

На правах рукописи

Зотова Раиса Анатольевна

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ПОВЫШЕНИЯ
СТАБИЛЬНОСТИ СОВРЕМЕННОГО БРАКА**

Специальность:

19.00.13 – психология развития и акмеология

Диссертация в форме научного доклада
на соискание ученой степени кандидата психологических наук

Москва – 2015

Работа выполнена в АНО «Центр содействия здоровому развитию населения «Центр ноосферного здоровья»

Научные руководители: доктор психологических наук
КУЛИКОВА Наталья Геннадьевна

кандидат психологических наук
ЦВЕТКОВА Наталья Афанасьевна

Официальные оппоненты: доктор психологических наук
АНУАШВИЛИ Автандил Николаевич

кандидат психологических наук
МАЗУРИНА Любовь Викторовна

Защита состоится «18» декабря 2015 года в 13:00 на заседании диссертационного совета Д-08.02 отделения «Ноосферное образование» РАЕН по адресу: г.Москва, улица Профсоюзная, д. 65, Институт проблем управления им. Трапезникова РАН.

С диссертацией можно ознакомиться в научно-методическом отделе и на веб-сайте АНО «Центр ноосферного здоровья» <http://www.nooscentr.ru/publication/>

Отзывы на диссертацию присылать по адресу: г Москва, ул. 9-я Парковая, д.48, корп. 4, оф. 402. «Центр ноосферного здоровья»

Диссертация разослана «18» ноября 2015 года

Ученый секретарь диссертационного совета:
кандидат философских наук

МИРОНОВА Наталья Борисовна

Актуальность темы исследования. Устойчивая тенденция уменьшения стабильности российских семей, наблюдаемая в последние два десятилетия, имеет такие негативные социально-психологические последствия, как снижение рождаемости; увеличение количества детей, воспитываемых одним родителем (рост «безотцовщины»); невротизация, ослабление стрессоустойчивости, эмоциональная опустошенность существенной части населения нашей страны (длительность переживания травмы развода в среднем оценивается равной пяти годам). В этой связи поиск инструментов укрепления брака перестает быть частным делом отдельных семей и приобретает масштаб государственного значения.

Среди причин нестабильности брака исследователи отмечают, прежде всего, радикальные изменения, происходящие в рамках института семьи как отражение общецивилизационных тенденций развития индивидуума и социума. Это, во-первых, получающий широкое распространение принцип автономии личности. В сфере семейных отношений он выражается в усилении ориентации супругов не на развитие семьи как целого, а на развитие самих себя за пределами семьи – в бизнесе, карьере, профессии, общественной деятельности. Во-вторых, это углубляющийся ценностный кризис и его последствия, одним из которых становится формирование нового типа направленности личности с главенствующей ориентацией на такие ценности, как материальная обеспеченность, предприимчивость, личный успех и в результате – резкая утрата значения ценности стабильности семейных отношений: все большее число мужчин и женщин не рассматривает регистрацию отношений в качестве условия, необходимого для создания семейного союза, рождения и воспитания детей.

Вместо законов экономики, правивших семьей долгие столетия, в настоящее время семьей правят законы эмоциональной близости. Из всех функций семьи на первый план выступают психотерапевтическая (обеспечивающая стремление мужчины и женщины получить в семье эмоциональную поддержку и

психологическую защиту) и фелицитивная (обеспечивающая стремление каждого из супругов к счастью). Удовлетворенность браком становится главной удерживающей супругов в семье силой, главным мотивом их совместного развития.

Однако новизна требований к партнеру и у мужчин, и у женщин приходит в противоречие с системой установок относительно собственной роли в семье и дефицитом навыков поддержания семейной атмосферы близости, взаимного уважения, взаимного понимания и взаимной заботы.

Именно поэтому все большую роль в повышении стабильности семьи и гармоничности ее развития играет такой фактор, как совместимость установок супругов на семейные цели и ценности, общность взглядов на содержание семейных ролей на всех этапах развития семьи.

Достичь совместимости установок супругам в современных семьях не просто, поскольку установки сами по себе претерпевают существенные изменения. Кроме того, стремясь к личной автономии, современные мужчины и женщины зачастую оказываются «потребителями» семейной жизни, не умея и не желая ничего «дать взамен». Супружеское общение теряет такие качества, как открытость, взаимопонимание, доверительность, честность. Появляются непонимание, разочарованность, критицизм. Вместо эмоциональной сплоченности наступает разобщенность и отстраненность.

Дефицит эмпатии, нежелание вчувствоваться в партнера, чтобы глубже понять его потребности, так же как неумение отрефлексировать собственное состояние, чтобы сделать его более осознанным, приводят к тому, что во многих парах наблюдается феномен «одиначества вдвоем», приводящий к неудовлетворенности супругами браком, конфликтности супружеских отношений, изменам и, в конечном счете, к разводам.

Вопрос качества супружеских отношений в настоящее время переосмысливается в ноосферной парадигме социального познания, которая представляет собой не просто еще один способ научного мышления в комплексе

человековедческих дисциплин, но интегративное направление, изучающее целостное, системное развитие личности и социума. Объединение академического и инновационного взглядов на супружество является основанием для углубленного теоретико-практического исследования психологических механизмов устойчивости супружеских отношений с целью создания целостного подхода к выработке наиболее эффективных практических инструментов работы по преодолению семейных противоречий.

Отсюда ясно, что для практической психологической помощи парам в плане повышения стабильности брака (востребованность такой помощи в последнее время резко возрастает), семейный психолог-консультант должен понимать психогенетическую основу брака, а также учитывать взаимосвязи между установками супругов о семейной жизни, их уровнем эмпатии и рефлексии в межличностных отношениях. Несмотря на очевидную востребованность такой информации, до сих пор исследования этих взаимосвязей не проводились.

Цель исследования – изучить психологические механизмы повышения стабильности современного брака как целостной саморазвивающейся системы: удовлетворенность браком; согласованность установок в супружеской паре; уровни эмпатии и рефлексии супругов в межличностном общении

Объект исследования – удовлетворенность браком и согласованность установок в супружеской паре.

Предмет исследования – эмпатия и рефлексия супругов как факторы согласованности установок в супружеской паре и удовлетворенности браком.

Общей гипотезой исследования выступило предположение о том, что удовлетворенность супругами браком взаимосвязана с уровнем согласованности супружеских установок, которая, в свою очередь, взаимосвязана с эмпатией и рефлексией супругов. Это предположение конкретизируется в ряде **частных гипотез**:

– в современных супружеских парах семейные установки различаются по степени значимости для мужа и жены;

– степень согласованности установок супругов взаимосвязана с уровнем личной эмпатии каждого из супругов в межличностных отношениях;

– степень согласованности установок супругов взаимосвязана с уровнем личной рефлексии каждого из супругов в межличностных отношениях.

Задачи исследования:

1) провести анализ отечественной и зарубежной литературы по проблеме стабильности современного брака;

2) изучить и проанализировать работы, посвященные роли межличностной коммуникации супругов в обеспечении удовлетворенности браком и его стабильности;

3) сформировать комплекс методик для эмпирического исследования проблемы, провести исследование и осуществить математическую обработку полученных данных;

4) выявить взаимосвязи между изучаемыми характеристиками брака и межличностного общения супругов (эмпатией и рефлексией);

Методологическую и теоретическую основу исследования составили:

– представления *С.Л. Рубинштейна* о личности, как о целостной единице, которая раскрывается «через триединство установок и потребностей (то, чего хочет человек); дарований и способностей (то, что может человек); закрепленных мотивов и потребностей характера (то, что есть человек)»;

– положение *К. Роджерса* об эмпатии как о свойстве, позволяющем супругам сохранить не только отношения, но и чувства: это «способность примерить все происходящее с партнером на себя, чтобы сначала понять, чем руководствовался партнер в своем поведении, а потом давать его действиям оценку»;

– положение *А.В. Карпова* о рефлексии, которая в супружеском союзе, позволяет человеку, «проникая в сознание партнера, поразиться его отличием от себя и пытаться включить эти отличия в свое «Я», тем самым превращая его в «Мы»;

– положение *В.В. Столина* о том, что «уникальность семейно-брачных отношений содержится в их эмоциональном и кровно-родственном потенциале; воспринимаемые как наиболее важные и тесные из всех возможных отношений, супружеские связи полностью определяют способ бытия»;

– положение *Н.В. Масловой* о том, что отношения в человеческом обществе (в том числе в семье, как в его базовой ячейке) управляются матричной системой естественных законов, конгруэнтных фундаментальным принципам мироздания – Всеобщим Законам Мира.

Методы исследования: теоретический анализ научной литературы; системный анализ и синтез; эмпирические методы исследования, включающие в себя следующие методики: «Опросник удовлетворенности браком» В.В. Столина, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко; «Определение согласованности семейных ценностей и ролевых установок в супружеской паре» А.Н. Волковой; «Диагностика уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко; «Диагностика уровня развития рефлексивности» А.В.Карпова; методы математической и статистической обработки и интерпретации данных с помощью статистических программ пакета IBMSPSS Statistics 22 forWindows.

Описание выборки эмпирического исследования: общее количество испытуемых составило 124 человека – 62 семейные пары с длительностью брака от 3 до 5 лет. Все респонденты проживают в Москве.

Научная новизна работы заключается в том, что:

– установлены различия в иерархии семейных ценностей мужчин и женщин в семейных парах с длительностью брака от 3 до 5 лет и высоким уровнем удовлетворенности браком;

– выявлены наиболее согласованные и наиболее конфликтные семейные установки супругов в современной семье с длительностью брака от 3 до 5 лет;

– установлена сфера супружеского взаимодействия с наибольшей ролевой неадекватностью (наиболее выраженным несоответствием ролевых ожиданий супруги с ролевыми притязаниями супруга): это сфера поддержания внешней привлекательности;

– обнаружены гендерные различия в проявлении интуитивного канала эмпатии: у женщин высокий уровень проявления интуитивного канала эмпатии сопровождается высоким уровнем рефлексии, а у мужчин, наоборот, высокий уровень рефлексии сопровождается низким уровнем проявления интуитивного канала эмпатии;

– установлено, что высокий уровень эмпатии положительно сказывается на степени согласованности установок в супружеской паре только в том случае, когда уровни развития эмпатии у обоих супругов совпадают; чем больше разность в уровнях эмпатии у супругов (больше у одного и меньше у другого), тем менее согласованными будут установки.

Теоретическая значимость исследования: полученные результаты способствуют развитию научных представлений о психологических механизмах повышения стабильности брака, о роли эмпатии и рефлексии в достижении согласованности семейных установок супругов и ролевой адекватности в паре.

Практическая значимость исследования: выявленные взаимосвязи важнейших характеристик брака могут быть использованы в семейной психотерапии и консультировании, поскольку их осознание может стать хорошим мотиватором в процессе самосовершенствования супругов с целью развития способностей к эмпатии, рефлексии и повышению качества супружеской коммуникации.

Полученные результаты используются в тренинговых программах Центра Ноосферного Здоровья (г. Москва).

Материалы исследования могут быть использованы при подготовке таких учебных курсов, как «Семьеведение», «Семейная психология», «Психология супружеских отношений», «Семейное консультирование и семейная психотерапия», «Ноосферный подход к психологии семьи».

Положения, выносимые на защиту:

1. Семейные установки мужа и жены в современных семьях различаются по уровню согласованности и конфликтности.

2. Степень дифференцированности иерархии семейных ценностей мужчин и женщин в семейных парах с длительностью брака от 3 до 5 лет и высоким уровнем удовлетворенности браком имеет существенные различия.

3. Важными инструментами повышения стабильности современного брака являются процессы рефлексивности и эмпатии, в значительной степени обуславливающие качество супружеского общения и степень согласованности семейных установок.

Апробация работы. Результаты диссертационного исследования докладывались и обсуждались на научно-методических советах Центра ноосферного здоровья и Сибирской ноосферной академии науки и образования (г.Москва, 2015), на Международной научно-практической конференции «Современный взгляд на проблемы педагогики и психологии» (г.Уфа, 10.09.2015 года).

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

I. Изучение проблемы стабильности современного брака в отечественной и зарубежной психологической литературе

Семья, как важнейший социальный институт, развивается и изменяется по мере того, как развивается и меняется общество. В настоящее время в психологической литературе сосуществуют различные трактовки понятий брака и супружества. Брак трактуется как «союз духовно близких людей, с

одинаковыми идеалами, ценностями, ориентациями, людей психологически и сексуально совместимых» (Обозов Н.Н.), а супружество понимается как «совокупность социально регламентированных отношений между брачными партнерами» (Шнейдер Л.Б.). Эти определения фиксируют наиболее существенные черты современного брака и супружества: неинституциональный характер связи, равноправие и симметричность нравственных обязанностей и привилегий обоих супругов.

Трансформация семейного жизнеустройства неотделима от глубоких изменений в традиционных ценностных системах, в том числе во взглядах на положение полов в приватной и публичной сферах. Так, если на протяжении многих предыдущих поколений прерогативой мужчины считалась деятельность, осуществляемая в сфере общественной жизни, а приватная сфера оставалась в распоряжении женщин (Айвазова С.Г.), то сейчас представительницы женского пола все чаще стали проявлять активность в публичной сфере, в таких отраслях, как политика и бизнес. В то же время «приватная» сфера пополняется мужчинами, выполняющими прежде исключительно «женские роли», такие как воспитание детей и ведение домашнего хозяйства. Ситуация, когда в семейной и общественной жизни один пол безоговорочно починался другому, уходит в прошлое (Харчев А.Г., Мацковский М.С.).

Чтобы обеспечить функциональность и стабильность своего супружества, современная семейная пара должна уметь установить сбалансированность в таких характеристиках супружеской диады, как *сплоченность* (в качестве основных параметров которой выступают внутрисемейная вовлеченность и эмоциональность брачных отношений) и *гибкость* (в качестве основных параметров которой выступают изменчивость, взаимодополняемость семейных ролей и степень демократичности в принятии решений) (Черников А.В.). Основным психологическим механизмом достижения этого баланса является внутрисемейное общение, наполненное взаимным пониманием, уважением

индивидуальных особенностей, желаний, потребностей, эмоционально позитивное (Олсон Д.).

В создании стабильного современного супружеского союза важную роль играет способность каждого из супругов к брачно-семейной адаптации (Гребенников И.В.): к семейным ролям; к образу жизни брачного партнера; к основным ценностям жизни партнера, к его «жизненной философии» и его физиологическим особенностям. В противном случае неизбежно возникновение конфликтов, которое в отсутствие установки на единственность брачного союза в жизни человека, приведет к разрыву отношений и разводу. Резкое возрастание числа разводящихся пар на этапе «молодая семья», то есть в течение первых 2-3 лет после свадьбы, до 17% от общего числа разводов, свидетельствует, по мнению некоторых исследователей, о низких адаптационных способностях современной молодежи в этой сфере жизни (Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В.).

Адаптационные особенности супругов в браке, по мнению В.А. Сысенко, определяются следующими способностями: к сотрудничеству; к общению; к эмоциональному и рациональному пониманию других людей; к самоконтролю и самопознанию; способностью выбрать адекватный тип поведения в зависимости от условий и обстоятельств.

Резюмируя сказанное, необходимо отметить, что трансформация, которую претерпевает институт семьи, предъявляет и к мужчинам, и к женщинам, стремящимся создать стабильный супружеский союз, особые требования в плане развития адаптационных способностей в сфере брачно-семейных отношений, умения осуществить процесс семейной интеграции и выработать навыки конструктивного эмоционально поддерживающего внутрисемейного общения.

II. Установки в супружеской паре и факторы, определяющие удовлетворенность браком в современных семьях

В процессе выбора брачного партнера, вступая затем в брак и налаживая семейную жизнь, каждый из супругов руководствуется определенными

представлениями, установками, фантазиями относительно того, что «хорошо и правильно» и что «плохо и неправильно» в супружеских отношениях.

Установки относительно добрачного и брачного поло-ролевого поведения охватывают все сферы взаимодействия мужчины и женщины в пространстве семейных отношений и отражают важнейшие функции семьи.

Формирование брачно-семейных установок происходит под влиянием нескольких, неразделимых друг от друга, факторов: социально одобряемых норм поведения, сформировавших матримониальный менталитет многих поколений (прародительская культура), религии, фольклора и принятых в текущих момент времени социальным большинством правил семейного уклада. Несомненно, высоким авторитетом в процессе формирования установок являются родительские семьи каждого из супругов, главенствующие в них нормы и правила (Антонова, Л.И., Цветкова Н.А.), а также образовательная среда и средства массовой информации (Антонов А.И., Медков В.М.).

Прочность и стабильность семьи в последующем будет зависеть от совпадения брачно-семейных установок, вытекающих из них ролевых ожиданий и соответствующих им особенностей ролевого поведения брачного партнера (Андреева Т.В., Волкова А.Н).

Брачно-семейные установки, присущие периоду господства патриархального типа семей, впервые были описаны в «Домострое» – памятнике русской литературы XVI века. Эта книга, написанная протопопом Сильвестром в качестве назидания молодому царю Ивану Васильевичу IV (Грозному), систематизировала сложившиеся в то время морально-этические нормы поведения и долгое время являлась сборником правил, советов и наставлений по всем направлениям жизни российского человека и его семьи, включая общественные, семейные, хозяйственные и религиозные вопросы. В сфере семейных отношений брачно-семейные установки описывали социально одобряемые паттерны поведения мужчин и женщин, начиная с периода выбора брачного партнера и далее регламентировали поведение супругов во всех

аспектах семейного взаимодействия: *сексуального, межличностного и родительского.*

В настоящее время, безусловно, можно констатировать существенное увеличение доли индивидуальной свободы и индивидуальных предпочтений в процессе выбора брачного партнера, при заключении брака и в процессе развития семейных отношений.

Необходимо отметить, что, хотя соображения, по которым современные люди вступают в брак, весьма разнятся, ищут в браке люди в большинстве своем одно и то же, а именно: родство душ. Это подтверждается исследованиями многих экспертов. В том числе исследованиями представлений о семейном счастье у старших школьников Москвы и нескольких российских регионов в европейской части страны (Цветкова Н.А.). Оказалось, что *ценностным ядром семейного счастья* (три наиболее значимых для супругов ценности) молодежь считает любовь; взаимопонимание; уважение к особенностям каждого члена семьи. А вот материальное благополучие молодежь, которую зачастую обвиняют в меркантильности, заикленности на материальных благах, поставила на пятое место. Чувства и душевная близость – важнее.

Наиболее очевидным изменением установок являются изменения в сфере материально-финансового взаимодействия супругов. Если установки патриархальной семьи приписывали мужу быть хозяином – добытчиком, кормильцем – и обеспечивать экономическую самостоятельность семьи, а жене – быть рачительной хозяйкой дома, создавать бытовые условия комфорта для главы семьи и детей, то в настоящее время подавляющее большинство женщин в странах с христианской и буддийской культурами стали участвовать в производственной деятельности, внося свою лепту в экономическое обеспечение семьи. Женщины стали рассматривать профессиональную деятельность как неотъемлемую составляющую собственной жизни, имеющую самостоятельную ценность, а не как переходный этап до вступления в брак и рождения детей. Все больше современных семей становятся – особенно в промышленно развитых

странах мира – бикарьерными; в них профессиональные интересы мужа и жены признаются равно значимыми. Оба супруга успешно сочетают ценности создания семьи и построения карьеры в избранной профессии. Муж в такой семье не считает неподходящим для своей жены проявление инициативы, честолюбия, силы воли.

Исследователи отмечают наличие многих позитивных характеристик таких семей: они обладают высоким уровнем интегрированности и единством ценностных ориентаций супругов. Муж и жена хотят и умеют равномерно распределять между собой домашние обязанности, уважительно относятся к профессиональным планам друг друга, проявляют взаимную терпимость, готовность оказать помощь и поддержку. Каждый знает, что может положиться на партнера в важных начинаниях. Рабочее и свободное время используется рационально, отдых и досуг организуются так, чтобы восстанавливались затраченные на работе ресурсы. Дети выражают свою причастность к семейным делам, выполняют домашние поручения, приобретают опыт сотрудничества со взрослыми и друг с другом. В них воспитывается ответственность и самостоятельность. Дети хорошо знакомы с профессиональной деятельностью родителей (Антонюк Е.В.).

В сфере родительского взаимодействия супругов установки патриархальной семьи включали в себя безусловную подчиненность старшему поколению представителей младших поколений; поощрение многодетности; возложение ответственности за воспитание детей (уход за младенцем особенно) на женщину-мать; авторитарный стиль воспитания детей.

В настоящее время место расширенной семьи, в состав которой входило несколько поколений родственников, устойчиво заняла нуклеарная семья, состоящая из двух поколений: родителей и их детей. Это, с одной стороны, породило негативную тенденцию ослабления межпоколенных связей, но, с другой стороны, устранило или существенно уменьшило проблемы межпоколенной совместимости.

Современные семьи редко бывают многодетными – налицо тенденции к снижению рождаемости, малодетности и сознательной бездетности. Демографы, социологи, психологи видят несколько причин этого: эмансипацию женщин (стремление к личной независимости, индивидуальному развитию, карьерным достижениям); высокий уровень занятости женщины на производстве (не всегда вызванный стремлением к самостоятельности, а обусловленный зачастую экономической необходимостью); возрастание мобильности семей, вызванное состоянием рынка труда (частая смена места жительства затрудняет процесс образования и воспитания детей); стремление к материально-финансовому благополучию, обладанию, прежде всего, ценностями материального ряда: красивым домом с модной мебелью, автомобилем последней марки, отдыхом на лучших курортах мира и другими внешними атрибутами успеха (за счет сокращения расходов на детей в том числе); практически полное исчезновение «института бабушек» (матерей родивших молодых женщин, готовых оставить работу ради ухода за младенцем); возрастание ценности личной автономии как для мужчин, так и для женщин (автономия выражается в том, что интересы мужа и жены разнообразнее семейных, а потребности и круг общения каждого из супругов выходит за рамки брака) (Арутюнян М., Здравомыслова О.).

Изменения, произошедшие в *установках относительно роли отца в воспитании детей*, наиболее ярко выразились в трудовых законодательствах некоторых скандинавских стран, предусматривающих возможность добровольного выбора семьей новорожденного ребенка, кто из родителей (мать или отец) будет осуществлять уход за ребенком до достижения им 2-3-лет. На работу предпочитает выходить тот из супругов, у кого выше профессиональная квалификация и, соответственно, заработок, а второй получает пособие по уходу за ребенком (Сорокина Т.Ю.).

Среди брачно-семейных установок, не выдержавших испытание временем, нельзя не отметить *установку на незыблемость брачных уз, единственность брачного партнера в жизни человека* (при отсутствии, конечно, форс-мажорных

обстоятельств, приведших к уходу супруга из жизни). В современной семье на смену установке на стабильность отношений (которая вовсе не подразумевала удовлетворенность супругами качеством своих семейных отношений) пришла установка на семью, как на источник эмоциональной поддержки, стабилизатор психического состояния и мощный мотиватор личностного роста в духовном и профессиональном плане (Карабанова О. А.). В этой связи, как отмечают многие исследователи (Голод С.И., Дружинин В.Н.) одним из важнейших условий стабильности современного супружеского союза, становится удовлетворенность браком – характеристика, которая складывается как «результат адекватной реализации брачно-семейных установок, сложившихся в сознании человека под влиянием родительской семьи, социального окружения, встреч с различными событиями, составляющими его опыт (действительный или символический) в данной сфере» (Столин В.В.).

Анализ литературы, посвященной изучению факторов, *благоприятствующих* взаимной удовлетворенности браком, позволил выделить четыре группы таких факторов: 1) личностные характеристики супругов; 2) уровни супружеской совместимости; 3) высокая культура внутрисемейного общения; 4) социальная адаптированность, социальная успешность каждого супруга.

К *первой группе* факторов такие характеристики, как: адекватная самооценка; уравновешенность; ориентация на поиск и умеренная склонность к риску; компетентность во времени (жить «здесь и сейчас», видя при этом связь событий); высокий уровень самопринятия; отсутствие страха и тревожности; способность к внутрисемейному сотрудничеству, низкий уровень конфликтности, ориентации на кооперацию в быту (Басова А. Г., Дорохова М.В.). Это и способность проявлять доброту, заботу, сочувствие, умение сопереживать и сострадать, то есть растворяться в эмоциональном мире партнера. Понимать причины его горести и печали, переживать вместе с ним его радости достижений и разочарование неудач (Целуйко В.М.).

Во *второй группе* факторов в уровнях супружеской совместимости, понимаемых как уровни согласованности установок и представлений о функциях семьи (Боброва А.Ф., Симонова Н.К.), выделяют четыре аспекта: духовная совместимость, персональная, семейно-бытовая и физиологическая совместимость (Н.Н.Обозов, А.Н.Обозова). Совместимость супругов может также рассматриваться через триединство мировоззренческой близости, духовной и сексуальной гармонии (Т.В.Андреева), в основе которого лежит взаимная симпатия, доверительность общения и уверенность во взаимопонимании. Совместимость предполагает психологическую готовность супругов примерить на себя одну из семейных ролей партнера (муж готов «встать на место» жены, отец – матери), причем эта готовность подразумевает не только наличие четких знаний внутрисемейных прав и обязанностей друг друга, но и желание их исполнять (Гребенников И.В.).

К *третьей группе* факторов относят наличие в супружеском общении терпения, снисходительности, великодушия, доброты, способностей преодолевать свой эгоизм, понимать партнера, уважать его особенности и принимать таким, каким он является на самом деле, с его недостатками и достоинствами (Шнейдер Л.Б., Соломатина Е.М.). При этом коммуникация супругов должна быть конгруэнтной и точной: чем она точнее, тем легче взаимопонимание и лучше отношения между супругами (В. Сатир).

К *четвертой группе* факторов, определяющих возможность достижения удовлетворенности браком, относят уровень удовлетворенности каждого из супругов своей профессией, занимаемой должностью, социальным статусом, взаимоотношениями с коллегами и руководством (Кишинец В.А.).

Не менее многочисленны факторы, *препятствующие* достижению удовлетворенности браком. Один из ключевых – расхождения и противоречия между идеалами и представлениями, с которыми люди вступают в брак, и реалиями их супружеской жизни. Это относится и к представлениям о семье в целом, о семейных ролях и способах достижения семейного счастья, и к

представлениям о способностях, потребностях, желаниях партнера (Зацепин В.И.). Та оценка, которая присваивается избраннику в начале брака, может существенно расходиться с его(ее) самооценкой и последующей оценкой спутника жизни партнером, поскольку, вступая в брак, многие будущие супруги преувеличивают достоинства своих избранников, наделяя их качествами, которые им на самом деле не присущи.

Другой важный фактор – трудности в согласовании потребностей супругов. Возникающие в процессе семейной жизни совместные потребности пары могут хорошо сопрягаться с индивидуальными потребностями обоих брачных партнеров, а могут и вступать в противоречие с ними. Например, потребность в получении образования, потребность в интенсивных занятиях спортом или в проведении определенного вида досуга и многие другие. Добавляет сложности тот факт, что у супругов схожие потребности могут обладать разной силой значимости и интенсивности (Витек К.). Обиды и взаимные упреки могут возникать между супругами и в связи со сложностью согласования семейных обязанностей, поскольку зачастую при распределении обязанностей невозможно учесть все пожелания партнеров, и некоторые ограничения индивидуальной свободы неизбежны.

Преодолеть эти сложности невозможно, если каждый из супругов не выработает новую форму поведения, называемую кооперативной (Гаспарян Ю.А.). Благодаря кооперации и сотрудничеству в совместной деятельности супруги достигают более глубокого понимания своих семейных ролей, что позволяет им более осознанно принять на себя определенные обязательства и признать неизбежность ограничений своей индивидуальной свободы. Если же один или оба супруга занимают эгоцентрическую позицию – в семье появляются конфликтные ситуации, разочарованность и неудовлетворенность. Склонный к эгоцентризму партнер, не будучи способным сопереживать своему супругу и проникать в его эмоциональный мир, игнорирует его интересы, желания, намерения (Бочкарева С.В.).

Безусловно, проблемы в брак и супружеские отношения вносят и такие факторы, как неудовлетворенность финансово-материальным положением семьи, жилищными условиями, обустройством семейного быта, рачительностью ведения домашнего хозяйства.

Трудно достичь согласованности взглядов, позиций, установок по многим аспектам брачно-семейных отношений у супругов с большой разницей в возрасте. Социально-психологические и психофизиологические особенности разновозрастных супругов проявляются в разных предпочтениях и интересах, представлениях о семейных ролях, ценностях и укладе семейной жизни. Учет этого фактора, как препятствия при решении задачи стабильности и удовлетворенности браком, привел, например, к появлению такого интересного поверья у казахов: с древних времен по правилам бракосочетания в казахских традициях женщина не должна была быть старше своего мужа более чем на 8 лет, а мужчина – старше женщины на 25 лет (Кабакова М.П.).

Трения и напряженность – частое явление в социально неравных браках, которые заключаются, как правило, на основе сексуальной привлекательности партнеров. Истощение сексуального интереса приводит в таких браках к истощению оснований для совместного развития – партнеры становятся не интересны друг другу, уходит сама основа для супружеского общения (Буров С.Н.). Чувства разочарованности, ущемлённости, обиды у одного или обоих супругов, накапливаясь и закрепляясь на долгое время, приводят к неудовлетворенности браком и отношениями, которая сама по себе является сложной и противоречивой.

III. Роль эмпатии и рефлексии в межличностном взаимодействии

Большой Психологический словарь определяет *эмпатию* (от греч. *empathia* – сопереживание) как не имеющее рационального объяснения понимание, постижение внутреннего мира или эмоционального состояния другого человека. Эмпатия представляет собой ценнейший инструмент, с помощью которого можно осуществлять познание индивидуальности другого

человека, предвосхищать проявления его индивидуальных особенностей и тем самым оказывать на него определенное воздействие. Эмпатия мотивирует появление альтруистического поведения: человек, обеспокоенный благополучием другого человека, стремится оказать нуждающемуся безвозмездную помощь (Д. Бэйтсон).

К. Роджерс подчеркивал, что пребывание в состоянии эмпатии – это способность воспринимать внутренний мир другого человека, сохраняя его эмоциональные и смысловые оттенки, то есть как будто становясь на время другим человеком, но не теряя при этом ощущение «как будто». Один человек временно живет жизнью другого, деликатно присутствует в ней, но при этом не оценивает ее и не осуждает. Во время подобного «перевоплощения», можно ощутить радость или боль и воспринять причины их возникновения так, как их воспринимает другой человек.

На сегодняшний момент единого мнения о происхождении эмпатических реакций не сформировалось. Одни считают их врожденным качеством, а другие склоняются к тому, что человек приобретает их в ходе своего развития, причем, как утверждают некоторые исследователи, развитию эмпатии способствуют условия, в которых происходило воспитание личности (К.Престон, М.Дэвис). У родителей, которые эмоционально принимают и понимают своих детей, проявляют участие в их жизни, делают акцент на том, какое влияние оказывает их поведение на благополучие окружающих, дети с большой вероятностью оказываются способны к проявлению эмпатии. Сформированность в детстве чувств сострадания, сочувствия, милосердия способствует проявлениям эмпатии у взрослого человека.

В психологической литературе описаны несколько видов эмпатии. Первый вид – *эмоциональный* – основывается на механизмах, которые проецируют и подражают моторным и аффективным реакциям другого человека. Второй вид – *когнитивный* – в его основе лежат интеллектуальные процессы, такие как сравнение, аналогия и прочие. Третий вид – *предикативный* – представляет

собой способность предугадывать аффективные реакции со стороны другого человека в конкретных ситуациях. Четвертый вид – *эстетический* – предполагает прочувствование художественного объекта. Пятый вид – *эгоцентрический* – отвечает за проявления сопереживания и сочувствия к человеку, как к самому к себе. Шестой вид – *гуманистический* – представляет собой эмпатическое переживание за других (Гаврилова Т.П.).

Базой для различных форм эмпатии является чувствительность человека к окружающему миру: люди, которым свойственен высокий уровень эмпатийности, гораздо чаще интересуются жизнью других людей; они более пластичны, обладают большим оптимизмом и эмоциональностью; а люди с низким уровнем эмпатийности испытывают трудности при установлении контакта с другими людьми; им свойственны интровертированность, эгоцентричность и ригидность. Основная предпосылка глубокой эмпатии – неподдельный искренний интерес к другой личности как таковой, к ее субъективной реальности (Е.Штейн)

«Заглушают» эмпатию, делая ее поверхностной и фрагментарной, ситуации, когда интерес к личности другого человека носит меркантильный или предвзятый характер. Отрицательное влияние на проявление эмпатии может также оказать состояние психологического дискомфорта: когда человек чем-либо встревожен, находится в состоянии депрессии, невроза или агрессии, он не склонен проявлять интерес к внутреннему состоянию своего партнера. Несовместим с эмпатией эгоцентризм: человек, склонный к эгоцентризму, не способен сопереживать другим людям, проникая в мир их эмоций (Ильин Е.П.).

Говоря о роли эмпатии в супружеской паре, исследователи отмечают, что эмпатия играет важную роль в решении сложной задачи взаимного познания внутреннего мира каждого из супругов (Сысенко В.А.). Чем лучше люди узнают, почувствуют, поймут «Я» друг друга, тем легче и быстрее будет вырабатываться соответствующая тактика и стратегия совместного супружеского поведения, тем успешнее будет протекать процесс брачно-семейной психологической

адаптации. Брак, в котором оба «Я» автономны, является потенциально нестабильным в виду высокой конфликтности из-за противоборства потребностей, противопоставления желаний и тому подобное.

Не менее важной способностью для достижения гармонии в супружеском союзе, чем эмпатия, является *способность каждого из супругов к рефлексии*.

Большой психологический словарь определяет *рефлексию*, как «принцип человеческого мышления, направляющий его на осмысление и осознание собственных форм и предпосылок; предметное рассмотрение самопознания, критического анализа его содержания и методов познания; деятельность самопознания, раскрывающая внутреннее строение и специфику духовного мира человека».

Понятие рефлексии берет свое начало в философии, которая обозначала им процесс, в ходе которого индивид в своем сознании размышляет о происходящем. Существенный вклад в разработку понятия рефлексии внесли философы разных исторических эпох, от античности до современности: Аристотель, Р. Декарт, Д. Локк, Г. Лейбниц, И. Фихте, Ф. Гегель, Э. Гуссерль, Бердяев Н.А. К настоящему времени в трудах философов рефлексия понимается, как: 1) способность разума обращать взор на себя – мышление о мышлении; 2) анализ знаний с целью приобретения новых знаний или преобразование знаний; 3) самонаблюдение за состоянием ума или души; 4) выход из поглощенности жизнедеятельностью; 5) исследовательский акт, направленный человеком на самого себя.

Психологи, изучая рефлексию, фокусировали свое внимание на разных аспектах этого феномена. Так, С.Л. Рубинштейн полагал, что существует прямая взаимосвязь между появлением рефлексии и способами осуществления жизнедеятельности, а также отношением человека к окружающему миру. Сначала рефлексия обращена вовне, на других, «она как бы приостанавливает, прерывает непрерывный процесс жизни, – пишет С.Л.Рубинштейн, – и выводит человека мысленно за ее пределы. Человек как бы занимает позицию вне ее».

Л.С.Выготский выделяет влияние рефлексии процесс развития и формирования личности человека, наделяя тем самым особым значением цель рефлексии, которая заключается в самосовершенствовании. В.С Мухина пишет о том, что «развитая рефлексия дает возможность для тонкого вчувствования в собственные переживания, побуждения, взаимодействующие мотивы и одновременно – холодного анализа и соотнесения интимного с нормативным. Рефлексии выводят молодого человека за пределы его внутреннего мира и позволяют занять позицию в этом мире». И.С.Кон делает акцент на активном участии рефлексивного «Я» в переработке информации, как о себе, так и о других людях.

Интегрируя взгляды различных исследователей, можно утверждать, что рефлексия является важнейшим инструментом познания человеком других и самого себя; она приводит индивидуума к целостному представлению, знанию о содержании, способах и средствах своей деятельности в прошлом, настоящем, будущем, способствует становлению человека как субъекта различных типов активности. Рефлексия позволяет человеку увидеть свое отражение в действительности, работая, как зеркало.

А.В.Карпов выделяет разные модусы рефлексии: «...Рефлексия является такой синтетической психической реальностью, которая может выступать (и реально выступает) и как психический процесс, и как психическое свойство, и как психическое состояние одновременно, но не сводится ни к одному из них». Именно синтез этих модусов составляет ее качественную определенность. Поэтому «рефлексия – это одновременно и уникальное свойство, присущее лишь человеку, и состояние осознания чего-либо, и процесс репрезентации психике своего собственного содержания». В связи с этим аспект рефлексии как психического свойства автор предлагает называть рефлексивностью и изучать как независимую переменную в психологических исследованиях. Рефлексия и, соответственно, рефлексивность по направленности бывает интрапсихической –

способность к восприятию своей психики, и интерпсихической – способность понимать психику других людей.

В супружеском союзе, «проникая в сознание партнера, человек поражается его отличием от себя и пытается включить эти отличия в свое «Я», тем самым превращая его в «Мы» (Карпов А.В.). Нюансы создаваемого «Мы» зависят от мировоззрения и рефлексии личностей супругов, от того, в какой мере им удастся понять друг друга. А сама возможность появления «Мы» становится реальной лишь в том случае, когда оба партнера открыты для взаимного влияния, идут навстречу друг другу и не требуют соответствия придуманным идеалам.

Таким образом, анализ отечественной и зарубежной литературы позволяет сделать вывод о том, что эмпатия и рефлексия играют важную роль в решении сложной задачи взаимного познания внутреннего мира каждого из супругов. Рефлексия дает возможность достичь соотнесения своего сознания, ценностей, мнения с сознанием, ценностями, мнениями других людей и, прежде всего, своего партнера в браке. А эмпатия дает возможность через «вчувствование» в мир эмоций любимого человека достичь эмоциональной близости и высокого уровня предвидения возможных последствий своих решений.

Для достижения удовлетворенности браком важна успешная адаптация супругов в субъект – субъектных отношениях, необходимо наличие между супругами самораскрытия, глубокого взаимопонимания и принятия взглядов и поведения партнера. Все это достигается с помощью такого психологического механизма, как конгруэнтное супружеское общение. Общение в благополучной (стабильной, способной гибко реагировать на внутрисемейные и внешние изменения) семье характеризуется: открытостью – способностью и возможностью обсуждения различных тем; интимностью – значимостью и глубиной обсуждаемой информации; доверием супругов друг другу и ожиданием взаимного доверия; высоким уровнем эмпатии – умением чувствовать и понимать друг друга; конструктивностью – способностью находить взаимоприемлемые решения; рефлексивностью – умением

«помыслить за другого»; избеганием оценочных суждений. Такое качество общения обеспечивается развитыми навыками эмпатии и рефлексии у каждого из супругов.

Несмотря на активный интерес исследователей к изучению проблемы механизмов повышения стабильности современного брака, ряд важных вопросов остаются нераскрытыми. К их числу относится проблема взаимосвязи согласованности супружеских установок с эмпатией и рефлексией супругов.

Анализ литературы по выбранной в настоящей работе теме исследования и сделанные на его основе выводы в полной мере подтверждают актуальность и важность темы исследования, а также правомерность выдвинутой гипотезы.

IV. Супружество как система в ноосферных теориях развития

Ноосферный подход к анализу семьи, базирующийся на идеях и концепциях Н.В. Масловой, Н.Г. Куликовой, А.Н. Ануашвили, Н.В. Антоненко, Н.В. Ульяновой, С.И. Подберезиной, позволяет установить, что возникновение семейных проблем обуславливается низким уровнем субъектности межличностных отношений в супружеской паре, который, в свою очередь, является следствием нарушения фундаментальных закономерностей личностного развития каждого партнера.

Исходя из этого, анализ семьи предполагает рассмотрение супружеских взаимоотношений в «системе онтологических координат», то есть с двух точек зрения. Во-первых, на основе «вертикальной», восьмиконтурной теории головного мозга Т. Лири, включающей в качестве базовых четыре контура: биовыживательный; эмоционально-территориальный; времясвязующий или семантический; социо-половой или морально-этический. Они образуют группу «животных контуров», управляемую жесткими программами – инстинктами. Данная группа контуров ограничивает в той или иной степени процессы рефлексии и эмпатии одного или обоих супругов, что можно считать

нейрофизиологическим основанием появления кризисных явлений в семейном общении.

Во-вторых, с точки зрения «горизонтальной» модели головного мозга, основанной на межполушарной функциональной дихотомии, степень искусности каждого супруга в межличностной коммуникации обеспечивается доминированием одного из полушарий.

Левое полушарие головного мозга, воспринимая и обрабатывая вербально-знаковые материалы, обеспечивает вербальную коммуникацию между супругами и, в основном, обслуживает рефлексивный процесс каждого из них. Оно осуществляет функцию контроля и регуляции стереотипного поведения в супружеском взаимодействии, которое, без позитивной трансформации со временем может вызвать у супругов ощущение рутинности их совместной жизни. Зачастую это ощущение усиливается с рождением детей, поскольку семейных обязанностей становится больше, личного пространства меньше – как следствие, накапливается усталость, раздражительность, тревожность (Э. Голдберг, Л. Коста).

Правое полушарие головного мозга обслуживает процесс эмпатии, во многом развивающийся на основе индивидуального эмоционального опыта; оно реализует «голографический принцип» (Б.И. Белый), способствуя целостному восприятию собственной личности и личности партнера, пониманию сущности возникающих семейных ситуаций, и, будучи чувствительно к метафорам, юмору (Д. Стасс), дает возможности формировать мотивацию к развитию супружеского союза.

Различие в том, какое из полушарий головного мозга является у каждого из супругов ведущим, создает дисбаланс между их уровнями рефлексивности и эмпатийности и может быть серьезным психофизиологическим фактором, препятствующим гармоничному развитию пары.

Отметим, что к настоящему времени установлена более значимая, чем доминантность полушарий головного мозга, характеристика уровня

согласованности (когерентности) их взаимодействия, выраженная в параметре «гармонии личности» (А.Н. Ануашвили). Именно этот параметр в большей мере влияет на качество межличностного общения, определяя у партнеров степень реалистичности образов друг друга, качество рефлексивных и эмпатических процессов, выраженность способностей к брачно-семейной адаптации.

Вопрос повышения стабильности супружеских отношений в контексте ноосферных теорий рассматривается с точки зрения пятого – нейросоматического – контура головного мозга, который относится к футуристической группе контуров головного мозга (Т. Лири) и характеризуется большим потенциалом личностной и семейной интеграции. Необходимо указать на важность тех процессов, которые этот контур обеспечивает: он способствует развитию нестереотипного мышления партнеров, способствуя осознанному выстраиванию брачных отношений на уровне создания позитивных мыслительных установок, способствующих креативному переосмыслению и трансформации негативного жизненного опыта, а также конструированию мотивирующих установок развития в будущем.

Резюмируя сказанное, подчеркнем, что с точки зрения ноосферной парадигмы, потенциал супружеского единства определяется стремлением обоих партнеров к высшему уровню развития личности каждого, достижению каждым вершинного состояния наиболее полной реализации своих потенциалов. Тогда брак становится формой гармоничного со-бытия и со-развития двух равно мотивированных к стабильности своего союза личностей. И в полном соответствии с законом самоорганизации творчества (Н.В. Антоненко) пара развивается в направлении со-творчества, вырабатывая высокую резонансность супружеских установок, устанавливая высокую вовлеченность во внутрисемейное общение и обеспечивая тем самым высокую удовлетворенность брачными отношениями.

V. Эмпирическое исследование взаимосвязей удовлетворенности браком, согласованности установок в супружеской паре, уровней эмпатии и рефлексии обоих супругов: результаты и их анализ.

Изучение *удовлетворенности браком* проводилось с помощью методики В.В. Столина, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко, согласно которой можно выделить *семь* уровней удовлетворенности браком: абсолютно неблагополучный брак; неблагополучный; скорее неблагополучный; переходный брак; скорее благополучный; благополучный; абсолютно благополучный (рисунок 1).

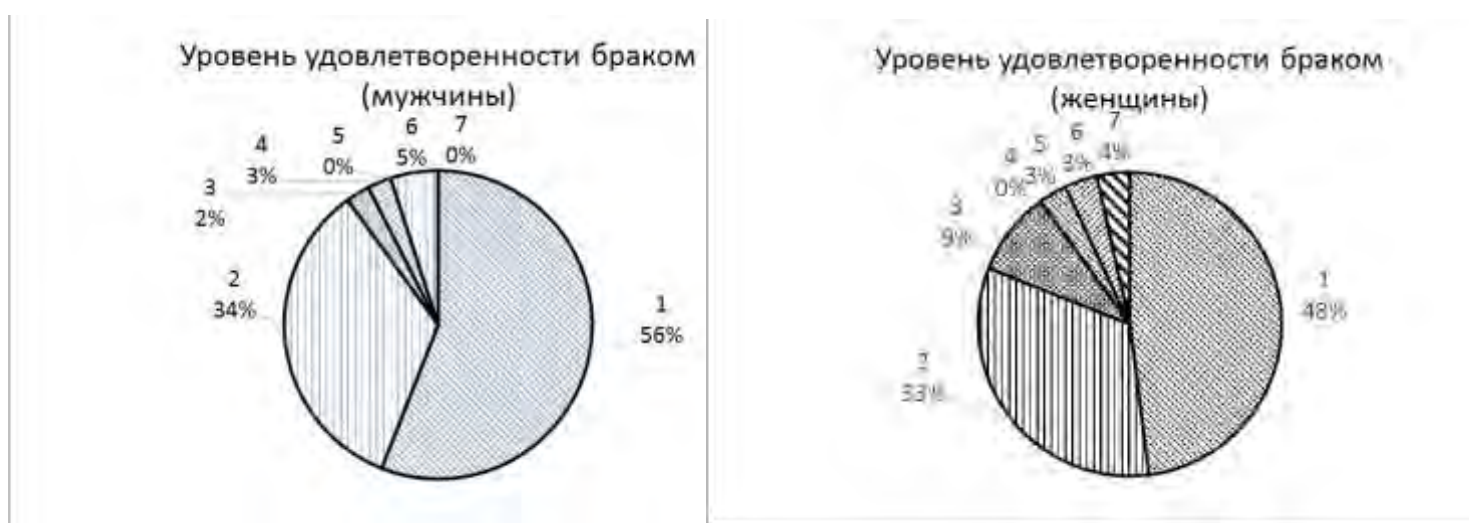


Рисунок 1. Уровень удовлетворенности браком супругов в семьях с длительностью брака 3-5 лет: 1 – абсолютно благополучный; 2 – благополучный; 3 – скорее благополучный; 4 – переходный; 5 – скорее неблагополучный; 6 – неблагополучный; 7 – абсолютно неблагополучный.

Наиболее выраженными оказались такие оценки супругами своего брака, как «абсолютно благополучный» (56% мужчин и 48% женщин) и «благополучный» (34% мужчин и 33% женщин). В целом, у мужчин показатель удовлетворенности браком ($38,1 \pm 6,1$) выше, чем у женщин ($35,9 \pm 9$). Этот результат соотносится с данными других авторов, выявивших, что в российских семьях удовлетворенность браком у мужчин имеет более высокий уровень, чем у женщин (Бачинина К.С.). Полученные данные делают выборку нашего исследования репрезентативной для изучения проблемы стабильности брака.

Иерархия семейных ценностей каждого из супругов изучалась с помощью методики А.Н. Волковой, которая позволила выявить *ролевые притязания* – установки относительно того, что сам супруг/супруга хочет и считает нужным делать в браке, и *ролевые ожидания* – установки относительно того, что должен делать партнер. Рисунок 2 отражают результаты ранжирования установок (*суммы ожиданий и притязаний*) относительно семи основных сфер супружеского взаимодействия: 1) общность интересов, потребностей, ценностных ориентаций, наличие у супругов чувства «мы» (личностная идентификация с брачным партнером); 2) значимость сексуальных отношений; 3) эмоциональная поддержка друг друга; 4) внешняя привлекательность партнера; 5) родительские обязанности; 6) профессиональные интересы каждого из супругов; 7) хозяйственно-бытовые обязанности.

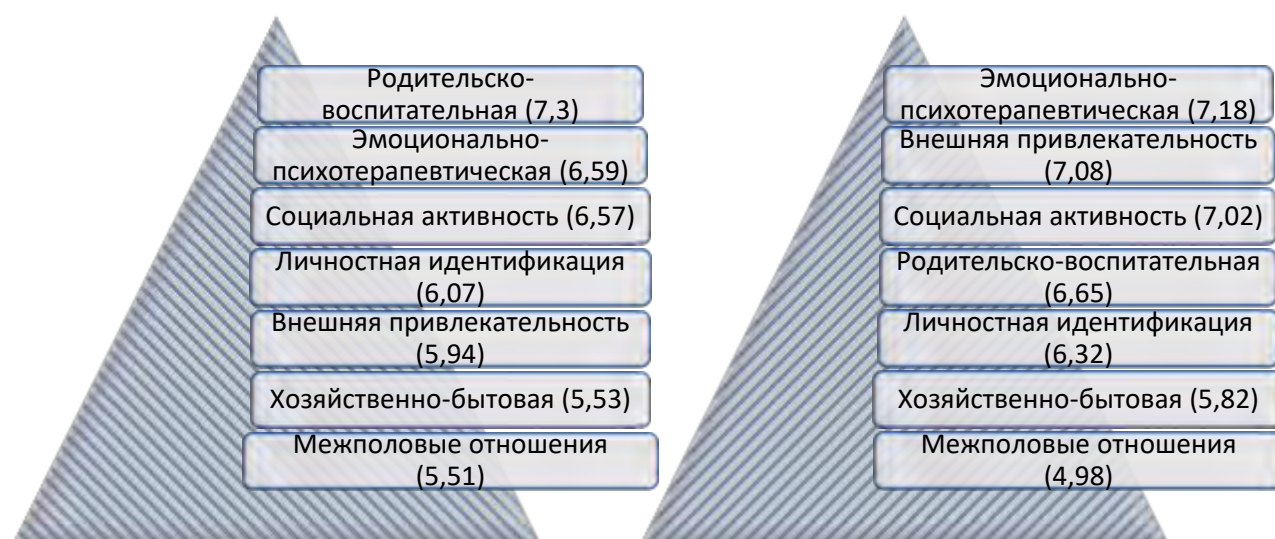


Рисунок 2. Иерархия семейных ценностей у мужчин (слева) и женщин (справа)

Из рисунка 2 видно, что мужчины на первое место ставят ценность родительско-воспитательной функции семьи, а ценность такой функции семьи, как обеспечение гармонии в сексуальных отношениях в браке, для них занимает последнее, седьмое место.

У женщин иерархия семейных ценностей совпадает с мужской иерархией только в тех ценностях, которые представляются и мужьям, и женам наименее

значимыми. Это ценности, занимающие шестое и седьмое место (соответственно, значимость хозяйственно-бытовой функции семьи и функции сексуального взаимодействия).

Но, несмотря на такое различие, у женщин *различие* между показателями шкал семейных ценностей не такие выраженные, как у мужчин. И рисунков 2а и 2б видно, что в таком интервале значений, который у мужчин разделяет первое и второе места в иерархии семейных ценностей, у женщин в таком же интервале показателей шкалы семейных ценностей выявлены 4 ступени в иерархии. Исходя из этого, можно утверждать, что для женщин, несмотря на выделенные ступени в иерархии, семейные ценности с 1 по 4 ступень являются достаточно важными, как и для мужчин.

Результаты изучения *степеней согласованности и конфликтности семейных установок супругов*, приведены на рисунке 3.

Из рисунка 3 видно, что наиболее согласованными (*наименее конфликтными*) являются установки супругов в родительско-воспитательной, хозяйственно-бытовой сфере семейных отношений, а также установок относительно социальной активности каждого супруга. А *наиболее конфликтными* являются установки относительно сексуальных отношений, несмотря на приведенные выше результаты о наименьшей значимости этой сферы супружеского взаимодействия и для мужей, и для жен.

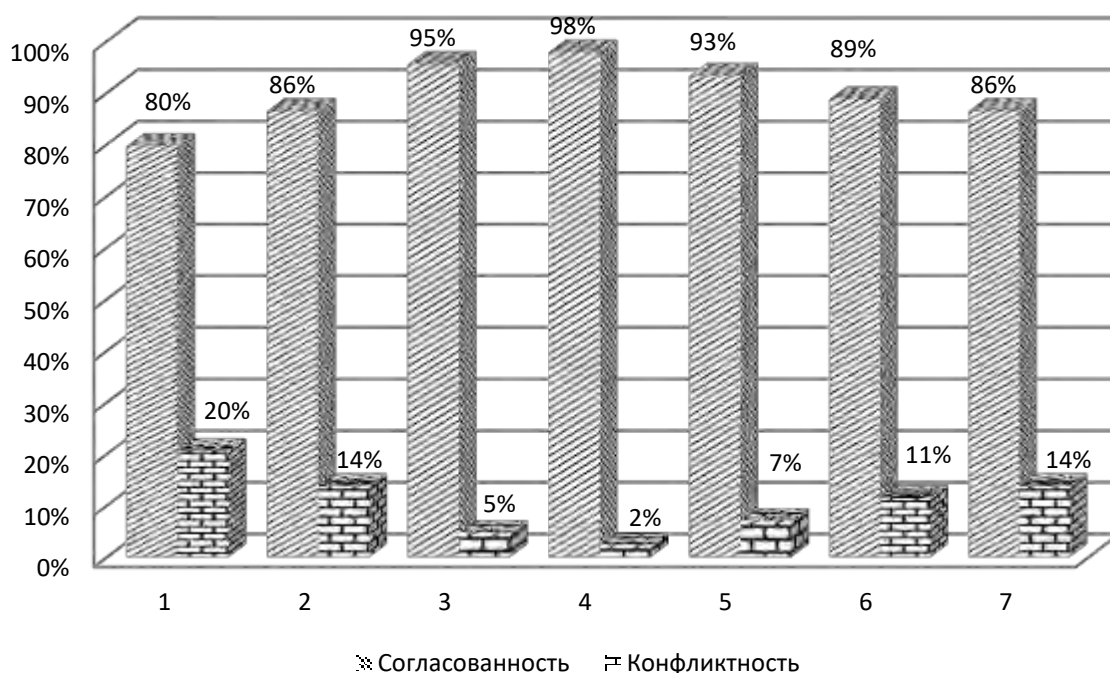


Рисунок 3. Процентное распределение согласованности/конфликтности семейных установок супругов

Примечание: 1 - межполовые отношения; 2 – личностная идентификация; 3 - хозяйственно-бытовая; 4 – родительско-воспитательная; 5 – социальная активность; 6 – эмоционально-психотерапевтическая; 7 – внешняя привлекательность.

На первый взгляд, эти результаты противоречат друг другу. Однако высокую конфликтность сферы сексуальных отношений в современных российских семьях подтверждают данные Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), который в 2013 году провел опрос в 130 населенных пунктах 42 областей. В ответ на вопрос, что толкает супругов к разводу, 24% (1-ое место) опрошенных высказали мнение, что это – измена. В качестве других распространенных причин оказались: бедность 21% (2-ое место); 19% (3-е место) – неумение идти на компромиссы, уступать друг другу, непонимание, эгоизм и ссоры, 16% (4-ое место) – алкоголизм и наркомания.

Указанное выше противоречие объясняется, вероятно, влиянием стереотипов семей патриархального типа, в которых тема сексуальных отношений считалась закрытой для обсуждения. Неумение обсудить возникшую неудовлетворенность во взаимно уважительном тоне, высказать пожелание, а не

претензию, приводит к тому, что супруги либо замалчивают проблемы, пытаются решить их «на стороне», либо обсуждают их в обидном вызывающем тоне, порождая супружеский конфликт.

Далее мы определили *ролевою адекватностью супругов*, которая обуславливается соответствием ролевых *ожиданий супруга* и ролевых *притязаний партнера* и вычисляется как разность соответствующих показателей. Оказалось, что *наибольшая ролевая неадекватность* наблюдается по шкале внешней привлекательности у женщин, что свидетельствует о несколько более выраженном расхождении ролевых ожиданий супруги с ролевыми притязаниями супруга, чем в других областях супружеского взаимодействия. То есть женщины в большей степени ожидают от мужчин стремление выглядеть привлекательно и следовать моде, в то время как сами мужчины к этому сильно не стремятся.

Здесь, на первый взгляд, наблюдается противоречие с установленной и описанной выше (рисунок 2) иерархией семейных ценностей у мужчин: сфера внешней привлекательности находится в ней на высоком пятом месте. Противоречие, по-видимому, вызвано тем, что мужчины хотят следовать своим собственным представлениям о мужской привлекательности, а женщины стремятся навязать мужчинам свое видение того, как им следует выглядеть, что быть привлекательным и модным. Тем не менее, поскольку пятое место внешней привлекательности в иерархии ценностей высокое, но не входит в тройку важнейших, то, даже будучи не согласным с супругой, мужчина на конфликты в этих вопросах не идет (14% конфликтности в установках).

Диагностика *уровня эмпатических способностей* супругов (рисунок 4а) показала, что в супружеских парах и у мужчин, и у женщин общий уровень эмпатии находится в пределах заниженных значений, то есть у обоих супругов, в среднем, недостаточно выражено понимание и чувствование внутреннего мира партнера по браку. Однако при этом выявлено, что у женщин общий уровень эмпатии выше, чем у мужчин: у женщин показатель эмпатии ближе к среднему

уровню развития, а у мужчин – ближе к низкому уровню (рисунок 4а). Этот результат соответствует работам зарубежных авторов (Ш.Берн, М.Дэвис), установивших наличие более низких показателей эмпатии у мужчин по сравнению с женщинами.

Из трех каналов эмпатии (рационального, эмоционального, интуитивного) у женщин достаточно хорошо выражены рациональный и эмоциональный каналы, а у мужчин – эмоциональный канал эмпатии.

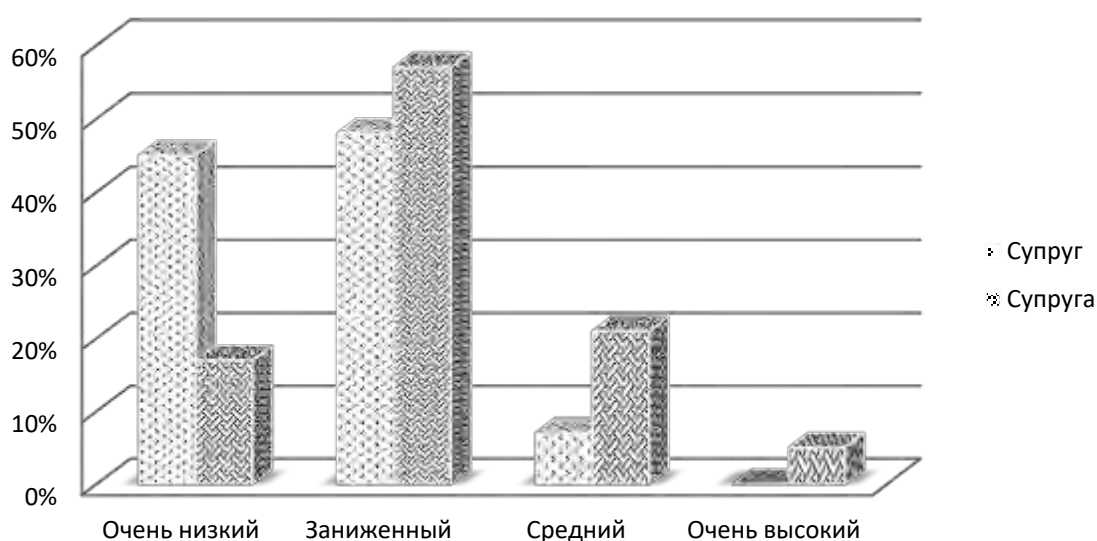


Рисунок 4а. Процентное распределения уровней развития общего показателя эмпатии у супруга/супруги в супружеских парах

Диагностика **уровня развития рефлексии** (рисунок 4б) показала, что респондентов с высоким уровнем рефлексивности нет как в группе мужчин, так и в группе женщин, при этом наиболее часто встречаются мужчины (74%) и женщины (79%) со средним уровнем развития рефлексивности, а респондентов с низким уровнем рефлексивности наблюдается примерно в 3 раза меньше в обеих гендерных группах.

Наиболее интересными представляются результаты проявления интуитивного канала эмпатии (способности человека действовать в условиях нехватки объективной информации о партнере, опираясь на опыт, хранящийся в подсознании) с уровнем рефлексии мужчин и женщин.

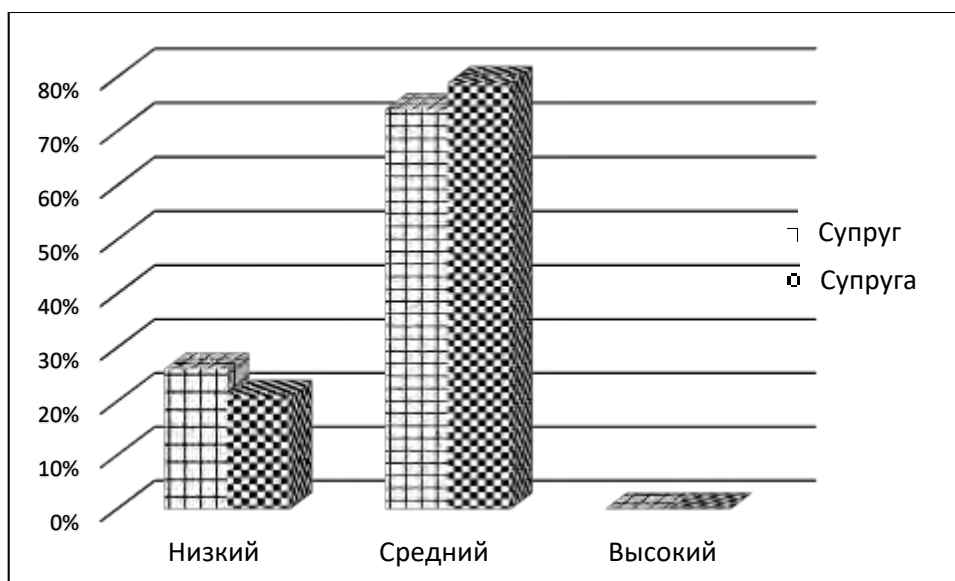


Рисунок 4б. Процентное распределения уровней развития уровня рефлексивности у супруга/супруги в супружеских парах

Оказалось, что у мужчин высокий уровень рефлексии сопровождается низким уровнем проявления интуитивного канала эмпатии, а у женщин, наоборот, высокий уровень рефлексии сопровождается высоким уровнем проявления интуитивного канала эмпатии.

Для выявления **взаимосвязи степени удовлетворенности браком и способности супругов к эмпатии и рефлексии**, был проведен однофакторный дисперсионный анализ, который позволил установить, что и эмпатия, и рефлексивность оказывают значимое влияние на уровень удовлетворенности браком, причем эмпатия в большей степени влияет на удовлетворенность браком, чем рефлексия.

Для выявления **взаимосвязи степени согласованности установок в супружеской паре и способности супругов к эмпатии и рефлексии**, был проведен корреляционный анализ, который позволил установить, что существуют значимые взаимосвязи между 1) согласованностью установок на значимость сексуальных отношений и рациональным каналом эмпатии, 2)

согласованностью установок на социальную активность и интуитивным каналом эмпатии, 3) согласованностью установок на идентификацию с партнером и общий показатель эмпатии, 4) между согласованностью установок на внешнюю привлекательность и рефлексией.

Причем, характер взаимосвязи с рефлексией таков, что при повышении уровня рефлексии уровень согласованности установок на внешнюю привлекательность будет увеличиваться.

А характер взаимосвязи с эмпатийными способностями супругов имеет другую – противоположную – направленность: при увеличении рационального канала эмпатии будет снижаться согласованность установок сексуальных отношений, при увеличении интуитивного канала эмпатии будет наблюдаться снижение согласованности установок на идентификацию с партнером, при увеличении общего уровня эмпатии будет наблюдаться снижение согласованности установок на социальную активность.

Из этих данных следует, что повышение уровня эмпатии негативно сказывается на согласованности установок в супружеских парах. Однако, принимая во внимание факт наличия гендерных особенностей в эмпатийных способностях (для женщин характерен более высокий уровень эмпатии по сравнению с мужчинами), было выдвинуто предположение о том, что согласованность установок может зависеть от совпадения уровня развития эмпатии у мужчин и женщин в супружеских парах.

Для подтверждения данного предположения была рассчитана разность значений общего показателя эмпатии в супружеских парах (взяты абсолютные значения) и далее с этим коэффициентом был проведен регрессионный анализ на выявления влияния коэффициента совпадения уровня развития эмпатии у мужчин и женщин на согласованность установок в супружеских парах.

В ходе анализа было обнаружено, что коэффициент совпадения уровня эмпатии у мужчин и женщин в супружеской паре оказывает существенное влияние на согласованность установок: высокий уровень эмпатии будет

положительно сказываться на согласованности установок в супружеской паре только в том случае, если в супружеских парах будет наблюдаться совпадение уровня развития эмпатии у обоих супругов. А чем больше разность в уровнях эмпатии у супругов (больше у одного и меньше у другого), тем менее согласованными будут установки.

Установленные взаимосвязи важнейших характеристик брака – удовлетворенности браком и согласованности семейных установок супругов – с параметрами их межличностного взаимодействия эмпатией и рефлексией задают вектор терапевтической работы с парой: важно не только развитие навыков рефлексии и эмпатии, но и соотнесение этих навыков у партнеров. Осознание роли коэффициента совпадения уровня эмпатии у мужчин и женщин в достижении высокого уровня согласованности установок и, соответственно, высокой ролевой адекватности может стать важным мотиватором включенности в семейную терапию обоих супругов и помочь преодолеть главную проблему семейного консультирования в нашей стране, когда влияние на семейную систему консультанту приходится оказывать через одного из супругов (как правило, жену) в силу нежелания второго супруга принять участие в консультативном процессе.

ВЫВОДЫ

1. Установлено, что в современных семьях с уровнем стабильности 3-5 лет оба супруга оценивают состояние своего брака, в основном, как «абсолютно благополучный» или «благополучный», что свидетельствует о высокой степени удовлетворения потребностей личности каждого супруга, достижении уровня эмоционального комфорта, закреплении позитивных чувств и эмоций.

2. Иерархия семейных ценностей мужчин и женщин в семейных парах с длительностью брака от 3 до 5 лет и высоким уровнем удовлетворенности браком имеет различия по составу и степени дифференцированности.

У мужчин первые места в иерархии занимают собственная активная родительская позиция и понимание необходимости взаимной моральной и эмоциональной поддержки членов семьи, а на последних местах находятся значимость хозяйственно-бытовой деятельности в семье и значимость сексуальных отношений в паре.

У женщин первые места в иерархии занимают понимание необходимости взаимной моральной и эмоциональной поддержки членов семьи и значимость своего внешнего вида, а на последних местах, как и у мужчин, находятся значимость бытовой организации семьи и значимость сексуальных отношений в паре.

Однако расхождение в иерархии семейных установок между мужчинами и женщинами менее значимое, чем это следует из распределения мест при ранжировании ценностей, поскольку у женщин различие между показателями значимости шкал семейных ценностей не такие выраженные, как у мужчин (их система ценностей менее дифференцирована). Отсюда следует, что для женщин, несмотря на выделенные ступени в иерархии, семейные ценности с 1 по 4 место в иерархии (взаимная моральная и эмоциональная поддержка, значимость внешнего вида, социальная активность и родительско-воспитательная деятельность) являются достаточно важными, как и для мужчин.

3. Самыми согласованными являются установки в следующих сферах супружеского взаимодействия: хозяйственно-бытовой, родительско-воспитательной, сфере социальной активности. Самыми несогласованными являются установки – в сферах сексуальных отношений, личностной идентификации, эмоционально-психотерапевтической и в сфере внешней привлекательности.

Таким образом, супруги чаще всего находят общий язык при оценке значимости бытовой организации семьи, значимости родительской функции и значимости внесемейных интересов, являющихся основными ценностями в процессе межличностного взаимодействия супругов. А больше всего

конфликтов наблюдается при оценке значимости сексуальных отношений в супружеской паре, значимости общности интересов, потребностей, ценностных ориентации, способов времяпрепровождения, значимости взаимной моральной и эмоциональной поддержки членов семьи, ориентация на брак как среду, способствующую психологической разрядке и стабилизации, и значимости внешнего облика.

4. У женщин достаточно хорошо выражены рациональный и эмоциональный каналы эмпатии, установки, способствующие эмпатии, а также проникающая способность эмпатии. У мужчин достаточно хорошо выражены эмоциональный канал эмпатии и способствующие ей установки.

Таким образом, у *женщин* в большей степени проявляется:

1) направленность внимания, восприятия и мышления на сущность любого другого человека – на его состояние, проблемы, поведение, наблюдается спонтанный интерес к другому, открывающий шлюзы эмоционального и интуитивного отражения партнера;

2) соучастие и сопереживание;

3) отсутствие установок, создающих препятствия работе всех эмпатических каналов;

4) коммуникативное свойство, позволяющее создавать атмосферу открытости, доверительности, задушевности.

У *мужчин* лучше всего проявляются:

1) соучастие и сопереживание;

2) отсутствие установок, создающих препятствия работе всех эмпатических каналов.

5. Способность к рефлексии у мужчин и женщин практически одинаковы и имеют умеренный уровень развития, что указывает на достаточно выраженную способность мужчин и женщин выходить за пределы собственного «Я», осваивая природосообразное развитие семьи.

При этом у мужчин высокий уровень рефлексии сопровождается низким уровнем проявления интуитивного канала эмпатии, а у женщин, наоборот, высокий уровень рефлексии сопровождается высоким уровнем проявления интуитивного канала эмпатии.

6. Эмпатия и рефлексия оказывают значимое влияние на уровень удовлетворенности браком, причем эмпатия в большей степени влияет на удовлетворенность браком, чем рефлексия.

7. Уровень согласованности установок и рефлексия находятся в отношении положительной корреляционной зависимости: при повышении уровня рефлексии уровень согласованности установок увеличивается.

8. Существенное влияние на согласованность установок в супружеской паре оказывает коэффициент совпадения уровня эмпатии у мужчин и женщин: высокий уровень эмпатии будет положительно сказываться на согласованности установок только в том случае, если в супружеских парах будет наблюдаться совпадение уровня развития эмпатии у обоих супругов. Чем больше разность в уровнях эмпатии у супругов (больше у одного и меньше у другого), тем менее согласованными будут установки.

9. Полученные результаты свидетельствуют о том, что повышение эффективности психолого-консультативного сопровождения современных супружеских пар может и должно осуществляться с учетом идей ноосферного подхода к семье, определяющего вектор развития потенциала супружеского единства в направлении мотивации обоих партнеров к высшему уровню развития личности каждого, достижению каждым вершинного состояния наиболее полной реализации своих потенциалов. Помощь в осознании брака как формы гармоничного со-бытия и со-развития двух равно мотивированных к стабильности своего союза личностей должна стать ключевой целью психолога-консультанта в работе по профилактике и коррекции деформаций семейных отношений.

Основное содержание диссертации отражено в следующих публикациях автора:

1. Зотова Р.А., Кондратюк О.Е., Цветкова Н.А. «Изучение уровня согласованности установок и ролевой адекватности супругов в современных семьях, проживающих в условиях мегаполиса». // Журнал «Проблемы современной науки и образования/Problems of modern science and education». – 2015, № 9 (39), С.197–203.
2. Зотова Р.А., Кондратюк О.Е., Цветкова Н.А. «Особенности стилей родительского воспитания в семьях, проживающих в различных условиях» // Журнал «Проблемы современной науки и образования / Problems of modern science and education». – 2015, № 9 (39), С. 195 – 196.
3. Зотова Р.А., Кондратюк О.Е., Цветкова Н.А. «Эмпатия супругов как фактор согласованности установок в супружеской паре»// Журнал «Вестник науки и образования». – М.: 2015, № 7(9), С. 94 – 99.
4. Кондратюк О. Е., Зотова Р. А., Цветкова Н. А. «Ценностное ядро в системе жизненных смыслов старшеклассников» // Журнал «Проблемы педагогики». – М.: 2015, № 7(8). – С. 4 – 7.
5. Зотова Р.А., Кондратюк О.Е., Цветкова Н.А. «Удовлетворенность браком в семьях с разными уровнями эмпатии супругов»// «Евразийский Научный Журнал». – 2015, №9 (сентябрь). – С. 158 – 164.
6. Зотова Р.А., Кондратюк О.Е., Цветкова Н.А. «Рефлексия и рациональный, эмоциональный, интуитивный каналы эмпатии как психологические механизмы, обеспечивающие повышение удовлетворенности супругами браком» // Журнал «Проблемы современной науки и образования / Problems of modern science and education» – 2015, № 11(41). – С. 224 – 228.
7. Зотова Р.А., Цветкова Н.А. «О согласованности семейных ценностей и ролевых установок в супружеской паре»// Сборник научных трудов по

итогах Международной научно-практической конференции «Современный взгляд на проблемы педагогики и психологии» (г.Уфа, 10.09.2015 года) – Уфа, 2015. – С. 102-104.

8. Зотова Р.А., Кондратьюк О.Е., Цветкова Н.А. «Рефлексия и рациональный, эмоциональный, интуитивный каналы эмпатии как психологические механизмы, обеспечивающие повышение удовлетворенности супругами браком» // Журнал «Проблемы современной науки и образования / Problems of modern science and education». – 2015, № 11(41). – С. 224 – 228.
9. Зотова Р.А., Куликова Н.Г. Акмеология супружеских отношений/ Материалы I Всероссийской школы-конференции «Ноосферное образование – парадигма качества». – Москва-Абакан, 2015 (в печати).