DOI: 10.17117/na.2016.02.04.170

<http://ucom.ru/doc/na.2016.02.04.170.pdf>

Поступила (Received): 24.02.2016

Ким О.В.

Субъективная картина жизненного пути женщин, удовлетворенных и неудовлетворенных браком

Kim O.V.

The subjective life path picture of women, satisfied and dissatisfied with the marriage

Статья посвящена теоретико-эмпирическому исследованию субъективной картины жизненного пути женщин удовлетворенных и неудовлетворенных браком. В исследовании проведен теоретический анализ проблемы удовлетворенности браком, феномена СКЖП, особенностей супружеских отношений в кризисные периоды. Приведены результаты эмпирического исследования, на основе которого автором предлагаются практические рекомендации

Ключевые слова: субъективная картина жизненного пути, неудовлетворенность браком

The article is devoted to theoretical and empirical study of subjective life path picture of women, satisfied and dissatisfied with the marriage. The study gives theoretical analysis of the problem of satisfaction with the marriage, the phenomenon of subjective picture of life path, the characteristics of the marital relationship in times of crisis. It presents the results of the empirical research on which the author offers practical recommendations

Key words: subjective picture of life path, dissatisfaction with the marriage

Ким Ольга Владимировна

Студент

Нижегородский филиал гуманитарного института

г. Нижний Новгород, Анкудиновское шоссе, 34

Kim Olga Vladimirovna

Student

Nizhny Novgorod branch of humanitarian institute
Nizhny Novgorod, Ankudinovskoe shosse, 34

*Научный руководитель:
к.псих.н. Вараева Н.В.*

В современной психологической науке активно исследуются проблемы жизненного пути личности, среди которых выделяются вопросы смысла жизни, жизненных целей, ответственности за свою жизнь и многие другие (С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова, Б.Г. Ананьев, Е.И. Головаха, А.А. Кроник, Т.Н. Березина, Н.А. Логинова, Л.А. Регуш, Р.А.А хмеров).

Особую актуальность проблема субъективного восприятия жизненного пути приобретает в контексте супружеских отношений, на разных этапах жизнедеятельности семьи, в том числе в период «опустевшего гнезда» (Карабанова О.А., Лидерс А.Г., Навайтис Г., Олифирович Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Ве-

лента Т.Ф., Харчев А.Г., Марковский М.С., Черников А.В., Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М). В период «опустевшего гнезда» супружеские отношения подвергаются серьезным испытаниям. Ставится под вопрос удовлетворенность браком.

Удовлетворенность семейной жизнью – очень широкое понятие, которое включает степень удовлетворения всех потребностей личности [1].

Одним из показателей успешности брака является субъективная удовлетворенность супругов браком, отражающая отношение человека к собственному браку и является индикатором потребностей семейной системы [2].

Следствием неудовлетворенности браком является состояние фрустрации. Характер травмирующего влияния неудовлетворенности в значительной мере зависит от степени осознанности данного состояния. Существует связь между стадией жизненного цикла семьи и степенью субъективной удовлетворенности браком [3].

Семья в процессе своей жизнедеятельности переживает нормативные кризисы. Такой нормативный кризис может переживать семья, выполнившая свою родительскую функцию – «опустевшее гнездо». На первый план вновь выступают супружеские отношения. Протекание данного кризиса может обостряться при наличии нерешенных на предыдущих этапах супружеских проблем. Этот кризис может быть продуктивно пережит, если супруги сумели отпустить детей, сохранив с ними близкие отношения и, вместе с тем, благополучно изменили супружескую подсистему [4].

Субъективная картина жизненного пути (СКЖП) выполняет функцию жизненных установок и является формой «...существования жизненного замысла человека – готовности к восприятию и реализации тех или иных жизненных перемен, создающих линию его жизни» [5]. СКЖП является более поздним «продуктом» самосознания, формирующемся в среднем возрасте с приобретением жизненного опыта и кризисом середины жизни [6].

Мы провели эмпирическое исследование характеристик субъективной картины жизненного пути у женщин 41-52 лет с разной степенью удовлетворенности браком, которые состоят в браке 18 и более лет и проживают совместно с супругом. Взрослые дети живут отдельно от родителей.

В исследовании были использованы следующие методы и методики: методика «Тест на удовлетворенность браком» (Е.Ю. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская); методика «Кто Я?» М. Куна и Т. Мак-Партланда в адаптации Т.В. Румянцевой; методика «Шкала психологического благополучия К. Рифф» в адаптации Н.Н. Лепешинским; методика «Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо» в адаптации А.А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой, О.В. Митиной; статистическая обработка результатов проводилась при помощи коэффициента ранговой корреляции Ч. Спирмена.

У 29,4% испытуемых отмечен высокий уровень неудовлетворенности браком. Неудовлетворенные браком женщины называют свою семью разобщенной, а брак – неудачным. Они мечтают об изменении своего прошлого выбора супруга и часто думают о разводе. Они в большей степени недовольны тем, как их муж выполняет свои домашние обязанности. Они чувствуют себя с супругом

беспокойно и неуютно и не находят удовольствие в совместной деятельности. Можно предположить, что эти женщины не умеют строить отношения со своим супругом и другими людьми, т.к. с недоверием относятся к окружающим людям. Они не уверены в своей точке зрения, часто не имеют своего мнения и поддаются влиянию общества. Они часто обеспокоены тем, что думают о них другие люди, ориентируются на одобрение окружающих. С трудом принимают решения, не умеют ставить жизненные цели и достигать их, часто испытывают разочарование, живут «сегодняшним днем» и не строят планов на будущее. Не принимают себя «такой, какая есть», часто «мечтают» прожить другую жизнь, т.к. не умеют получать удовольствие от проживания своей жизни.

По результатам корреляционного анализа неудовлетворенность браком у женщин связана с такими характеристиками субъективной картины жизненного пути как: идентификация с ролью «жена» ($r = -0,62$), «позитивные отношения» ($r = -0,57$), «личностный рост» ($r = -0,50$), «самопринятие» ($r = -0,56$). С меньшей степенью значимости была выявлена положительная взаимосвязь с автономией ($r = 0,31$).

То есть чем выше неудовлетворенность браком у женщин, тем ниже:

- 1) степень идентификации с ролью «жена», «супруга»;
- 2) уровень позитивных отношений с окружающими;
- 3) направленность на личностный рост, изменения в себе;
- 4) уровень самопринятия себя «такой, какая есть».

И, наоборот, возрастает автономность, которая может ощущаться как самодостаточность, а может переживаться как одиночество. В обоих случаях это ведет к социальной обособленности. Эти женщины уверены в своей точке зрения и не собираются ее менять, даже если родственники или друзья не согласны с ней. Они готовы высказывать свое мнение по спорным вопросам и не поддаются влиянию общества по поводу поведения и размышлений. Они не обеспокоены тем, что думают о них другие люди, не ориентируются на одобрение/неодобрение окружающих, не приспособливаются к ним, а предпочитают быть самими собой. Они принимают решения, не обращая внимания на оценку окружающих.

Все вышесказанное говорит о том, что неудовлетворенные браком женщины нуждаются в доступной психологической помощи и сопровождении. Основная цель такой работы – осознание и переживание кризисной ситуации в супружеских отношениях, осознание своей роли и позиции в жизни и выход на новую модель отношений. Обозначенные задачи можно решать либо в индивидуальном порядке при помощи психолога, либо в группах. В настоящее время существуют различные программы женских тренингов [7] и помощи семьям [8], помогающие решить различные психологические проблемы, в том числе и проблему неудовлетворенности браком.

Мы считаем, что психологическая помощь может быть направлена на решение следующих задач: 1) заключение нового супружеского договора: перераспределение обязанностей и реорганизация свободного времени; 2) ролевая реорганизация семьи; 3) реорганизация детско-родительских отношений; 4) принятие имеющегося опыта жизни (профессиональной и личной).

Список используемых источников:

1. Сысенко В.А. Устойчивость брака. Проблемы, факторы, условия. М.: Мысль, 1981. С. 27.
2. Алешина Ю.Е. Психология семьи. Самара: БАХРАХ-М, 2002. С. 92–110.
3. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. М.: Гардарики, 2005. С. 320.
4. Смирнова Т.Ю. Синдром опустевшего гнезда. Когда вырастают дети... // Журнал для родителей. №6 (44). 2011. URL: <http://www.vinograd.su/family/detail.php?id=44832>
5. Ахмеров А.Р. Субъективная картина жизненного пути в структуре самосознания // Психологические исследования: электронный научный журнал 2011. N 3(17). URL: <http://www.psy.su/feed/4107/>
6. Ахмеров А.Р., Кроник А.А. Каузометрия. Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. М.: Смысл, 2008.
7. Вараева Н.В. Территория женственности: программа женских тренингов. М.: ФЛИНТА, 2015. С. 110.
8. Вараева Н.В., Молькова Е.В. Комплексная программа социальной и психологической реабилитации и сопровождения семьи и ребенка «Семейный круг». М.: ФЛИНТА, 2013. С. 99.

© 2016, Ким О.В.

Субъективная картина жизненного пути женщин,
удовлетворенных и неудовлетворенных браком

© 2016, Kim O.V.

The subjective life path picture of women, satisfied
and dissatisfied with the marriage