

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра консультативной психологии

наименование кафедры

«Особенности семейных отношений в молодых семьях в зависимости

от коммуникативных и копинг-стратегий»

наименование темы выпускной квалификационной работы

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента (ки) 4 курса 461 группы

направления

37.03.01. «Психология»

код и наименование направления

Факультета психологии

наименование факультета, института, колледжа

Зориной Анастасии Юрьевны

фамилия, имя, отчество

Научный руководитель

доцент, кандидат псих.н.

должность, уч. степень, уч. звание

М.М. Орлова

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

профессор, д.псих.н.

должность, уч. степень, уч. звание

Т.В. Белых

инициалы, фамилия

Саратов, 2019

Введение

На сегодняшний день можно отметить усиление тревожной тенденции, связанной с кризисными явлениями в жизни семьи, которые затрагивают супружеские и детско-родительские отношения. Снижение рождаемости и ухудшение демографической ситуации в целом обусловлены проблемами личностного развития и нехваткой коммуникативной компетентности детей, воспитывающихся в таких семьях. Стремительный рост числа разводов стал наиболее остросоциальной проблемой, которую по уровню стрессогенности можно поставить на первое место среди всех трудных жизненных событий. Увеличение числа неофициальных браков, главной причиной которых является неготовность молодых людей взять на себя всю ответственность за создание новой семьи. Всякого рода изменения в социуме уже выступают факторами, вызывающими кризисы семьи, которые проявляются в нарушении ее равновесия и влияют на подрастающее поколение. С другой стороны, преобразования экономической и социальной активности населения провоцирует нестабильность супружеских отношений и ослабление традиционных ценностей семьи.

На данный момент изучение основных социально-психологических составляющих брака, стабильности и устойчивости семейной жизни, а также удовлетворенности супружескими отношениями имеет высокую научную актуальность и является наиболее важной задачей психологии семьи. Основным аспектом социально-психологического климата семьи можно назвать удовлетворенность супругами их взаимоотношениями и браком в целом.

В настоящее время специалисты согласны с мнением, что в большей степени на психологическое здоровье семейной системы влияет способность супругов эффективно решать конфликтные ситуации, принимать и понимать психофизиологические особенности друг друга, а также социально-психологические различия между мужчинами и женщинами как таковыми.

Исследование внутрисемейных коммуникаций и совладающего поведения кажется нам результативным шагом на пути к увеличению семейной жизнеспособности и удовлетворенности браком. Таким образом, мы фокусируем наше внимание именно на молодых семьях и их аспектах взаимоотношений, заданных супружеской ролью, одним из главных моментов которых являются особенности поведения в критических ситуациях.

Также эксперты утверждают, что для удовлетворенности браком необходимо наличие между супругами глубокого взаимопонимания, принятие поведения, взглядов и ценностных ориентиров партнера. Чем точнее, искреннее и эмпатийнее будет коммуникативный процесс, тем эффективнее будут их внутрисемейные межличностные отношения.

Вопросами психологии межличностного взаимодействия в психологической литературе достаточно подробно занимались такие ученые, как Л.Я.Гозман, В.Н.Мясищев, Н.Л.Обозов и другие. Среди российских авторов, занимавшихся психологическим исследованием семьи и издавших огромное число работ по семейной психотерапии, семейному консультированию, семейной диагностике, можно выделить Ю.Е. Алёшину, А.Я.Варгу, Г.Навайтиса, В.В. Столина, А.В.Черникова, Э.Г.Эйдемиллера, В.Юстицкис, среди зарубежных авторов можно отметить С.Минухина, В.Сатир, М.С.Палаццоли. В том числе многие исследования были проведены в рамках совладающего поведения такими психологами как И.М. Никольская, Е.В. Куфтяк, Т.Л.Крюкова.

Необходимость согласованности межличностного поведения супругов для эффективного функционирования брака и повышения уровня его удовлетворенности является актуальной и социально-значимой проблемой психологических исследований на данный момент. Таким образом, социальная значимость проблематики молодых семей с одной стороны, и неполнота научных знаний и исследований в рамках адаптационных

стратегий и удовлетворенности браком с другой стороны, определили выбор темы исследования.

Проблема исследования: недостаточная эффективность стратегий в коммуникативном процессе и стратегий преодоления, характерных для молодых супругов, снижает уровень удовлетворенности браком.

Цель исследования: теоретический и эмпирический анализ личностных и межличностных адаптационных стратегий и удовлетворенности супругов браком.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть современные коммуникативные направления и подходы к совладанию с трудностями;
2. Изучить основные аспекты межличностного общения и совладающего поведения;
3. Исследовать коммуникативные стратегии, копинг-стратегии, уровень удовлетворенности браком и взаимосвязь между ними;
4. Оценить особенности становления молодой семьи, ее эффективность и жизнеспособность.

Объект исследования: коммуникативные стратегии, копинг-стратегии и уровень удовлетворенности браком у супругов до 30 лет.

Предмет исследования: влияние коммуникативных и копинг-стратегий, характерных для супругов, на удовлетворенность браком.

Гипотезой исследования стало предположение о том, что особенности коммуникативных стратегий и стратегий совладания, характерных для супругов до 30 лет, определяют уровень их удовлетворенности браком.

Для достижения поставленной цели и проверки выдвинутой гипотезы в ходе исследования были использованы следующие **методы:** тест-опросник

коммуникативных умений Л.Михельсона, опросник «Способы совладающего поведения» Р.Лазаруса, опросник удовлетворенности браком Ю.Е.Алёшиной.

В качестве **математического метода** были выбраны регрессионный анализ и t-критерий Стьюдента.

Эмпирической базой исследования послужили данные, полученные на выборке 48 человек (24 семейные пары) в возрасте от 19 до 30 лет.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что был сделан теоретический анализ состояния проблемы внутрисемейного взаимодействия и удовлетворенности браком в отечественной и зарубежной литературе. Получены новые эмпирические данные о способах взаимодействия между супругами и способах, позволяющих дополнить и конкретизировать научные сведения о характерных чертах супружеского поведения.

Практическая значимость определяется тем, что полученные в ходе исследования данные могут быть использованы в различных областях психологических практик, в частности, семейных консультированиях.

Результаты, представленные в данной ВКР, прошли **апробацию** в рамках работы ежегодной IV Международной научно-практической конференции «Психология и педагогика семьи». (24.05.2019 г.)

Квалификационная работа общим объемом в 104 страницы состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы, включающего 72 наименования (из них 6 на иностранном языке) и пяти приложений. Главы имеют следующие названия: «Глава 1. Теоретические подходы к изучению коммуникативных и копинг-стратегий в качестве предикторов удовлетворенности браком», «Глава 2. Эмпирическое исследование коммуникативных и копинг-стратегий в качестве предикторов удовлетворенности браком в молодых семьях». Квалификационная работа содержит 28 диаграмм и 6 таблиц.

Первый параграф теоретической части посвящен теоретическим подходам к изучению внутрисемейного коммуникативного взаимодействия. Были рассмотрены подходы к изучению коммуникативных стилей, в частности А.Адлера, К.Хорни и В.Сатир, особенности продуктивной и непродуктивной коммуникации, а также «слитного взаимодействия». В исследованиях Г.М.Андреевой, Э.Г.Эйдемиллера, В.Сатир, К.Роджерса, Т.Гордона были выявлены определенные факторы, влияющие на успешное межличностное общение в семье, к ним относятся: высокая активность коммуникативного взаимодействия, т.е. детальность и динамичность обсуждения актуальных семейных вопросов, а также открытость коммуникации. Особое внимание в данной работе уделялось причинам возникновения нарушений межличностной коммуникации в семье, а также формированию внутрисемейной коммуникации в целом, которое подразумевает установление правил взаимодействия между супругами и определение границ семьи. Было выявлено, что именно открытость коммуникации, ее высокая активность, взаимное координирование взглядов и оценок, согласованность потребностей и целей, выработка единого направления совместной деятельности, а также динамичность обсуждений важных вопросов и проблем каждого члена семьи, оказывают существенное влияние на эффективность семейных отношений и удовлетворенность супругами браком в целом.

Во втором параграфе теоретической части были рассмотрены теоретические подходы к изучению индивидуального и семейного копинг-поведения. Так понятие «копинг» С. Фолкман и Р.Лазарус определяли как «постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие способы преодоления специфических внешних и внутренних требований, которые оцениваются индивидом как значительные или превосходящие его возможности». Они выделили основные функции совладающего поведения и относительно них классифицировали его на проблемно-ориентированный и эмоционально-ориентированный копинг. Также были изучены особенности

конфликтных и кризисных ситуаций, возникающих в семье. В данной работе описаны: классификация причин супружеских конфликтов по В.Сысенко, условия формирования кризисов согласно Р. Хиллу и их определенная периодизация по С. Кратохвилу.

Проблема семейного совладания главным образом освещена в работах Ф.Е. Куфтык и Т.Л. Крюковой. Были выявлены следующие формы совладающего поведения: индивидуальный копинг, диадический копинг, семейный копинг. Индивидуальный копинг определяется актуальными ответами и реакциями человека на воспринимаемую им угрозу. Под диадическим копингом понимаются копинговые усилия одного из партнеров, направленные на улучшение и усиление функционирования другого партнера и их взаимоотношений. Семейный копинг связан с взаимодействием и объединением копинг-усилий обоих партнеров в супружеской паре. Определено, что динамика совладания идет от индивидуального копинга к совместному.

Была доказана связь между уровнем сплоченности семьи, ее гибкостью, внутренними семейными ресурсами и тем, как она преодолевает нарушения и справляется с трудностями. Именно совладающее поведение семьи выступает в качестве механизма действия в ситуациях угрозы нарушения ее целостности и играет важнейшую роль в рамках существования и развития семейной системы.

В третьем параграфе рассматриваются подходы к пониманию стабильности и удовлетворенности супружескими отношениями. Так под понятием удовлетворенности браком Ю.Е. Алёшина понимает характеристику «субъективной оценки каждым из супругов характера их взаимоотношений». Семья в таком случае рассматривается через призму ее собственных динамических изменений, подобным процессам в малой группе. Особенное внимание уделяется многочисленным предикторам удовлетворенности браком. А.Ю. Тавит разделяет все предикторы

удовлетворенности браком на две большие категории: возникшие до бракосочетания и во время брачного периода. Первая категория представляет собой психологическую основу брака и состоит из таких аспектов, как качество личности, идеал супруга и брака, мотивы заключения брачного союза. Ко второй категории относятся этически-моральные и психофизиологические отношения партнеров. Р.А.Левис и Дж.Б.Спэниер сформировали три крупных блока факторов, влияющих на удовлетворенность браком: 1) Добрачные, 2) Социальные и экономические и 3) Личностные и внутрибрачные (внутрисупружеские)

В отечественной психологии одними из первых затронули проблематику качества брака В.А. Сысенко и С.И. Голод. Согласно В.А. Сысенко, удовлетворенность брачными отношениями понятие весьма обширное и включает в себя уровень удовлетворенности всеми потребностями личности. С.И. Голодом были выявлены предикторы удовлетворенности браком, характерные для каждого пола в промежутке первого десятилетия совместной семейной жизни. Для женщин – это бытовая и духовная адаптация, совместимость супруга с ее родственниками, для мужчин – сексуальная экспрессивность супруги. Ключевым параметром удовлетворенности браком в исследования Алёшиной Ю.Е. оказался непосредственно стаж брачных отношений, у Т.В. Андреевой же было выбрано представление супружеской пары о соответствии своего супруга(и) идеальному образу брачного партнера. Также Гурко Т.А. и А.Кеэрберг выяснили такую закономерность, что чем более явным становится разрыв в нагрузке между супругами, тем меньше они удовлетворены браком. В исследованиях, проведенных под руководством Н.Г. Юркевич, была выявлена взаимосвязь между удовлетворенностью браком и удовлетворенностью работой. Так же и Г.Навайтиса считал, что у мужчин проявляются весьма сложные взаимосвязи между успехами на работе и положением их брака.

Массив исследований и данных о понятии «удовлетворенность браком», а также о факторах, влияющих на удовлетворенность супругами браком, накопленных на сегодняшний день отечественными и зарубежными учеными достаточно велик. Удовлетворенность брачными отношениями понятие весьма широкое и включает в себя степень удовлетворения всех потребностей личности, а именно потребности в защите Я-концепции, т.е. представления каждого из супругов о себе как о личности, воспринимаемые личностные сходства, согласованность представлений о себе и о партнере, а также подобие ролевых ожиданий.

Четвертый параграф посвящен специфичности социально-психологических процессов, характерных для молодых семей. Исследовав позиции ученых, можно назвать молодой семьей супругов активного репродуктивного возраста (до 30 лет) в первые 3 года после заключения брака, проживающих совместно с момента фактического заключения супружеского союза, с родственниками или без них, с детьми или без них.

Описанию подлежат такие ее функции, отображающие систему иерархии в семье, особенности ее культурно-исторического развития и специфику этапов ее жизненного цикла: экономическая, хозяйственно-бытовая, репродуктивная, функция воспитания детей, сексуально-эротическая, функция духовного общения и эмоциональной поддержки и принятия, реактивная функция и функцию социальной регуляции, контроля и опеки.

Акцентировали свое внимание на психологической готовности семьи к браку, которое определяется, согласно Сысенко В.А, как готовность к адекватному пониманию и действию в настоящей среде семьи, к адекватному отношению супругов друг к другу, к совместному разрешению конфликтов и трудностей, а так же преодолению кризисов, неизбежно возникающих на жизненном пути. А также изучили психологическую адаптацию молодой семьи, под которой Л.Б. Шнайдер понимал прохождение биологического и

психологического уровня с начала брачных отношений и в процессе всех изменений в семейной жизни, и классификацию такой адаптации по А.А. Реан. Были рассмотрены коммуникативное взаимодействие и совладающее поведение в молодых семьях. Столярченко и С.И. Самыгин считают, что характерной чертой эффективной коммуникацией является достижение взаимопонимания партнеров, понимания ситуации и предмета общения. Так Э.Г. Эйдемиллер отметил, что в случае, если сложности в общении повторяются и приобретают хронический характер, возникает «коммуникативная проблема». Нарушения межличностного общения является одной из наиболее актуальных проблем семейного функционирования молодой семьи. Е.В. Куфтяк в своих исследованиях, посвященных семейному совладанию, делает несколько заключений, касательно данной темы. Она утверждает, что на начальном этапе жизненного цикла семьи у молодых супругов доверие в их отношениях является ресурсом осознанного и конструктивного копинг-поведения с трудностями. В молодой семье без детей супруги совладают, ориентируясь на эмоционально-положительную сторону супружеских отношений, диадическое разрешение трудностей, а в ситуации ожидания и рождения ребенка в молодой семье эмоциональное реагирование супруги компенсируется ориентированностью супруга на решение проблем, выбор им позитивной копинг-стратегии.

В своих исследованиях Т.В. Крюкова отмечает, что у семьи, воспитывающей дошкольника, преобладает выжидание супругами при решении проблем, но вместе с тем самостоятельное их решение. В динамике развития семьи супруги чаще отдают предпочтение такому копинг-поведению, как отвлечение внимание, позитивный стиль и эмоционально-ориентированный стиль с переходом к зрелости семьей выбирается все реже. Динамическое развитие семьи и ее копинг-поведения определяется ее развитием как целостной системы.

Было доказано, что формирование межличностной коммуникации в молодой семье должно быть одной из приоритетных задач супругов с целью профилактики конфликтов, огромную роль в данном случае играет выбор стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями. Также основное внимание уделяется изучению удовлетворенности браком молодых супругов, потому что оно имеет важнейшее значение в отношении всех сфер супружеской жизни.

В главе, посвященной эмпирическому исследованию коммуникативных и копинг-стратегий в качестве предикторов удовлетворенности браком в молодых семьях, была изложена организация исследования.

В исследовании приняли участие 24 молодые семьи (48 человек), 70 % которых студенты и выпускники СГУ имени Н.Г. Чернышевского, в возрасте от 19 до 30 лет со стажем брака от 0-3 лет, у всех семей их настоящий брак первый, 8 семей имеют одного ребёнка.

Исследование было проведено на платформе google forms в 2018-2019 году в течение двух месяцев в городе Саратове. Семьям предлагалось заполнить блок методик: тест-опросник коммуникативных умений Л.Михельсона, опросник «Способы совладающего поведения» Р.Лазаруса, опросник удовлетворенности браком Ю.Е.Алёшиной.

По итогу анализа результатов опросника удовлетворенности браком Ю.Е. Алёшиной можно говорить о достаточной выраженности высокого уровня удовлетворенности браком как в общей выборке, так и в отдельных выборках женщин и мужчин. Большой процент высокого значения данного показателя, возможно, может указывать также на сохранение в данной выборке молодых семей иллюзорного идеального представления собственного брака. Это может быть связано как с их возрастной категорией (75% респондентов имеют возраст до 25 лет), небольшим стажем их супружеской жизни (75% респондентов имеют стаж брака ниже 2 лет), так и стадией их жизненного цикла семьи, в которой сохраняется романтизм,

позитивное эмоциональное окрашивание супружеских отношений, а противоречия и критика избегаются.

В целом анализ данных характеризует выборку молодых семей как людей, которые удовлетворены собственным браком.

По итогу анализа результатов теста-опросника коммуникативных умений Л.Михельсона можно говорить об общей выраженности коммуникативных умений в данной выборке. В молодых семьях преобладает в частности компетентный стиль общения, выражающийся в уверенном и эффективном реагировании на различные эмоциональные реакции партнера, на его обращение с просьбой, а так же проявляющийся в открытом, внимательном и эмпатийном общении с партнером.

Это характеризует выборку молодых семей в целом как людей контактных, общительных и отзывчивых, которые адекватно реагируют на справедливую и несправедливую критику и в том числе провоцирующее поведение со стороны партнера. Они имеют достаточный уровень доверия с партнером, могут спокойно и свободно обратиться к нему за помощью и поддержкой, и в тоже время имеют такой уровень понимания друг друга, что не боятся вызвать негативные эмоции у партнера, отказав ему в чем-либо. У молодых людей так же отмечается достаточно высокий уровень эмпатии, они готовы оказывать поддержку, заботу, проявлять знаки внимания, а так же открыто принимать их.

По итогу анализа результатов опросника «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса можно говорить о наибольшей выраженности у молодых людей таких типов совладающего поведения, как «Самоконтроль», «Поиск социальной поддержки», «Принятие ответственности» и «Планирование решения проблем».

Это характеризует выборку молодых семей, как людей, которые готовы нести ответственность за причины возникновения проблемы, ее последствия

а также возможные варианты преодоления критической ситуации. Им свойственен целенаправленный анализ ситуации и планирование собственных действий. Вместе с тем, несмотря на то, что для них характерны контроль ситуации и самообладание, они могут испытывать чувство вины в кризисной ситуации и даже критику по отношению к себе. Также данная выборка отличается привлечением внешних социальных ресурсов для решения собственных проблемы, вероятно, в силу их возрастной категории.

Результаты применения методов математической статистики: в ходе регрессионного анализа на показатель уровня удовлетворенности браком, можно говорить о прямой зависимости показателей удовлетворенности браком и показателей коммуникативной ситуации №3 «Реагирование на обращение партнера с просьбой» и блока умения №1 «Умение оказывать и принимать знаки внимания от партнера». А также об обратной зависимости удовлетворенности браком и блока умения №5 «Умение обратиться к партнеру с просьбой» и копинга №3 «Самоконтроль».

После проведения двух отдельных регрессионных анализов на показатель уровня удовлетворенности у мужчин и женщин была выявлена взаимосвязь между уровнем удовлетворенности браком и коммуникативной ситуации №3 «Реагирование на обращение партнера с просьбой» (R -квадрат=1,9%, t -статистика=1,92, p -Значение=0,075), блоком умений №1 «Умение оказывать и принимать знаки внимания от партнера» (R -квадрат=17,6%, t -статистика=2, p -Значение=0,065) и блоком умений №5 «Умение обратиться к партнеру с просьбой» (R -квадрат= 4%, t -статистика= -2,38, p -Значение=0,03) в выборке женщин. Взаимосвязь между уровнем удовлетворенности браком копингом №3 «Самоконтроль» у женщин не была обнаружена. Также выявлена взаимосвязь между уровнем удовлетворенности браком и копингом №3 «Самоконтроль» (R -квадрат =13,7%; t -статистика=1,8, p -Значение=0,07) в выборке мужчин. Взаимосвязь между уровнем удовлетворенности браком и коммуникативной ситуации №3 «Реагирование

на обращение партнера с просьбой», блоком умений №1 «Умение оказывать и принимать знаки внимания от партнера», блоком умений №5 «Умение обратиться к партнеру с просьбой» у мужчин не была обнаружена.

Различия сравниваемых величин у женщин и мужчин статистически не значимы. (Анализ t-критерия Стьюдента).

Анализируя полученные данные методов математической статистики и отталкиваясь от литературных источников по данной теме, можно предположить, что коммуникативная сторона отношений обладает большим потенциалом значимости в супружеских отношениях у женщин, а наличие или отсутствие коммуникационной проблемы между супругами у женщин в большей степени влияет на уровень удовлетворенности браком. Мужчины же в коммуникативном плане более рациональны и обычно более сдержано выражают в разговоре позитивные или негативные переживания и эмоции, для них коммуникативная сторона отношений является не более чем обменом информацией. Им необходимо контролировать себя в отношениях и самостоятельно обдумывать возможные варианты решения проблем. Отталкиваясь от этих фактов, можно в очередной раз подчеркнуть влияние выявленной у мужчин копинг-стратегии «Самоконтроль». Стратегия самоконтроля предполагает попытки преодоления негативных переживаний в связи с проблемой за счет целенаправленного подавления и минимизации их влияния на оценку ситуации, высокий контроль поведения.

Заключение

Исследование основных социально-психологических составляющих семьи, устойчивости и стабильности брачных отношений, а также удовлетворенности семейной жизнью обладают высокой социальной и научной актуальностью и являются наиболее важными задачами психологии семьи.

Предложенная нами гипотеза частично подтвердилась. Нам удалось сформировать представление о специфике внутрисемейного коммуникативного взаимодействия молодых людей, способов совладания с трудностями, характерных для них в первые годы супружеской жизни, а также определить оценку уровня удовлетворенности их брачными отношениями. Кроме того, в рамках исследования, было рассмотрены особенности межличностных адаптационных стратегий как у женщин, так и мужчин, а также разница представлений молодых супругов о качестве их брака.

В целом выполненная нами работа свидетельствует о том, что установление коммуникативной стороны отношений между супругами оказывает существенное влияние на стабильность и устойчивость семейной жизни и вместе с тем является более значимой задачей именно для женщин. Предиктором удовлетворенности браком, характерным исключительно для мужчин, был выявлен самоконтроль в отношениях. Можно сказать, что для мужчин наиболее важным является факт самообладания в браке, сдерживания эмоций и за счет этого преобладания рационального подхода к проблемным ситуациям. Вероятно, это свидетельствует о наличии разных приоритетных задач у мужчин и женщин, поставленных в рамках межличностного внутрисемейного взаимодействия. Это определяет практическую ценность нашей работы, поскольку говорит о необходимости учитывать психологические различия супругов, связанные с разным видением актуальных межличностных внутрисемейных задач и их решений, в психологической практике консультирования семейных пар. Полученные нами результаты требуют проверки на большей выборке и анализа личностных механизмов мужчин и женщин, способствующих выбору именно таких стратегий.