

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.  
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра общей и консультативной психологии  
наименование кафедры

**Самоактуализация как фактор построения семейных отношений**  
наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
МАГИСТРА

студента (ки) 3 курса 394 группы

направления  
(специальности) 37.04.01 «Психология»  
код и наименование направления (специальности)

факультета психологии  
наименование факультета, института, колледжа

Копаневой Инны Евгеньевны  
фамилия, имя, отчество

Научный руководитель  
(руководитель)  
Зав. кафедрой, д. психол. н.,  
доцент  
\_\_\_\_\_

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

С.В. Фролова  
инициалы, фамилия

Зав. кафедрой  
Д. психол. н., доцент  
\_\_\_\_\_

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

С.В. Фролова  
инициалы, фамилия

Саратов 2024

**Введение.** Сохранение и укрепление традиционных духовно-нравственных ценностей – это одна из приоритетных задач внутренней политики Российской Федерации. К их числу относятся семейные ценности и отношения, которые в связи с глобальными экономическими, культурными и политическими изменениями в современном мире, находятся под угрозой обесценивания и искажения у молодежи, являющейся важнейшим демографическим ресурсом государства.

Так, среди лиц юношеского и молодежного возраста, как во всем мире, так и в нашей стране, становятся распространенными следующие деструктивные тенденции:

- движение чайлдфри (лиц, сознательно нежелающих иметь детей),
- нежелание партнеров официально регистрировать брак при совместном проживании (сожительство, «гражданский» брак),
- полиамория (форма согласованной партнерами немоногамии, например, «открытый брак») и промискуитет (беспорядочные половые связи, например, в рамках субкультуры свингеров),
- предпочтение построения карьеры семейным отношениям и др.

Перечисленные тревожные сигналы диктуют необходимость изучения факторов построения устойчивых семейных отношений, характеризующихся взаимной любовью и уважением супругов, их личностным ростом в духовной, эмоциональной и коммуникативной сферах, психологической готовностью к рождению ребенка или детей, а также удовлетворенностью партнеров браком.

На наш взгляд, ведущим фактором построения психологически благополучных семейных отношений является самоактуализация личности, под которой А. Маслоу понимает «силы личности, [которые] интенсивно и эффективно объединяются, и она становится более интегрированной и менее раздробленной, более открытой опыту, индивидуалистичной, спонтанной и экспрессивной, полноценно функционирующей, более творческой, с лучшим

чувством юмора, в большей степени эго-трансцендентной, более независимой от низших потребностей».

Стоит отметить, что наиболее активно феномен самоактуализации изучается в сфере профессиональной деятельности, в то же время отечественные ученые отмечают, что за последние годы опубликовано крайне мало работ, посвященных исследованию роли самоактуализации в построении семейных отношений. Стремление обоих супругов к самоактуализации может обеспечивать построение функциональных семейных отношений, включающих самораскрытие и познание личности партнера, совместное с семьей времяпрепровождение и интересы, помощь друг другу в решении внутриличностных и межличностных проблем, творческий подход к выполнению родительских обязанностей, благоустройству быта и т.д.

Таким образом, изучение самоактуализации как фактора построения семейных отношений может способствовать разработке программ психологической профилактики, ориентированных на фасилитацию самоактуализационного потенциала супружеских пар в целях гармонизации их отношений, что отражает актуальность данного исследования.

Объект исследования: феномен самоактуализации личности.

Предмет исследования: самоактуализация как фактор построения семейных отношений.

Цель исследования: выявление связи показателей самоактуализации с характеристиками семейных отношений.

Для достижения цели исследования были поставлены следующие задачи:

1. Изучить теоретические представления о феномене самоактуализации личности;
2. Рассмотреть отечественные и зарубежные модели семейных отношений;

3. Проанализировать проявления самоактуализации личности в семейных отношениях;

4. Провести психодиагностическое тестирование испытуемых по выбранным методикам исследования;

5. Проверить наличие или отсутствие связи показателей самоактуализации и характеристик семейных отношений у лиц с разным брачным статусом;

6. Выявить личностные типы проявления самоактуализации в семейных отношениях у лиц с разным брачным статусом;

7. Сформулировать психологические рекомендации по фасилитации самоактуализационного потенциала супружеских пар.

Основная гипотеза исследования: существует связь показателей самоактуализации с характеристиками семейных отношений у лиц с разным брачным статусом.

Дополнительная гипотеза исследования: к личностным типам проявления самоактуализации в семейных отношениях можно отнести «ценностный тип проявления самоактуализации в семейных отношениях», «синергетический тип проявления самоактуализации в семейных отношениях», «спонтанный тип проявления самоактуализации в семейных отношениях».

Частные гипотезы исследования:

1. Существуют значимые связи таких показателей самоактуализации как «ценностные ориентации», «самоуважение», «самопринятие», «креативность» с такими характеристиками семейных отношений как «ориентация на долг», «ориентация на совместную деятельность», «уровень семейной сплоченности», «родительские обязанности (притязания)», «эмоциональная связь», «принятие решений» у лиц, состоящих в зарегистрированном браке;

2. Существуют значимые связи таких показателей самоактуализации как «гибкость поведения», «спонтанность», «самопринятие», «самоуважение»,

«синергия» с такими характеристиками семейных отношений как «взаимная адаптация», «внешняя социальная активность (ожидания)», «значимость друзей», «значимость сексуальных отношений» у лиц, проживающих с партнером совместно (без официальной регистрации брака);

3. Существуют значимые связи таких показателей самоактуализации как «гибкость поведения», «сензитивность к себе», «спонтанность», «синергия», «принятие агрессии», «познавательные потребности» с такими характеристиками семейных отношений как «лидерство», «ориентация на романтическую любовь», «уровень семейной адаптации», «значимость внешнего облика (ожидания)» у лиц, состоящих в длительных отношениях (без совместного проживания и официальной регистрации брака).

Методы исследования: психологическое тестирование и методы математической обработки статистических данных. Психологическое тестирование включает применение следующих методик:

1. «Шкала взаимной адаптации в паре» Г. Спаниера в адаптации Ю.М. Поляковой, М.Г. Сороковой, Н.Г. Гаранян;
2. Методика «Ролевые ожидания партнеров» А.Н. Волковой;
3. Методика «Измерение установок в супружеской паре» Ю.Е. Алешиной, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовской;
4. «Шкала семейной адаптации и сплоченности» (FACES-3) Д. Олсона, Дж. Портнера и др. в адаптации Э.Г. Эйдемиллера, М.Ю. Городновой;
5. «Самоактуализационный тест» Э. Шострома в адаптации Л.Я. Гозман, М.В. Кроз.

К методам математической обработки статистических данных относятся коэффициент линейной корреляции Пирсона, эксплораторный факторный анализ в лицензированной статистической программе JASP, v. 0.19.1.

Теоретико-методологическую основу исследования составили работы таких исследователей как А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт, Л.Я. Гозман, О.В. Гребенникова, В.Л. Богданова, М.О. Вахрушина, Ж.Г. Гаранина, А.И.

Лашина, Т.П. Опекина, Н.С. Шипова, Ф. Баумгартнер, М. Чиксентмихайи, Д.А. Клейбер, Э. Хоффман, С. Кауфман и др. (труды, посвященные осмыслению феномена самоактуализации); Ю.Е. Алешина, Т.В. Андреева, М.А. Белугина, Д. Валлерстайн, А.Я. Варга, Е.А. Гаврилова, Л.В. Абдалина, В.Н. Дружинин, О.А. Карабанова, С.В. Ковалев, Е. Навайтис, Н.И. Олифирович, Г. Эйдемиллер, Дж. Тобурн, Б. Стронг, Р. Парк, Т. Парсонс, Р. Лейкмен и др. (работы, анализирующие психологические особенности семейных и супружеских отношений); Е.А. Александрова, Е.П. Кириллова, А.О. Беличева, К. Бриш, А.В. Гришина, А.Н. Прудник, Е.А. Данилова, А.С. Дубель, В.А. Седых, С.В. Мерзлякова, А.Х. Мухтарова, К. Конели, А. Хуссейн, Л. Пероса, Д. Ровен и др. (исследования, рассматривающие особенности проявления самоактуализации в контексте построения семейных отношений).

Эмпирическая база исследования. Исследование было проведено в онлайн-формате. Выборку исследования составили 114 испытуемых, из которых 81 человек женского пола, 33 человека мужского пола. Возраст испытуемых варьирует от 19 до 36 лет ( $M = 26,12$ ;  $SD = 5,16$ ). Важным критерием отбора испытуемых в состав выборки являлось их определение своих отношений с партнером как семейных (вне зависимости от официального брачного статуса).

По брачному статусу выборку можно дифференцировать следующим образом: 45 испытуемых состоят в официально зарегистрированном браке, 35 испытуемых проживают с партнером совместно (без официальной регистрации брака), 34 испытуемых имеют длительные отношения (встречаются с партнёром без совместного проживания и официальной регистрации брака). Длительность отношений с текущим партнером у испытуемых находится в диапазоне от 1 года до 12 лет ( $M = 4,52$ ;  $SD = 3,28$ ).

Научная новизна и теоретическая значимость исследования состоят в обнаружении системы связей показателей самоактуализации с характеристиками семейных отношений, установлении вклада показателей

самоактуализации в выраженность характеристик семейных отношений, а также в выявлении личностных типов проявления самоактуализации в семейных отношениях.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования полученных результатов в психологическом консультировании семейных пар в целях повышения их удовлетворенности браком, сплоченности и семейной адаптации за счет развития у супругов компонентов самоактуализационного потенциала как личностного ресурса построения устойчивых и функциональных семейных отношений.

Опыт апробации результатов исследования. Результаты пилотажного исследования, проведенного в рамках работы над выпускной квалификационной работой магистра, были апробированы в процессе участия в LXXXVI международной научно-практической конференции «Современная психология и педагогика: проблемы и решения» (16 сентября 2024 г.).

По итогам работы конференции была опубликована научная статья:

– Копанева И.Е., Фролова С.В. Роль самоактуализации в построении семейных отношений // Современная психология и педагогика: проблемы и решения: сб. ст. по матер. LXXXVI междунар. науч.-практ. конф. № 9(83). – Новосибирск: СибАК, 2024. – С. 79-83 (дата обращения: 30.09.2024).

Структура работы. Выпускная квалификационная работа магистра состоит из введения, теоретической и эмпирической глав, психологических рекомендаций, заключения, списка литературы и приложения.

**Основная часть.** В соответствии с поставленными теоретическими задачами исследования нами были рассмотрены отечественные и зарубежные работы, посвященные изучению феномена самоактуализации, психологических особенностей семейных и супружеских отношений, а также проявления самоактуализационного потенциала личности в сфере супружеских отношений.

По результатам проведенного теоретического анализа можно сформулировать следующие выводы:

– Самоактуализация представляет собой стремление личности к самосовершенствованию и реализации своего потенциала. Данный процесс является непрерывным и ориентированным не только на удовлетворение индивидуальных потребностей и желаний субъекта, но и на других людей, поскольку для самоактуализированной личности важно быть интегрированной в социум и развивать свой потенциал, в том числе, для помощи Другим.

– В настоящее время теория самоактуализации активно расширяется за счет проведения различного рода эмпирических исследований. В частности, разрабатывается концепция соактуализации в интимно-личностных отношениях как расширение теории самоактуализации. Соактуализация – это личностный рост индивидов в значимых отношениях, который протекает в сочетании с развитием интимно-личностных отношений, в свою очередь, способствующих саморазвитию партнеров. Формирование соактуализации возможно в различных социальных контекстах, например, в супружеских отношениях.

– Супружеские отношения представляют собой личностное взаимодействие мужа и жены, регулируемое моральными принципами и поддерживаемое присущими ему ценностями. Удовлетворенность супружескими отношениями как их позитивное субъективное оценивание имеет решающее значение для физического и психологического здоровья индивидов. Исследования супружеских отношений указывают на множество факторов, которые способствуют росту удовлетворенности ими: чувство любви, доверия, уважения, приверженности к партнеру, способность и мотивация к оказанию ему эмоциональной поддержки и т.д.

– Наблюдается недостаточность русско- и англоязычных трудов, посвященных изучению феномена самоактуализации личности в контексте семейных отношений. Имеющиеся данные в этой области относительно роли

самоактуализации в удовлетворенности супругов отношениями носят противоречивый и разрозненный характер: так, результаты одних работ свидетельствуют о положительном вкладе схождения супругов в выраженности параметров самоактуализации в их удовлетворенность браком, другие же работы фиксируют противоположную тенденцию, указывая на значение разнообразия личностных характеристик в формировании устойчивых супружеских отношений.

На основании результатов проведенного нами эмпирического исследования можем сформулировать следующие выводы:

– Основная гипотеза исследования полностью подтвердилась: существует связь показателей самоактуализации с характеристиками семейных отношений у лиц с разным брачным статусом.

Так, была обнаружена развернутая система прямых и обратных связей показателей самоактуализации с характеристиками семейных отношений у лиц с разным брачным статусом: 31 связь – у лиц, состоящих в зарегистрированном браке; 36 связей – у лиц, проживающих совместно с партнером без регистрации брака; 23 связи – у лиц, имеющих длительные отношения с партнером без совместного проживания и регистрации брака.

– Дополнительная гипотеза исследования полностью подтвердилась: к личностным типам проявления самоактуализации в семейных отношениях можно отнести «ценностный тип проявления самоактуализации в семейных отношениях», «синергетический тип проявления самоактуализации в семейных отношениях», «спонтанный тип проявления самоактуализации в семейных отношениях».

Лица, относящиеся к ценностному типу проявления самоактуализации, рассматривают семью как ведущую ценность, организующую их жизненный уклад. Высокая значимость семейных ценностей для этой группы лиц может опосредовать сплоченность их супружеской семьи и удовлетворенность от характера ее развития.

Представители синергетического типа проявления самоактуализации имеют холистическое мировосприятие, которое позволяет им выстраивать гибкую систему эмоциональных связей с другими людьми.

Ключевой особенностью лиц, относящихся к спонтанному типу проявления самоактуализации, является их способность к осознанию своих чувств и непосредственному их проявлению в поведении, которая связана с их активностью в установлении и поддержании социальных связей (с партнером, другими членами семьи, друзьями, коллегами и т.д.), отличающихся глубиной и эмоциональной насыщенностью.

– Частная гипотеза №1 полностью подтвердилась: существуют значимые связи таких показателей самоактуализации как «ценностные ориентации», «самоуважение», «самопринятие», «креативность» с такими характеристиками семейных отношений как «ориентация на долг», «ориентация на совместную деятельность», «уровень семейной сплоченности», «родительские обязанности (притязания)», «эмоциональная связь», «принятие решений» у лиц, состоящих в зарегистрированном браке.

Наиболее развернутую систему связей с характеристиками семейных отношений у лиц, состоящих в официальном браке, имеет такой параметр самоактуализации как «самопринятие». Данная группа испытуемых имеет устойчивую идентификацию со своей семейной системой, принимает свои потребности (повышенную потребность в эмоциональной поддержке со стороны партнера), психологические особенности и ограничения (негативное отношение к разводу, затруднения в установлении эмоционально близких отношений с партнером и при необходимости самостоятельно принимать значимые решения) в супружеских отношениях.

– Частная гипотеза №2 полностью подтвердилась: существуют значимые связи таких показателей самоактуализации как «гибкость поведения», «спонтанность», «самопринятие», «самоуважение», «синергия» с такими характеристиками семейных отношений как «взаимная адаптация», «внешняя социальная активность (ожидания)», «значимость друзей»,

«значимость сексуальных отношений» у лиц, проживающих с партнером совместно (без официальной регистрации брака).

У группы лиц, проживающих совместно с партнером без регистрации брака, на первый план выходит система связей самоуважения как компонента самоактуализации с характеристиками семейных отношений. Для них характерны удовлетворенность отношениями с партнером и адаптированность к совместному проживанию, невзирая на заниженные ролевые ожидания и притязания в отношении хозяйственно-бытовых функций семьи, что может быть связано с типом оформления их отношений с партнером (совместное проживание без регистрации брака). В то же время для данной группы свойственно позитивное отношение к Другим, которое может опосредовать способность испытуемых к установлению дружеских отношений с другими людьми и принятие ролевой модели поведения в отношениях с партнером.

– Частная гипотеза №3 также полностью подтвердилась: существуют значимые связи таких показателей самоактуализации как «гибкость поведения», «сензитивность к себе», «спонтанность», «синергия», «принятие агрессии», «познавательные потребности» с такими характеристиками семейных отношений как «лидерство», «ориентация на романтическую любовь», «уровень семейной адаптации», «значимость внешнего облика (ожидания)» у лиц, состоящих в длительных отношениях (без совместного проживания и официальной регистрации брака).

Для испытуемых, имеющих длительные отношения с партнером без совместного проживания и регистрации брака, характерна широкая система связей спонтанности как компонента самоактуализации с характеристиками семейных отношений. К их ресурсным личностным особенностям можно отнести способность к переживанию романтической любви (эмоционального влечения к Другому), принятию на себя лидерских функций в системе партнерских отношений и адаптации к их психологической, бытовой и иной специфике. Уязвимыми аспектами их личности являются заниженные

ролевые притязания к партнеру в сфере выполнения хозяйственно-бытовых и эмоционально-психотерапевтических функций, что может быть обусловлено «гостевым» форматом отношений испытуемых с партнером (отношения без совместного проживания и официально регистрации брака).

– Дополнительно нами были сформулированы психологические рекомендации, направленные на фасилитацию самоактуализационного потенциала супружеских пар. Психологические рекомендации направлены на усиление стремления супружеской пары к саморазвитию компонентов самоактуализационного потенциала и личностных особенностей, связанных с самоактуализацией, которые включают: готовность к переживанию сложных эмоций, навыки самодистанцирования и осознанности, способность к определению своих ценностей и выработке поведенческих моделей, основанных на них.

**Заключение.** Проведенное нами исследование было направлено на выявление связи показателей самоактуализации с характеристиками семейных отношений. Поставленные нами теоретические и эмпирические задачи были решены в полном объеме, благодаря чему достигнута цель исследования.

По результатам теоретико-методологического анализа психологических работ отечественных и зарубежных исследователей нами были критически проанализированы классические и современные представления о феномене самоактуализации личности, рассмотрены отечественные и зарубежные модели семейных и супружеских отношений, а также проведен обзор теоретических и эмпирических русско- и англоязычных исследований проявлений самоактуализации субъекта в контексте семейных отношений.

По результатам эмпирического исследования выдвинутые нами основная, дополнительная и частные гипотезы были подтверждены в полном объеме на базе 114 испытуемых. Так, нами были содержательно проинтерпретированные выявленные системы связей компонентов

самоактуализации личности с характеристиками семейных отношений у лиц с разным брачным статусом, определены и описаны личностные типы проявления самоактуализации в семейных отношениях.

Теоретические и эмпирические результаты исследования также позволили сформулировать психологические рекомендации по фасилитации самоактуализационного потенциала супружеских пар.

К ограничениям проведенного исследования можно отнести малый объем выборки, не позволяющий распространить полученные на генеральную совокупность, неравномерное соотношение в выборке лиц мужского и женского полов, а также испытуемых, имеющих различный брачный статус.

Перспективами данного исследования могут являться эмпирическая проверка теории самоактуализации на базе российских супружеских пар, более четкая теоретическая концептуализация данного феномена, а также возможность разработки программ психологической профилактики, ориентированных на фасилитацию самоактуализационного потенциала лиц, состоящих в отношениях с различным брачным статусом, в целях гармонизации их отношений.