

ИЗУЧЕНИЕ ФАКТОРОВ, ОБУСЛАВЛИВАЮЩИХ УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ БРАЧНЫМИ ОТНОШЕНИЯМИ

Людмила АНЦИБОР

Ключевые слова: Семейная жизнь, семейная этика, чувство самоуважения, жизненные потребности, потребности другого, чувство одиночества, удовлетворенность браком.

Abstract

Conform datelor cercetărilor efectuate de noi, nivelul de satisfacție de la relațiile intrafamiliale depinde de poziția vitală a partenerilor. Machiavellismul personalității are o influență negativă asupra calității relațiilor familiale. Alți factori care influențează relațiile sunt calitățile empatice ale personalității, precum și capacitatea partenerilor de a face față situațiilor de viață dificile.

Summary

According to the research promoted, the level of satisfaction by intra-familial relations depends of the position of vital partners. Machiavellismul personality has a negative influence on the quality of family relationships. Other factors that influence relationships are empathetic qualities of personality and ability of partners to cope with difficult life.

Одной из важнейших общественных ценностей, безусловно, считается семья. Удовлетворенность браком является основным параметром, характеризующим супружеские отношения. «Удовлетворенность, – пишет М. Аргайт, – это в известной мере спокойная рефлексивная оценка прошлого и настоящего положения дел» [1].

Значимое место в семейной жизни занимают удовлетворение эмоционально-психологических потребностей, которые включают в себя потребность любить и быть любимым, потребность в осознании значимости и ценности своей личности, потребность в понимании и в психологической поддержке, а также потребность в интимно-доверительном общении. Анализ человеческих взаимоотношений показывает, что в структуре личности самым бо-

лезненным и уязвимым является чувство самоуважения. Можно утверждать, что устойчивость брака и удовлетворенность семейной жизнью зависят от того, как супруги относятся друг к другу, как поддерживаются и сохраняется чувство собственного достоинства на достаточно высоком уровне. Брак стабилен лишь в том случае, когда супружеское общение несет в себе положительный эмоциональный заряд, когда ни один из супругов не испытывает чувства отчуждения и психического одиночества [8]. Однако увидеть и понять внутренний мир другого человека «нельзя, делая его объектом безучастного и нейтрального анализа, – пишет М. М. Бахтин, – нельзя овладеть им и путем слияния с ним, вчувствования в него. Нет, к нему можно подойти и его можно раскрыть – точнее, заставить

его самого раскрыться – лишь путем общения с ним, диалогически»[2].

Вступая в семейные отношения, партнерам необходимо перестраиваться, изменять привычный образ жизни, учитывая потребности другого человека (партнера). Отсутствие осмысленности всей сложности семейных отношений, несформированность ответственного отношения к данному феномену приводит индивида к столкновению с многочисленными проблемами в семейном взаимодействии и к ослаблению устойчивости брака.

По мнению В. В. Бойко, устойчивость брака – имеет объективную и субъективную составляющие. Объективная сторона прочности брака зависит от вероятности развода. Субъективная сторона характеристики брака – включает в себя *удовлетворенность супружескими отношениями*, установку супругов на сохранение семьи. Показателями субъективной стороны устойчивости брака может служить оценка его прочности, которую дают сами партнеры [4; с.24].

В своем исследовании Валлерстайн предложил следующее определение «счастливого брака»: оба супруга разделяли точку зрения, что ими была найдена или достигнута «золотая середина» или особый «универсальный баланс» в индивидуальных потребностях, желаниях и ожиданиях, баланс, который они считают уникальным и, вероятно, незаменимым [5]. Это ощущение золотой середины, достигаемое совместными усилиями, творчески создается и развивается бесконечное количество раз самой супружеской парой в процессе подвижного, постоянно изменяющегося взаимодействия внутри семьи.

Баланс зиждется на реальностях настоящего и прошлого как внутри семьи, так и в социальной среде окружающей её. Он также создается за счет способности к эмоциональному созреванию, росту уровня сознания личности, а также способности все глубже понимать своего партнера и умение проявлять сочувствие к партнеру. В целом, удовлетворенность этими отношениями зависит от того, в какой мере супруги испытывают чувства радости и удовольствия от совместной жизни, которая во многом зависит от того, как люди справляются с трудными жизненными ситуациями, какой стиль взаимоотношений является в данной семье доминирующим.

В психологической литературе «*трудная жизненная ситуация*» определяется как ситуация, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворить свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов деятельности, выработанных в предыдущие периоды жизни» [8].

Совладание с жизненными трудностями есть, как отмечает Р. Лазарус, постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия индивида с целью управления специфическими внешними и (или) внутренними требованиями, которые оцениваются им как подвергающиеся его испытанию или превышающие его ресурсы» [10]. Задача с негативными жизненными обстоятельствами состоит в том, чтобы либо преодолеть трудности, либо уменьшить их отрицательные последствия, либо избежать этих трудностей, вытерпеть их.

Совладающее поведение опреде-

ляется как целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, – через осознанные стратегии действий [6]. Это сознательное поведение направлено на активное изменение, преобразование поддающейся контролю ситуации, или же приспособление, если ситуация не поддается контролю. При таком понимании совладающее поведение важно для социальной адаптации здоровых людей. Стили и стратегии совладания рассматриваются как отдельные элементы сознательного социального поведения, с помощью которых человек справляется с жизненными трудностями. Изменение поведения предполагает: оценку значимости изменений (когнитивная составляющая); оценку собственного отношения к изменениям и его последствиям (эмоциональная); и формирование определенного типа поведения.

Отсутствие или минимализация удовлетворенности в какой либо из потребностей, которые важны для супругов, создавших семью, ведет к отрицательным последствиям и может быть определена как трудная жизненная ситуация. Как показали исследования, наиболее конфликтогенным и влияющим на удовлетворенность супружескими отношениями являются систематические нарушения семейной этики в общении между супругами [7; с.47].

Игнорирование этических норм в семейном взаимодействии, по сути, нарушение прав и свобод супруга, есть восприятие партнера как «объекта» с которым, для достижения удовлетворения своих потребностей, необходи-

мо что-нибудь делать. Обращения с супругом как с объектом в открытой форме приводит к прогнозируемо нежелательным последствиям, например, сопротивление, конфликт и распад семьи, поэтому выбирается другая стратегия – скрытое воздействие. Этот способ воздействия, называемый манипуляцией, закрепляется в поведении супруга-манипулятора и со временем переходит в черту личности, называемую макиавеллизмом.

Макиавеллизм как психологическая черта личности проявляется в жизни человека как триада факторов: циничное отношение к другим людям как к средству, инструменту, с помощью которого достигается нужный результат; игнорирование морали, социальных норм мешающих достижению цели; и использование манипулятивных техник в процессе взаимодействия с другими людьми, с целью достижения личной выгоды для себя. Макиавеллист отвергает нравственные категории сострадание, милосердие, которые столь необходимы в семейной жизни, он не верит в самостоятельность и альтруизм других людей, считает их слабовольными и зависимыми. Поэтому наличие, хоть бы у одного из супругов макиавеллистских установок, несовместимы с чувством удовлетворения семейными отношениями у другого партнера.

Готтманом и др. был проведен целый ряд исследований брака, включая психологические и психофизиологические исследования многих сотен супружеских пар. Основной тезис этих работ можно сформулировать следующим образом: ключевым фактором, влияющим на стабильность брака, является баланс между позитивным

и негативным стилями в решении семейных конфликтов. Исследователи отмечают, что некоторые стили решения конфликтов («подтверждающий», «легко меняющийся» и «избегающий конфликтных ситуаций») коррелируют со стабильными браками, в то время как «активно враждебный» и «отчужденно неприязненный» разрушают стабильность и приводят к разводу. Они так же выявили, что на стабильность брака или его разрушение влияют различные стили выражения и разрешения конфликта, связанные с гендерными различиями [5]. Во-первых, на поведение участников конфликта оказывают влияние гендерные стереотипы, на основе которых строятся представления участников конфликта друг о друге, и в ожидании соответствующего поведения; во-вторых, некоторые свойства личности и гендерные различия социального поведения.

Обычно мужчинам приписывается большая агрессивность, асертивность, конкурентность, доминантность, а женщинам – большая эмоциональность и меньшая агрессия, кооперативное поведение, подчиненность. Однако строгие научные исследования далеко не всегда подтверждают существующие стереотипы. Например, если мужчины превосходят женщин по проявлению прямой физической агрессии, то женщины – по скрытой вербальной агрессии. Вряд ли эти данные можно интерпретировать как большую агрессивность, провоцирующую конфликты у какого-то одного пола: скрытая агрессия может быть в такой же степени конфликтогенной, как и явная.

Также в исследованиях было установлено превосходство мужчин над

женщинами по доминантности и асертивности, девочки и женщины, тем не менее, не являются более «подчиненным» полом, проявляя контрдоминантность [3]. Такое сочетание личностных черт у мужчин и женщин может вести к межполовым конфликтам, которые отрицательно сказываются на качестве брака и проявления чувства удовлетворенности брачными отношениями.

Мальчики и девочки прибегают к разным манипулятивным стратегиям (макиавеллизм): первые используют прямое принуждение по отношению к другим детям, а последние действуют более тонко. Взрослые мужчины – большие макиавеллисты, чем женщины [3]. Эти половые различия также могут вызывать конфликты между тем, кто манипулирует, и тем, на кого направлено манипулятивное влияние.

Таким образом, можно предположить, что макиавеллизм личности, как установка на манипулирование, низкий уровень развития эмпатических способностей и отсутствие умения совладать с трудными жизненными ситуациями, являются помехой на пути к установлению гармонических отношений между супругами.

Целью данного исследования стало изучение внутриличностных особенностей и межличностных факторов взаимодействия, оказывающие влияние на субъективное чувство удовлетворенности супружескими отношениями.

В исследовании принимали участие супружеские пары с брачным стажем от **3 до 7 лет**, в возрасте от **24 до 36 лет**. Всего в эксперименте приняло участие **120 человека** (60 пар). Для исследования были использованы: опросник удовлетворенности браком Столина,

шкала МАК-4 (Р. Кристи и Ф. Гейса, в апробации Знакова), опросник способов совладания (адаптация методики WCQ), методика Панкратова «Способны ли Вы решать свои проблемы?», опросник А. Меграбяна, диагностирующего «субъективный» и «объективный» показатели уровня развития эмпатии.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что существует обратная зависимость ($r=-0.75$; $p=0,01$) между макиавеллизмом личности (Мак-шкала-4) и уровнем удовлетворенности супружескими отношениями (опросник удовлетворенности браком), чем больше в структуре характера личности проявляется такая черта личности, как макиавеллизм, тем в меньшей степени партнеры удовлетворены качеством семейной жизни.

Тестирование совладания с трудными жизненными ситуациями (опросник способов совладания) показало, что макиавеллисты отдают предпочтение конфронтационному копингу ($r=0,307$), т.е. в сложной жизненной ситуации они чаще, чем немакиавеллисты принимают агрессивные усилия по изменению ситуации, выражают определенную степень враждебности по отношению к партнеру и готовы рисковать. Исследование также показало, что чем выше Мак-фактор, тем в меньшей степени личность признает свою роль в появлении проблемы, с сопутствующей ей попыткой решения этой проблемы, т.е. тем реже она использует стратегию «принятие ответственности» ($r=-0,392$). Результаты тестирования по методике Панкратова показали, что коэффициент корреляции между Мак-фактором и «умением решать свои проблемы» указывает на

слабую обратную связь ($r=-0,204$). Среди макиавеллистов чаще встречаются личности, которые «выплескивают проблемы и неприятности на других». Они в некоторой степени еще не научились владеть собой и им в большей степени необходимо сочувствие, в то время как сами они при вступлении в контакт с другими склонны держаться эмоционально отчужденно. Социальная отстраненность является основной характеристикой подобных людей. Кристи и Гейс называли высокий уровень макиавеллизма «синдромом эмоциональной холодности» [11].

Как показало исследование, макиавеллисты в большей степени владеют, и способны регулировать своими чувствами и действиями ($r=0,203$; $p=0,05$; шкала 3), но при этом они прилагают меньше усилий по созданию положительного значения трудной ситуации, с фокусированием проблемы на росте собственной личности ($r=-0,208$; $p=0,05$; шк.8) и реже обращаются за помощью к другим ($r=-0,078$; шк. 4), а также они избегают ситуации, которые приносят им определенные сложности ($r=0,026$; шк.6).

Результаты тестирования при помощи Опросника А. Меграбяна, свидетельствуют о том, что существуют гендерные различия в «субъективном» и «объективном» показателях эмпатических способностей, которые в свою очередь взаимосвязаны с удовлетворенностью семейно-брачными отношениями. У женщин коэффициент корреляции между удовлетворенностью браком и «субъективным» показателем уровня эмпатии находится на низком уровне значимости ($r_1=0.34$; $p=0,05$) и на высоком уровне с «объективным» показате-

лем ($r_2 = 0.87$; $p = 0,001$) уровня эмпатии (Методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко). Следовательно, чем выше уровень эмпатических способностей, и при этом «объективный» показатель превышает «субъективный», тем удовлетворенность браком возрастает. Однако следует отметить, что у мужчин эти показатели находятся лишь на уровне тенденции: «субъективный» равен $r_1 = 0.13$, а «объективный» лишь $r_2 = 0.06$.

Эти данные могут свидетельствовать о том, что у женщин более выражена потребность быть «понимающими», «внимательными», «сочувствующими» и, преимущественно, не в собственных глазах, а в представлении и принятии супругом. Для женщин значимо, когда их супруг признает в них «чувственную», «понимающую» натуру, в то время как для мужчин данный фактор не влияет на качество семейно-брачных взаимоотношений.

Исследование также показало, что, несмотря на удовлетворенность или неудовлетворенность браком, как мужчинам, так и женщинам свойственно преувеличивать эмпатические способности своих партнеров. Желание сохранить семью искажает реальную картину эмпатических способностей партнера в сторону повышения, они присваивают им то, что желают видеть и, если даже сейчас партнер ими не обладает, то «это» возможно, хотя бы, с точки зрения партнера, в будущем.

Как гласит один из постулатов когнитивной теории личности Д. Келли, — все люди в повседневной жизни действуют как учёные, они ориентированы главным образом на будущее, а не на прошлые и настоящие события их жиз-

ни. Фактически Келли утверждал, что всё поведение человека можно понимать как предупреждение. В попытке предвидеть и проконтролировать будущие события, человек постоянно проверяет своё отношение к действительности. Прогноз делается не ради него самого; он проводится так, чтобы будущую реальность было лучше представить. Именно будущее беспокоит человека в большей степени, чем прошлое. Он всегда стремится к будущему через окно настоящего [12]. В этом случае наблюдается взаимосвязь адекватного реагирования в кризисных ситуациях, когнитивных и эмпатических способностей с перспективой развития в будущем.

Удовлетворённость или неудовлетворённость браком супругов зависит от способностей супругов понимать конструкты друг друга, которые, в свою очередь, являются инструментом, с помощью которого человек постигает явления и понимает других людей. Возможно, удовлетворенность/неудовлетворённость браком является следствием анализа и контроля индивидом событий, которые еще могут произойти. Он представляет себе своё будущее в настоящей семье и становится очевидной разница между реально происходящими событиями и ожидаемыми событиями. Это является толчком для возникновения неудовлетворенности браком.

Другим фактором, который оказывает отрицательное влияние на качество брака, является склонность личности к манипулированию, так как это препятствует возникновению взаимопонимания между партнерами. Макиавеллист не заинтересован в партнере, во взаимоотношениях с другим человеком он

руководствуется установкой – «людям нельзя доверять». Это не может не оказывать отрицательное влияние, как на эмоциональное состояние супругов, так и на выбор стратегии поведения в трудной жизненной ситуации (чаще всего «выплескивание неприятности на других»), что, в конечном итоге, отрицательно сказывается на качестве брака.

Однако следует учитывать тот факт, что манипулирование может быть и неосознанным процессом. В таком случае человек может сам страдать от своего манипулятивного поведения. Поэтому, возможно, в исследовании неудовлетворенность браком высказывают оба партнера, а не только тот, кто является «жертвой» манипуляции, но и сам «манипулятор» испытывает дискомфорт от своего манипулятивного поведения.

Также в исследовании отмечены гендерные различия в способах совладания. У женщин из «благополучной» семьи в основном преобладают такие копинг-стратегии как: «противостояние», «поиск социальной поддержки» и «избегание». То есть, в трудной жизненной ситуации они проявляют неприязнь и гнев к тому, что создало проблему. При этом они прикладывают активные усилия, чтобы изменить ситуацию и стараются найти дополнительную информацию о том, что их волнует. Они также стремятся получить материальную и эмоциональную поддержку и помощь от других. Заранее продумывают свою жизнь, с целью чтобы впредь такой проблемной ситуации больше не возникало.

В отличие от женщин, у мужчин преобладают такие стратегии-совладания как: «самоконтроль» и «плановое решение проблемы». Видимо, стра-

тегия «контроль» над собственными чувствами и «план» действий, которому следует человек при столкновении с трудной ситуацией, в большей степени соответствует гендерным представлениям о «мужском стиле» поведения.

Таким образом, удовлетворенность отношениями в семье зависит, во-первых, от жизненной позиции супругов, от уровня сформированности у каждого из них нормативного поведения и ответственности за соблюдение прав и свобод «своих-других», т.е. супруга (-и). Манипулятивная направленность поведения и высокая степень макиавеллизма личности хотя бы у одного из супругов снижают вероятность достижения взаимопонимания между ними и оказывают негативное влияние на качество брака. Во-вторых, благотворное влияние на качество брака оказывают гендерные различия в соотношении «объективного»/«субъективного» показателей эмпатических способностей личности, а также стилей совладания супругов с трудными жизненными ситуациями.

Совокупность жизненных задач, которые приходится супружеской паре решать на протяжении всей жизни, представляет основные проблемы взаимодействия людей в семье. Высокие резервы сопротивления стрессу, совладания с трудными жизненными ситуациями обусловлены особыми личностными качествами, личными диспозициями, в том числе и направленностью личности каждого из супругов «на себя» или на «партнера». В противном случае, если приспособляемость, которая определяется способностью и умением адекватно реагировать на внешние воздействия, желанием приспособиваться к условиям семейной жизни и способ-

ностью понимать партнера и поддерживать взаимоотношения на субъект/субъектном уровне снижаются – брак становится непродуктивным и подвергается опасности распада. Именно этот основной контекст, включая силу и гибкость семейного союза, сообщая созданного двумя людьми, отличает брак, удовлетворяющий обоих партнеров. Союз этот основан на уважительном отношении к партнеру, основанном, во-первых, на принятии его своеобразия и отличия от себя; во-вторых, на направленности к нему и стремлении понять его, как на рациональном, так и на эмоциональном уровне.

Для сохранения эмоциональных отношений в семье необходимо желание и способность партнеров к согласованным действиям, вести себя надо так, что бы создать атмосферу доверия и непринужденности. Распределение власти супругов во взаимоотношениях исключается: ни тот ни другой из супругов не должны иметь в браке друг над другом абсолютной власти. Скрытое применение власти одного из супругов вразрез с предполагаемой волей другого, отношение к нему как средству приводят к снижению супружеской удовлетворенности. Инициативность каждого супруга в решении семейных проблем, стремление в трудную минуту к эмоциональному единению и способность эмоционально согреть друг друга служат основой для сплочения и взаимопонимания.

Литература:

1. Аргайт, М., *Психология счастья*. М., 1990.
2. Бахтин, М. М., *Эстетика словесного творчества*. М., 1982.
3. Бендас, Т. В., *Гендерная психология: учебное пособие*. – СПб.: Питер, 2009, с. 325-326.
4. Бойко, В. В., *Малодетная семья (социально-психологический аспект)*. - М. «Мысль», 1988.
5. Волкова, А. Н., *Социально-психологические факторы супружеской совместимости*. Дис. канд. психол. наук. – Ленинград, 1979. – 141 с.
6. Крюкова, Т. Л., Куфтяк, Е. В., *Опросник способов совладания (адаптация методики WCO)*// Психологическая диагностика. 2005. №3. С.65-75.
7. Левкович, В. П., Зуськова, О. Э., *Социально психологический подход к изучению супружеских конфликтов*. Психологический журнал - № 3, 1985. С. 42-47.
8. Осухова, Н. Г., *Психологическая помощь в трудных экстремальных ситуациях: Учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Наталья Георгиевна Осухова*. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 288 с.
9. Сысенко, В. А., *Семья сегодня*. [Сб. статей]. М., 1979.
10. Lazarus, R. S., & Folkman, S., (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York, Springer.
11. *Studies in Machiavellinism*. (1970). / Ed. by Christie R., Geis F.L. New York: Academic Press,.
12. Kelly, G., (1970). *A brief introduction to personal construct theory*. In D. Bannister (Ed.). *Perspectives in personal construct theory*. - New York: Academic Press, - p. 1-29.