическую, социальную и этико-психологическую зрелость (на основе исследований И.В. Гребенникова, В.А. Сысенко). Структурными компонентами готовности личности к браку являются мотивационный, когнитивный, эмоциональный и поведенческий.

1.2 Психологические особенности личности как основа готовности к браку

Психологические аспекты готовности к браку являются важными составляющими общей готовности личности к супружеским отношениям и брачному союзу в целом. Часто у людей существуют неверные или неполные представления о семейной жизни и браке. Их взгляды на отношения между супругами могут не соответствовать реальности, у них может не быть глубоко укоренившихся ценностей в отношении семьи и внутренних мотивов для вступления в брак. Они часто создают семью под влиянием внешних факторов, что является свидетельством их неполноценной психологической подготовки к семейной жизни.

Важной психологической особенностью готовности личности к браку выступает эмоционально-волевая готовность к семейной жизни. Порой будущие супруги не готовы к эмоциональной близости, не имеют сформированных навыков самоконтроля и саморегуляции собственного поведения, что порождает недопонимание, конфликты и ссоры в браке. То есть именно отсутствие психологической готовности к браку зачастую становится причиной ранних разводов. Обозначенные аспекты определяют необходимость изучения психологических особенностей готовности

личности к браку, в том числе, сущности психологической готовности, для формирования более устойчивой ячейки общества.

Для выявления психологических особенностей готовности личности к браку рассмотрим, что представляет собой именно психологическая готовность к браку.

Изучению сущности психологической готовности личности к браку посвящены труды Ю.Е. Алешиной, И.В. Гребенникова, И.В. Дубровиной, Е.С. Калмыковой, Я.Л. Коломинского, В.А. Сысенко и многих других.

В общем смысле психологическая готовность к браку, по мнению И.В. Дубровиной, представляет собой: «понимание и осознание супругами своих ролей и обязательств в браке, принятие ответственности» [8, с. 149]. То есть оба супруга должны быть ответственными, самостоятельными и инициативными, иметь реальные представления о семейной жизни, принимать свои ролевые позиции, знать и исполнять свои обязанности в брачном союзе, демонстрируя принятие и понимание друг друга.

С научной точки зрения Э.Х. Эриксона, психологическая готовность к браку – это: «сложнейший социально-психологический процесс, смысл которого заключается в моральной и духовной зрелости личности, в выборе партнера не только для интимной, но и душевной, психологической близости» [34, с. 87]. Обобщенно называемая психологическая зрелость личности подразумевает проработку собственных индивидуальных личностных качеств, черт характера, особенностей поведения, развитие навыков коммуникации и взаимодействия с партнером, включая готовность идти на компромиссы, проявлять мотивацию и инициативу в решении возникающих трудностей. Выделенная автором психологическая близость включает готовность партнеров делиться своими переживаниями, мыслями, чувствами и эмоциями, демонстрируя высокий уровень доверия. Такая близость, в том числе, включает в себя и эмоциональную близость.

Достаточно четко отражает сущность психологической готовности к браку определение С.В. Жолудевой: «это динамичное психологическое образование, включающее ценностные ориентации, брачную мотивацию, представления о супружеской иерархии, супружеские установки и ожидания, представления о супружеских отношениях» [11, с. 123].

При этом более полный перечень компонентов психологической готовности к браку, психологических особенностей личности супругов, отражен в работах Е.С. Калмыковой: «готовность личности принять на себя новую систему обязанностей по отношению к своему брачному партнеру и будущим детям; готовность к межличностному общению и сотрудничеству; способность к самоотверженности в отношении партнера; наличие качеств, связанных с проникновением во внутренний мир человека; высокая эстетическая культура чувств и поведения личности; умение разрешать конфликты конструктивным способом; способность к саморегуляции собственной психики и поведения» [17, с. 84]. В обобщенно виде обозначенные умения сводятся к ответственности, коммуникабельности (в том числе, умение разрешать конфликты), психологической близости и к развитым волевым качествам личности супругов.

Обобщенное понимание психологической готовности к браку приводит в своих трудах И.Ю. Зудилина: «это интегральная характеристика, которая объединяет в себе психологические мотивы, знания, умения и навыки, личностные качества, обеспечивающие построение отношений супругов в браке» [13, с. 99].

Стоит отметить, что именно компоненты психологической готовности к браку наиболее полно и при этом систематично раскрывают психологические особенности личности партнеров, вступающих в брак.

В частности, Ф.Я. Кочкарова выделяет пять таких компонентов: «мотивационный – позитивное отношение к созданию семьи, интерес к семье, а также стойкие личностные мотивы; ориентационный – знание

составляющих семейных отношений, требования к личности; операционный – обладание способами и приемами брачного взаимодействия, необходимыми знаниями, навыками; волевой – самоконтроль, умение руководить эмоциями; оценочный – анализ своей готовности к решению задач семьи» [19, с. 15]. Прежде всего, в психологическом плане, по мнению автора, важно положительное восприятие супругов друг друга, внутренние мотивы, знания и навыки семейной жизни, волевые качества и сознательность. Человек должен знать свои потребности, действовать в соответствии с внутренними мотивами, адекватно оценивая собственные качества и свою готовность к вступлению в брак.

В свою очередь М.В. Семина выделяет схожий перечень компонентов: «когнитивный (овладение соответствующими знаниями и представлениями об особенностях и условия построения оптимальных брачно-семейных отношений); эмотивный (осознание уникальности семейных ценностей, понимание сложности нравственных отношений, культивирование высших нравственных чувств и взаимоотношений, положительное отношение к себе как субъекту брачно-семейных отношений); оценочно-волевой (способность к построению мысленных моделей перспективных брачно-семейных отношений и определение своего творческого места в них); деятельностный (достигать гармонии духовных и физических отношений в браке, уметь строить реальные отношения, включающие помощь, любовь, защиту другого человека)» [27, с. 111]. При этом совокупность тех или иных компонентов позволит выявить общий уровень психологической готовности личности к браку.

Однако более комплексно и полноценно, на наш взгляд, компоненты психологической готовности личности к браку выделены в работах Л.С. Выготского : «мотивационный – содержит представления о ведущих мотивах и установках, направляющих выбор будущего брачного партнера; эмоциональный – диктует необходимость эмпатических способностей, и

отражен в представлениях о способности понимать и выражать значимость близкого человека, умении сопереживать и чувствовать его; когнитивный – имеет в себе систему знаний и представлений об особенностях брачных отношений, о самой роли брака, представления о системе обязанностей; поведенческий – подразумевает способность к саморегуляции собственной психики и поведения» [4, с. 206].

При этом К.Е. Изард выделяет особую значимость эмоциональной стороны психологической готовности к браку, отмечая, что: «эмоции связаны с потребностями, инстинктами, мотивами, находящих выражение в качестве прямого переживания и важности ситуаций и явлений, воздействующих на человека и необходимых для повседневных задач». В свою очередь мотивационный компонент включает в себя такие параметры мотивации вступления в брак, как: «наличие любви; стремление к прибавлению в семействе; схожесть мировоззрения; экономические и потребительские параметры; моральная и эмоциональная помощь для партнера; установление взаимопонимания, дружба; предложение части свободного времени партнеру; потребность в личном счастье; удовольствие сексуального плана; избавление от одиночества, ощущение нужности; обусловленность социальными традициями и стандартами; обстоятельства вынужденного характера» [14, с. 118]. Соответственно мотивы вступления в брак могут быть внутренними и внешними.

Проанализировав психологические составляющие готовности личности к браку, остановимся на рассмотрении непосредственно психологических особенностей личности как основы готовности к браку.

Так психологические особенности личности – это совокупность свойств, определяющих характер активности человека. В психологии отмечено, что: «психологические особенности личности включают в себя врожденные и приобретенные уникальные свойства, которые являются условиями психической активности человека и определяют специфику

выполнения им какой-либо деятельности. К таким свойствам относятся – темперамент, характер, эмоционально-волевые процессы, склонности и способности, уровень притязаний и прочее» [26, с. 128].

В научных работах А.Г. Маклакова выделены следующие группы психологических особенностей: «биологические (темперамент, задатки, потребности); социально-обусловленные (направленность, мировоззрение); особенности, имеющие связь с психическими процессами; личностный опыт индивида». «Обозначенные особенности определяют основные компоненты психологической готовности личности к браку. Прежде всего, это социально-обусловленные и биологические особенности, а именно – темперамент, характер, мировоззрение и ценности». Так темперамент – это: «совокупность индивидуальных особенностей личности – ее общей подвижности и эмоциональной возбудимости». Характер – это: «структура стойких, сравнительно постоянных психических свойств, определяющих особенности отношений и поведения личности». Мировоззрение – это: «система взглядов, оценок и образных представлений о мире и месте в нем человека, общее отношение человека к окружающей действительности и самом себе» [21]. Ценности – это значимые компоненты жизни для человека.

Изучением индивидуальных психологических особенностей личности занимались в частности А. Адлер, Л.С. Выготский, К.Г. Юнг и другие.

При этом в работах Е.П. Ильина отмечено, что: «индивид может проявлять свою уникальность в ходе социокультурного взаимодействия и трудовой деятельности» [14, с. 83]. Психологические и индивидуальные особенности личности активно проявляются в ходе общения и взаимодействия с другими людьми, а также в деятельности.

В соответствии с рассмотренным выше можно отметить, что при вступлении в брак будущие супруги должны знать и принимать психологические особенности друг друга, знать их мотивы, ценности, интересы, личностные качества, а также иметь схожесть данных

компонентов. В частности, как отмечает В.М. Минияров: «схожесть в нравственных ценностях супругов, связанных с идеалами благополучной семьи, которые отличаются любовью к ближнему, умением нести ответственность за выполнение своей семейной роли, является составляющей благоприятного эмоционального благополучия. Выбор супруга с определенными личностными качествами, позитивное отношение к семейным ценностям и построение различных ценностных ориентиров между супругами – залог положительного эмоционального климата семьи и в целом, определяет ее благополучие» [24, с. 77].

В связи с этим А.Г. Харчев и М.С. Мацковский среди важных психологических особенностей супругов, влияющих на их брак, выделяют: «умение нести ответственность за свои поступки и действия; взаимно удовлетворять потребности супруга; быть открытым к решению семейных проблем; уметь выстраивать гармоничную модель своей семьи; совместно создавать уют в домашней обстановке; проявлять моральные качества, верного и честного отношения друг к другу» [30, с. 201].

В исследованиях Р.Р. Калининой выделены психологические особенности счастливого и несчастливой брака, что позволяет определить значимые психологические особенности готовности к браку. Так автором было выявлено, что: «в благополучных браках для обоих партнеров пересекающимися ценностями являются «физическое и психическое благополучие», «счастливая семейная жизнь». Ценности мужчины связаны не только с браком, но с активностью. Они реализуются через свободу, честность, эффективность. Ценности женщин сконцентрированы в основном на браке, и реализуются через искренность, чуткость, ответственность. Партнеры в несчастливом браке высказывались о том, что с партнером нет доверительных отношений; они не могут раскрыться друг перед другом; не ощущают уважения и/или восхищения друг другом; не чувствуется привязанности и заботы; нарушена интимность отношений; при принятии

важных решений не могут договориться, найти компромисс» [16, с. 231]. Соответственно важными психологическими особенностями личностями, определяющими ее готовность к браку, выступают – проявление ответственного отношения, заботы, эмоциональной близости (чуткости, искренности, эмпатии), честности и уважения, свободы в саморазвитии и самореализации супругов, выстраивание доверительных отношений, принятие своего партнера, готовность пойти на компромисс, стремление обсуждать возникающие недопонимания.

«Понимать свои ошибки. Если своевременно понять свои ошибки и исправить их, то ссоры или конфликта можно избежать. Когда мы добровольно принимаем на себя как ошибку то, что в прямом смысле ошибкой не является, мы можем успешно овладеть конфликтной ситуацией» [28].

«Войти в положение другого. На спорные вопросы каждый смотрит несколько под иным углом и видит их по-своему. Если каждый попытается поставить себя на место другого, постарается понять ситуацию и переживания партнера, будет более терпим к нему и найдет правильный выход из положения, это позволит избежать конфликтов» [33]

Психологические особенности готовности личности к браку заключаются в мотивации вступления в брак, готовности к эмоциональной близости в браке, в сформированности поведенческой сферы партнеров (самоконтроль и саморегуляция в брачных отношениях) и общих представлений о браке, семейных ценностях, восприятия семейной жизни и прочего.

В результате рассмотренные теоретические аспекты проблемы психологических особенностей готовности личности к браку в ходе первой главы позволили сформулировать ряд выводов:

- под браком понимается официально закрепленный добровольный союз мужчины и женщины, упорядочивающий их межличностные отношения, и формирующий взаимные права и обязанности супругов;
- готовность личности к браку представляет собой комплексное структурно сложное понятие, основу которого составляет сформированное осознанное стремление человека к вступлению в брак, при котором он демонстрирует сформированные мотивы, желания и ценности создания семьи;
- готовность к браку включает в себя физическую, социальную и этико-психологическую зрелость (на основе определения И.В. Гребенникова, В.А. Сысенко);
- структурными компонентами готовности личности к браку (в том числе, психологической) являются мотивационный, когнитивный, эмоциональный и поведенческий;
- психологические особенности личности составляют основу психологической готовности к браку, именно социально-обусловленные и биологические психологические особенности определяют основные компоненты психологической готовности личности к браку;
- психологические особенности готовности личности к браку заключаются в мотивации вступления в брак, готовности к эмоциональной близости в браке.

Глава 2 Экспериментальное исследование психологических особенностей готовности личности к браку

2.1 Организация и методы исследования

Цель исследования: изучить в ходе опытно-экспериментального исследования психологические особенности готовности личности к браку, необходимые для учета при ее формировании.

Задачи исследования:

- определить критерии уровня сформированности готовности личности к браку;
- отобрать диагностические методики для выявления уровня сформированности готовности личности к браку;
- выявить первичный уровень сформированности готовности личности к браку;
- разработать и апробировать содержание психологической работы, способствующей формированию готовности личности к браку;
- оценить динамику уровня сформированности готовности личности к браку.

Этапы исследования:

Организационно-подготовительный этап: «характеристика выборки и базы исследования, отбор методов исследования, определение критериев и показателей уровня сформированности готовности личности к браку, отбор диагностических методик».

Диагностический (констатирующий эксперимент) этап: «организация и проведение диагностики уровня сформированности готовности личности к браку на начало эксперимента, качественный и количественный анализ данных, формулировка промежуточных итогов исследования»

Оценочный (контрольный эксперимент) этап: «проведение

диагностики динамики уровня сформированности готовности личности к браку, качественный и количественный анализ данных».

Методами исследования в практическом изучении психологических особенностей готовности личности к браку выступили – эмпирические, а именно беседа, тестирование, экспериментальное исследование (констатирующий и контрольный этапы), а также методы обработки полученных результатов – количественный и качественный анализ данных.

Экспериментальной базой настоящего исследования выступил Психотерапевтический центр «Мой мир» г. Тольятти. В исследовании приняли участие 40 человек, возрастом от 20 до 25 лет. Из общей выборки насчитывается 24 женщины и 16 мужчин. В частности, экспериментальную группу составили 20 человек (12 женщин и 8 мужчин), контрольную группу – также 20 человек (12 женщин и 8 мужчин). Характеристика выборки исследования представлена в таблице А.1 приложения А.

На основе исследований Л.С. Выготского, и Ф.Я. Кочкаровой были определены диагностические критерии и показатели уровня сформированности готовности личности к браку: «мотивационный – ведущие мотивы и установки, направляющие выбор будущего брачного партнера; эмоциональный – эмпатические способности (способность понимать и выражать значимость близкого человека, умение сопереживать и чувствовать его); когнитивный – система знаний и представлений об особенностях брачных отношений, о роли брака; поведенческий – способность к саморегуляции собственной психики и поведения; операционный – обладание способами и приемами брачного взаимодействия, необходимыми навыками».

Выделенные критерии позволили отобрать диагностические методики для оценки ключевых показателей (таблица 1).

Таблица 1 – Диагностическая карта исследования

Критерий	Показатель	Диагностическая методика
когнитивный	система знаний и представлений о браке	Опросник «Измерение установок в семейной паре» (авторы: Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская)
мотивационный	мотивация вступления в брак	Опросник «Мотивы вступления в брак» (автор: С.И. Голод)
эмоциональный	эмпатические способности	Опросник «Шкала эмоционального отклика» (авторы: А.А. Меграбян и Н.С. Эпштейн)
поведенческий	способность к саморегуляции	«Тест-карта оценки готовности к семейной жизни» (автор: И.Ф. Юнда)
операционный	навыки брачного взаимодействия	«Опросник, раскрывающий готовность вступления в брак» (авторы: А.Ю. Чернов, Т.С. Триполева).

В таблице 1 представлены диагностические методики, описание которых подробно указано ниже.

Диагностическая методика 1. Опросник «Измерение установок в семейной паре» (авторы: Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская).

Описание методики: «испытуемым предлагается 40 суждений, требующих от них оценок по степени согласия с каждым из них».

Обработка результатов: «каждый вариант ответа имеет свой балл – «да, это так» (4 балла), «вероятно, это так» (3 балла), «вряд ли это так» (2 балла), «нет, это не так» (1 балл), итоговые значения могут высчитываться как отдельно для каждой из 10 шкал путем нахождения среднего арифметического, так и для определения общего уровня путем суммирования среднего арифметического»:

– низкий уровень (0-17 баллов): «демонстрирует отсутствие развитых знаний и представлений о браке и семейной жизни»;

– средний уровень (18-32 балла): «демонстрирует поверхностные или неточные представления и знания о браке и семейной жизни, в том числе, правовых знаний»;

– высокий уровень (33-40 баллов): «демонстрирует сформированные знания и представления о браке и семейной жизни, понимание ценности и законов семейной жизни» [2, с. 155].

Диагностическая методика 2. Опросник «Мотивы вступления в брак» (автор: С.И. Голод).

Описание методики: «испытуемым необходимо оценить влияние каждой из перечисленных 8 причин на решение о вступлении в брак, используя для этого 5-балльную шкалу, где 5 баллов соответствуют максимальной выраженности причины, 1 балл – минимальной».

Обработка результатов: «осуществляется суммарный подсчет баллов по всем причинам вступления в брак (внутренние причины имеют прямой порядок начисления баллов, а внешние – обратный) и на основе этого определяется итоговый уровень»:

– низкий уровень (0-17 баллов): «демонстрирует отсутствие сформированных мотивов вступления в брак, низкую мотивацию к семейной жизни, преобладание внешних мотивов – ожидание ребенка, случайность, материальная обеспеченность»;

– средний уровень (18-32 балла): «демонстрирует среднюю мотивацию вступления в брак, мотивы имеют преимущественно внешний характер или преобладают над внутренними»;

– высокий уровень (33-40 баллов): «демонстрирует сформированные осознанные мотивы вступления в брак – любовь, общность интересов и взглядов, духовная и эмоциональная близость» [5, с. 227].

Диагностическая методика 3. Опросник «Шкала эмоционального отклика» (авторы: А.А. Меграбян и Н.С. Эпштейн). Методика предназначена для диагностики эмпатии как личностной черты [10].

Описание методики: «испытуемому предлагается 25 суждений закрытого типа – как прямых, так и обратных, они должны оценить степень своего согласия/несогласия с каждым из них».

Обработка результатов: «проводится в соответствии с ключом. За каждый ответ начисляется от 1 до 4 баллов, затем баллы суммируются. По сумме набранных баллов определяется итоговый уровень»:

- низкий уровень (0-39 баллов): «демонстрирует отсутствие эмоциональной близости в браке, отсутствие интереса к эмоциональному состоянию партнера»;
- средний уровень (40-81 балл): «демонстрирует не ярко выраженную эмоциональную близость в браке»;
- высокий уровень (82-100 баллов): «демонстрирует развитую потенциальную эмоциональную близость к партнеру в браке, проявление эмпатии и сочувствия» [23, с. 212].

Диагностическая методика 4. «Тест-карта оценки готовности к семейной жизни» (автор: И.Ф. Юнда).

Описание методики: «испытуемому необходимо выбрать в каждой из десяти предложенных ситуаций по одному из трех вариантов».

Обработка результатов: «подсчитать результаты в баллах по шкале оценок для каждого из трех вариантов поведения. По сумме набранных баллов определяется итоговый уровень»:

- низкий уровень (0-29 баллов): «демонстрирует отсутствие развитой саморегуляции и самоконтроля поведения и эмоций»;

– средний уровень (30-69 баллов): «демонстрирует проявление негативных эмоций в определенных ситуациях, но в целом стараются сдерживать себя»;

– высокий уровень (70-120 баллов): «демонстрирует развитую саморегуляцию, умение сдерживать негативные эмоции» [36, с. 73].

Диагностическая методика 5. «Опросник, раскрывающий готовность вступления в брак» (авторы: А.Ю. Чернов, Т.С. Триполева).

Цель: определение сформированности у личности навыков брачного взаимодействия.

Описание методики: «испытуемому предлагается 30 вопросов, требующих от них однозначного ответа».

Обработка результатов: «осуществляется суммарный подсчет баллов по всем 10 шкалам, по сумме набранных баллов определяется итоговый уровень»:

– низкий уровень (1-15 баллов): демонстрирует несформированность навыков брачного взаимодействия;

– средний уровень (16-25 баллов): навыки брачного взаимодействия сформированы умеренно;

– высокий уровень (26-30 баллов): демонстрирует сформированность навыков брачного взаимодействия.

2.2 Обработка результатов и интерпретации психологической готовности к браку респондентов

С целью выявления динамики уровня сформированности готовности личности к браку был организован и проведен контрольный этап экспериментального исследования. Результаты диагностики по всем методикам представлены в таблице В.1 приложения В.

Результаты диагностики контрольного этапа исследования по методике «Измерение установок в семейной паре» (авторы: Ю.Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е.М. Дубовская) представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Количественные результаты уровня сформированности у личности системы знаний и представлений о браке

Уровень	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Количество человек	%	Количество человек	%
Низкий	2	10	7	35
Средний	7	35	9	45
Высокий	11	55	4	20

В таблице 2 представлены данные результатов, где низкий уровень сформированности системы знаний и представлений о браке наблюдается у 2 юношей экспериментальной и 5 юношей и 2 девушек контрольной группы.

Средний уровень наблюдается у 5 парней и 2 девушек экспериментальной и 7 девушек и 2 парней контрольной группы.

Высокий уровень наблюдается у 11 человек, что составили 10 девушек и 1 юношу экспериментальной и 3 девушек, 1 юношу контрольной группы.

Результаты диагностики контрольного этапа исследования по методике «Мотивы вступления в брак» (автор: С.И. Голод) представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Количественные результаты уровня сформированности у личности мотивации вступления в брак

Уровень	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Количество человек	%	Количество человек	%
Низкий	3	15	8	40
Средний	7	35	10	50

Продолжение таблицы 3

Высокий	10	50	2	10
---------	----	----	---	----

В таблице 3 мы можем наблюдать низкий уровень сформированности мотивации вступления в брак у 2 парней и 1 девушки экспериментальной и 5 юношей и 3 девушек контрольной группы.

Средний уровень наблюдается у 5 юношей и 2 девушек экспериментальной и 7 девушек и 3 парней контрольной группы.

Высокий уровень наблюдается у 8 девушек и 2 парней экспериментальной и 2 девушек и 1 парня контрольной группы.

Результаты диагностики контрольного этапа исследования по методике «Шкала эмоционального отклика» (авторы: А. Меграбян и Н. Эпштейн) представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Количественные результаты уровня сформированности у личности эмпатических способностей

Уровень	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Количество человек	%	Количество человек	%
Низкий	2	10	7	35
Средний	6	30	9	45
Высокий	12	60	4	20

Исходя из данных таблицы 4 мы наблюдаем, низкий уровень сформированности эмпатических способностей наблюдается у 2 юношей экспериментальной и 5 парней и 2 девушек контрольной группы.

Средний уровень наблюдается у 4 парней и 2 девушек экспериментальной и 7 девушек и 2 парней контрольной группы.

Высокий уровень наблюдается у 10 девушек и 2 юношей экспериментальной и 3 девушек и 1 юноши контрольной группы.

Результаты диагностики контрольного этапа исследования по методике «Тест-карта оценки готовности к семейной жизни» (автор: И.Ф. Юнда) представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Количественные результаты уровня сформированности у личности способности к саморегуляции

Уровень	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Количество человек	%	Количество человек	%
Низкий	3	15	7	35
Средний	6	30	10	50
Высокий	11	55	3	15

В таблице 5 мы наблюдаем низкий уровень сформированности способности к саморегуляции наблюдается у 2 парней и 1 девушки экспериментальной и 5 парней и 2 девушек контрольной группы.

Средний уровень наблюдается у 5 юношей и 1 девушки экспериментальной и 8 девушек и 2 парней контрольной группы.

Высокий уровень наблюдается у 10 девушек и 1 парня экспериментальной и 2 девушки и 1 парня контрольной группы.

Результаты диагностики контрольного этапа исследования по методике «Опросник, раскрывающий готовность вступления в брак» (авторы: А.Ю. Чернов, Т.С. Триполева) представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Количественные результаты уровня сформированности у личности навыков брачного взаимодействия

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
---------	--------------------------	--------------------

Продолжение таблицы 6

	Количество человек	%	Количество человек	%
Низкий	2	10	9	45
Средний	7	35	8	40
Высокий	11	55	3	15

В соответствии с представленной таблицей результатов, низкий уровень сформированности навыков брачного взаимодействия наблюдается у 2 юношей экспериментальной и 5 парней и 4 девушек контрольной группы.

Средний уровень наблюдается у 5 парней и 2 девушек экспериментальной и 6 девушек и 2 парней контрольной группы.

Высокий уровень наблюдается у 9 девушек экспериментальной и 2 юношей контрольной группы.

Наглядно полученные результаты на контрольном этапе исследования отражены на рисунке 1.

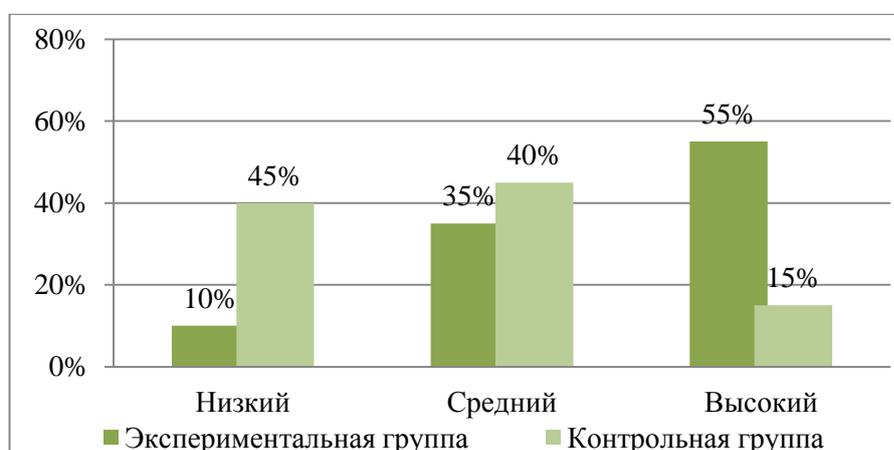


Рисунок 1 – Уровень сформированности готовности личности к браку (контрольный этап), в %

На рисунке 1 показано соотношение уровней сформированности готовности личности к браку. Низкий уровень наблюдается у 2 юношей, что

составляет 10 % экспериментальной и 5 парней и 3 девушек, что составило 45 % контрольной группы.

Средний уровень наблюдается у 5 парней и 2 девушек, что составляет 35 % экспериментальной и 7 девушек и 2 юношей контрольной группы, что составляет 40 %.

Высокий уровень наблюдается у 10 девушек и 1 парня, что составило 55 % экспериментальной и 2 девушек и 1 юношу, что составляет 15 % контрольной группы.

В результате проведенного экспериментального исследования также была доказана исходная гипотеза. Значит, психологическими особенностями, которые необходимо учитывать при формировании готовности личности к браку, выступают – сформированность представлений о браке и семейной жизни, мотивация к брачному союзу, эмпатические навыки, умение контролировать свои эмоции и поведение, а также коммуникативные способности в рамках семейной пары. Эти качества могут быть улучшены и развиты с помощью целенаправленного психологического обучения и консультирования.

Реализованное экспериментальное исследование психологических особенностей готовности личности к браку в ходе второй главы позволило сформулировать выводы:

- на контрольном этапе низкий уровень сформированности готовности личности к браку наблюдался у 2 юношей экспериментальной и у 5 парней и 3 девушек контрольной группы, средний уровень – у 5 парней и 2 девушек экспериментальной и 7 девушек и 2 парней контрольной группы, высокий – у 10 девушек и 1 парня экспериментальной и у 2 юношей и 1 девушки контрольной группы.
- исследования выявило, что у девушек более высокий уровень сформированности готовности к браку, нежели у юношей. Это может быть связано с различными факторами, например, с

социокультурными, а также биологическими и психологическими особенностями. Ключевой аспект, определяющий этот процесс, это социально-культурные устоявшиеся представления, сложившиеся в обществе и оказывающие давление на женщин, приписывая им брачный союз как неотъемлемую часть жизненного пути.

2.3 Психологические рекомендации по формированию готовности к браку

Формирование готовности к браку представляет собой сложный процесс, который имеет психологическую опору в различных аспектах человеческой личности. Психологическая готовность к браку играет ключевую роль в формировании крепких, здоровых и долгосрочных отношений между партнерами. Согласно теории социальной психологии (В.А. Сысенко), готовность к браку может быть связана с рядом факторов:

Эмоциональная зрелость. Важной составляющей готовности к браку является эмоциональная зрелость, которая включает в себя умение контролировать свои эмоции, решать конфликты и общаться эффективно.

Личностная целостность. Личностная целостность означает осознанность и принятие самого себя, а также умение поддерживать собственную индивидуальность в рамках отношений. Понимание своих сильных и слабых сторон помогут вам быть открытым и искренним в отношениях с партнером. Важно научиться доверять и быть открытым для обсуждения любых вопросов и проблем.

Коммуникативные навыки. Важным аспектом готовности к браку являются развитие навыков эмпатии, умение слушать и выражать свои мысли и чувства, а также умение строить конструктивные отношения.

Адаптивные стратегии поведения. Готовность к браку также включает умение приспосабливаться к изменениям в отношениях, строить доверие и готовность к компромиссам.

Социальная поддержка. Важным фактором формирования готовности к браку является наличие социальной поддержки от окружающих, что позволяет укреплять отношения и преодолевать трудности. [37, с. 58]

Поддержание и развитие данных аспектов способствует формированию психологической готовности к вступлению в брак, что в первую очередь, способствует установлению качественных и гармоничных отношений в семейной сфере. Поэтому мы предлагаем программу психологических рекомендаций по формированию готовности личности к браку.

Самопознание: помочь человеку понять свои ценности, потребности и желания в отношениях. Разобраться, что важно именно ему в браке, какие качества и ценности он хочет видеть у своего партнера.

Развитие коммуникативных навыков: научиться умению выслушивать других, а также четко и ясно выражать свои мысли и чувства. Коммуникация является основой здоровых отношений.

Работа над эмоциональным интеллектом: помочь улучшить способность управлять своими эмоциями, понимать их и выражать конструктивно.

Изучение принципов здоровых отношений: обсудить с человеком основные аспекты успешного брака, такие как уважение, поддержка, доверие, компромиссы и т.д.

Работа с личностным ростом: поддерживайте стремление к самосовершенствованию, развитию умений и навыков, которые могут быть полезными в браке.

Работа над решением конфликтов: научить человека конструктивно и миролюбиво разрешать разногласия и конфликты, используя методы активного слушания, эмпатии и поиска взаимоприемлемых решений.

Изучение ролей и ответственности в браке: обсудить с человеком ожидания относительно ролей и обязанностей в браке, обсудить вопросы равноправия, уважения личности и поддержки друг друга.

Подготовка к изменениям: поговорить с человеком о возможных изменениях в его жизни и приоритетах после заключения брака. Подготовьте его к новым обязанностям и ролям, которые могут возникнуть.

Поддержка в разрешении сомнений и страхов: обсудить свои сомнения, страхи и тревоги относительно брака, рассмотреть их вместе и найти способы поддержать друг друга в принятии решения.

Поддержка в поиске партнера: если человек еще не нашел подходящего партнера, помочь ему развить социальные связи и улучшать навыки общения.

Брак - это серьезный шаг в жизни, и подготовка к нему требует времени, усилий и поддержки. Главное помнить, что каждый человек уникален, и программа подготовки должна быть адаптирована под его индивидуальные потребности и особенности. Мы надеемся, что эти рекомендации окажутся полезными в формировании готовности к браку.

Заключение

Анализ теоретических аспектов проблемы психологических особенностей готовности личности к браку позволил определить, что под браком понимается официально закрепленный добровольный союз мужчины и женщины, упорядочивающий их межличностные отношения, и формирующий взаимные права и обязанности супругов.

Готовность личности к браку представляет собой комплексное структурно сложное понятие, основу которого составляет сформированное осознанное стремление человека к вступлению в брак, при котором он демонстрирует сформированные мотивы, желания и ценности создания семьи. «Готовность к браку включает в себя физическую, социальную и этико-психологическую зрелость» (на основе определения В.А. Сысенко) [28]. Основными структурными компонентами готовности личности к браку (в том числе, психологической) являются мотивационный, когнитивный, эмоциональный и поведенческий. Однако данный перечень может быть расширен и уточнен.

Психологические особенности личности составляют основу психологической готовности к браку, именно социально-обусловленные и биологические психологические особенности определяют основные компоненты психологической готовности личности к браку. В свою очередь психологические особенности готовности личности к браку заключаются в мотивации вступления в брак, готовности к эмоциональной близости в браке, в сформированности поведенческой сферы партнеров (самоконтроль и саморегуляция в брачных отношениях) и общих представлений о браке, семейных ценностях, восприятия семейной жизни.

С целью выявления и формирования психологических особенностей готовности личности к браку было проведено экспериментальное исследование.

Так на контрольном этапе экспериментального исследования низкий уровень сформированности готовности личности к браку наблюдался у 2 юношей экспериментальной и у 5 парней, 3 девушек контрольной группы, средний уровень – у 5 парней и 2 девушек экспериментальной и 7 девушек и 2 юношей контрольной группы, высокий – у 10 девушек экспериментальной и у 2 девушек, 1 парня контрольной группы.

В результате проведенного экспериментального исследования также была доказана исходная гипотеза. Значит, психологическими особенностями, которые необходимо учитывать при формировании готовности личности к браку, выступают – сформированность представлений о браке и семейной жизни, мотивация к брачному союзу, эмпатические навыки, умение контролировать свои эмоции и поведение, а также коммуникативные способности в рамках семейной пары. Эти качества могут быть улучшены и развиты с помощью целенаправленного психологического консультирования.

Выявленные психологические особенности готовности личности к браку и разработанное содержание психологической работы, способствующее ее формированию, может быть использовано практическими психологами в психологической работе с молодыми людьми.

Список используемой литературы

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М. : Наука, 2015. 291 с.
2. Алешина Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. М. : Класс, 2004. 202 с.
3. Боцоева А. В., Лазаренко Л. А., Молчанова Е. В. О феномене психологической готовности к браку современной молодежи в контексте новообразований личностного развития // Проблемы современного педагогического образования. 2022. С. 343–347.
4. Выготский Л. С. Психология развития человека. М. : Изд-во Смысл; Изд-во Эксмо, 2005. 1136 с.
5. Голод С. И. Семья и брак. СПб. : Петрополис, 1998. 270 с.
6. Гребенников И. В. Основы семейной жизни. М. : Просвещение, 1991. 156 с.
7. Дружинин В. Н. Психология семьи. Екатеринбург: Деловая книга, 2000. 135 с.
8. Дубровина И. В. Проблемы психологической подготовки студенческой молодежи к семейной жизни // Вопросы психологии. 2015. № 4. С. 146–161.
9. Дьяченко М. И., Кандыбович, Л. А. Психологические проблемы готовности к деятельности. Минск : Изд-во БГУ, 1976. 175 с.
10. Опросник эмоциональной эмпатии (Emotional Empathic Tendency Scale, EETS) Авторы: А. Mehrabian, N. Epstein (1972); адаптация: Ю. М. Орлов, Ю. Н. Емельянов (1986).
11. Жолудева С. В. Психологическая готовность к браку на разных этапах периода взрослости : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. Ростов-на-Дону, 2009. 258 с.

12. Зритнева Е. П. Социология семьи. М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006. 150 с.
13. Зудилина И. Ю. Формирование психологической готовности студентов к брачным отношениям: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07. Самара, 2008. 226 с.
14. Изард К. Э. Психология эмоций. СПб. : Питер, 2012. 460 с.
15. Ильин Е. П. Психофизиология состояний человека. СПб. : Питер, 2005. 411 с.
16. Калинина Р. Р. Введение в психологию семейных отношений. СПб.: Речь, 2008. 350 с.
17. Калмыкова Е. С. Психологические проблемы первых лет супружеской жизни // Вопросы психологии. 1983. № 3. С. 83–89.
18. Коломинский Я. Л. Человек среди людей. М. : Молодая гвардия, 1970. 222 с.
19. Кочкарова Ф. Я. Психологическая готовность студентов-юристов к созданию семьи: автореферат дис. ... кандидата психологических наук : 19.00.07 / Сев.-Кавказ. гос. техн. ун-т. Ставрополь, 2006. 22 с.
20. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. СПб. : Питер, 2012. 939 с.
21. Маклаков А. Г. Общая психология: учебное пособие. СПб. : Питер Пресс, 2016. 559 с.
22. Малярова Н. В. Мотивация брака и прогноз психологического вмешательства // Семья и личность. 2018. С. 124–135.
23. Меграбян А. Психодиагностика невербального поведения. СПб. : Речь, 2001. 253 с.
24. Минияров В. М. Психологическая готовность к браку в зависимости от характера. Самара : РИЦ СГСХА. 2019. 146 с.
25. Москвичева И.Л. Мотивация вступления в брак и внутрисемейные ценности современной молодежи // Молодежь в условиях соц.-эконом. Реформ. 2005. С. 104–105.

26. Мясищев В. Н. Психология отношений. М. : Модэк МПСИ, 2004. 356 с.
27. Семина М. В. Готовность молодежи к брачно-семейным отношениям: личностный и образовательный аспекты. Чита : ЗабГГПУ, 2004. 152 с.
28. Сысенко В. А. Супружеские конфликты. М. : МИР, 1993. 228 с.
29. Узнадзе Д. Н. Общая психология. М. : Смысл, 2004. 412 с.
30. Харчев А. Г., Мацковский М. С. Современная семья и ее проблемы. Соц.-демограф. исследование. М. : 1978. 235 с.
31. Чернов А. Ю. Качественный подход в психологическом исследовании: дис. ... доктора психол. наук: 19.00.01. Ярославль, 2012. 442 с.
32. Шапиро Б. Ю. Психологические аспекты подготовки молодежи к семейной жизни. М. : Знание, 1983. 40 с.
33. Шнейдер Л. Б. Семейная психология. Эмпирические исследования : практ. пособие для академического бакалавриата. М. : Изд-во Юрайт, 2019. 317 с.
34. Эриксон Э. Идентичность и цикл жизни. СПб. : Питер, 2023. 208 с.
35. Юнг К. Психологические типы. М. : АСТ, 1998. 720 с.
36. Юнда И. Ф. Гармония и дисгармонии в супружестве. М. : Знание, 1983. 95 с.
37. Опросник «Измерение установок в семейной паре» (авторы: Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е. М. Дубовская)
38. Опросник «Мотивы вступления в брак» (автор С. И. Голод)
39. «Тест-карта оценки готовности к семейной жизни» (автор: И. Ф. Юнда)
40. «Опросник, раскрывающий готовность вступления в брак» (авторы: А. Ю. Чернов, Т. С. Триполева)

Приложение А
Характеристика выборки исследования

Таблица А.1 – Список людей, участвующих в исследовании

Имя Ф. испытуемого	Возраст
Экспериментальная группа	
SAP	21 год
NAB	20 лет
NAF	24 года
NVN	25 лет
NGE	23 года
SDM	22 года
SDC	21 год
SHE	24 года
SEO	25 лет
NIB	22 года
SKI	24 года
NKC	25 лет
SLZ	22 года
SMN	21 год
NMB	23 года
NNA	25 лет
SOR	20 лет
SSD	23 года
STI	24 года
SUK	21 год
Контрольная группа	
NAC	25 лет
SAC	22 года
NBA	24 года
SVZ	21 год
SVT	23 года
NVN	25 лет
NDU	21 год
SEG	22 года
SEM	24 года
SZO	20 лет
SIK	21 год
NKV	23 года
SLF	25 лет
NLC	24 года
SMP	25 лет
NOS	22 года
NPD	20 лет
SST	21 год
SUR	24 года
SII	25 лет

Приложение Б

Результаты исследования на контрольном этапе

Таблица Б.1 – Количественные результаты исследования на контрольном этапе эксперимента

Имя Ф. испытуемого	Диагностическая методика					Количество баллов	Уровень
	№ 1	№ 2	№ 3	№ 4	№ 5		
Экспериментальная группа							
SAP	36	37	86	77	29	265	высокий
NAB	33	34	82	71	26	246	высокий
NAF	21	18	49	35	24	147	средний
NVN	18	18	44	48	16	144	средний
NGE	16	15	31	23	9	94	низкий
SDM	33	35	82	75	27	252	высокий
SDC	34	34	83	72	26	249	высокий
SEH	33	31	82	71	28	245	высокий
SEO	33	35	85	73	26	252	высокий
NIB	18	19	58	47	18	160	средний
SKI	21	21	47	51	16	156	средний
NKC	32	23	82	62	23	222	средний
SLZ	34	33	83	71	26	247	высокий
SMN	33	33	84	72	27	249	высокий
NMB	15	15	27	22	13	92	низкий
NNA	30	24	62	58	21	195	средний
SOR	37	36	88	76	28	265	высокий
SSD	29	16	65	24	19	153	средний
STI	33	34	83	72	26	248	высокий
SUK	36	33	82	71	28	250	высокий
Контрольная группа							
NAC	13	12	26	21	10	82	низкий
SAC	35	36	85	75	28	259	высокий
NBA	11	9	22	17	9	68	низкий
SVZ	26	28	61	61	23	199	средний
SVT	22	28	67	60	20	197	средний
NVN	34	31	87	73	27	252	высокий
NDU	16	13	26	22	11	88	низкий
SEG	24	25	67	58	23	197	средний
SEM	11	11	30	18	12	82	низкий
SZO	21	14	49	35	12	131	низкий

Продолжение Приложения Б

Продолжение таблицы Б.1

Имя Ф. испытуемого	Диагностическая методика					Количество баллов	Уровень
	№ 1	№ 2	№ 3	№ 4	№ 5		
Контрольная группа							
SIK	26	24	75	63	20	208	средний
NKV	28	26	66	57	19	196	средний
SLF	35	34	88	75	28	260	высокий
NLC	10	12	21	23	12	78	низкий
SMP	33	28	82	59	22	224	средний
NOS	14	10	22	18	9	73	низкий
NPD	30	27	68	58	23	206	средний
SST	11	11	29	24	9	84	низкий
SUR	29	30	54	50	22	185	средний
SII	27	27	63	57	19	193	средний