

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 к браку девушек и юношей от 18 до 25 лет

Обучающийся Ю.А. Маношкина

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель канд. психол. наук, И.В. Седова

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

Тольятти 2025

## Аннотация

В данной выпускной квалификационной работе исследуются психологические особенности готовности к браку у молодых людей, состоящих в добрачных отношениях. Актуальность проблемы обусловлена изменениями современного института брака, ростом значимости эмоциональной и коммуникативной зрелости партнёров, а также необходимостью комплексной оценки факторов, влияющих на успешность будущей семейной жизни.

Цель работы: исследовать психологическую готовность к браку девушек и юношей от 18 до 25 лет, состоящих в добрачных отношениях продолжительностью один год.

Для достижения цели были поставлены задачи:

- выполнить теоретический анализ отечественной и зарубежной литературы по проблеме брака и психологической готовности к нему;
- определить структуру и ключевые компоненты психологической готовности к браку;
- подобрать и применить психодиагностический инструментарий для оценки готовности к браку;
- изучить особенности мотивационного, эмоционального, коммуникативного и когнитивного компонентов готовности к браку у юношей и девушек;
- провести анализ, математико-статистическую обработку и интерпретацию полученных данных.

Бакалаврская работа включает введение, две главы, заключение и список используемой литературы. Объем работы составляет 47 страниц, проиллюстрирована 5 рисунками и 4 таблицами, содержит 25 источников литературы.

## Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические основы психологической готовности к браку.....	8
1.1 Исторические и социокультурные подходы к браку.....	8
1.2 Психологическая готовность к браку в зарубежных и отечественных исследованиях.....	10
1.3 Психологическая структура и компоненты готовности к браку.....	16
Глава 2. Эмпирическое исследование психологической готовности к браку.....	24
2.1 Организация исследования, выборка и методы.....	24
2.2 Результаты исследования.....	27
2.3 Анализ и обсуждение результатов исследования.....	36
Заключение.....	43
Список используемой литературы.....	46

## Введение

Современное общество характеризуется существенными изменениями в сфере межличностных отношений, что отражается на трансформации представлений молодых людей о браке, семье и партнёрстве. Процессы индивидуализации, стремление к личностной самореализации, изменение гендерных ролей и рост числа гражданских союзов приводят к переосмыслению традиционных критериев готовности к созданию семьи. В этих условиях возрастает значимость психологических факторов, определяющих способность человека вступать в устойчивые и зрелые отношения, основанные на взаимном уважении, ответственности и эмоциональной стабильности.

Особую актуальность приобретает исследование готовности к браку у молодых людей, состоящих в добрачных отношениях. Подобные отношения представляют собой период, в ходе которого формируются модели взаимодействия, ожидания от партнёра, способы разрешения конфликтов и уровень эмоциональной близости. Психологическая зрелость человека и сформированность компонентов готовности к браку на данном этапе могут служить предикторами успешности будущей семейной жизни. В связи с этим изучение мотивационной, эмоциональной, коммуникативной и когнитивной составляющих готовности к браку является важным направлением современной семейной психологии [2].

Несмотря на большое количество исследований, посвящённых проблематике брака и семейных отношений, вопросы психологической готовности молодёжи к браку в условиях современных социокультурных изменений остаются недостаточно раскрытыми. Требуется не только теоретическое осмысление данного феномена, но и эмпирическое изучение его структуры, динамики и факторов, оказывающих влияние на эмоционально-волевые и коммуникативные аспекты партнёрских отношений.

Настоящее исследование направлено на комплексный анализ готовности к браку у юношей и девушек, которые состоят в постоянных добрачных отношениях на протяжении одного года. Выбор данного срока неслучаен: этот период зачастую становится этапом стабилизации отношений, когда партнёры уже выработали определённые модели взаимодействия, но ещё находятся в состоянии поиска баланса и согласования ожиданий. Исследование позволит выявить характерные особенности психологической готовности представителей разного пола, определить типичные мотивы, установки и эмоциональные проявления, а также оценить уровень их перцептивно-интерактивной компетентности.

Объект исследования: психологическая готовность к браку.

Предмет исследования: психологическая готовность к браку девушек и юношей от 18 до 25 лет.

Цель исследования: исследовать психологическую готовность к браку девушек и юношей от 18 до 25 лет, состоящих в добрачных отношениях продолжительностью один год.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что психологическая готовность к браку у молодых людей, состоящих в добрачных отношениях, имеет гендерные особенности.

Задачи исследования:

- проанализировать психолого-педагогическую литературу, посвящённую психологической готовности к семейной жизни;
- описать структурные компоненты готовности к браку и подходы к их изучению;
- подобрать диагностический инструментарий, позволяющий комплексно оценить готовность к браку;
- провести эмпирическую диагностику психологической готовности к браку молодых людей, состоящих в отношениях на протяжении одного года;

- выполнить количественный и качественный анализ результатов, выявить различия между юношами и девушками;
- сформулировать выводы и практические рекомендации.

Методологическая основа исследования: работа опирается на концепции отечественных (В.Н. Дружинин, С.В. Алёшина, В.В. Ковалёв) и зарубежных авторов (Д. Готтман), изучающих брачные отношения, семейную адаптацию, эмоциональные процессы, межличностную коммуникацию, психосоциальное развитие и мотивационную сферу личности.

Методы исследования:

- теоретические (анализ научных источников);
- эмпирические («Мотивы вступления в брак» А.Б. Голод; «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбян, Н. Эпштейн; «Перцептивно-интерактивная компетентность» В.В. Фетискин и другие; «Установки в семейной паре» С.В. Алёшина; «Оценка готовности к семейной жизни» И.Ф. Юнд);
- математическая обработка данных.

Эмпирическая база исследования: медицинский центр «КОРСАКОВ» г. Москва.

Выборка исследования: в исследовании участвовали 20 человек (10 юношей и 10 девушек), состоящих в постоянных добрачных отношениях на протяжении одного года.

Научная новизна исследования заключается в изучении специфики психологической готовности к браку у молодежи в возрасте 18 - 25 лет, являющемся критически важным периодом становления идентичности и профессионального самоопределения, что позволяет выявить уникальные для данного этапа факторы и вызовы, влияющие на формирование брачных установок и ожиданий в условиях современных социальных трансформаций.

Теоретическая значимость исследования заключается в расширении теоретические модели гендерных различий в формировании брачных установок и ожиданий, выявляя специфические для молодежи 18 - 25 лет

закономерности влияния социокультурных факторов и гендерной социализации на когнитивные, эмоциональные и мотивационные компоненты готовности к семейной жизни, что может служить основанием для коррекции или разработки новых теоретических конструктов в области гендерной психологии семьи.

Практическая значимость исследования заключается в том, что разработанный диагностический комплекс может использоваться в консультативной практике психологов:

- при подготовке молодёжи к вступлению в брак;
- при оценке рисков и ресурсов молодой пары;
- в профилактических программах укрепления семейных отношений и других.

Структура бакалаврской работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка используемой литературы. Объем работы составляет 47 страниц, проиллюстрирована 5 рисунками и 4 таблицами, содержит 25 источников литературы.

# **Глава 1 Теоретические основы психологической готовности к браку**

## **1.1 Исторические и социокультурные подходы к браку**

Брак как социальный институт является одним из наиболее устойчивых и универсальных механизмов регулирования межличностных отношений. На протяжении истории его содержание, функции и формы значительно трансформировались, отражая изменения в экономической структуре общества, религиозных представлениях, культурных нормах и семейной политике государства. Простое юридическое оформление союза постепенно уступило место более сложным моделям партнёрства, в которых на первый план выходят психологическая совместимость, готовность к ответственности, умение устанавливать эмоциональный контакт и способность к взаимодействию [22].

В традиционных обществах брак рассматривался прежде всего как экономический и социальный союз между родами или семьями. Личностные предпочтения партнёров играли второстепенную роль. Доминировали такие параметры, как социальный статус, имущественное положение, соответствие нормам общины, религиозная однородность. Психологическая составляющая брака практически не анализировалась, поскольку считалось, что чувства и эмоциональная близость возникают уже в процессе совместной жизни, а не предшествуют ей [14].

С развитием индустриального общества представления о браке кардинально изменились. Усиление индивидуализма, рост личной свободы, повышение роли образования и профессиональной самореализации способствовали тому, что брачные отношения стали рассматриваться через призму личной удовлетворённости, эмоциональной совместимости и взаимной поддержки. Личность, её потребности и ценности начали играть ключевую роль в выборе партнёра и построении семейных отношений [24].

Современная эпоха отличается ещё большей диверсификацией брачных моделей. Широкое распространение получили гражданские браки, добрачные отношения, пробные союзы. Молодые люди реже спешат с официальным оформлением отношений, предпочитая сначала убедиться в готовности к совместной жизни и оценить психологическую совместимость. Поэтому исследование факторов, влияющих на готовность к браку, становится актуальной задачей психологической науки [19].

С точки зрения социологии, современный брак выполняет функции, связанные не только с воспитанием детей и ведением общего хозяйства, но и с удовлетворением потребности в эмоциональной близости, взаимной поддержке, развитии личности. Психология, в свою очередь, акцентирует внимание на эмоционально-волевых характеристиках партнёров, их способности управлять конфликтами, формировать общие цели и ценности, выстраивать эффективную коммуникацию. Таким образом, брак предстает не только как социальный институт, но и как пространство психологической зрелости.

Современные исследования подчеркивают, что готовность к браку включает не только мотивационную компоненту, но и развитые навыки саморегуляции, способность к эмпатии, умение строить доверительные отношения и решать возникающие проблемы конструктивным образом. Психологическая зрелость рассматривается как один из ключевых факторов устойчивости брачных отношений, а её недостаточная сформированность часто выступает причиной конфликтов и распада семей [13].

Исторический анализ позволяет сделать вывод о том, что эволюция брака от традиционных форм к более гибким и вариативным моделям усиливает значение личностных качеств и психологической готовности партнёров. В современных условиях успешность брака во многом зависит от того, насколько партнёры способны к эмоциональному взаимодействию, коммуникации и принятию ответственности за отношения.

## **1.2 Психологическая готовность к браку в зарубежных и отечественных исследованиях**

Изучение психологической готовности к браку имеет широкое международное распространение, поскольку вопросы семейной стабильности, удовлетворённости браком и профилактики разводов рассматриваются многими странами как социально значимые. Зарубежные исследования демонстрируют разнообразие теоретических подходов, моделей и методик, позволяющих оценивать зрелость и компетентность партнёров в сфере брачных отношений.

Психологическая готовность к браку в западной исследовательской традиции. В западной психологии понятие готовности к браку формировалось под влиянием гуманистических, когнитивных и системных подходов. Исследователи подчеркивают, что успешность брака определяется не только личными качествами индивида, но и характером взаимодействия между партнерами, их представлениями о семейной жизни и готовностью к изменениям [4].

С точки зрения гуманистической психологии (К. Роджерс, А. Маслоу), зрелость к браку связана с уровнем самоактуализации, принятием себя и других людей, способностью к открытой коммуникации. Роджерс отмечал, что устойчивые отношения возникают тогда, когда партнеры способны к аутентичному взаимодействию, не подавляют чувства и потребности, но умеют учитывать чувства другого [21].

Готовность к браку в гуманистическом понимании предполагает:

- открытость в общении,
- эмоциональную зрелость,
- развитую эмпатию,
- стремление к личностному и совместному росту.

Когнитивные теории (А. Бек, А. Эллис) рассматривают брак как систему взаимных ожиданий, убеждений и установок. Успешность отношений зависит от того, насколько рациональны и гибки когнитивные схемы партнёров [3].

Зарубежные исследования показывают, что устойчивость брака снижает:

- наличие иррациональных убеждений,
- катастрофизация,
- «черно-белое» мышление,
- идеализация партнера,
- нереалистичные ожидания относительно совместной жизни.

Психологи подчёркивают, что корректировка дисфункциональных установок повышает качество отношений ещё на добрачной стадии.

Системные семейные терапевты (М. Боуэн, С. Минухин) рассматривают готовность к браку как способность личности включаться в новую семейную систему, сохраняя баланс между автономией и близостью. Важным критерием зрелых отношений является отсутствие чрезмерной эмоциональной зависимости от родительской семьи и способность к независимому принятию решений [5].

Системные модели выделяют такие показатели готовности:

- способность устанавливать границы,
- умение поддерживать партнерскую диadu,
- низкий уровень эмоционального слияния,
- умение предотвращать треугольные взаимодействия в конфликтных ситуациях.

Зарубежная научная литература уделяет значительное внимание изучению факторов, влияющих на совместимость партнёров и их готовность к браку.

Исследования эмоциональной компетентности. Работы Д. Гоулмана и его последователей доказали, что эмоциональный интеллект является одним из важнейших предикторов брачного благополучия [20].

Партнёры с высоким уровнем эмоционального интеллекта:

- лучше понимают эмоции друг друга,
- легче справляются с конфликтами,
- реже демонстрируют агрессию или избегание,
- более удовлетворены отношениями.

Исследования установок и ожиданий. Американские и европейские исследователи отмечают, что согласованность ожиданий партнёров относительно ролей, распределения обязанностей и воспитания детей способствует формированию гармоничного брака [18].

Негативное влияние оказывают:

- идеализация партнера,
- романтизированные ожидания,
- ориентация на стереотипные сценарии,
- завышенные требования к партнёру.

Роль коммуникативных навыков. Обширная серия исследований Джона Готтмана показывает, что устойчивость брака во многом зависит от качества коммуникации [9].

Основными индикаторами высокой готовности к браку являются:

- умение вести диалог без обвинений,
- способность слушать и принимать обратную связь,
- конструктивное поведение в конфликте,
- избегание «разрушающих стратегий»: презрения, критики, обороны, эмоциональной отстранённости.

Готтман доказал, что именно стиль конфликта, а не их частота, определяет долговечность брака [9].

Исследования добрачных отношений. Зарубежные авторы рассматривают период добрачных отношений как этап формирования базовых моделей взаимодействия.

Исследования показывают, что пары, находящиеся в стабильных отношениях более года, демонстрируют:

- более согласованные установки на брак,
- устойчивые ролевые ожидания,
- развитую эмоциональную близость,
- сформированные механизмы решения разногласий.

Зарубежные работы уделяют больше внимания:

- эмоциональному интеллекту,
- стилям коммуникации,
- когнитивным искажениям,
- системному функционированию пары.

Отечественные исследования делают акцент на:

- мотивации вступления в брак,
- установках и ценностях,
- социальной зрелости личности,
- роли семейного опыта и воспитания.

Интеграция этих подходов позволяет получить комплексное понимание готовности к браку, учитывающее личностные, эмоциональные и когнитивные характеристики партнёров.

Сравнительный анализ теоретических подходов к пониманию психологической готовности к браку позволяет выделить ключевые закономерности, объединяющие различные исследовательские традиции, а также выявить специфические особенности, присущие отдельным концептуальным направлениям. В отечественной психологии акцент традиционно делается на социальной зрелости личности, ценностно-мотивационных аспектах и влиянии микросоциальной среды, тогда как зарубежные авторы в большей степени ориентируются на эмоциональные, когнитивные и коммуникативные параметры отношений [6].

Сравнение отечественной и зарубежной научной традиции.

Отечественные подходы: российские исследователи рассматривают готовность к браку прежде всего как социально-психологический феномен, отражающий степень сформированности:

- мотивации к семейной жизни,
- представлений о роли супругов,
- ценностных ориентаций,
- ответственности и зрелости личности,
- способности выполнять супружеские функции,
- устойчивости к внешним трудностям.

Особое значение придаётся влиянию родительской семьи, интериоризации семейных моделей и соответствию культурным нормам. Большая часть отечественных работ подчёркивает необходимость осознанного выбора партнёра, реалистичных ожиданий и сформированности нравственно-этических ориентиров [10].

Зарубежные подходы: западная психология уделяет большое внимание:

- эмоциональному интеллекту,
- коммуникативной компетентности,
- когнитивным искажениям,
- навыкам управления конфликтами,
- согласованности ожиданий,
- качеству межличностного взаимодействия.

Зарубежные модели более ориентированы на внутриличностные процессы и поведенческие аспекты партнёрского взаимодействия. При этом социальные, культурные и экономические факторы часто рассматриваются как фоновые, а не определяющие.

Общее и различное в подходах: несмотря на различия в акцентах, оба направления сходятся в нескольких ключевых положениях:

- готовность к браку - многокомпонентное явление. Она включает мотивационные, эмоциональные, когнитивные, коммуникативные и поведенческие компоненты. Отсутствие зрелости в любой из этих сфер повышает вероятность конфликтов;

- психологическая зрелость - центральная характеристика. Личности, обладающие эмоциональной устойчивостью, эмпатией, самоконтролем и адекватной самооценкой, имеют больше шансов на создание благополучной семьи;
- коммуникативная компетентность определяет качество брака. Способность к диалогу, конструктивному разрешению разногласий и выражению чувств без агрессии является универсальным критерием успешности брачных отношений;
- реалистичность установок и ожиданий - важный предиктор устойчивости союза. Идеализация партнера, иррациональные убеждения и негибкие ролевые ожидания приводят к фрустрации и разочарованию;
- добрачные отношения - значимый этап формирования готовности. Исследования показывают, что на этапе добрачного взаимодействия закладываются модели общения, распределяются роли, формируется эмоциональная близость - именно поэтому выборка вашего исследования (пары, состоящие в отношениях один год) является методологически обоснованной [17].

Обобщение теоретических данных: анализ литературы позволяет сделать вывод о том, что психологическая готовность к браку - это интегральная характеристика личности, формирующая способность человека вступать в зрелые и устойчивые отношения. Она включает несколько взаимосвязанных компонентов:

- мотивационный - цели и причины вступления в брак,
- эмоциональный - зрелость чувств, эмпатия, способность к поддержке,
- когнитивный - установки, ожидания, представления о семейной жизни,
- коммуникативный - навыки взаимодействия, умение вести диалог,
- поведенческий и волевой - ответственность, способность к совместному решению проблем [6].

Полученные теоретические выводы подтверждают необходимость комплексного подхода к изучению готовности к браку, который учитывает одновременно личностные особенности, эмоциональные процессы, когнитивные установки и качество межличностной коммуникации.

### **1.3 Психологическая структура и компоненты готовности к браку**

Психологическая готовность к браку представляет собой сложное, многокомпонентное образование, включающее мотивационные, эмоциональные, когнитивные и поведенческие аспекты. В отечественной и зарубежной психологии существует множество подходов к определению структуры этого феномена, что обусловлено разнообразием теоретических оснований и исследовательских задач. Несмотря на различия в трактовках, большинство авторов сходятся во мнении, что готовность к браку - это интегральная характеристика личности, определяющая способность к построению зрелых, стабильных и взаимно удовлетворяющих отношений [7].

**Мотивационный компонент.** Одним из важнейших элементов готовности к браку является мотивационная сфера, отражающая причины, побуждающие человека вступать в брак. К традиционным мотивам относятся стремление к эмоциональной близости, потребность в стабильности, желание создать семью и воспитывать детей. Наряду с этим выделяются и менее конструктивные мотивы: стремление избежать одиночества, желание повысить социальный статус, экономические выгоды или давление со стороны окружения.

Исследователи отмечают, что зрелая мотивация опирается на внутреннюю потребность в партнёрстве, на стремление к совместному развитию и взаимной ответственности. Наличие поверхностных и ситуативных мотивов, напротив, может свидетельствовать о недостаточной сформированности готовности к браку и увеличивать риск конфликтов в дальнейшем.

**Эмоциональный компонент.** Эмоциональная зрелость занимает ключевое место в структуре готовности к браку. Она включает способность распознавать и регулировать собственные эмоции, понимание эмоциональных состояний партнёра, умение проявлять эмпатию и строить эмоционально тёплые отношения. Люди, обладающие развитой эмоциональной компетентностью, легче адаптируются к изменениям, умеют находить компромиссы и конструктивно решать возникающие разногласия.

Отдельное внимание уделяется уровню эмоционального отклика - способности отзываться на переживания другого, сопереживать, поддерживать. Дефицит этой способности у одного или обоих партнёров нередко приводит к эмоциональной дистанции, снижению удовлетворённости браком и ухудшению качества взаимодействия.

**Когнитивный компонент.** Когнитивный аспект готовности к браку включает представления человека о семейной жизни, роли супругов, распределении обязанностей, модели воспитания детей и ожидания относительно будущего партнёрства. Эти установки формируются под влиянием наблюдений за родительской семьёй, социального окружения, медиа-контента и личного опыта отношений.

Зрелая когнитивная готовность предполагает реалистичные ожидания, осознание того, что семейная жизнь связана не только с положительными моментами, но и с трудностями, требующими усилий, терпения и умения взаимодействовать. Идеализированные или искажённые представления о браке могут создавать завышенные ожидания, приводить к разочарованию и фрустрации.

**Коммуникативный компонент.** Коммуникативная готовность отражает способность партнёров к взаимодействию, умение слушать и слышать друг друга, выражать собственные чувства и потребности, избегая обвинений и агрессии. Коммуникативные навыки включают способность к конструктивному диалогу, умение вести переговоры, находить компромиссы и уважительно относиться к точке зрения другого.

Перцептивно-интерактивная компетентность, являющаяся частью коммуникативного компонента, предполагает умение понимать поведение партнёра, адекватно интерпретировать его намерения, реагировать на вербальные и невербальные сигналы. Недостаточность этих навыков часто становится причиной недопонимания, конфликтов и разрушения отношений.

Волевой компонент. Зрелость волевой сферы проявляется в способности человека принимать решения, следовать выбранным целям, нести ответственность за свои действия и поддерживать отношения даже в сложных ситуациях. В контексте брака это выражается в умении проявлять устойчивость, преодолевать трудности, соблюдать договорённости и действовать в интересах пары, а не только своих собственных.

Личностный компонент. К личностным характеристикам, влияющим на готовность к браку, относятся самооценка, уровень автономии, способность к саморефлексии, адекватность самоотношения, зрелость Я-концепции. Психологически зрелый человек способен поддерживать баланс между личностной автономией и близостью, уважать границы другого и сохранять собственные.

Интегральная характеристика готовности. В целом психологическая готовность к браку рассматривается как интеграция описанных выше компонентов. Трудности в любой из сфер -мотивационной, эмоциональной, когнитивной или коммуникативной -могут стать источником напряженности в отношениях и сигнализировать о необходимости личностной или парной коррекции. Чем более гармонично развиты эти компоненты, тем выше вероятность успешного построения зрелых и устойчивых брачных отношений [15].

Эмоциональные и когнитивные аспекты психологической готовности к браку представляют собой два взаимосвязанных направления, определяющих способность человека формировать зрелые партнёрские отношения. Именно эти компоненты в наибольшей степени отражают внутренний мир личности, особенности её переживаний, представлений о семье, браке и будущем

партнёре. Их развитость является ключевым фактором устойчивости и удовлетворённости браком, о чём свидетельствуют как отечественные, так и зарубежные исследования.

Эмоциональный аспект готовности к браку. Эмоциональная сфера индивида определяет, насколько человек способен устанавливать и поддерживать глубокую эмоциональную связь с партнёром, проявлять эмпатию, сопереживание, принимать чувства другого. Психологическая наука рассматривает эмоциональный компонент готовности как совокупность следующих элементов [16].

Способность к эмоциональной близости. Эмоциональная близость предполагает открытость к партнеру, умение выражать свои переживания, делиться тревогами и радостями. В зрелых отношениях партнеры не только разделяют эмоции, но и создают атмосферу психологической безопасности, в которой каждый ощущает принятие и поддержку.

Люди, испытывающие трудности в выражении чувств или склонные к эмоциональной закрытости, нередко формируют дистанцированные отношения, что может снижать качество брачного союза.

Эмпатия и эмоциональный отклик. Эмпатия -способность понимать чувства другого человека -является важнейшим предиктором успешных брачных отношений. Партнёр, который умеет замечать эмоциональные сигналы, корректно на них реагировать и поддерживать близкого, способствует укреплению эмоциональной связи.

Недостаточный уровень эмпатии приводит к возникновению непонимания, а затем -к эмоциональному охлаждению. Поэтому оценка эмоционального отклика выступает важной задачей при изучении готовности к браку.

Эмоциональная саморегуляция. Умение управлять собственными эмоциональными реакциями играет значимую роль в поддержании стабильности отношений. Люди, склонные к импульсивности,

эмоциональным вспышкам, обидам или избеганию проблем, с большей вероятностью сталкиваются с конфликтами.

Эмоционально зрелые личности способны:

- осознавать свои чувства,
- корректно их выражать,
- избегать агрессивных реакций,
- стремиться к диалогу и поиску компромисса.

Такие качества создают прочный фундамент для долговременных отношений и устойчивого брака.

Когнитивный аспект готовности к браку. Когнитивная сфера включает представления, убеждения, установки и ожидания человека относительно семейной жизни, распределения ролей, общения, ответственности и будущих перспектив.

Когнитивный компонент является определяющим, поскольку именно он задаёт рамки и основания для поведения в браке.

Установки на брак и семейную жизнь [11].

Установки формируются под влиянием воспитания, личного опыта, культурных норм и социальных ожиданий. Они отражают то, как человек представляет себе семейную роль, поведение супруга, обязанности и границы партнерства.

Зрелые установки характеризуются:

- реалистичностью ожиданий,
- гибкостью,
- готовностью к сотрудничеству,
- пониманием сложности совместной жизни.

Негибкие, идеализированные или искажённые установки могут приводить к несоответствиям между ожиданиями и реальностью, что создаёт основу для конфликтов.

Представления о роли партнёра. Когнитивная готовность предполагает, что человек ясно понимает:

- какие качества он ожидает от партнера,
- какие обязанности готов выполнять сам,
- как видит распределение семейных функций.

Неопределенность или противоречивость этих представлений затрудняет формирование устойчивых отношений.

Сценарии будущего взаимодействия. Когнитивный аспект включает и прогнозирование будущего брака: умение представлять совместное проживание, распределение финансов, воспитание детей, разрешение конфликтов.

Психологи отмечают, что зрелая когнитивная готовность коррелирует с умением строить логические сценарии партнёрства, учитывать возможные трудности и планировать способы их преодоления [13].

Совместимость установок партнёров: согласованность когнитивных представлений между партнёрами повышает вероятность гармоничного развития отношений. Если установки и ожидания существенно различаются, даже эмоциональная близость может не компенсировать возникающих расхождений [12].

Взаимосвязь эмоционального и когнитивного компонентов: эмоциональный и когнитивный компоненты не существуют изолированно. Эмоции влияют на то, как человек воспринимает партнёра и оценивает ситуацию, а когнитивные установки -на то, какие эмоции возникают в ответ на те или иные обстоятельства. Например:

- негативные установки на отношения повышают уровень тревоги и подозрительности,
- высокая эмпатия и эмоциональная зрелость делают установки более гибкими и адаптивными,
- нереалистичные ожидания могут вызывать эмоциональное выгорание.

Таким образом, гармония когнитивной и эмоциональной сфер является ключевым условием психологической готовности к браку.

Теоретический анализ проблемы психологической готовности к браку позволяет утверждать, что данный феномен представляет собой комплексное, многокомпонентное образование, включающее мотивационные, эмоциональные, когнитивные, коммуникативные и поведенческие аспекты. Историческое рассмотрение института брака демонстрирует его существенную трансформацию: от социально-экономического союза, регулируемого традициями и нормами, к партнёрским отношениям, основанным на личностной зрелости, эмоциональной близости и взаимной ответственности.

Современные научные подходы подчеркивают, что успешность брачных отношений определяется не только социальными условиями, но прежде всего психологической готовностью индивида к созданию семьи. Зрелая мотивация, адекватные представления о семейной жизни, эмпатия, эмоциональная устойчивость, развитые коммуникативные навыки и способность к саморегуляции выступают ключевыми факторами, влияющими на качество супружеских отношений.

Отечественные исследования акцентируют внимание на ценностно-мотивационных основаниях брака, социальной зрелости и влиянии родительской семьи, тогда как зарубежные авторы выделяют эмоциональный интеллект, когнитивные установки, коммуникативный стиль и системное взаимодействие партнеров. Несмотря на различия в акцентах, оба направления сходятся во мнении, что гармоничное сочетание эмоциональной, когнитивной и поведенческой сфер обеспечивает устойчивость и удовлетворенность браком [14].

Особое значение в формировании готовности к браку имеют добрачные отношения, в ходе которых закрепляются модели взаимодействия, распределение ролей, стиль коммуникации и уровень эмоциональной близости. Именно на этом этапе проявляются ключевые компоненты готовности -установки, мотивы, компетентность в межличностном общении и способность к сотрудничеству.

Анализ теоретических данных позволяет определить психологическую готовность к браку как интегративное образование, формирующееся под влиянием личностных характеристик, социального опыта, представлений о партнёрстве и особенностей взаимодействия с близким человеком.

Систематизация научных подходов служит методологической основой для построения эмпирического исследования, направленного на изучение особенностей готовности к браку у молодых людей, находящихся в добрачных отношениях на протяжении одного года.

Совокупность теоретических данных обеспечивает основу для разработки эмпирической части исследования, направленной на изучение психологической готовности к браку у молодых людей, состоящих в добрачных отношениях.

Это позволяет сформировать концептуальную модель исследования, обосновать выбор диагностических методик и интерпретировать полученные результаты в контексте научных подходов.

## **Глава 2 Эмпирическое исследование психологической готовности к браку**

### **2.1 Организация исследования, выборка и методы**

Эмпирическое исследование психологической готовности к браку проводилось в медицинском центре «КОРСАКОВ» г. Москва в рамках диагностики молодых людей, находящихся в постоянных добрачных отношениях на протяжении одного года.

Целью исследования являлось выявление структурных компонентов готовности к браку и определение особенностей её проявления у представителей разного пола. Данная задача предполагала комплексный анализ эмоциональных, мотивационных, коммуникативных и когнитивных характеристик участников.

Организация исследования: исследование проводилось в очной форме и включало несколько этапов:

- подготовительный этап - подбор и обоснование диагностических методик, определение критериев включения в исследование, разработка алгоритма проведения диагностики;
- основной этап - индивидуальное и групповое проведение диагностических методик среди участников, а также первичная обработка полученных данных;
- заключительный этап - систематизация результатов, их сравнительный анализ у юношей и девушек, математико-статистическая обработка, интерпретация и формулировка выводов.

Проведение исследования осуществлялось в условиях, обеспечивающих соблюдение этических норм: добровольность участия, конфиденциальность данных, информированное согласие.

Выборка исследования: в исследовании приняли участие 20 человек в возрасте от 18 до 25 лет, 10 юношей, 10 девушек.

Критерием включения являлось наличие добрых отношений продолжительностью один год. Данная продолжительность считается оптимальной для анализа психологической готовности к браку, поскольку партнеры:

- уже обладают сформировавшимся опытом взаимодействия,
- имеют определённые представления о ролях и обязанностях,
- выработали стабильный стиль коммуникации,
- столкнулись с первыми трудностями и имеют опыт их преодоления.

Выборка является сбалансированной по половому признаку, что позволяет проводить сравнительный анализ гендерных особенностей готовности к браку.

Методы исследования: для комплексной оценки психологической готовности к браку был применён методический комплекс, включающий пять психодиагностических инструментов. Эти методики позволяют исследовать различные компоненты готовности -мотивационные, эмоциональные, когнитивные и коммуникативные.

Опросник «Мотивы вступления в брак» (А.Б. Голод) [8].

Методика направлена на выявление ведущих мотивов, побуждающих молодого человека рассматривать возможность заключения брака. Она позволяет определить, преобладают ли у участника внутренние конструктивные мотивы (потребность в близости, ответственность, стремление к созданию семьи) или внешние и ситуативные (давление среды, избегание одиночества, материальные выгоды).

«Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян, Н. Эпштейн).

Данная методика оценивает способность личности сопереживать, откликаться на эмоциональные состояния другого человека, поддерживать партнёра. Эмоциональный отклик является важным индикатором эмоциональной зрелости, необходимой для стабильных брачных отношений.

«Диагностика перцептивно-интерактивной компетентности» (В.В. Фетискин и другие) [23].

Методика позволяет определить уровень сформированности навыков межличностного взаимодействия, умения понимать партнёра, интерпретировать его поведение и адекватно реагировать на различные ситуации общения. Высокая перцептивно-интерактивная компетентность лежит в основе гармоничной коммуникации в браке.

Опросник «Установки в семейной паре» (С.В. Алёшина) [1].

Этот инструмент оценивает когнитивные установки личности относительно ролей супругов, распределения обязанностей, характера взаимодействия в семье. Уровень зрелости установок определяет удовлетворенность браком и способность к конструктивному сотрудничеству.

Тест-карта «Оценка готовности к семейной жизни» (И.Ф. Юнд) [25].

Методика позволяет определить обобщенный уровень готовности к браку, включая ответственность, эмоциональную устойчивость, способность к совместному планированию, ориентацию на долгосрочные отношения.

Методы математической обработки: для проверки достоверности различий и выявления значимых тенденций применялся расчёт средних значений и стандартного отклонения - для описательной статистики.

Выбор данных методов обусловлен особенностями выборки и уровнем измерения диагностических показателей.

Итоговые основания перехода к следующему разделу: применение комплексного диагностического инструментария позволяет получить многомерное представление о психологической готовности к браку. На основе представленных методов в следующем пункте будут проанализированы количественные и качественные результаты исследования и представлены в форме таблиц и графиков.

## 2.2 Результаты исследования

В данном разделе представлены итоги эмпирического исследования психологической готовности к браку у юношей и девушек, состоящих в добрых отношениях на протяжении одного года. Результаты обобщены в виде таблиц и диаграмм и отражают особенности мотивационной, эмоциональной, коммуникативной, ролевой и интегральной готовности к семейной жизни.

Анализ ответов по опроснику С.И. Голода показал, что для обеих групп респондентов ведущим мотивом вступления в брак выступает любовь.

Средний балл по этому мотиву у юношей составил 4,3, у девушек - 4,6, что свидетельствует о высокой значимости эмоциональной привязанности и близости для большинства участников исследования.

Дополнительное значение для респондентов имеют мотивы общения и эмоциональной поддержки: у юношей средние значения по данным шкалам равны 3,4 и 2,8, у девушек - 3,7 и 3,1 соответственно. Это указывает на то, что брак воспринимается не только как романтический союз, но и как пространство для доверительного взаимодействия и взаимопомощи.

Более выраженные различия обнаружены по мотиву деторождения: у юношей его среднее значение составляет 2,1, тогда как у девушек - 3,2, то есть ориентация на рождение детей в большей степени представлена у женской части выборки. При этом материальные мотивы занимают наименее значимое место: у юношей средний показатель равен 1,6, у девушек - 1,3, что говорит об относительном второстепенном характере прагматических оснований брака в представлениях опрошенных.

Средние показатели мотивов вступления в брак представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Средние показатели мотивов вступления в брак

Мотив	Юноши	Девушки
Любовь	4,3	4,6
Дети	2,1	3,2
Общение	3,4	3,7
Поддержка	2,8	3,1
Материальные	1,6	1,3

Графически мотивы вступления в брак по средним показателям юношей и девушек представлены на рисунке 1.

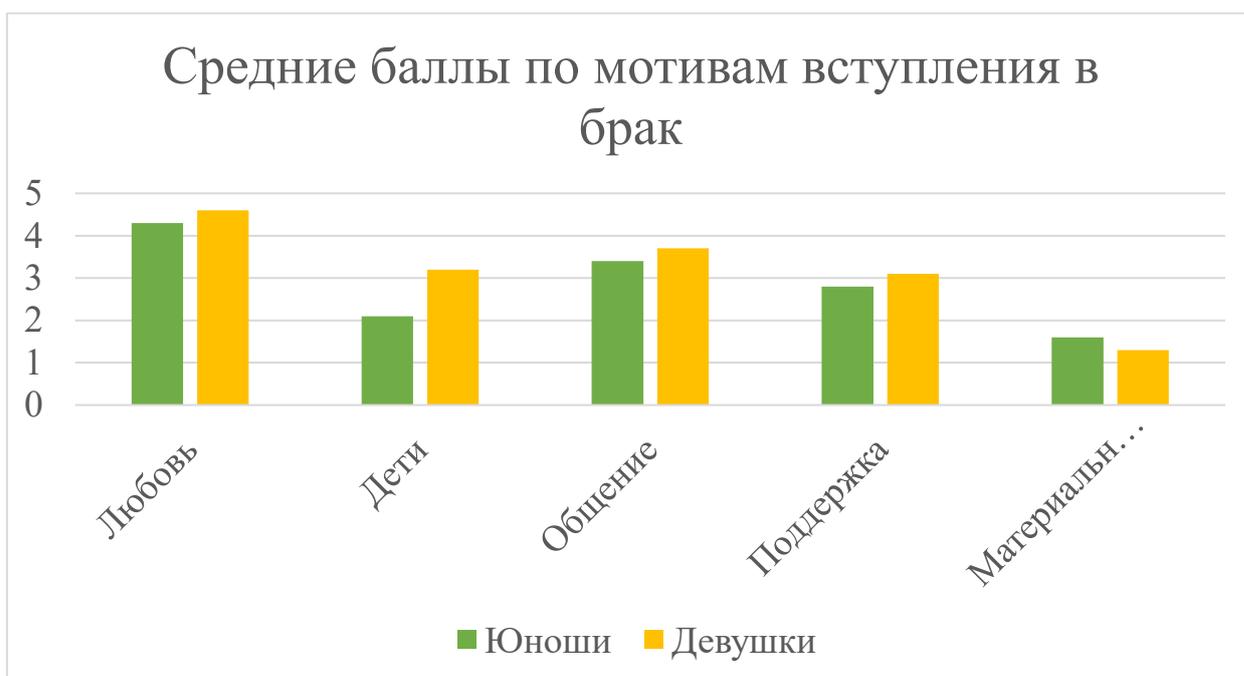


Рисунок 1 - Мотивы вступления в брак юношей и девушек представлены (средние показатели)

Таким образом, по данным опросника Голода можно заключить, что мотивационная основа готовности к браку у большинства респондентов носит преимущественно внутренний и эмоционально-ценностный характер, при

этом девушки в большей степени ориентированы на создание семьи, включающей детей и эмоциональную поддержку.

Результаты по шкале эмоционального отклика демонстрируют выраженные гендерные различия. Среди юношей низкий уровень эмоционального отклика (до 39 баллов) выявлен у трёх человек, средний уровень (40-45 баллов) - у шести и высокий уровень (46 баллов и выше) - только у одного участника.

У девушек картина иная: девять из десяти респонденток показали высокий уровень эмоционального отклика, ещё одна участница продемонстрировала средний уровень, и ни одна - низкий. Таким образом, 90% девушек характеризуются выраженной эмпатийностью и способностью эмоционально откликаться на переживания партнёра.

Результаты диагностики распределения уровней эмоционального отклика представлены в таблице 2.

Таблица 2 - Распределение уровней эмоционального отклика

Уровень	Юноши	Девушки
Низкий	3	0
Средний	6	1
Высокий	1	9

Распределение уровней эмоционального отклика, наглядно показывает, что девушки в среднем обладают более развитой эмоциональной отзывчивостью, тогда как у юношей преобладают средние и низкие показатели. Это может отражать трудности в проявлении чувств, недостаточную готовность к открытому обсуждению эмоциональных состояний и меньшую включённость в сферу переживаний партнёра.

Распределение уровней эмоционального отклика графически представлены на рисунке 2.



Рисунок 2 - Уровни эмоционального отклика

Подобное соотношение уровней эмоционального отклика важно учитывать при оценке психологической готовности к браку, поскольку недостаточная эмпатия и эмоциональная закрытость являются факторами риска для устойчивости будущих супружеских отношений.

Оценка перцептивно-интерактивной компетентности включала анализ трёх ключевых параметров: эмпатии, открытости и контактности. Согласно полученным данным, у юношей средние значения по этим показателям составили соответственно 2,9, 3,1 и 2,8, что в целом соответствует среднему уровню развития социальных навыков. У девушек средние показатели существенно выше: 4,6 по шкале эмпатии, 4,4 по шкале открытости и 4,7 по контактности, что свидетельствует о высоком уровне социально-психологической компетентности.

Результаты оценки перцептивно-интерактивной компетентности представлены в таблице 3.

Таблица 3 - Средние показатели перцептивно-интерактивной компетентности

Показатель	Юноши	Девушки
Эмпатия	2,9	4,6
Открытость	3,1	4,4
Контактность	2,8	4,7
Общий средний	2,93	4,57

Общий интегральный показатель перцептивно-интерактивной компетентности у юношей равен 2,93, тогда как у девушек - 4,57, что ещё раз подчёркивает выраженную разницу между группами.

Диаграмма средних значений демонстрирует более «ровный» и высокий профиль показателей у девушек и более «приглушённый» - у юношей. Результаты диагностики перцептивно-интерактивной компетентности респондентов графически представлены на рисунке 3.

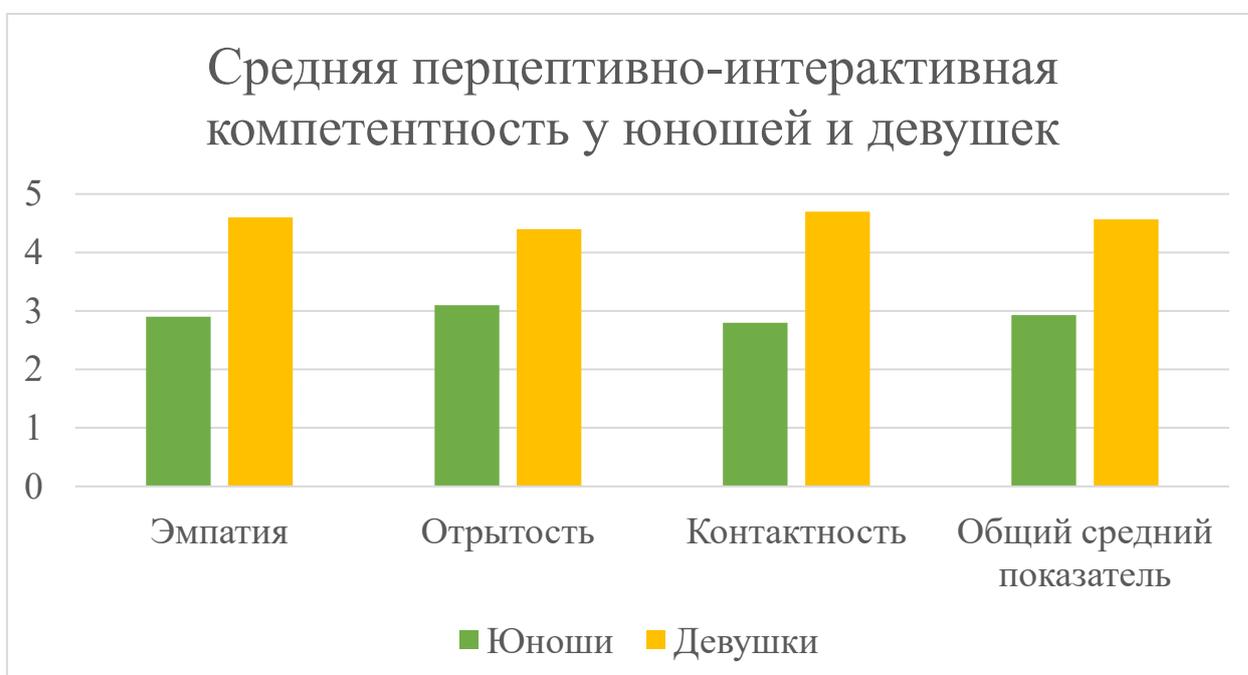


Рисунок 3 - Перцептивно-интерактивная компетентность (средние показатели)

Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что девушки в выборке лучше справляются с задачами установления и поддержания межличностных контактов, чаще проявляют инициативу в общении, легче входят в контакт и более чутко реагируют на состояние партнёра. У юношей же коммуникативные навыки развиты неоднородно, что может создавать дополнительные трудности в браке, особенно в ситуациях конфликта или необходимости открытого обсуждения проблем.

Результаты опросника установок в семейной паре показали различия в представлениях о распределении ролей у юношей и девушек. По шкале «Автономия» среднее значение у юношей составляет 2,9, у девушек - 3,8, что говорит о большей ориентированности девушек на личную самореализацию при сохранении семейных обязанностей.

При этом по шкале «Партнерство» юноши набрали в среднем 3,6, а девушки - 4,8, то есть женская часть выборки демонстрирует более выраженную установку на равноправное, кооперативное взаимодействие в браке.

По шкале «Подчинение» у юношей средний показатель равен 2,3, у девушек - 1,4. Это означает, что у некоторых юношей просматривается склонность занимать более зависимую позицию в отношениях, тогда как девушки в целом менее ориентированы на подчинённость и стремятся к более сбалансированным, партнёрским отношениям. Результаты диагностического задания представлены в таблице 4.

Таблица 4 - Средние показатели диагностики ролевых установок

Установка	Юноши	Девушки
Автономия	2,9	3,8
Партнерство	3,6	4,8
Подчинение	2,3	1,4

Результаты изучения установок в семейной паре графически представлены на рисунке 4.

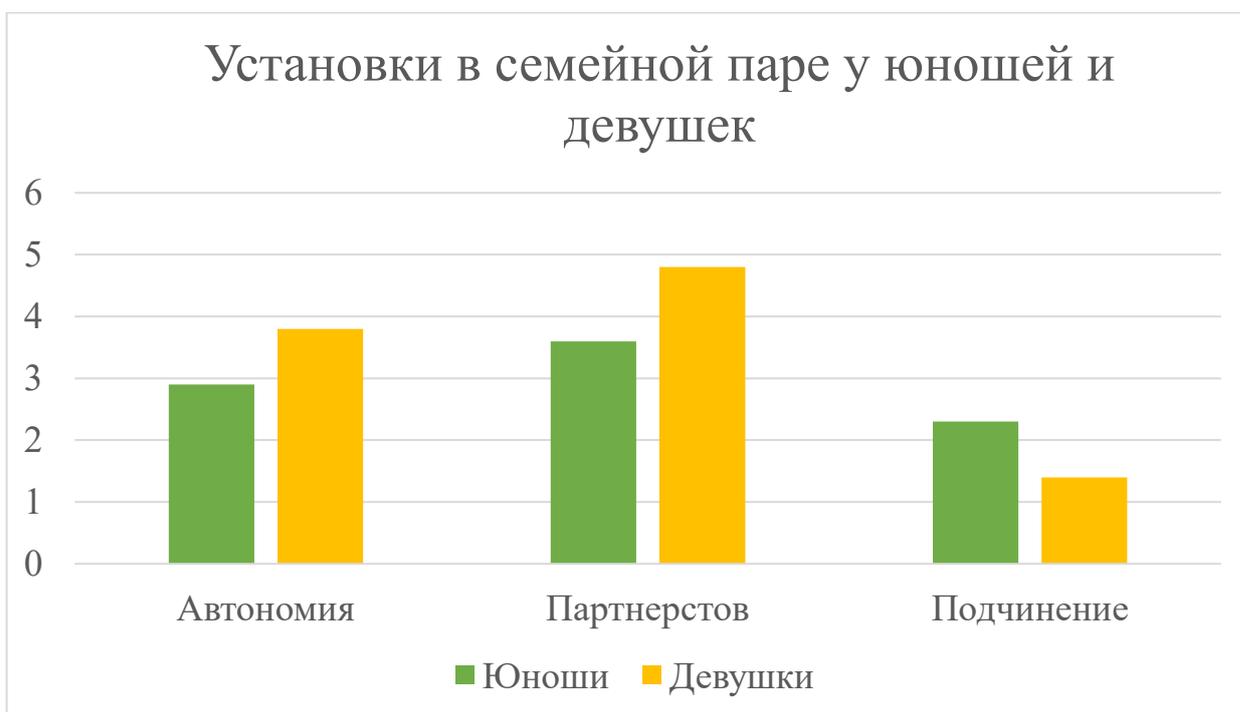


Рисунок 4 - Установки в семейной паре

Мы видим, что у большинства девушек доминирует установка на партнёрство, тогда как у юношей чаще встречается сочетание установки на автономию с элементами подчинённости. Подобные различия могут приводить к разногласиям при распределении обязанностей, принятии совместных решений и выстраивании семейной иерархии, что важно учитывать при анализе потенциальных трудностей в браке.

Интегральный показатель психологической готовности к браку оценивался с помощью тест-карты И.Ф. Юнда, учитывающей десять жизненных аспектов (психоэмоциональный фон, отношения с родственниками, хозяйственно-экономическая функция, трудовая деятельность, интимная сфера, воспитание детей и другие) [25].

Перевод индивидуальных ответов в баллы показал значительную вариативность уровней готовности.

Среди участников исследования, 45% испытуемых продемонстрировали очень высокий уровень готовности к семейной жизни (26 - 30 баллов), что свидетельствует о наличии сформированных представлений о брачных обязанностях, высокой ответственности и настроенности на долгосрочные отношения.

Вместе с тем у 25% респондентов выявлен очень низкий уровень готовности (до 10 баллов). Для этой группы характерны выраженные трудности: недостаточная эмоциональная зрелость, неготовность к принятию ответственности, фрагментарные или искажённые представления о семейных ролях.

Особое внимание привлекает разброс результатов у юношей: их показатели варьируют от 3 до 30 баллов, тогда как у девушек также встречаются как очень высокие, так и очень низкие значения, но средний уровень в целом несколько выше.

Анализ средних баллов по супружеским парам (юноша + девушка) показывает, что часть пар демонстрирует высокий или очень высокий уровень парной готовности (например, пары с усреднёнными показателями около 23-27 баллов), тогда как другая часть характеризуется низкими и средними уровнями, что указывает на риск возникновения трудностей в процессе совместной адаптации.

На рисунке 5 представлено распределение семейных пар по уровням готовности к семейной жизни.



Рисунок 5 - Распределение семейных пар по уровням готовности к семейной жизни (средние значения)

Диаграмма средних значений по парам наглядно отражает неоднородность выборки: рядом с парами, уже достаточно зрелыми для брака, присутствуют пары с выраженным дефицитом готовности, которым требуется дополнительное психологическое сопровождение и работа с жизненными сценариями.

В целом, результаты эмпирического исследования показывают, что:

- мотивационная готовность к браку в выборке в основном опирается на любовь и эмоциональную близость, при меньшей выраженности материальных мотивов,
- девушки демонстрируют более высокий уровень эмоционального отклика, развитые коммуникативные навыки и выраженную установку на партнёрство,
- у части юношей и девушек наблюдаются низкая эмоциональная отзывчивость, затруднения в межличностном общении и противоречивые ролевые установки, что может осложнять построение гармоничных супружеских отношений,

- интегральный показатель общей готовности к семейной жизни по тесту И.Ф. Юнда характеризуется большим разбросом, что говорит о неоднородности уровня зрелости и ответственности среди молодых людей, уже состоящих в добрачных отношениях.

Эти выводы служат основанием для дальнейшего анализа трудностей формирования психологической готовности к браку и разработки рекомендаций, что будет представлено в последующих подразделах главы.

### **2.3 Анализ и обсуждение результатов исследования**

Полученные результаты позволяют комплексно оценить психологическую готовность к браку у молодых людей, состоящих в добрачных отношениях в течение одного года.

На основе пяти применённых методик были выявлены значимые различия между юношами и девушками, а также определены ключевые особенности их эмоциональной, мотивационной, коммуникативной и ролевой готовности.

Мотивационные особенности готовности к браку.

По опроснику С.И. Голода ведущим мотивом вступления в брак у обеих групп выступает любовь, что характерно для молодых людей данного возраста.

Однако уже на уровне мотивационной сферы проявляется первое различие:

- девушки демонстрируют более выраженное стремление к эмоциональной поддержке и созданию семейной общности,
- юноши - более умеренную мотивацию, с тенденцией к ситуативности и меньшему значению эмоционально-поддерживающих факторов.

Особенно заметной оказалась разница по мотиву деторождения: девушки значимо чаще рассматривают рождение детей как важную часть будущего брака. Это соответствует данным отечественных исследований,

указывающих, что женская часть молодёжной выборки чаще ориентирована на традиционные семейные функции на ранних этапах отношений.

Вместе эти результаты показывают, что девушки более глубоко включены в эмоционально-семейный контекст отношений, тогда как юноши в большей степени ориентируются на партнерство и совместную деятельность, но не на семейное расширение.

Эмоциональная готовность: различия эмпатии и отклика.

Самые выраженные гендерные различия обнаружены по шкале эмоционального отклика Меграбяна-Эпштейна:

- у 90% девушек - высокий уровень эмоционального отклика;
- у юношей преобладают средние и низкие уровни, а высокий выявлен только у одного участника.

Такая диспропорция отражает общие закономерности развития эмоциональной сферы в юношеском возрасте: девушки раньше и в большей степени развивают эмпатию, способность распознавать чувства партнёра и поддерживать эмоциональный контакт.

При интерпретации важно отметить:

- высокий эмоциональный отклик у девушек становится ресурсом для будущего брака,
- низкий уровень у части юношей может выступать фактором риска, приводя к недопониманию, чувству эмоциональной дистанции и трудностям при обсуждении проблем.

Эмоциональный компонент влияет на устойчивость отношений: пары, где один партнёр эмоционально закрыт, чаще сталкиваются с конфликтами и неудовлетворённостью.

Коммуникативная и социально-психологическая готовность.

По данным методики Фетискина и коллег выявлено, что девушки обладают значительно более высокими показателями:

- эмпатии,
- открытости,

- контактности,
- а также общим интегральным уровнем перцептивно-интерактивной компетентности [23].

У юношей эти показатели находятся в диапазоне средних или пониженных значений.

Это ключевой результат, так как коммуникативная компетентность является основным предиктором успешного брака (по данным Дж. Готтмана, Баумринд и других) [9].

Таким образом, можно заключить:

- девушки более готовы к открытому обсуждению проблем, инициативны в контакте, способны поддерживать диалог,
- юноши меньше ориентированы на длительную эмоционально насыщенную коммуникацию, что может приводить к расхождениям в ожиданиях внутри пары.

Ролевые установки в семейной паре.

Анализ ролевых установок выявил следующие тенденции:

- девушки демонстрируют высокую ориентацию на партнёрство, стремление к равноправному распределению ролей;
- у юношей чаще встречается комбинация автономии и элементов подчинённости.

Особенно важно, что девушки значимо реже выбирают установки, связанные с подчинением, в отличие от части юношей.

Это говорит о несогласованности ролевых ожиданий:

- девушки хотят равноправия и сотрудничества;
- некоторые юноши - более иерархичной или смешанной модели.

Несовпадение ролевых ожиданий - один из ключевых факторов ранних конфликтов в молодом браке (по данным Алёшиной, Добрякова, Кочюнаса) [1].

Интегральная готовность к семейной жизни.

Тест-карта Юнда показала высокую гетерогенность выборки:

- 45% участников - очень высокий уровень готовности;
- 25% - очень низкий уровень;
- остальные -средний и умеренно высокий.

Особенности распределения:

- девушки чаще демонстрируют высокие уровни;
- у юношей наблюдается сильный разброс - от минимальных до максимальных значений.

Это говорит о том, что часть респондентов психологически созрела к браку, а часть имеет выраженный дефицит в ключевых сферах: ответственность, прогнозирование будущего, эмоциональная стабильность.

Анализ данных позволяет выявить ряд закономерностей:

- высокий эмоциональный отклик у девушек сочетается с высокими ролевыми установками на партнёрство и высокой общей готовностью;
- у юношей низкая эмпатия часто сопровождается низкой общей готовностью;
- пары, в которых оба участника имеют высокие уровни готовности по Юнду, также демонстрируют высокие показатели по мотивации любви и партнёрству;
- пары с низкой готовностью характеризуются разрывом мотивов: высокий мотив любви, но слабая эмоциональная и коммуникативная база.

Эти результаты подтверждают, что психологическая готовность к браку - комплексный феномен, который невозможно интерпретировать изолированно.

Сопоставление всех данных позволяет сформулировать несколько выводов.

Девушки более психологически готовы к браку, что проявляется в высокой эмоциональной зрелости, развитых коммуникативных навыках и устойчивых партнёрских установках.

Юноши демонстрируют более противоречивый профиль, сочетая средние мотивы и установки с недостатком эмоциональной отзывчивости и высокой вариативностью общей готовности.

Несогласованность установок и эмоциональных стилей может выступать фактором риска для устойчивости будущего брака у части пар.

Добрачные отношения продолжительностью один год не гарантируют одинаковой степени зрелости партнеров, что подчёркивает необходимость индивидуальной психологической работы.

Результаты исследования согласуются с теоретическими положениями, представленными в первой главе:

- подтверждается более высокая эмоциональная компетентность женщин;
- выявлена важность эмпатии и коммуникативных навыков для устойчивости брака;
- обнаружены гендерные различия в ролевых установках;
- установлено значение добрачных отношений как пространства для формирования готовности.

Таким образом, результаты эмпирического исследования позволили получить целостное представление о структуре и выраженности психологической готовности к браку у молодых людей, состоящих в добрачных отношениях на протяжении одного года. Полученные данные демонстрируют значительную неоднородность показателей готовности, что указывает на различный уровень зрелости, сформированности установок и навыков межличностного взаимодействия у участников исследования.

Анализ мотивационной сферы показал, что ведущим мотивом вступления в брак для обеих групп является любовь, что отражает ориентацию респондентов на эмоциональную близость и ценностную значимость партнерства. Мотивы общения и эмоциональной поддержки также играют существенную роль, тогда как материальные основания занимают одно из последних мест. Девушки в большей степени, чем юноши, ориентированы на

создание семьи, включающей деторождение и стабильные эмоциональные отношения.

Результаты исследования эмоционального отклика выявили выраженные гендерные различия. У большинства девушек эмоциональный отклик находится на высоком уровне, что свидетельствует о развитой эмпатии и способности понимать состояние партнера. Среди юношей доминируют средние и низкие уровни, что указывает на трудности в проявлении чувств, эмоциональной открытости и включенности в переживания партнера. Данная диспропорция может являться фактором потенциальных трудностей в будущих супружеских отношениях.

Исследование перцептивно-интерактивной компетентности подтвердило более высокую социально-психологическую компетентность девушек: они демонстрируют развитую эмпатию, контактность и коммуникативную открытость. У юношей показатели выражены на среднем уровне и обладают большей вариативностью. Это указывает на недостаточность сформированности некоторых навыков, необходимых для конструктивного взаимодействия в паре.

Анализ ролевых установок показал, что девушки ориентированы на партнёрскую модель семейных отношений, предполагающую равноправие, взаимную поддержку и сотрудничество. У юношей чаще встречается сочетание автономии с элементами подчинённости, что создает предпосылки несогласованности представлений о распределении ролей в семье. Наличие различий в ролевых ожиданиях может усиливать вероятность конфликтов на ранних этапах брака.

Интегральная оценка психологической готовности по тест-карте И.Ф. Юнда выявила существенный разброс значений. В выборке присутствуют как участники с очень высоким уровнем готовности, обладающие устойчивой мотивацией, зрелыми установками и сформированными навыками взаимодействия, так и респонденты с низкой готовностью, что свидетельствует о дефиците ответственности,

эмоциональной зрелости и понимания семейных ролей. Анализ данных по супружеским парам подтверждает неоднородность уровня готовности: наряду с гармоничными парами присутствуют пары с высоким риском трудностей адаптации.

Результаты эмпирического исследования позволяют заключить, что психологическая готовность к браку у молодых людей отличается значительной вариативностью, обусловленной различиями в мотивационной сфере, эмоциональной зрелости, коммуникативных навыках и ролевых установках. Особенно существенными являются гендерные различия, проявляющиеся в уровне эмоционального отклика и коммуникативной компетентности. Полученные данные подчеркивают необходимость целенаправленной психологической работы, направленной на развитие навыков взаимодействия и формирование реалистичных представлений о семейной жизни.

## Заключение

Проведённое теоретико-эмпирическое исследование психологической готовности к браку у молодых людей, состоящих в добрачных отношениях, позволило комплексно рассмотреть структуру данного феномена, выявить его ключевые компоненты и определить особенности проявления готовности у представителей разного пола. В рамках работы была реализована цель исследования, охватывающая как теоретический анализ основных подходов к изучению готовности к браку, так и эмпирическую диагностику мотивационных, эмоциональных, когнитивных и коммуникативных аспектов готовности.

На основании теоретического анализа установлено, что психологическая готовность к браку представляет собой многокомпонентную систему, включающую мотивационную, эмоциональную, когнитивную, коммуникативную и поведенческую составляющие. Отечественные и зарубежные исследования подтверждают, что успешность брачных отношений во многом определяется зрелостью личности, уровнем развития эмпатии, сформированностью ролевых установок, адекватностью ожиданий и степенью ответственности, которую индивид готов принять при вступлении в брак. Идеи о необходимости партнёрской модели отношений, эмоционального отклика, развитой коммуникации и способности к конструктивному взаимодействию являются общими для большинства научных подходов.

Эмпирическое исследование подтвердило значимость этих компонентов в реальной поведенческой и эмоциональной сфере молодых людей. Результаты показали, что в мотивационной сфере респонденты преимущественно руководствуются внутренними мотивами - любовью, потребностью в близости, стремлением к эмоциональной поддержке. Материальные и утилитарные мотивы занимают минимальное место, что указывает на гуманистическую направленность ценностей современной молодёжи.

Анализ эмоциональной готовности выявил существенные гендерные различия: девушки характеризуются более выраженным эмоциональным откликом, высоким уровнем эмпатии и готовностью к эмоциональной поддержке партнёра, тогда как юноши чаще демонстрируют средние или низкие показатели. Это свидетельствует о большем развитии эмоциональной зрелости у девушек и возможной потребности юношей в формировании навыков эмоциональной коммуникации.

Диагностика коммуникативных и перцептивно-интерактивных характеристик также показала преимущество девушек, которые продемонстрировали более высокую открытость, контактность и способность к межличностному взаимодействию. Юноши, хотя и имеют средние показатели по большинству шкал, отличаются меньшей гибкостью и чувствительностью в общении.

Когнитивные установки, связанные с распределением ролей в браке, также оказались более зрелыми у девушек: они чаще ориентируются на партнёрскую модель семьи, предполагающую равноправие, взаимную поддержку и совместное принятие решений. Юноши в ряде случаев проявляют противоречивые установки, сочетающие стремление к автономии с элементами подчинённости, что может способствовать возникновению несогласованности в будущих семейных отношениях.

Интегральный показатель общей готовности к семейной жизни (по тест-карте И.Ф. Юнда) продемонстрировал существенную неоднородность выборки: наряду с участниками, обладающими высоким и очень высоким уровнем готовности, выявлена группа молодых людей, имеющих низкие и очень низкие уровни психологической зрелости. Это свидетельствует о необходимости психологической профилактики, развития эмоциональной компетентности, формирования корректных ролевых ожиданий и укрепления навыков конструктивного взаимодействия.

Обобщение теоретических и эмпирических данных позволяет сделать вывод о том, что психологическая готовность к браку является ключевым

фактором будущей устойчивости и благополучия брачного союза. Она формируется под влиянием личностных особенностей, условий воспитания, жизненного опыта и особенностей добрачных отношений. Полученные результаты могут быть использованы в работе психологов-консультантов, специалистов служб поддержки молодёжи, семейных психологов, а также при разработке программ подготовки к браку.

Таким образом, поставленные в начале работы задачи были выполнены, а цель исследования - достигнута. Исследование подтвердило, что развитие психологической готовности к браку требует системного подхода, включающего формирование эмоциональной устойчивости, развитие коммуникативных навыков, оптимизацию ролевых установок и осознание мотивов вступления в брак.

Работа открывает перспективы дальнейших исследований, посвящённых более глубокой диагностике отдельных компонентов готовности, взаимодействию партнёров с разным уровнем зрелости, а также влиянию социальных и культурных факторов на подготовку молодёжи к созданию семьи.

## Список используемой литературы

1. Алёшина Ю. Е. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. Москва: МГУ, 2015. 287 с.
2. Бауэр С. Семейная психология: лучшие мировые исследования. Санкт-Петербург: Питер, 2019. 416 с.
3. Бек А. Т. Когнитивная терапия и эмоциональные расстройства. Санкт-Петербург: Питер, 2017. 256 с.
4. Болдуин Д. Психология межличностных отношений. Москва: АСТ, 2016. 320 с.
5. Бэррон Р., Бирн Д. Социальная психология. Санкт-Петербург: Питер, 2019. 560 с.
6. Василюк Ф. Е. Психология переживания. Москва: МГУ, 2016. 368 с.
7. Васильева О. С. Молодёжь в добрачных отношениях: мотивация и ожидания. Москва: РГГУ, 2018. 144 с.
8. Голод С. И. Социология семьи. Санкт-Петербург: Питер, 2015. 336 с.
9. Готтман Дж. Брачные отношения: теории, исследования, практика. Москва: Альпина, 2019. 352 с.
10. Григорьева И. В. Психология семьи: учебное пособие. Москва: Юрайт, 2022. 312 с.
11. Добрынина М. В. Психологическая готовность к семейной жизни у молодежи. Казань: КФУ, 2017. 154 с.
12. Дружинин В. Н. Психология семьи. Москва: Когито-Центр, 2015. 208 с.
13. Ермишин И. Ю. Семейные отношения в современной молодежной среде. Москва: Спутник+, 2019. 180 с.
14. Зюбина Е. А. Особенности добрачных отношений в юношеском возрасте // Вопросы психологии. 2020. №3. С. 94-103.
15. Кабанова Т. Н. Психология брака и семьи. Москва: Академия, 2018. 256 с.

16. Ковалёв В. В. Семейная психология. Москва: Академический проект, 2017. 304 с.
17. Крайг Г. Психология развития. Санкт-Петербург: Питер, 2021. 944 с.
18. Макаров Ю. В. Психология семейных кризисов. Москва: МПСИ, 2018. 237 с.
19. Молчанова О. Н. Психологические аспекты готовности к браку в молодежной среде // Вестник практической психологии. 2019. №4. С. 58-69.
20. Никольская И. М. Психология юности. Москва: Академия, 2021. 256 с.
21. Роджерс К. Становление личности. Москва: АСТ, 2020. 448 с.
22. Трофимова Г. Н. Семья как психологическая система. Москва: Институт психологии РАН, 2017. 198 с.
23. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика. Москва: Институт психологии РАН, 2018. 344 с.
24. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. Москва: АСТ, 2019. 352 с.
25. Юнд И. Ф. Психодиагностика готовности к семейной жизни. Минск: БГУ, 2016. 138 с.