Психологическая совместимость в супружеских парах

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Глава 1. Теоретический анализ проблемы психологической совместимости в супружеских парах

1.1 Социально-психологический портрет современной молодой семьи

.2 Основные подходы к исследованию совместимости в отечественной и зарубежной психологии

.3 Особенности психологической совместимости в супружеских парах

Глава 2. Эмпирическое исследование проблемы психологической совместимости в супружеских парах

.1 Организация и методы исследования

.2 Результаты и их обсуждение

.3 Рекомендации по оптимизации отношений в супружеских парах

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

ПРИЛОЖЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В настоящее время общество находится на этапе изменений и переустройств всех сфер жизни. Эти преобразования коснулись семейной системы, в которой центральное место занимают супружеские отношения. Межличностное взаимодействие супругов представляет основу семейного благополучия и психологического комфорта ее членов. Качество брачных отношений во многом обусловлено совместимостью супругов, их социальным и психофизическим соответствием и согласованностью взглядов, установок и привычных форм реагирования.

Впервые проблема психологической совместимости в отечественной психологии была поставлена Б.Ф. Ломовым, указавшим, что фактор психологической совместимости группы наиболее значим для работоспособности групп, составленных из случайных людей [39]. В общетеоретическом плане изучением психологической совместимости занимались: А.А. Бодалев, В. В. Бойко, Л.Я. Гозман, А.Г. Ковалев, Р.Л. Кричевский, А.Н. Обозова, К.К. Платонов и др.

В отечественной психологии проблемы совместимости в супружеских парах рассматривались в связи с исследованием сходства и различия супругов в плане личностных характеристик, а также ролевых и ценностных ориентаций (А.Н. Волкова, Т.В. Галкина, А.К. Дмитренко, Д.В. Ольшанский, А.П. Ощепкова, Б.М. Петухов и др). В данных работах изучались факторы супружеской совместимости и их влияние на стабильность брака. Большой блок работ посвящен проблеме ориентаций супругов в сфере семейных ролей (Е.В. Антонюк, В.В. Матина, Н.Н. Обозов, Н.Ф. Федотова и др.). На необходимость учета в исследованиях изменений, происходящих в семье на разных стадиях ее жизни, указывают работы Ю.Е. Алешина, Т.А. Гурко, Т.М. Мишина и др.

Исследования последних лет продолжают раскрывать особенности психологической совместимости супругов в рамках исследований ценностных ориентаций и представлений о семье и браке у людей, как создавших свою семью, так и готовящихся к этому (Р.Г. Гурова, В.Н. Дружинин, Н.Л. Москвичева, В.С. Торохтий, Э.Г. Эйдемиллер и др.).

В зарубежной психологии проблемами семейных отношений и психологической совместимости в супружеских парах занимались: К. Роджерс, В. Сатир, Ч. Фолкэн, У. Харли и др.

Анализ отечественной и зарубежной психологической литературы позволяет нам сделать вывод о том, что современная картина процессов, происходящих в семье, и влияющих на психологическую совместимость супругов, нуждается в более пристальном рассмотрении. Так понятие совместимости определено недостаточно четко и пересекается с другими понятиями, что приводит к подмене феномена совместимости другими социально-психологическими феноменами, а также малой экспериментальной изученностью данного явления в психологии. Таким образом, представляется актуальным исследование психологической совместимости в супружеских парах.

Цель данной работы состоит в изучении особенностей психологической совместимости в супружеских парах.

Объект исследования: супружеские пары в возрасте от 20 до 32 лет. Всего в исследовании приняло участие 50 пар.

Предмет исследования: психологическая совместимость в супружеских парах.

Гипотеза исследования состоит в предположении о том, что с увеличением психологической совместимости возрастает удовлетворенность супругов браком. При высокой совместимости семейных ценностей супружеская пара больше удовлетворена браком, нежели при низкой совместимости.

Для реализации поставленной цели и проверки выдвинутой гипотезы в исследовании были определены следующие задачи:

. Провести анализ психологической литературы с целью определения понятия совместимости в отечественной и зарубежной психологии, а также изучить особенности психологической совместимости в супружеских парах.

2. Эмпирически выявить особенности психологической совместимости в семье.

. Установить характер влияния психологической совместимости на удовлетворённость браком.

. Разработать рекомендации для оптимизации отношений в молодых семьях.

Методический аппарат исследования:

методы теоретического анализа психологической литературы по проблеме психологической совместимости в супружеских парах;

эмпирические методы: тестирование (опросник межличностных отношений (ОМО) В. Шутца, опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко), опросник «Ролевые ожидания и притязания в браке» (А.Н. Волкова), тест «Самооценка конструктивного взаимодействия в супружеских отношениях», личностный опросник Г. Айзенка (определение типа темперамента);

методы математической обработки результатов: корреляционный анализ, расчёт и анализ процентных отношений, статистическая обработка проводилась с помощью компьютерной программы «Microsoft Excel».

Теоретико-методологической основой исследования является комплексный подход к изучению феномена психологической совместимости в современной отечественной психологии (А.А. Бодалев, Л.Я. Гозман, А.Г. Ковалев, Р.Л. Кричевский, Б.Ф. Ломов, Н.Н. Обозов, В.Н. Панферов, К.К. Платонов).

Всего в исследовании приняло участие 50 супружеских пар в возрасте от 20 до 32 лет. Участники исследования состоят в браке не более 5 лет. 38 пар состоят в зарегистрированном браке, 12 пар проживают совместно в незарегистрированном браке. Для всех участников исследования данный брак является первым. 36 пар имеют одного ребенка, 6 пар имеют двух детей, 8 пар детей не имеют.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования полученных результатов в семейном консультировании, психологической коррекции и иных областях практической психологии. Установленные зависимости позволяют предсказывать возможные проблемы в браке, обеспечивать профилактику несовместимости в первые годы совместной жизни. Выявленные закономерности могут служить основой для исследований межличностной совместимости в других видах диад.

Структура выпускной квалификационной работы отражает логику, содержание и результаты исследования. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка, приложений.

Глава 1 Теоретический анализ проблемы психологической совместимости в супружеских парах

.1 Социально-психологический портрет современной молодой семьи

Семья - важнейший из феноменов, сопровождающий человека в течение всей его жизни. Значимость ее влияния на личность, ее сложность, многогранность и проблемность обуславливают большое количество различных подходов к изучению семьи, а также определений, встречающихся в научной литературе.

Согласно определению Н.Я. Соловьева, «семья - малая социальная группа (ячейка) общества, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, то есть отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами, и другими родственниками, живущими вместе и ведущими общее хозяйство» [6, с. 23].

Среди определений семьи, построенных по категориям семейных отношений, выделяется определение, данное А.Г. Харчевым: семья - это «исторически конкретная система взаимоотношений между супругами, между родителями и детьми, как малой группы, члены которой связаны брачными или родственными отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью и социальная необходимость в которой обусловлена потребностью общества в физическом и духовном воспроизводстве населения» [50, с. 9].

В отечественной и зарубежной научной литературе предлагаются различные типологии и классификации семьи - семьи различаются по следующим основаниям: по количеству детей, по составу, структуре, по типу главенства в семье, по однородности социального состава, по семейному быту и укладу, по типу потребительского отношения и др. В качестве основания для классификации выступает и семейный стаж. Именно в зависимости от возраста супругов и от количества прожитых совместно лет принято выделять молодую семью, а также семью среднего супружеского возраста, семью старшего супружеского возраста и пожилые пары.

Молодая семья - это семья в первые три года после заключения брака (в случае рождения детей - без ограничения продолжительности брака), в которой оба супруга не достигли 30-летнего возраста, а также семья, состоящая из одного из родителей в возрасте до 30 лет и несовершеннолетнего ребенка. Молодая семья является особым социальным субъектом, имеющим свои характерные отличия от семьи «более старшего возраста» [23, с. 33].

Автор учебника «Основы социальной работы» П.Д. Павленок дает следующее определение молодой семье: молодая семья - это семья в первые три года после заключения брака. Возраст супругов от 18 до 30 лет. Молодые семьи бывают большими, состоящими не только из супругов, детей, но и родителей супругов, бабушек, дедушек или даже родственников, и малыми, состоящими только из супругов или супругов с детьми. В структуру молодых семей входят следующие: полные; благополучные; социального риска; несовершеннолетних матерей; студенческие; военнослужащих срочной службы [38, с. 132].

Ф.А. Мустаева считает, что молодая семья - это семья на начальной стадии ее развития, на стадии реализации супружеского выбора. В ней проявляется обычный феномен открытия в другом более сложного человека, и начинается «притирка» характеров, т.е. изменение всего образа жизни. Терпимость, постепенность, последовательность, умение уступать в ссоре - без таких качеств период «притирки» характеров значительно затрудняется и усложняется. Но «притирка» лишь начало формирования семейного уклада и взаимоотношений супругов. Следующие проблемы - распределение ролей в семье, выработка устоявшихся навыков совместного решения вопросов, проблема «власти» в семье, планирование семейной жизни, свободного времени и досуга. Многому из перечисленного молодая пара учится впервые и, как правило, самостоятельно, методом «проб и ошибок». Способность создавать стабильные семейные отношения, прочную, счастливую семью не относится к врожденным качествам человека. Ее надо не только развивать и воспитывать, но и постоянно совершенствовать [30, с. 109].

Специфика молодой семьи определяется тем, что она находится в процессе своего становления, интенсивного развития, нестабильности отношений между ее членами, освоения ими социальных ролей, а так же социализации семьи в обществе как самостоятельного социального субъекта и выполнения функций как социального института.

Молодая семья является наиболее ответственным этапом функционирования и развития института семьи. На данном этапе жизненного цикла происходят события столь важной социальной значимости, что каждое из них может повлиять на дальнейшие перспективы, как самой семьи, так и каждого ее члена [5, с. 54].

Молодая семья - одна из самых незащищённых групп населения. Высокий процент молодых браков - следствие наступившей беременности или даже рождения ребёнка. Среди молодёжи «бытует» искажённое представление о браке, семье, сексе. Каждый четвертый молодой человек готов на свободные отношения, без брака, но осуждает свободную сексуальную жизнь. В ряду приобретённых жизненных ценностей на первое место молодежь относит отношения в семье, удовлетворенность в любви, интимной жизни; ценность брака молодые также определяют наличием детей [20, с. 35].

По мнению Ф.А. Мустаевой, существует три типа молодых семей.

Первый тип - традиционный. Семья такого типа характеризуется ориентацией супругов исключительно на семейные ценности, на двухдетную (или более) семью. Лидером в семье, по крайней мере, формальным, является муж. Однако лидерство в семье в значительной мере определяется лидерством в хозяйственно-бытовой сфере её деятельности (финансы, устройство жилья). Круг друзей у супругов, как правило, общий и довольно ограниченный, возможен даже временный уход только в семейные дела. Досуг чаще совместный, закрытый.

Второй тип - супруги ориентированы преимущественно на развитие личности, имеют установку на малодетную семью. Наблюдается социально-ролевое равновесие (по возможности используется помощь родителей супругов). Семья может быть и открытой, и закрытой для микроокружения. Тип лидерства - демократический: совместный или раздельный по сферам жизнедеятельности семьи.

Третий тип - молодые супруги ориентированы преимущественно на развлечения. При этом муж и жена имеют как общих друзей, так и каждый своих из числа, как правило, прежнего окружения. Репродуктивные установки предполагают бездетную или малодетную семью. Лидерство в семье может быть как авторитарным, так и демократическим [30, с. 115].

Общественное мнение утверждает, что брак без детей нельзя считать полноценным (79% населения). У молодежи сложилось устойчивое представление, что лишь однодетная семья, максимум двухдетная отвечает современной действительности [50, с. 46].

Молодые семьи в процессе становления и жизнедеятельности испытывают трудности, которые качественным образом влияют на развитие каждой из них. Рассмотрим проблемы, характерные для молодой семьи в современной России, но только те из них, которые сами члены молодой семьи осознают и декларируют как свои проблемы:

 социально-экономические проблемы, включающие в себя проблему материальной обеспеченности, жилищную проблему и проблему трудоустройства молодых супругов;

 социально-психологические проблемы, включающие в себя проблемы адаптации молодых супругов друг к другу, к новой ситуации (смене ролей, стереотипов и стилей поведения) и к новым родственникам [29, с. 138].

Для того, чтобы семья нормально функционировала, она должна иметь возможность удовлетворять все свои основные потребности. Молодые люди, вступая в брак и устанавливая правила семейной жизни, обязательно должны задуматься о важнейших вещах: где жить, на что жить, кто возьмет на себя обязанность обеспечивать семью материально, или супруги поделят эту обязанность хотя бы на какое-то время. Любовь и деньги, понятия на слух плохо сочетаемые, во многих случаях являются залогом самого существования семьи, особенно в наше время.

Основными источниками формирования бюджета молодой семьи являются заработная плата супруга или супруги, стипендия супруга или супруги и финансовая помощь родителей [10, с. 128].

Молодая семья так же часто сталкивается и с серьезными жилищными трудностями. В основном молодые семьи проживают в государственных, кооперативных, частных квартирах, общежитиях, или проживают совместно с родителями.

Важное место в структуре трудностей молодой семьи занимают психологические проблемы, при этом не всегда супруги способны их осознать и самостоятельно с ними справиться [43, с. 49].

М. Стуколова предлагает классификацию семейных конфликтов в зависимости от причин, их породивших. Важнейшими из них являются:

 ограничение свободы активности, действий, самовыражения членов семьи;

 отклоняющееся поведение одного или нескольких членов семьи (алкоголизм, наркомания и так далее);

 наличие противоположных интересов, устремлений, ограниченность возможностей для удовлетворения потребностей одного из членов семьи (с его точки зрения);

 авторитарный, жесткий тип в отношениях, сложившихся в семье в целом;

 наличие материальных проблем;

 авторитарное вмешательство родственников в супружеских отношениях;

 сексуальная дисгармония в браке и другие [21, с. 24].

И.Ф. Дементьева рассматривая межличностные отношения в семье, особое внимание уделяет психологическим проблемам первых лет супружеской жизни. Первые год-два совместной жизни - это первая стадия жизненного цикла семьи, стадия формирования индивидуальных стереотипов общения, согласования систем ценностей и выработки общей мировоззренческой позиции. На этой стадии происходит взаимное приспособление супругов, поиск такого типа отношений, который удовлетворял бы обоих. При этом перед супругами стоят задачи формирования структуры семьи, распределения функций (ролей) между мужем и женой и выработки общих семейных ценностей. Под структурой семьи понимается способ обеспечения единства ее членов; распределение ролей проявляется в том, какие виды семейной деятельности каждый супруг берет под свою ответственность и какие адресует партнеру; семейные ценности представляют собой установки супругов по поводу того, для чего существует семья. Для благополучного осуществления взаимной адаптации брачных партнеров необходимо достижение совместимости их представлений по трем указанным параметрам. Не случайно именно в первое время после заключения брака (или создания пары) молодые люди интенсивно общаются [13, с. 79].

Т.А. Гурко, рассматривая проблему стабильности молодой семьи, полагает, что сложности во взаимоотношениях молодых супругов обусловлены прежде всего тем, что в современной семье образцы поведения мужа и жены становятся все менее жесткими. В прошлом преобладали традиционные образцы поведения мужа-отца и жены-матери, когда мужчина выполнял роль главы семьи, ее кормильца и носителя социального статуса, а женщина - хранительницы домашнего очага, хозяйки и воспитательницы детей. В настоящее время в результате массового вовлечения женщин в производственную деятельность, роста уровня их образования, широкого распространения идей равноправия муж и жена нередко имеют примерно одинаковый социальный статус и заработок, на равных участвуют в принятии семейных решений. В то же время в обществе функционируют представления о семейных ролях и обязанностях супругов, недостаточно соответствующие реальности: с одной стороны, ожидания определенной части населения связаны с традиционной семьей; с другой - укрепляется мнение о прямом равенстве мужчины и женщины в выполнении семейных функций [12, с. 86].

Очень важная проблема молодой семьи - несовпадение ценностных иерархий у супругов. Для молодых супругов более актуальным является умение разрешить конфликты. Каждый день для супругов встают проблемы, требующие немедленного разрешения: куда пойти, как провести свободное время, как и на что потратить деньги, кого позвать в гости и тому подобное. Умение находить компромиссные решения по таким вопросам ведет к сплочению семьи. Другой источник конфликтов молодой семьи - трудности достижения молодыми супругами ролевой совместимости в браке. В прежние времена поведение человека в семье подвергалось жестокой регламентации. Женщина хорошо знала, как вести себя, чтобы не вызвать неодобрение мужа, родственников. Роль супруга была определена существующими нормами. Нынешние молодожены не всегда осознают тот факт, что их представления о ролях мужа и жены в семье существенно различаются. Их расхождения порой служат источником многих конфликтов, которых можно было бы избежать. Сегодня молодые люди, вступая в брак, часто считают, что семейная жизнь не является образцом, и, пытаются в своей семье сделать все иначе, в соответствии с собственными идеалами. Но нередко организация жизни в родительской среде переносится молодыми супругами в собственную семью. Очень часто от супруги молодой муж ожидает поведения, сходного с тем, как вела в семье его мать [19, с. 91].

Таким образом, молодая семья имеет ряд проблем. Основными из них являются материально-бытовые и жилищные проблемы; психологические проблемы; проблема трудоустройства молодых супругов. Для того, чтобы молодая семья могла осуществлять все свои функции, необходимо комплексное решение этих проблем, на что и должна быть направлена государственная семейная политика в отношении молодой семьи.

Таким образом, семья как сложное образование становится объектом внимания различных разделов психологии: социальной, возрастной, педагогической и др. В раннем супружестве формируется единая ценностная система семьи, большое значение для этого имеет психологическая совместимость супругов, так как непосредственными факторами, предопределяющими успех или неудачу в супружестве, являются личные качества супругов и их умение решать всевозможные проблемы в супружеском микроклимате. Гармония с точки зрения личных параметров определяется несколькими основными элементами. Это, во-первых, и эмоциональная сторона супружеских отношений, степень привязанности партнеров друг к другу, во-вторых, общий культурный уровень супругов, степень их психической и социальной зрелости, в-третьих, сексуальная совместимость партнеров. При отсутствии какой-нибудь из этих предпосылок не происходит оптимальной адаптации, и существует вероятность распада семьи.

.2 Основные подходы к исследованию совместимости в отечественной и зарубежной психологии

Понятие совместимости употребляется не только в психологии, но и в медицине, биологии, кибернетике и других науках. Например, в теории систем, совместимость понимается как: «...такое отношение двух систем, при котором обнаруживается сходство или общность систем по некоторым параметрам или по существу, обеспечивается возможность их взаимодействия» [8, с. 98].

Но единого общенаучного понятия совместимости не существует. Для полного анализа проблемы приводим наиболее информативные определения совместимости. В психологических словарях совместимость определяется как:

) совместимость (групповая) - «социально-психологическая характеристика группы, проявляющаяся в способности ее членов согласовывать (делать непротиворечивыми) свои действия и оптимизировать взаимоотношения в различных видах совместной деятельности» [3, с. 325];

) совместимость (межличностная) - «взаимное приятие партнеров по общению и совместной деятельности, основанное на оптимальном сочетании ценностных ориентации, социальных установок, интересов, мотивов, потребностей, характеров, темпераментов, темпа и ритма психофизиологических реакций и других, значимых для межличностного взаимодействия индивидуально-психологических характеристик» [9, с. 366].

По К.К. Платонову, совместимость (психологическая) опосредуется взаимодействием через поведение (движения, действия, поступки). Сам процесс совместимости по мере включения психических и социальных процессов становится все более сложным. Совместимость бывает не только положительная и отрицательная, но и с различными степенями и видами.

По А.Л. Свенцицкому, совместимость (психологическая) - это способность членов группы к совместной деятельности, основанная на их оптимальном сочетании [40, c. 145].

Н.Н. Обозов определяет совместимость как «...эффект сочетания и взаимодействия индивидов, который характеризуется максимальной субъективной удовлетворенностью партнеров друг другом при значительных (выше среднего) эмоционально-энергетических затратах» [35, с. 103]. Согласно В.В. Бойко, А.Г. Ковалеву и В.Н. Панферову, совместимость людей предполагает такое оптимальное сочетание их качеств, при котором обеспечивается наибольшая эффективность их деятельности в коллективе. При этом имеются в виду все качества личности, характеризующие ее структуру [7, c. 190].

Согласно Е.С. Кузьмину и В.Е. Семенову, «Совместимыми можно считать тех людей, которые в известном смысле неделимы (один не может быть без другого), автономны (в смысле внутреннего самоуправления). Наиболее существенный признак рядоположенности явлений целостности и совместимости - наличие внутреннего единства субъектов общения» [27, с. 166]. Н.И. Шевандрин также совместимыми считает людей, которые «...ситуативно неделимы в смысле внутреннего единства и самоуправления», следствием несовместимости является конфликтность, неспособность понять друг друга, несинхронность психомоторных реакций, различия во внимании, мышлении и других процессах [51, с. 294].

А.А. Леонов и В.И. Лебедев определяют психологическую несовместимость как: «...неспособность в критических ситуациях понять друг друга, несинхронность психомоторных реакций, различия во внимании, мышлении и другие врожденные и приобретенные свойства личности, которые препятствуют совместной деятельности» [8, с. 18].

В отечественной психологии труда совместимость понимается как эффект сочетания индивидуумов, который дает максимально возможный результат при данных условиях с минимумом энергетических затрат взаимодействующих членов группы: «Совместимость может оцениваться по результатам работы, энергетическим затратам (данные психофизиологических сдвигов в процессе совместной работы), субъективной удовлетворенности совместной деятельностью. Совместимость создает предпосылки для взаимных симпатий, конформности и унификации психологических и физиологических функций» [32, с. 113].

А.Н. Сухов и Н.Н. Обозов предлагают рассматривать совместимость с двух сторон: как процесс и как результат взаимодействия. «Совместимость как результат - это степень удовлетворенности партнеров друг другом (мыслями, чувствами, поведением). При рассмотрении же совместимости как процесса мы выделяем процессы приспособления, «притирку» характеров, потребностей, мотивов поведения [35, с. 211]. «Оптимальное соотношение в паре, группе личностных качеств участников (темперамента, характера, потребностей, интересов, ценностных ориентации и т.д.) - условие совместимости как процесса. Согласование поведения, эмоциональных переживаний и взаимопонимания, в которых выражается вся личность взаимодействующих людей, является процессом совместимости». Как результат, «...совместимость есть эффект сочетания и взаимодействия индивидов. Взаимодействие, а не сочетание, - есть уже процесс, следствием которого является совместимость или несовместимость людей» [14, с. 101].

В американской социальной психологии существуют два основных подхода к совместимости (межличностной - interpersonal compatibility): потребностный и поведенческий. Соответственно, под совместимостью понимается преимущественно максимальная степень взаимного удовлетворения потребностей и согласованность поведения членов группы [5]. Как видно из приведенных определений, в отечественной психологии совместимость рассматривается как групповая, межличностная, психологическая, и просто совместимость. Она бывает и процессом взаимодействия, и результатом взаимодействия, и характеристикой группы, и эффектом взаимодействия, и эффектом сочетания, и способностью к совместной деятельности, и просто феноменом.

Разнообразное понимание сущности совместимости вызвано либо сложностью самого феномена и многообразием подходов к нему (как в известной восточной притче про описание слона людьми с нарушениями восприятия, каждый замечает только его кусок), либо его разновидовостью (существованием отдельных, отличных друг от друга типов и видов совместимости), либо подменой феномена совместимости другими феноменами (например, сработанностью, групповой сплоченностью и социально-психологическим климатом), либо смешиванием самого феномена с его причинами и следствиями.

Благодаря использованию в качестве теоретического основания модели психического взаимодействия В.Н. Панферова, в данном исследовании совместимость понимается как социально-психологический феномен, как результат одного из пяти видов взаимодействия - социально-психологического (с миром людей). Для того чтобы понять, что же такое совместимость, выберем из определений существенные признаки и попытаемся их упорядочить и проанализировать [5].

Все приведенные описания можно разделить на группы по пониманию совместимости как преимущественно:

а) поведенческого феномена (согласованность действий, согласованность поведения, взаимная регуляция поведения, способность к совместной деятельности, синхронность психомоторных реакций);

б) эмоционального феномена (удовлетворенность друг другом, взаимные симпатии, удовлетворенность процессом и результатом взаимодействия);

в) когнитивного феномена (понимание друг друга, взаимопонимание);

г) системного феномена (эффект сочетания индивидов, соответствие, оптимальное сочетание свойств членов группы);

д) степени близости людей (ситуативная неделимость, внутреннее единство, целостность).

Скорее можно определять совместимость как согласованность эмоциональных переживаний (и не всегда положительных). Удовлетворенность же отношениями, часто упоминаемая в определениях совместимости, является следствием совместимости (люди сначала взаимодействуют, потом становятся совместимыми, и уже потом - удовлетворенными) и в большей степени относится не к совместимости, а к социально-психологическому климату (совместимость - одна из причин его).

Таким образом, мы понимаем совместимость как такое оптимальное сочетание качеств, при котором обеспечивается наибольшая эффективность их деятельности в группе. Межличностная совместимость основана на принципах сходства и взаимодополнительности.

В феномене совместимости однозначно выделяются три аспекта: поведенческий, эмоциональный и когнитивный, что соответствует трем компонентам взаимодействия в теории Е.С. Кузьмина и трем имплицитным функциям психики (регуляторным, аффективным, гностическим) в модели психического взаимодействия В.Н. Панферова. Такая трехвидовая или трехкомпонентная структура оказывается достаточно удобной для описания и объяснения взаимодействия, в том числе и внутренне сути феномена совместимости. Показателями совместимости являются удовлетворенность совместным взаимодействием и его результатом.

.3 Особенности психологической совместимости в супружеских парах

Многие психологи считают, что супружеская совместимость - важнейшее условие стабильности и благополучия супружеской пары. Совместимость отчасти определяется ее исследователями через удовлетворенность: «Если для сработанности симпатия - второстепенный элемент оценки взаимодействия, то для совместимости симпатия - главный элемент» [33, с. 37].

Супружеская совместимость - это такой эффект общения людей, который характеризуется максимально возможной удовлетворенностью отношениями, ощущением единства, целостности пары.

«Совместимость может быть описана в основном двумя характеристиками, включаемыми в аффективный компонент взаимодействия: показателями субъективной удовлетворенности партнером (психологический признак) и показателями эмоционально-энергетических затрат индивида, участника общения (физиологический признак)». При этом эмоциональный фон отношений сопровождается некоторыми, может быть, максимально эмоционально-энергетическими затратами общающихся партнеров» [34, с. 83]. В условиях неформализованных отношений оптимальным взаимодействием будет такое, которое характеризуется максимальной удовлетворенностью партнеров взаимоотношениями, длительностью связи, частотой контактов.

Ю.М. Орлов, С.А. Гильд и С.А. Хрусталев - выделяют два подхода к пониманию совместимости.

) Совместимость как два набора качеств, которые соответствуют друг другу (стремление лидировать у одного подкрепляется желанием подчиняться у другого; спокойствие и рассудительность у обоих супругов приводит к полному взаимопониманию);

) Совместимость на основе стремления супругов к уступкам и к поиску гармоничных отношений.

Авторы полагают, что первый вариант прогнозирует, а второй - гарантирует успешность брака [49, c. 163].

А.Н. Обозова выделила четыре аспекта супружеской совместимости, необходимость разделения которых, по ее мнению, обоснована различием свойственных им критериев, закономерностей и проявлений:

1. духовная совместимость - характеризует согласованность целеполагающих компонентов поведения партнеров: установок, ценностных ориентации, потребностей, интересов, взглядов, оценок, мнений и т.д. (основная закономерность духовной совместимости - сходство, подобие духовных укладов супругов);
2. персональная совместимость - характеризует соответствие структурно-динамических особенностей партнеров: свойств темперамента, характера, эмоционально-волевой сферы: один из критериев персональной совместимости - бесконфликтное распределение межличностных ролей. Основная закономерность этого аспекта совместимости супругов - дополнительность структурных характеристик партнеров;

3) семейно-бытовая совместимость - функциональные особенности брачных партнеров: согласованность представлений о функциях семьи и соответствующем укладе, согласованность ролевых ожиданий и притязаний при реализации этих функций. Критерий - эффективность воспитания детей;

) физиологическая совместимость. «Признаками физической, в том числе сексуальной, совместимости является гармония ласк мужчины и женщины, телесного контакта, удовлетворенность от близости» [35, с. 103].

Такое понимание супружеской совместимости близко к понятию удовлетворенности браком. Действительно, в данном случае совместимость трактуется как согласованность установок, сходство духовных укладов супругов, соответствие характера, согласованность представлений о функциях семьи - то есть, в принципе, все это можно обозначить как представления о семейной жизни, а реализация этих представлений в супружестве и определяет оценку супругами собственного брака, их удовлетворенность семейными отношениями.

Исходя из выделенных А.Н. Обозовой аспектов супружеской совместимости, все исследования по этой проблеме можно разделить на три группы:

. Структурный подход ориентирован на изучение персональной совместимости - соотношение различных статических характеристик супругов: характерологических, интеллектуальных, мотивационных и т.п. В этом случае совместимость супругов выражается в способности образовать гармоничную пару: структуру, обладающую признакам целостности, уравновешенности, завершенности. Основанием для подобных исследований послужила гипотеза Р. Винча о так называемой комплементарности (взаимодополнении), по которой потребности партнеров, членов малой группы (в данном случае такой группой является семья), должны дополнять друг друга по качеству их личностных свойств.

Наиболее известным исследованием, проведенным в русле данного подхода, является исследование психологической совместимости А. Аугустинавичюте. Было изучено 50 супружеских пар, 19 из которых - совершенно бесконфликтные, отлично кооперирующиеся, в них ни разу не поднимался вопрос о разводе. Эти благополучные браки показали выраженную закономерность в подборе партнеров. 17 пар образовано из психологически дополняющих друг друга партнеров (в исследованиях использовалась методика К. Юнга). В каждой из них, применяя терминологию К. Юнга, если один из супругов относился к мыслительному типу, то другой к эмоциональному, если один представлял «сенсорный» тип, то другой - «интуитивный». Кроме того, один из партнеров всегда был экстравертом, второй же, как правило, интровертом. Можно отметить в данном случае проявление принципа комплементарности, то есть счастливые семьи были образованы супругами с взаимодополняемыми признаками по типологии К. Юнга [36].

Еще один пример, подтверждающий гипотезу Р. Винча - исследование Т. Карцевой пар друзей и недругов. Она обнаружила, что в таких парах соединяются самые разные люди. Более половины друзей оказались людьми довольно замкнутыми, примерно половина из них обладала равно высоким, а другая - контрастным уровнем интеллекта (хотя вообще-то люди с одинаково высоким интеллектом чаще становятся недругами); чуть больше половины друзей по «доминантности» попали в разряд контрастных, но склонные господствовать над другими людьми обычно попадают в недруги. Обнаружилось, что друзьями редко бывают дна рассудительных, осторожных, благоразумных, а также два робких и нерешительных человека. Таким образом, в данном случае гипотеза взаимодополняемости снова получила подтверждение.

Интересным является исследование, проведенное в данном русле Т.В. Галкиной и Д.В. Ольшанской. Они попытались составить «адаптационную модель» мотивации выбора партнера по диаде в отношениях любви и дружбы. В «любовной» диаде (отношения обоими определяются как «любовь») оказались люди, относящиеся во всех случаях к прямо противоположному (на круге Айзенка) темпераменту: все холерики выбирали флегматиков, все сангвиники - меланхоликов, и наоборот. В отношениях же, определяемых обоими людьми как «дружба» (независимо от пола), все, кроме флегматиков, выбирали партнеров «своего» темперамента: холерики (кроме одного случая) - холериков, все сангвиники - сангвиников, меланхолики - меланхоликов в половине случаев, в другой половине - флегматиков, флегматики вообще оказались «универсальными партнерами», выбирая для дружбы представителей любых темпераментов, кроме своего. Через год дружеские отношения сохранились в 75% случаев, любовь привела к заключению брачного союза в 40% случаев, к разрыву - в 20%. В остальных случаях отношения сохраняли брачную перспективу. Таким образом, в выборе партнера (друга или супруга) большое значение играет принцип взаимодополнительности темпераментов, то есть в отношениях, обозначаемых как «любовь», срабатывает принцип комплементарности. В других отношениях гипотеза Р. Винча не получила своего подтверждения [10].

В исследовании Т.В. Андреевой и А.В. Толстовой изучалось влияние особенностей темперамента и других факторов на совместимость супругов. Объектом исследования были хорошо адаптированные люди (учителя, инженеры, рабочие), живущие в стабильном первом браке. Опрошены сорок супружеских пар (80 человек), стаж брака был свыше 5 лет. В этих супружеских союзах никогда не поднимался вопрос о разводе, супруги прекрасно кооперировались. Получены как общие закономерности, касающиеся совместимости супругов, так и особенности проблем конкретных супружеских пар, при разном соотношении темпераментных особенностей.

Прежде всего, выяснилось, что в стабильном браке с достаточно большим стажем живут супруги с самым разным сочетанием темпераментов. Наиболее высокая удовлетворенность браком и семейными отношениями наблюдается в тех парах, в которых супруги обладают противоположным темпераментом (сангвиник-меланхолик, флегматик-холерик). Обнаружено, что партнеры с противоположными темпераментами статистически значимо чаще вступают в брак по взаимной любви в сочетании с таким мотивом, как общие интересы, взгляды.

Оптимальные отношения (наибольшая удовлетворенность браком, бесконфликтное распределение ролей) складываются в тех союзах, в которых супруг является сангвиником, а супруга - меланхоликом (10% семей). Более того, их рисунки «идеальной семьи» ничем не отличаются от той семьи, в которой они живут сейчас. Таким образом, можно предположить, что существующие в их семье на сегодняшний день отношения устраиваю: обоих супругов.

Было установлено, что в парах, состоящих из холерика и сангвиника, то есть при некомплементарных отношениях, супруги часто соперничают за власть друг над другом, много спорят, каждый настаивает на своем, наблюдаются трудности в достижении единого мнения. Как правило, один из партнеров «побеждает», отстаивая свою точку зрения или интересы, второму же приходится смириться с принятым решением.

В парах, в которых супруги обладают меланхолическим и флегматическим темпераментами, также наблюдается более низкая удовлетворенность браком, чем в парах с противоположными темпераментами. Очень сложные отношения в тех супружеских парах, в которых встречаются холерик и меланхолик. Это связано с тем, что оба супруга несдержанны в своем поведении и высказываниях, но в то же время оба ранимы и тяжело переживают любые ситуации, в которых, по их мнению, оказывается задетым их самолюбие. Такое сочетание темпераментов приводит к конкурентным отношениям.

В брачном союзе флегматика и сангвиника наблюдаются различные конфликты, недовольство друг другом, которые обычно возникают на почве эмоциональной близости супругов. Возможно, это связано с тем, что одному партнеру (флегматику) тяжело раскрыть свои чувства и эмоции, а у другого (сангвиника) эмоциональные переживания быстро сменяют друг друга. Пара сангвиник - холерик, скорее всего, займется выяснением двух любимых для них вопросов «Почему я, а не ты?» и «Кто у нас в семье главный?».

В семьях, в которых супруги обладают одинаковыми темпераментами (по нашим данным, в особенности, если в паре встречается такое сочетание, как флегматик - флегматик), отношения наиболее сложные. В данных семьях часто случаются временные разрывы отношений между супругами, причем даже наличие детей не является сдерживающим фактором.

Итак, в союзах с разным сочетанием темпераментов появляются разные проблемы, которые более или менее успешно решаются супругами. Можно говорить о тенденции к различной удовлетворенности супружескими отношениями при разном сочетании темпераментов, но не о совместимости - несовместимости как о некоем раз и навсегда данном состоянии. К тому же существует такой «фильтр», как предбрачный отбор, при котором, вероятно, большая часть лиц с малосовместимыми особенностями (например, два холерика), отвергает друг друга [6].

Ряд авторов указывает на необходимость сходства мировоззренческих, ценностно-ориентационных аспектов для совместимости супругов (А.Н. Обозова, С. Кратохвил, Г. Навайтис, Л.А. Коростылева). Г. Навайтис приводит пример расхождения ценностей (на материальное благополучие и на ценность ребенка), из-за которого оказалось невозможным консультирование пары и предотвращение развода. Автор указывает, что многие пары ценностные ориентации согласуют еще до брака. Поэтому конфликт такого рода возникает или при новых, непредвиденных обстоятельствах (в данном примере - рождение больного ребенка), или наследующих этапах развития семьи, когда определяется направление социализации ребенка (обычно в этнически смешанных семьях) [31].

Функциональный подход основан на представлении личности через ее роли и функции в группе. Применительно к супружеству функциональный подход выражается в исследовании соотношения психологических семейных ролей супругов, их представлений о семье. Совместимость при этом выступает как согласование, сходство представлений, ожиданий супругов о семейной жизни, непротиворечивость ролей в супружеской паре.

Сторонники функционального подхода считают, что если члены семьи по-разному понимают свои роли и предъявляют друг другу несогласованные, отвергаемые партнером ожидания и соответствующие им требования, семья является заведомо малосовместимой и конфликтной. Здесь речь идет о ролевом конфликте, или, более широко, о конфликте представлений [36].

Этим, в частности, и объясняется необходимость исследования соотношения семейных представлений супругов, распределения семейных ролей. Основная часть работ, проведенных в данном направлении, посвящена изучению распределения семейных ролей супругов.

Так, в исследовании, проведенном Ю.Е. Алешиной и И.Ю. Борисовым, показано, что структура семейных ролей значительно меняется в ходе цикла развития семьи, происходят и значительные изменения в плане традиционности - эгалитарности распределения ролей между супругами, и если, как показало исследование, некоторый сдвиг в сторону более традиционных отношений способствует повышению удовлетворенности браком на определенных этапах цикла развития семьи, то в другие периоды повышению удовлетворенности браком, наоборот, способствует увеличение эгалитарности (то есть распределения ролей между мужем и женой преимущественно поровну, вне зависимости от пола) супружеских отношений (Ю.Е. Алешина, И.Ю. Борисов) [4].

Интересная работа в данном русле была проведена Т.А. Гурко. Ею обнаружено, что в тех случаях, когда женщины довольны участием мужа в домашних делах, они чаще удовлетворены браком, (50%, не удовлетворены - 19%). Напротив, недовольство отношением супруга к хозяйственным делам четко коррелирует с неудовлетворенностью семейной жизнью (12% и 58% соответственно). По характеру распределения обязанностей все семьи распределены на 3 группы: со значительным, умеренным и слабым участием мужа в домашней работе. Обнаружилось, что число неудовлетворенных браком женщин существенно увеличивается при переходе от первой ко второй и третьей группам семей, а число удовлетворенных, наоборот, сокращается.

Интересно, что в том же направлении, хотя и не так существенно, изменяется уровень удовлетворенности браком у мужчин. Видимо, если муж отстраняется от работы по хозяйству, жена постоянно выражает недовольство по этому поводу [12].

Многие авторы связывают стабильность брака с успешностью родительских семей (Е.В. Фотеева, Т.И. Дымнова, С. Кратохвил, Г. Навайтис), а совместимость в браке - с моделями уклада в прасемьях и со статусом сиблингов в семье.

В рамках системной семейной терапии существует взгляд на выбор супруга из-за сходства в их семейной истории, в результате чего в брак вступают люди с поразительно похожим детством или с одним и тем же набором семейных проблем (в их родительских семьях) [31].

В исследовании московского психолога Т.И. Дымновой изучалось зависимость характеристик супружеских семей от родительских. Оказалось, что немаловажную роль на создание и дальнейшее развитие молодых семей оказывают родительские семьи, причем это влияние сказывается на стабильности и благополучии супружеской пары. Сопоставление структурного состояния родительских и супружеских семей в исследовании Дымновой показало их явную зависимость. Так, 72% супругов стабильных семей происходили из полных семей. Разведены родителей обоих супругов были лишь в 4% случаев у лиц, сохранявших стабильный брак до 3 лет, и у 20% разведенных молодых людей [16].

Анализ особенностей тех клиентов службы знакомств, которые даже при получении множества предложений познакомиться (свыше 15 у женщин и 25 у мужчин) не изменили своего семейного статуса, показал, в частности, что у них был недостаточный пример семейной жизни в детстве - 83% обследованных женщин и 79% мужчин происходили из неполных семей, 85% женщин и 81% мужчин не имели братьев и сестер [31].

Многие авторы на основе практического опыта показали наличие в супружестве неосознанной тенденции к повторению семьи своих родителей, что может оказывать значительное влияние на отношения между супругами. Некоторые авторы считают главной моделью родительскую семью, другие - семью близких родственников [15].

Согласно данным Б. Буде, индивидуум обучается своей супружеской роли на основе идентификации себя с родителем того же пола. В эту схему включается, дополняя ее, и роль родителя того же пола. Формы родительских отношений становятся для индивидуума эталоном. В супружестве оба партнера стараются приспособить свои отношения к своим внутренним схемам.

Влияние родительской модели на супружеские отношения изучалось на нескольких тысячах супружеских пар с использованием теста Лири (межличностные связи). Выяснилось, в частности, что модель родительской семьи в главных чертах определяет модель семьи, которую создают впоследствии их дети. Например, у ребенка из патриархальной семьи будет проявляться тенденция к установлению в своей семье патриархальных отношений, то есть к реализации усвоенной модели. Стремление к повторению модели отношений своих родителей сохраняется даже тогда, когда излишне выраженные тенденции травмировали его в детстве. В браке партнеров из семей, представляющих явно противоположные модели, постоянно происходит борьба за власть (или отмечается их ошибочное поведение). Вероятность гармонического союза тем выше, чем ближе модели семей, из которых происходят супруги [6].

У. Тоумен на основании своих обширных исследований влияния семейной констелляции утверждает, что для стабильного супружества решающее значение имеет то, в какой мере в нем повторяется положение, которое каждый из супругов занимал среди братьев и сестер. Различают способность к идентификации и комплементарности. Индивидуум легче всего идентифицирует себя с тем, кто происходит из однотипной семейной констелляции (например, старший брат из одной семьи может идентифицировать себя со старшим братом из другой семьи). Напротив, взаимодействие и сотрудничество достигаются в общении с индивидуумом, занимавшим комплементирующее положение. Например, старший брат, у которого была младшая сестра, может создать исключительно устойчивый союз с женой, также имевшей старшего брата [6]. Аналогично этому, младший брат, у которого была старшая сестра, ожидает, что жена будет заботиться о нем, оберегать его, ухаживать за ним. Жена, являвшаяся в родительской семье старшей сестрой брату, будет и к мужу проявлять заботливое отношение. Союз будет стабильным и гармоничным.

Согласно У. Тоумену, происходит перенос связей, существовавших в родительской семье между братьями и сестрами, на своего партнера в супружестве. Данная связь тем прочнее и продолжительнее, чем больше отношения обоих партнеров напоминают их положение в семьях родителей. Это правило называют «теорией дубликатов».

Комплементарный брак - это такой союз, в котором каждый из супругов занимает то положение, какое он имел по отношению к братьям или сестрам в родительской семье. Некомплементарный брак - это брак партнеров с одинаковой порядковой позицией в родительской семье. При прочих равных условиях им требуется больше времени и усилий, чтобы договориться и действовать согласованно. Когда в брак вступают два старших ребенка, они могут бороться за власть и конкурировать во взаимоотношениях. Наихудший прогноз имеют браки, в которых каждый из супругов был единственным ребенком в семье [36].

Таким образом, утверждение Тоумена о том, что для стабильного супружества важна комплементарность отношений по порядку рождения, подтверждается скорее частотой брачных союзов (что косвенно доказывает их стабильность). Возможны и некомплементарные союзы с достаточно высокой удовлетворенностью отношениями у супругов, но в целом они очень редки, так как большая часть такого партнерства «отсеивается» при добрачном знакомстве. В то же время частично комплементарные союзы между единственными детьми и старшими встречаются непропорционально часто.

Третий подход к изучению совместимости - адаптивный. Он ориентируется на изучение слабых, проблемных аспектов супружеских отношений, вызывающих конфликты, разногласия, непонимание. Этот подход является, с одной стороны, общим для двух вышеуказанных, и в то же время особым направлением. Его задача - поиск резервов адаптации супругов друг к другу путем гармонизации супружеского союза. Наиболее полно этот подход реализуется в практической работе по оказанию психологической помощи семье, в частности семейной консультации [6].

Итак, понятие супружеской совместимости так или иначе определяется через понятия удовлетворенности браком, его стабильности, при этом многие исследователи под супружеской совместимостью понимают нечто статичное. Для фактора совместимости в браке наиболее важной является межличностная удовлетворенность установившимися отношениями, совместной деятельностью супругов. Однако нельзя забывать, что каждая семья уникальна, и психологической закономерности, распространяемой на всех без исключения, не существует.

Таким образом, анализ специальной литературы по исследуемой проблеме показал, что многие современные ученые, затрагивая вопросы стабильности брака, его гармоничного функционирования уделяют достаточно внимания иерархии совместимости супругов, а именно: согласованности функционально ролевых ожиданий и ценностно-ориентационному единству.

Под «психологической совместимостью», мы понимаем взаимное приятие партнеров по общению и совместной деятельности, основанное на оптимальном сочетании ценностных ориентации, социальных установок, интересов, мотивов, потребностей, характеров, темпераментов, темпа и ритма психофизиологических реакций и других, значимых для межличностного взаимодействия индивидуально-психологических характеристик. Особенность психологической совместимости состоит в том, что контакты между людьми опосредованы их действиями и поступками, мнениями и оценками. Несовместимость порождает неприязнь, антипатию, конфликты, а это отрицательно сказывается на совместной деятельности.

Многие психологи считают, что супружеская совместимость - важнейшее условие стабильности и благополучия супружеской пары. Совместимость определяют как взаимное принятие партнёров, основанное на оптимальном сочетании - сходстве или взаимодополнении - ценностных ориентаций, личностных и психофизиологических особенностей. Совместимость может быть описана в основном двумя характеристиками взаимодействия: показателями субъективной удовлетворённости партнёром (психологический признак) и показателями эмоционально-энергетических затрат при общении с ним (физиологический признак).

Знание особенностей совместимости на разных ее уровнях в супружеской паре позволяет успешно прогнозировать дальнейшее развитие отношений.

Глава 2 Эмпирическое исследование проблемы психологической совместимости в супружеских парах

.1 Организация и методы исследования

Совместимость является одним из наиболее сложных феноменов социально-психологической науки в целом и психологии семьи в частности. Совместимость проявляется во взаимодействии и общении супругов.

Цель экспериментальной части нашей работы состоит в изучении особенностей психологической совместимости в супружеских парах.

Гипотеза исследования состоит в предположении о том, что психологическая совместимость супругов влияет на удовлетворённость браком: совместимые сочетания направленности личности, межличностных отношений повышают удовлетворённость браком.

Для реализации поставленной цели и проверки выдвинутой гипотезы в экспериментальном исследовании были определены следующие задачи:

. Определить совместимость супругов и согласованность ролевых ожиданий и притязаний в браке.

2. Изучить удовлетворённость браком мужчин и женщин в супружеских парах.

. Выявить различные сочетания типов темперамента и их соотнесение с удовлетворённостью браком.

. Выявить общие закономерности соотношения совместимости в супружеских парах, ролевых ожиданий, удовлетворённости браком и темперамента.

Объект исследования: супружеские пары в возрасте от 20 до 32 лет.

Предмет исследования: психологическая совместимость в супружеских парах.

Всего в исследовании приняло участие 50 супружеских пар в возрасте от 20 до 32 лет. Участники исследования состоят в браке не более 5 лет. 38 пар состоят в зарегистрированном браке, 12 пар проживают совместно в незарегистрированном браке. Для всех участников исследования данный брак является первым. 36 пар имеют одного ребенка, 6 пар имеют двух детей, 8 пар детей не имеют.

На первом этапе исследования был осуществлён сбор эмпирических данных. Психодиагностическое исследование проводилось в индивидуальном порядке, в его ходе были использованы следующие методики исследования:

. Для исследования совместимости супругов, использовался опросник межличностных отношений В. Шутца [41].

2. Для экспресс-диагностики степени удовлетворенности - неудовлетворенности браком, а также степени совпадения - рассогласования удовлетворенности у супругов, использовалась методика В.В. Столина, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко [47].

. Для исследования согласованности семейных ценностей и ролевых установок в супружеской паре, использовалась методика «Определение согласованности семейных ценностей и ролевых установок в супружеской паре» А.Н. Волковой [48].

. Для исследования особенностей межличностного взаимодействия супругов, использовался тест «Самооценка конструктивного взаимодействия в супружеских отношениях» [48].

. Для определения типа темперамента, в целях диагностики психофизиологической совместимости супругов, использовалась методика определение типа темперамента Г. Айзенка [42].

Опросник межличностных отношений В. Шутца (Приложение А).

Опросник В. Шутца позволяет получать данные о социально-потребностной (межличностной) совместимости супругов в виде суммарных индексов совместимости. Предполагается, что три типа потребностей (во включении, в контроле, в аффекте), которые измеряют шкалы опросника, по сути являются социальными (включаться в отношения и поддерживать их; контролировать поведение других и принимать решения; создавать близкие отношения), т.к. определяют поведение индивида именно в ситуациях межличностного взаимодействия и общения.

Опросник направлен на диагностику различных аспектов межличностных отношений. Поведение индивида оценивается в трех областях межличностных потребностей: включения (I), контроля (C) и аффекта (А). Каждая область подразделяется на выраженное (е) и требуемое (w) поведение.

Опросник содержит 6 шкал, 54 задания (по 9 пунктов на шкалу).

Шкалы опросника:

е - выраженное поведение в области включения (стремление привлекать внимание, интерес к себе, вовлекаться в отношения, входить в различные социальные группы, быть среди людей).

Iw - требуемое поведение в области включения (стремление к тому, чтобы другие интересовались индивидом, приглашали индивида принимать участие в их деятельности и стремились к общению с ним).

Се - выраженное поведение в области контроля (стремление контролировать и влиять на других, брать руководство в свои руки, определять, что и как будет делаться).

Cw - требуемое поведение в области контроля (стремление к тому, чтобы другие контролировали индивида, влияли на него и говорили ему, что и как делать).

Ае - выраженное поведение в области аффекта (стремление быть в близких, интимных отношениях с другими, проявлять к ним дружеские, теплые чувства).

Aw - требуемое поведение в области аффекта (стремление к тому, чтобы другие были более близкими к индивиду).

Далее при анализе данных обращают внимание на соотношение, комбинацию баллов по основным шкалам, которая позволяет вычислить индекс объема интеракций (е + w) и индекс противоречивости межличностного поведения (е - w) внутри и между отдельными Сластями межличностных потребностей. Полученные данные позволяют также определить коэффициент взаимной совместимости в Диаде. Он высчитывается следующим образом; если обозначим выраженное доведение индивида А в той или иной области символом е1, а индивида Б - символом е2, а требуемое поведение этих лиц - соответственно w1 и w2, то коэффициент совместимости имеет вид К = [е1 - w2] + [е2 - w1].

Характер супружеских отношений во многом зависит от степени согласованности семейных ценностей мужа и жены и ролевых представлений о том, кто и в какой степени отвечает за реализацию функций в определенной семейной сфере. Адекватность ролевого поведения супругов зависит от соответствия ролевых ожиданий (установка мужа и жены на активное выполнение партнером семейных обязанностей) ролевым притязаниям супругов (личная готовность каждого из партнеров выполнять семейные роли).

Опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко) (Приложение Б).

Удовлетворенность браком измерялась с помощью методики В. В. Столина, имеющей высокую корреляцию с другими методиками на удовлетворенность браком и высокую надежность результатов.

При разработке опросника авторы исходили из тезиса о том, что основным фактором, скрепляющим супружеские союзы, являются эмоциональные узы - любовь, эмоциональная привязанность. В соответствии с этим можно предполагать, что субъективная удовлетворенность - неудовлетворенность браком по своей природе скорее является обобщенной эмоцией, генерализованным переживанием, нежели следствием рациональной оценки успешности брака по тем или иным параметрам.

Исходные данные:

- балльные показатели по тесту на удовлетворенность браком для мужа и жены;

суммарные коэффициенты межличностной совместимости супругов;

балльные показатели согласованности семейных ценностей и ролей по различным сферам семейной жизни.

Методика «Определение согласованности семейных ценностей и ролевых установок в супружеской паре» А. Н. Волковой (Сокращённое название - РОП) (Приложение В).

Данная методика, разработанная А. Н. Волковой, входит в комплексную программу практической работы с супружеской парой.

Методика «РОП» позволяет определить:

. Представления супругов о значимости в семейной жизни сексуальных отношений, личностной общности мужа и жены, родительских обязанностей, профессиональных интересов каждого из супругов, хозяйственно-бытового обслуживания, моральной и эмоциональной поддержки, внешней привлекательности партнеров. Эти показатели, отражая основные функции семьи, составляют шкалу семейных ценностей.

. Представления супругов о желаемом распределении ролей между мужем и женой при реализации семейных функций, объединенные шкалой ролевых ожиданий и притязаний.

Несмотря на то, что эта методика применяется чаще в консультационной работе, а в научном исследовании гораздо реже, тем не менее с её помощью возможно определить согласованность семейных ценностей и ролевых установок в супружеской паре отдельно у мужчин и женщин, и на основе средних результатов сделать конкретные выводы.

Тест «Самооценка конструктивного взаимодействия в супружеских отношениях» (Приложение Г).

Методика представляет собой бланковый тест - опросник, содержащий описание 15 ситуаций супружеского взаимодействия, которые носят конфликтный характер.

В качестве ответа респондентам (испытуемым) предлагается шкала возможных реакций на определенную ситуацию, в которую заложены 5 возможных вариантов. Левый полюс шкалы - наибольшее выражение согласия, согласное, нейтральное отношение, выражение несогласия и, наконец, правый полюс - активное выражение несогласия.

Личностный опросник Г. Айзенка (Приложение Д).

Мы посчитали необходимым включить в наше исследование тест на определение типа темперамента как инструмент диагностики психофизиологической совместимости. Данная методика предназначена для определения степени экстраверсии и интроверсии, а также нейротизма и эмоциональной устойчивости, также для повышения валидности в ней есть шкала лжи: в случае, если испытуемый получает высокий балл по шкале лжи, он проходит тест заново. Однако все эти составляющие темперамента подробнее интерпретируются при индивидуальном или семейном консультировании, в массовом исследовании специфика несколько иная, и для анализа результатов больше нужны общие характеристики типа темперамента.

При статистической обработке полученных результатов использовался Коэффициент ранговой корреляции Спирмена

Метод ранговой корреляции Спирмена позволяет определить тесноту (силу) и направление корреляционной связи между двумя признаками или двумя профилями (иерархиями) признаков.

Расчет коэффициента ранговой корреляции Спирмена состоит из следующих этапов:

. Ранжирование признаков по возрастанию.

2. Определение разности рангов каждой пары сопоставляемых значений, d=dx-dy.

. Возведение в квадрат разность di и нахождение общей суммы, ∑d2.

. Вычисление коэффициента корреляции рангов по формуле:



где d2 - квадратов разностей между рангами; N - количество признаков, участвовавших в ранжировании.

При использовании коэффициента ранговой корреляции условно оценивают тесноту связи между признаками, считая значения коэффициента равные 0,3 и менее, показателями слабой тесноты связи; значения более 0,4, но менее 0,7 - показателями умеренной тесноты связи, а значения 0,7 и более - показателями высокой тесноты связи. Уровень значительности определяется по специальной таблице.

Таким образом, нами в исследовании было использовано пять разных методик, позволяющих выявить различные аспекты семейных отношений необходимых для подтверждения или опровержения тезиса гипотезы.

.2 Результаты и их обсуждение

После обработки данных отдельно по каждой супружеской паре для дальнейшего анализа результаты были сведены в одну общую таблицу, представленную в Приложение Е.

Данные полученные в результате диагностики психологической межличностной совместимости в супружеских парах, мы представили на рисунке 1.



Рисунок 1 - Уровень психологической совместимости

Преобладает количество семей с высоким уровнем психологической совместимости - 44% (среди мужчин данный процент чуть выше - 46%, среди женщин - 42%). Количество семей со средним уровнем психологической совместимости по оценкам мужчин и женщин почти не различается: 32% у мужчин и 34% у женщин. Низкие показатели совместимости среди супружеских пар имеют лишь 22% мужчин и 24% женщин.

Согласованность ролевых ожиданий и притязаний супругов отражает ролевая адекватность супругов. Рассмотрим ролевую адекватность мужчин и женщин по семейным ценностям. Было целесообразно объединить и мужчин, и женщин по группам с высоким уровнем согласованности РАм и РАж (ролевой адекватности мужчин и женщин), т.е. набравших 0-1 баллов, со средним уровнем (2-3 балла) и с низким уровнем согласованности (от 4 до 6 баллов). Результаты представлены в Таблице 1.

Таблица 1

Ролевая адекватность мужчин и женщин по семейным ценностям

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Семейные ценности | Мужчины | | | Женщины | | |
|  |  | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
| 1 | Хозяйственно-бытовая | 32 | 14 | 4 | 22 | 25 | 3 |
| 2 | Родительско-воспитательная | 28 | 17 | 5 | 14 | 25 | 11 |
| 3 | Социальная активность | 29 | 19 | 2 | 24 | 21 | 5 |
| 4 | Эмоциональная | 25 | 18 | 7 | 16 | 26 | 8 |
| 5 | Внешняя привлекательность | 26 | 14 | 10 | 18 | 22 | 9 |

Анализируя полученные результаты, мы видим, что ролевая адекватность мужчин выше по всем указанным в таблице видам семейных ценностей, т.к. высокий уровень ролевой адекватности демонстрируют 25-32 мужчин из 50, средний уровень ролевой адекватности показывают 14-19 мужчин (по разным семейным ценностям), и низкий уровень адекватности наблюдается встречается у 4-10 мужчин из 50. Можно предположить, что у мужчин в большей степени, чем у женщин, происходит совпадение ролевых ожиданий и исполнения семейных ролей.

У женщин средние показатели ролевой адекватности доминируют (21-26 женщин из 50), высокий уровень ролевой адекватности варьируется (от 14 до 24 женщин) в зависимости от сферы семейных ценностей. Большее число женщин, чем мужчин, имеют низкие показатели ролевой адекватности, следовательно, их ожидания намного превышают степень исполнения семейных ролей.

Теперь подробнее рассмотрим ролевую адекватность мужчин и женщин по каждой семейной ценности.

Хозяйственно-бытовая. У мужчин эта сфера самая благоприятная, т.к. 32 из 50 мужчин отмечают высокий уровень согласованности ожиданий и исполнения ролей, у 22 женщин наблюдается высокий уровень согласованности, у 25 - средний.

Родительско-воспитательная ценность. Большинство мужчин (28 из 50), как и по предыдущей семейной ценности, имеют высокий уровень согласованности ожиданий и притязаний, у женщин картина другая: только 14 женщин показывают высокий уровень согласованности, 25 - средний, 11 - низкий.

Социальная активность. В этой сфере и у мужчин, и у женщин одна общая тенденция, высокий уровень согласованности ролевых ожиданий и притязаний из 29 мужчин и 24 женщин, средний у 21 женщины и 19 мужчин, низкий - у 2 мужчин и 5 женщин. Можно сказать, что в этой сфере наблюдается наибольшая согласованность супружеских ожиданий и притязаний у всех исследуемых пар.

Ценности эмоциональная и внешняя привлекательность - мужчины лидируют по самому высокому уровню ролевой адекватности (25 и 26 из 50 мужчин), у 22 и 26 женщин - средние показатели ролевой адекватности, от 2 до 3 баллов.

Можно сделать заключение, что в среднем по всем супружеским ценностям ролевые ожидания женщин не компенсируются исполнением мужчинам супружеских ролей, что особенно ярко проявляется в родительско-воспитательной сфере, а также заметно в сферах эмоциональной поддержки и внешней привлекательности.

Нереализованность собственных ожиданий может повлечь за собой неудовлетворённость браком в целом, поэтому сейчас целесообразно проанализировать результаты тестирования супружеских пар на предмет удовлетворённость браком, которые отражены на рисунке 2.



Рисунок 2 - Удовлетворённость браком мужчин и женщин

Количество неблагополучных семей составило 20% как среди мужчин, так и среди женщин. Количество семей в категории от скорее благополучных до абсолютно благополучных по оценкам мужчин и женщин несколько различается: 10, 22 и 48% у мужчин и 10, 28 и 42% у женщин. Средняя удовлетворённость браком мужчин равна 35,2, средняя удовлетворённость женщин равна 34,9. Мужчины имеют средний показатель удовлетворенности браком немного выше, чем женщины, у которых, возможно, более дифференцированный подход к оценке своего брака. В целом эти различия можно признать незначительными.

Сопоставляя результаты по тесту удовлетворённости браком и ролевую адекватность супругов, можно заметить, что в тех парах, где оба супруга абсолютно удовлетворёны браком, различия в ролевой адекватности супругов незначительны (22%).

Для получения более полной картины совместимости супругов в паре необходимо было установить, существует ли закономерность между определёнными сочетаниями темпераментов и удовлетворённостью браком. Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2

Связь темпераментов с удовлетворённостью браком

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Высокая удовлетворённость браком | | | | | | | Средняя удовлетворённость браком | | | | | | Низкая удовлетворённость браком | | | | | | |
|  | Женщины | | | | | | Женщины | | | | | | | Женщины | | | | | |
| Мужчины |  | С | Х | Ф | М | Х/М |  | С | Х | Ф | М | Х/М | |  | С | Х | Ф | М | Х/М |
|  | С | 1 | 4 | 2 | 1 |  | С | 1 | 3 | 2 | 2 |  | | С |  |  |  | 1 |  |
|  | Х |  |  | 2 | 2 |  | Х | 1 | 1 | 1 | 2 |  | | Х |  | 1 | 1 |  |  |
|  | Ф | 1 |  |  | 3 |  | Ф | 3 | 1 |  | 2 | 1 | | Ф |  |  |  | 2 |  |
|  | М | 2 | 2 | 1 |  |  | М |  |  |  | 1 |  | | М |  | 1 |  | 1 |  |
|  | Ф/С |  |  |  |  |  | Ф/С | 1 |  |  |  |  | | Ф/С |  |  |  |  |  |

Условные обозначения: С - сангвиник, Х - холерик, Ф - флегматик, М - меланхолик, Х/М - холерик/меланхолик, Ф/С - флегматик/сангвиник.

супружеская пара из 50 исследованных полностью удовлетворены браком, среди них наиболее часто встречающиеся сочетания темпераментов - сангвиник-холерик (4 пары), флегматик-меланхолик (3 пары), сангвиник-флегматик (2 пары), холерик-флегматик (2 пары), холерик-меланхолик (2 пары), меланхолик-сангвиник (2 пары) меланхолик-холерик (2 пары), также есть другие разные сочетания темпераментов при значительной удовлетворённости браком (по 1 паре): флегматик-сангвиник, сангвиник-сангвиник и другие.

Среднюю удовлетворённость браком показали 22 супружеские пары, с преобладающими типами темперамента: флегматик-сангвиник, сангвиник-холерик.

Наименее удовлетворёнными браком, оказались 7 супружеских пар с преобладающими темпераментами флегматика-меланхолика.

Выделим только те сочетания темпераментов, обладатели которых отмечают наибольшую удовлетворённость браком: сангвиник-холерик, сангвиник-флегматик флегматик-меланхолик, холерик-флегматик, меланхолик-сангвиник, меланхолик-холерик.

Заметим, что при сочетании темпераментов флегматика-меланхолика наблюдается как наибольшая удовлетворённость браком, так и самая низкая. Возможно, такое сочетание темпераментов очень варьирует в качественном отношении, но, что представляется наиболее верным, причина неудовлетворённости браком заключается не столько в темпераменте и может быть вовсе не в темпераменте, а в других факторах.

Для выявления уровня готовности супругов к межличностному взаимодействию в паре, нами была проведена диагностика самооценки конструктивного взаимодействия в супружеских отношениях. Результаты методики представлены в таблице 3.

Таблица 3

Самооценка конструктивного взаимодействия в супружеских отношениях, в %

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Уровень конструктивного взаимодействия | Мужчины | Женщины | Общие результаты |
| Высокий уровень | 18 | 12 | 15 |
| Выше среднего | 46 | 58 | 52 |
| Средний уровень | 34 | 28 | 31 |
| Низкий уровень | 2 | 2 | 2 |

Средние значения этого показателя по выборке 3,5, что соответствует среднему уровню готовности к конструктивному взаимодействию и, следовательно, вероятность конфликтов с супругом (супругой) достаточна высока. Различия между мужчинами и женщинами незначительные.

Для выявления общих закономерностей соотношения совместимости в супружеских парах, ролевых ожиданий и удовлетворённости браком, мы использовали метод ранговой корреляции Спирмена, который позволяет определить силу и направление корреляционной связи между исследуемыми признаками. Итогом исследования и обработки данных стали следующие результаты.

. Исследование удовлетворенности браком

Получены балльные оценки, диапазон разброса которых составил для мужчин от 21 до 45 баллов, для женщин - от 21 до 45 баллов. Средние значения этого показателя 35,6 для мужчин, 34,6 - для женщин. В выборке нашего исследования представлено 42% абсолютно благополучных семей, 24% благополучных, 20% скорее благополучных и 14% неблагополучных. Среднее значение общей удовлетворенности браком в данной выборке 35,03.

Понятие удовлетворенности браком является интегративным качественным показателем семейной системы. В нашем исследовании фиксируется значимая связь показателей удовлетворенности браком для мужчин и женщин: коэффициент корреляции 0,408 при р<0,05.

. Исследование межличностной совместимости

Получены балльные оценки, мы преобразовали в общий коэффициент межличностной совместимости. Диапазон разброса общего коэффициента - от 6 до 43, средние значения этого показателя - 22,01 балла.

Был проведен корреляционный анализ для коэффициентов совместимости супружеской пары и показателей удовлетворенности браком, позволивший получить следующие результаты.

Для мужчин характерен высокий коэффициент отрицательной корреляции между уровнем удовлетворенности браком и общим коэффициентом межличностной совместимости супругов (-0,799 при р<0,01). Это говорит о том, что удовлетворенность браком возрастает с уменьшением коэффициента совместимости (коэффициент равен 0 при абсолютной совместимости), т.е. чем более совместимы супруги, тем больше мужчины удовлетворены браком.

Таким образом, с увеличением совместимости в отношениях увеличивается удовлетворенность мужчин браком как формой отношений.

Для женщин также характерен значимый коэффициент отрицательной корреляции между уровнем удовлетворенности браком и общим коэффициентом межличностной совместимости супругов (-0,829 при р<0,01). Это говорит о том, что с увеличением межличностной совместимости супругов возрастает удовлетворенность женщин браком.

Таким образом, с увеличением межличностной совместимости у женщин возрастает удовлетворенность собственным браком и браком вообще, а значимой связи отношения к партнеру и межличностной совместимости нет.

Общая удовлетворенность браком супругов имеет высокий коэффициент отрицательной корреляции с общим коэффициентом межличностной совместимости (-0,816 при р<0,01), т.е. с увеличением совместимости супругов возрастает общая удовлетворенность браком.

. Исследование совместимости семейных ценностей и ролей

В целом по выборке можно отметить наиболее рассогласованную сферу семейной жизни - эмоционально-психотерапевтическую (средний балл 2,12). Можно предположить, что именно эта сфера проявятся более ярко при анализе связей с удовлетворенностью браком у супругов.

Проведен корреляционный анализ показателей удовлетворенности браком и совместимости семейных ценностей (по шкалам ролевой адекватности у мужчин и женщин). Получены следующие результаты.

У мужчин выявлен высокий коэффициент отрицательной корреляции между уровнем удовлетворенности браком и интегральным коэффициентом совместимости семейных ценностей супругов (-0,518 при р<0,01). Это говорит о том, что удовлетворенность браком возрастает с уменьшением коэффициента совместимости (коэффициент равен 0 при абсолютной совместимости), т.е. чем более совместимы супруги по семейным ценностям, тем больше мужчины удовлетворены браком.

У женщин значимый коэффициент отрицательной корреляции был получен между уровнем удовлетворенности браком и интегральным коэффициентом совместимости семейных ценностей супругов (-0,516 при р<0,01). Это говорит о том, что с увеличением совместимости семейных ценностей супругов возрастает удовлетворенность женщин браком.

Коэффициент корреляции между показателем общей удовлетворенности браком и интегральным коэффициентом совместимости семейных ценностей говорит о наличии высокой значимой отрицательной корреляции (-0,562 при р<0,01). Это значит, что чем выше совместимость семейных ценностей и установок, чем более согласованны позиции супругов в разных сферах семейной жизни, тем выше удовлетворенность браком у супругов. Важными сферами жизни супругов, влияющими на их удовлетворенность браком, являются хозяйственно-бытовая сфера (-0,453 при р<0,01) и эмоционально-психотерапевтическая функция семьи (-0,436 при р<0,01).

Таким образом, чем более совместимы супруги в оценках значимости хозяйственно-бытовой сферы и эмоционально-психотерапевтической функции брака, тем более они удовлетворены браком.

. Исследование соотношения межличностной совместимости и совместимости семейных ценностей

Выявлена высокая положительная корреляция между общим показателем межличностной совместимости и интегральным коэффициентом совместимости семейных ценностей (0,502 при р<0,01). Таким образом, с увеличением межличностной совместимости возрастает и совместимость семейных ценностей.

5. Исследование связи психологической совместимости и удовлетворенности браком с количеством детей в семье показал, что статистически значимой связи между удовлетворенностью браком, коэффициентом межличностной совместимости и количеством детей в семье не обнаружено.

Таким образом, нами выявлены основные закономерности взаимосвязей между психологической совместимостью супружеской пары и удовлетворенностью браком.

Гипотеза о том, что с увеличением психологической совместимости возрастает удовлетворенность супругов браком, подтвердилась.

Супруги с высокой межличностной совместимостью более удовлетворены браком, чем супруги с низкой межличностной совместимостью.

При высокой совместимости семейных ценностей супружеская пара больше удовлетворена браком, нежели при низкой совместимости.

Важнейшими сферами жизни супругов, влияющими на их удовлетворенность браком, являются хозяйственно-бытовая сфера и эмоционально-психотерапевтической функции брака.

Из сказанного выше следует, что:

а) согласованность установок в значимости для супругов реализации хозяйственно-бытовой функции семьи, является основными ценностями в процессе межличностного взаимодействия, также определяет удовлетворенность браком;

б) согласованность в значимости для супругов взаимной моральной и эмоциональной поддержки, ориентация на брак как среду, способствующую психологической разрядке и стабилизации, значимо коррелирует с удовлетворенностью браком.

.3 Рекомендации по оптимизации отношений в супружеских парах

Итак, проведенное нами исследование подтвердило особую роль психологической совместимости в супружеских отношениях. С целью улучшения совместимости в супружеских парах, нами была составлена программа по оптимизации семейных отношений. Для коррекции семейных отношений, можно рекомендовать семейным парам с выявленным низким уровнем психологической совместимости и удовлетворенности браком участие в занятиях по специальной программе (Приложение Ж).

Цель программы: оптимизация и коррекция семейных отношений в паре.

Задачи программы:

1. исследование психологической проблемы каждой семьи и оказание ей помощи в ее решении;

2. изменение неадаптивных стереотипов поведения и достижение адекватной социальной адаптации;

. приобретение знаний о закономерностях жизни семьи как основы для более эффективного и гармоничного общения;

. содействие процессу личностного роста, реализации человеческого потенциала; ощущению счастья;

. устранение болезненных симптомов; соответствующих различным эмоциональным проблемам.

Общая продолжительность 4 занятия. Программа занятий рассчитана на 14 часов.

Примеры упражнений:

«Кто я?».

Инструкция: Возьмите лист бумаги и ответьте на вопрос «Кто я?» несколько раз. После этого участники зачитывают написанное и дают пояснения.

«Контраргументы».

Возьмите лист бумаги и поделите его вертикальной чертой на 2 части. Слева в колонку «недовольство собой» запишите все то, чем вы недовольны в, себе именно сегодня, сейчас.

Затем, на каждое недовольство приведите контраргументы, т.е. то, что можно противопоставить, чем вы и окружающие вас люди довольны уже сейчас и запишите в колонку «принятие себя». По-окончании задания - совместное обсуждение.

«Настроение».

Инструкция: «Пусть каждый из вас по очереди займет такую позу, которая отражает его настроение в настоящий момент.

«Слепой и поводырь».

Эта игра позволяет почувствовать играющему, насколько он может доверять другому человеку и насколько он может брать ответственность на себя. Между двумя, играющими в паре, могут измениться прежние впечатления друг от друга и улучшиться отношения.

Инструкция: «Разбейтесь по двое. Один из вас двоих надевает повязку на глаза так, чтобы ничего не видеть. Второй будет ведущим. Когда ты ведущий - ты должен провести «слепого» по помещению так, чтобы он чувствовал себя спокойно и уверенно. Это упражнение выполняется молча, без слов».

После выполнения упражнения участники меняются ролями.

Обсуждение: Как ты чувствовал себя, когда был «слепым»? Вел ли тебя твой поводырь бережно и уверенно? Знал ли ты все время, где ты? Как ты себя ощущал в роли поводыря? Что ты делал, чтобы вызвать и укрепить доверие своего партнера? Когда тебе было лучше: когда ты вел или когда тебя вели?

Скульптура «Недоверие-доверие».

Выбирается один участник, по желанию, который будет «глиной», из которого другой участник - «скульптор» лепит скульптуру под названием «Недоверие». Затем ведущий обращается к участникам: «Что в скульптуре говорит нам о недоверии и что можно сделать, чтоб она стала скульптурой «Доверие»?» Участники группы показывают на «глине», какие изменения они предполагают сделать для этого.

«Подарок».

Участники встают в круг

Инструкция: «Сейчас мы будем делать подарки друг другу. Начиная с ведущего, каждый по очереди средствами пантомимы изображает какой-то предмет и передает его своему соседу справа (мороженое, ежика, гирю, цветок и т.п.)».

«Испуганный ежик»

Участники работают в паре. Один участник изображает испуганного ежика, свернувшегося в клубок. Задача другого - пытаться соответствующими жестами, словами установить контакт с «ежиком», успокоить его и заслужить доверие, чтобы он развернулся.

Обсуждение: Что вы чувствовали, когда были ежиками, а когда были людьми? Как пытались установить контакт, вызвать доверие ежика? Что было трудным? Что помогло? В каких ситуациях ты ведешь себя подобно ежику? Что тебе помогает установить контакт в реальных ситуациях?

«Линии».

Упражнение позволяет потренироваться в выражении своих эмоций в символической, образной форме.

Инструкция: «Сейчас мы попробуем передавать свои чувства не рисуя ничего конкретного, только простые линии. Нарисуйте счастливые линии…грустные линии…злые линии…усталые линии…тревожные линии».

«Живые руки»

Это невербальное упражнение исследует чувства, возникающие в результате прикосновений. В комнате расставляются стулья в 2 ряда. Все рассаживаются по парам с завязанными глазами. (Чтобы лучше сосредоточиться на ощущениях). Сидя лицом к партнеру, нужно познакомиться с ним только руками, касаясь ими его рук. Боритесь руками, миритесь руками. Затем попрощайтесь руками и снимите повязку с глаз. Обменяйтесь друг с другом в течении нескольких минут своими впечатлениями.

«Материализация нежности»

Инструкция: «Представьте себе, что нежность живая, - что бы она делала с вами? Пусть каждый подумает, если бы нежность меня гладила, то как бы она это делала? Если бы она держала меня за руку? Если бы она обнимала меня? Если бы она смотрела мне в глаза?

Участники работают в паре. Одна пара встает в центр круга

Ведущий объясняет: «Пусть твой партнер будет твоей нежностью и сделает то, что ты сейчас представлял. Научи свою «нежность», где должна быть ее рука, смотрит ли она в глаза, если она тебя гладит, то как движутся ее руки? Правильно ли она делает, нежность ли это? Покажи ей сам как нужно, как ты себе представляешь нежность».

Участники по очереди становятся «нежностью» друг друга. Затем в центре круга может быть другая пара.

«Старые фотографии»

Для данного упражнения заранее отбираются старые фотографии участников (связанные с их совместными мероприятиями, праздниками…). Все фотографии перемешиваются. Ведущий берет фотографии по одной и предлагает участникам, которым они принадлежат, вспомнить, когда они были сделаны, в связи с чем, их чувства в тот момент…

«Сравнение ценностей»

Данная методика, основанная на системном, подходе, предполагает, что любые взаимоотношения в семье могут быть рассмотрены как целостные. Методика определяет ценности и социальные роли как неотъемлемую часть социально-психологического процесса и построена на восприятии и взаимных объяснениях членов супружеской пары или семьи.

Она направлена на выявление ценностей, влияющих на внутрисемейные взаимоотношения, и дает возможность как психологам, так и клиентам получить доступ к проблемам, сходствам, различиям и взаимодополняющим позициям, существующим в данной семье.

Данная методика наиболее эффективна для помощи членам семьи в эффективном общений друг с другом; прояснения подозрений по поводу того, что кто-то кого-то не ценит; подозрений в манипуляции.

Каждому из членов группы дается индивидуальное домашнее задание, которое затем обсуждается на последующих встречах.

Он должен подумать, какие ценности наиболее значимы для данного человека, и приготовить два списка ценностей.

Один список - собственные ценности клиента, другой список представляет ценности партнера с точки зрения клиента.

Ценности необходимо расположить в порядке их важности. Не существует никаких ограничений по содержанию ценностей. Клиенты не должны обсуждать списки до того, как клиенты встретятся у психолога.

На последующей встрече пары просят прочитать составленные ими дома списки вслух» а затем психолог записывает их на один лист для того, чтобы они были удобны для сравнения. Затем участники сравнивают представленные списки и размышляют над следующими вопросами: возможный источник ценностей, противоречия между списками и внутри каждого списка, различия в содержании списков, как клиенты воспринимают ценности других и т. д.

После составления общего списка и его обсуждения пары просят рассказать о своих впечатлениях, которые сформировались от знакомства со списками партнера.

Клиенты не должны критиковать позиции друг друга, их задача - посмотреть на ценности другого человека с его точки зрения и со своей.

«Строим город»

Лист ватмана или стекло покрывается слоем пластилина. Участники, разбившись на пары, выбирают себе на ватмане небольшую территорию и обводят ее. Это их дом. Они что-то строят на своей территории из пластилина. Затем эти территории соединяются в один город. Цель этого этапа - активизация взаимодействия между участниками группы. Дороги строятся компактно, с заходами в соседние дома, таким образом, создавая единую сеть коммуникаций, социальных связей. Такой навык строить взаимодействие, создавать круг друзей поможет им в будущем получать поддержку друг друга и строить новые связи.

При разрешении конфликтов между супругами уместно использовать в свой работе следующие рекомендации и упражнения.

Одним из наиболее существенным в разрешении семейных конфликтов является упорядоченность выявления проблемы по их значимости и срочности решения, определить главные и второстепенные из них. Главными называют такие проблемы, которые необходимо решать в первую очередь и решение которых влечет за собой решение остальных проблем.

Конструктивность разрешения супружеских конфликтов, как никаких других, зависит в первую очередь от умения супругов понимать, прощать и уступать.

Одно из условий завершения конфликта любящих супругов - не добиваться победы. Победу за счет поражения любимого человека трудно назвать достижением. Важно уважать другого, какая бы вина ни лежала на нем. Нужно быть способным честно спросить у самого себя (и главное, честно ответить себе), что же тебя на самом деле волнует. При аргументации своей позиции стараться не проявлять неуместный максимализм и категоричность. Лучше самим придти к взаимопониманию и не втягивать в свои конфликты других - родителей, детей, друзей, соседей и знакомых. Только от самих супругов зависит благополучие семьи.

В том случае если будет твердо установлено, что главной проблемой супругов в их семейной жизни является отсутствие взаимопонимания между ними, психологу-консультанту рекомендуется действовать поэтапно. Прежде всего, необходимо научить супругов внимательно слушать друг друга (слушать - значит понимать, но не обязательно полностью и во всем соглашаться).

Умение слушать означает:

 сосредоточение внимания на том, что говорит и переживает другой человек;

 отвлечение на время слушания внимания от собственных мыслей и переживаний;

 активное размышление над тем, что говорит партнер, с определенным внутренним настроем на его глубокое понимание и без попыток оценивать услышанное в терминах «хорошо» или «плохо»;

 запоминание мыслей, фактов, сообщаемых говорящим человеком, и логики его рассуждений;

Часто при разрешении семейных конфликтов пользуются услугами посредника:

 Само -

 Взаимопомощь -

 Профессиональная помощь -

Предупреждение семейных конфликтов зависит от всех членов семьи и прежде всего от супругов. При этом следует иметь в виду, что некоторые мелкие семейные ссоры могут иметь позитивную направленность, помогая прийти к согласию по спорным вопросам и предотвратить крупный конфликт.

Возможные пути разрешения конфликта:

 формирование психолого-педагогической культуры, знание основных семейных отношений;

 воспитание детей с учетом их индивидуальных (психических и возрастных) особенностей;

 эмоциональных состояний;

 организация семьи на началах, формирование семейных традиций, развитие в помощи, в ответственности, доверия и уважения;

 формирование культуры общения между супругами.

Возможно использование в своей работе ролевой игры «Разрешение конфликта».

Инструкция: Обыграйте данные ситуации, используя один из вариантов выхода из конфликтной ситуации.

Жена просит Вас выйти в магазин за хлебом, а по телевизору идет Ваш любимый фильм.

Вы увидели свою жену в кафе с другим мужчиной.

Вы узнали, что Ваш муж Вам солгал, и уличаете его во лжи.

Вы считаете, что Ваша жена тратит слишком много денег.

Вы считаете, что Ваш муж больше времени проводит с друзьями, чем с Вами.

По окончании - совместное обсуждение.

Психокоррекционная модель помощи супружеской паре предполагает, что причиной тех или иных проблем или неблагополучия в семье зависят от внутри семейного общения, личностных особенностях членов семьи или неблагоприятных обстоятельств. Наша программа позволяет проанализировать семейную ситуацию клиента, сформулировать «проблему», которая позволяет оказать помощь семье и её членам. Помощь состоит в коррекции семейных отношений, в которых те или иные проблемы могут вести к дезадаптации отношений членов семьи.

Выводы по экспериментальной части исследования:

. Преобладает количество супружеских пар с высоким уровнем психологической совместимости - 44%. Количество супружеских пар со средним уровнем психологической совместимости по оценкам мужчин и женщин почти не различается: 32% у мужчин и 34% у женщин. Низкие показатели совместимости среди супружеских пар имеют лишь 22% мужчин и 24% женщин.

2. Ролевая адекватность мужчин выше по всем видам семейных ценностей, чем у женщин. Можно предположить, что у мужчин в большей степени, чем у женщин, происходит совпадение ролевых ожиданий и исполнения семейных ролей. У женщин доминируют средние показатели ролевой адекватности, высокий уровень ролевой адекватности варьируется в зависимости от сферы семейных ценностей. Большее число женщин, чем мужчин, имеют низкие показатели ролевой адекватности, следовательно, их ожидания намного превышают степень исполнения семейных ролей.

Таким образом, ролевые ожидания женщин не компенсируются исполнением мужчинами супружеских ролей, что особенно ярко проявляется в родительско-воспитательной сфере, а также заметно в сферах эмоциональной поддержки и внешней привлекательности.

. Отмечены определённые соотношения между степенью удовлетворённости браком и типом темперамента супругов: наибольшую удовлетворённость браком показали супруги, обладающие сочетаниями темпераментов сангвиник-холерик, сангвиник-флегматик флегматик-меланхолик, холерик-флегматик, меланхолик-сангвиник, меланхолик-холерик. Выяснилось, что обладатели противоположных темпераментов больше удовлетворены браком, чем обладатели одинаковых типов темперамента.

4. Выявлены значимые связи между психологической совместимостью супругов и удовлетворенностью браком. С возрастанием психологической совместимости увеличивается удовлетворенность супругов браком. Удовлетворенность браком возрастает с увеличением межличностной совместимости супругов.

. Чем выше совместимость семейных ценностей и установок, чем более согласованы позиции супругов в разных сферах семейной жизни, тем выше удовлетворенность браком у супругов. Удовлетворенность браком возрастает с увеличением совместимости супругов в оценках реализации хозяйственно-бытовой функции семьи и эмоционально-психотерапевтической функции брака. Эти сферы являются наиболее важными в формировании удовлетворенности супругов браком.

6. Количество детей в семье на показатели качества брака не влияет.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема супружеских отношений, в последние десять лет, занимает в отечественной и зарубежной психологической науке весьма заметное место. Из года в год растет число выполняемых исследований и публикаций, проводятся специальные симпозиумы, делаются доклады на конференциях самой разной направленности. Научная и практическая значимость семьи как объекта психологического исследования и воздействия предопределяет и дальнейший рост внимания к этой теме.

Наиболее важным, с точки зрения многих исследователей является факт изменения отношений между семьей и личностью. Именно супружеские отношения становятся центральными с точки зрения оценки семьи как успешной или неуспешной, они в максимальной степени влияют на качество брака. Принципиальным для семьи является вопрос о психологической совместимости в супружеских парах. Совместимость партнеров в браке означает их сходство или единство во многих областях жизни.

Под совместимостью партнеров в браке, мы понимаем взаимное приятие партнеров по общению и совместной деятельности, основанное на оптимальном сочетании ценностных ориентации, социальных установок, интересов, мотивов, потребностей, характеров, темпераментов, темпа и ритма психофизиологических реакций и других, значимых для межличностного взаимодействия в паре индивидуально-психологических характеристик.

По результатам проведенного исследования можно сказать, что достигнута основная цель данной работы: изучены особенности психологической совместимости в супружеских парах.

Проведенная работа показала необходимость продолжения исследований в данной области, и позволила наметить их перспективные направления, среди которых:

1) расширение батареи психодиагностических методик для оценки показателей влияющих на психологическую совместимость в супружеских парах;

2) уточнение особенностей психологической совместимости в семейных парах с большим стажем семейной жизни;

) выявление гендерных особенностей психологической совместимости в супружеских парах с большим стажем семейной жизни.

Кроме того анализ непосредственных результатов данного эмпирического исследования позволяет сделать следующие выводы.

Нами были выявлены значимые связи между психологической совместимостью супругов и удовлетворенностью браком. С возрастанием психологической совместимости увеличивается удовлетворенность супругов браком. Удовлетворенность браком также возрастает с увеличением межличностной совместимости супругов. Чем выше совместимость семейных ценностей и установок, чем более согласованы позиции супругов в разных сферах семейной жизни, тем выше удовлетворенность браком у супругов. Удовлетворенность браком возрастает с увеличением совместимости супругов в оценках реализации хозяйственно-бытовой функции семьи и эмоционально-психотерапевтической функции брака. Эти сферы являются наиболее важными в формировании удовлетворенности супругов браком.

Таким образом, гипотеза нашего исследования подтвердилась полностью, задачи нами выполнены, цели достигнуты.

# БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Авдеева, Л.Н. Психолого-педагогическое сопровождение студенческой семьи [Текст]: автореф. дис. …канд. пед. наук / Л.Н. Авдеева. - Астрахань, 2009. - 25 с.

2. Аксёнова, Л.И. Социальная педагогика в специальном образовании [Текст]: учеб. пособие для студентов сред. проф. образования / Л.И. Аксёнова. - М.: Академия, 2001. - 192 с.

3. Алешина, Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование [Текст] / Ю.Е. Алёшина. - М.: Класс, 2004.

4. Алешина, Ю.Е. Цикл развития семьи: исследования и проблемы [Текст] / Ю.Е. Алёшина // Вестник МГУ. Сер.14. Психология. - 1987. - №2.

5. Андреева, Г.М. Социальная психология [Текст]: учебник для ВУЗов / Г.М. Андреева. - 5-е изд. - М.: Аспект Пресс, 2002.

6. Андреева, Г.В. Психология семьи [Текст] / Г.В. Андреева. - СПб.: Речь, 2007. - 384 с.

7. Бодалев, А.А. Личность в общении. Избранные труды. [Текст] / А.А. Бодалёв. - М.: Педагогика, 1983.

8. Волкова, А.Н. Методические приемы диагностики супружеских отношений [Текст] / А.Н. Волкова, Т.М. Трапехина // Вопросы психологии. - 1985. - №5.

9. Голод <http://www.bookland.ru/adv\_search.php?author=%D1.+%C8.+%C3%EE%EB%EE%E4&tochno=1>, С.И. Личная жизнь: любовь, отношения полов [Текст] / С.И. Голод. - М.: Знание, 1990.

10. Гребенников, И.В. Основы семейной жизни [Текст] / И.В. Гребенников.- М.: Просвещение, 2000. - 280 с.

11. Гуревич, К.М. Психологическая диагностика [Текст]: учебное пособие / К.М. Гуревич. - М.: Лист, 1997.

12. Гурко, Т.А. Влияние добрачного поведения на стабильность молодой семьи. Психология семьи [Текст]: хрестоматия / Т.А. Гурко. - М.: Бохрах, 1998. - 486 с.

13. Дементьева, И.Ф. Первые годы брака. Проблемы становления молодой семьи. [Текст] / И.Ф. Дементьева. - М., 1991. - 112 с.

14. Джеймс, М. Брак и любовь [Текст]: пер. с англ. / М. Джеймс. - М.: Просвещение, 1993.

15. Дивицына, Н.Ф. Семьеведение [Текст]: учебное пособие / Н.Ф. Дивицына. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006. - 325 с.

16. Дымнова, Т.И. Психология семейного образа жизни [Текст]: учеб.-практ. пособие / Т.И. Дымнова. - М.: Пед. о-во России, 2005. -144 с.

17. Ермолаев, О.Ю. Математическая статистика для психологов: Учебник [Текст] / О.Ю. Ермолаев. - 3-е изд., испр. М.: Московский психолого - социальный институт: Флинта, 2004. - 336 с.

. Захарова, Ж.А. Комплексная поддержка молодой семьи [Текст] / Ж.А. Захарова, Ю.В. Румянцева // Социальная работа с молодежью: учеб. пособие для студентов вузов / Н.Ф. Басов [и др.] ; под ред. Н.Ф. Басова. - М., 2007. - Гл. 7. - С. 131-148.

. Зубкова, Т.С. Организация и содержание работы по социальной защите женщин, детей и семьи [Текст]: учеб. пособие для студентов сред. проф. образования / Т.С. Зубкова, Н.В. Тимошина. - М.: Академия, 2004. - 224 с.

. Зуйкова, Е.М. Молодая семья [Текст] / Е.М. Зуйкова, Н.В. Кузнецова. - М.: Инфра-М, 2006. - 186 с.

. Калмыкова, Е.С. Психологические проблемы первых лет супружеской жизни [Текст]: учеб. Пособие / Е.С. Калмыкова, Д.Я. Райгородский. - Самара: Бахрах - М, 2002. - 282 с.

. Колектив. Личность. Общение: Словарь социально-психологических понятий [Текст] / под ред. Е.С. Кузьмина. - Л.: Лениздат, 1987.

23. Концепция государственной политики в отношении молодой семьи [Текст]: Письмо Минобрнауки РФ от 08.05.2007 №АФ-163/06 // Вестник образования России. - 2007. - №17. - С. 29-44.

24. Коряковцева, О.А. Комплексная поддержка молодой семьи [Текст]: учебно-методическое пособие для студентов вузов / О.А. Коряковцева, М.И. Рожков. - М.: ВЛАДОС, 2008. - 204 с.

25. Кроник, А.А. В главных ролях: вы, мы, он, ты, я. Психология значимых отношений [Текст]: пер. с англ. / А.А. Кроник, Е.А. Кроник. - М.: Просвещение, 1989.

26. Курелюк, О.Б. Коммуникативная культура как основа внутрисемейного общения. Психотерапия семьи [Текст] / О. Б. Курелюк. - M.: Речь, 2003.

27. Леонов, А.А. К проблеме психологической совместимости в межпланетном полете [Текст] / А.А. Леонов, В.И. Лебедев // Вопросы психологии. - 1972. - №9.

28. Маралов, В.Г. Основы самопознания и саморазвития [Текст]: учеб. пособие для студентов сред. проф. образования / В.Г. Маралов. - 2-е изд. стер. - М.: Академия, 2004. - 256 с.

29. Молодая семья: проблемы и перспективы социальной поддержки [Текст]: монография / Краснояр. Гос. ун-т, Юрид. Ин-т, соц.-правовой факультет; под общей редакцией Е.В. Жижко, С.Д. Чигановой. - Красноярск: РУМЦ ЮО, 2005. - 300 с.

30. Мустаева, Ф.А. Основы социальной педагогики [Текст]: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений. / Ф.А. Мустаева - 2-е изд., перераб. и доп. - М: Академический проект, Екатеринбург: Деловая Книга, 2002. - 416 с.

31. Навайтис, Г. Семья в психологической консультации [Текст] / Моск. психол.-социал .ин-т. - М.: Моск. психол.-социал. ин- т ; Воронеж: МОДЭК, 1999. - 224 с.

. Обозов, Н.Н. Как назвать наши отношения [Текст] / Н.Н. Обозов. - М.: МГУ, 1986.

. Обозов, Н.Н. Психология межличностных отношений [Текст] / Н.Н. Обозов. - К.: Высшая школа, 1990.

. Обозов, Н.Н. Три подхода к исследованию психологической совместимости [Текст] / Н.Н. Обозов, А.Н. Обозова // Вопросы психологии. - 1981. - №6.

. Обозова, А.Н. Аксиомы супружества (Психология супружеских отношений) [Текст] / А.Н. Обозова, В.И. Штильбанс. - Л.: ЛГУ, 1984.

. Олейник, Ю.Н. Исследование уровней совместимости в молодой семье [Текст] / Ю.Н. Олейник // Психологический журнал. - 1986. - Т.7. - №2.

37. Основы психологии семьи и семейного консультирования [Текст]: учеб.пособие для студентов вузов / под ред. Н.Н. Посысоева. - М.: Владос-Пресс, 2004. - 328 с.

38. Основы социальной работы [Текст]: учебник / под ред. П.Д. Павленок. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ИНФРА-М, 2004. - 395 с.

39. Панкова, Л.М. У порога семейной жизни [Текст] / Л.М. Панкова. - М, 2005. - 354 с.

40. Платонов, К.К. Краткий словарь системы психологических понятий [Текст] / К.К. Платонов. - М.: Высшая школа, 1981.

. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии учебное пособие [Текст] / Под ред. А.А. Крылов. Л.: ЛГУ, 1990.

. Психологические тесты / Под. ред. А. А. Карелина: В 2 т. - М. - 2000. - Т. 2.

43. Райгородский, Д.Я. Психология семьи [Текст] / Д.Я. Райгородский. - Самара: «БАХРАХ-М», 2002. - 752 с.

44. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки психологии [Текст] / Е.В. Сидоренко. СПб.: Питер, 2000.

45. Социальная психология [Текст]: учебник для ВУЗов / под ред. Е.С. Кузьмина, В.Е. Семенова - Л.: ЛГУ, 1979.

. Социальная работа с семьей [Текст] / под ред. Е.И. Холостовой. - Москва - Тула, 1996. - 213 с.

. Столин, В.В. Опросник удовлетворенности браком [Текст] / В.В. Столин // Вестник Московского ун-та. Сер.14. Психология. - 1984. - №2 - с. 54-60.

48. Сысенко, В.А. Психодиагностика супружеских взаимоотношений [Текст]: научно-метод. Пособие / В.А. Сысенко. - М.: 1998. - 109 с.

. Сысенко, В.А. Устойчивость брака: проблемы, факторы и условия [Текст] / В.А. Сысенко. - М.: Просвещение, 1981.

. Харчев, А.Г. Социология семьи: проблемы становления [Текст] / А.Г. Харчев. - М., 2002. - 254 с.

. Шевандрин, Н.И. Социальная психология в образовании [Текст] / Н.И. Шевандрин. - М.: Владос, 1995.

социальный психологический супружеский совместимость

# ПРИЛОЖЕНИЕ А

# Опросник межличностных отношений (ОМО) В. Шутца

Инструкция: Опросник предназначен для оценки типичных способов вашего отношения к людям. В сущности, здесь нет правильных и неправильных ответов, правилен каждый правдивый ответ.

Иногда люди стремятся отвечать на вопросы так, как, по их мнению, они должны были бы себя вести. Однако в этом случае нас интересует, как вы ведете себя в действительности.

Некоторые вопросы очень похожи друг на друга. Но все-таки они подразумевают разные вещи. Отвечайте, пожалуйста, на каждый вопрос отдельно, без оглядки на другие вопросы. Время ответа на вопросы не ограничено, но не размышляйте слишком долго над каким-либо вопросом.

«Здесь нет правильных и неправильных ответов, правилен каждый правдивый ответ.

Иногда люди стремятся отвечать на вопросы так, как, по их мнению, они должны были бы себя вести. Однако в этом случае нас интересует, как вы ведете себя в действительности.

Некоторые вопросы очень похожи друг на друга. Но все-таки они подразумевают разные вещи. Отвечайте, пожалуйста, на каждый вопрос отдельно, без оглядки на другие вопросы. Время ответа на вопросы не ограничено, но не размышляйте слишком долго над каким-либо вопросом».

Опросный лист ОМО

Фамилия И.О.

Пол

Возраст

Дата обследования

Дополнительные сведения

Для каждого утверждения выберите ответ, который больше всего вам подходит. Номер ответа напишите слева от каждой строчки. Пожалуйста, будьте как можно более внимательны.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| (1) Обычно | (2) Часто | (3) Иногда | (4) По случаю | (5) Редко | (6) Никогда |

1. Стремлюсь быть вместе со всеми

. Предоставляю другим решать вопрос о том, что необходимо будет сделать

. Становлюсь членом различных групп

. Стремлюсь иметь близкие отношения с остальными членами групп

. Когда представляется случай, я склонен стать членом интересных организаций

. Допускаю, чтобы другие оказывали сильное влияние на мою деятельность

. Стремлюсь влиться в неформальную общественную жизнь

. Стремлюсь иметь близкие и сердечные отношения с другими

. Стремлюсь задействовать других в своих планах

. Позволяю другим судить о том, что я делаю

. Стараюсь быть среди людей.

. Стремлюсь устанавливать с другими близкие и сердечные отношения.

. Имею склонность присоединяться к остальным всякий раз, когда делается что-то совместно

. Легко подчиняюсь другим

. Стараюсь избегать одиночества

. Стремлюсь принимать участие в совместных мероприятиях

Для каждого из дальнейших утверждений выберите один из ответов, обозначающий количество людей, которые могут влиять на вас или на которых ваше поведение может распространяться.

# Относится к:

|  |  |
| --- | --- |
| (1) Большинству людей | (4) Нескольким людям |
| (2) Многим | (5) Одному двум людям |
| (3) Некоторым людям | (6) Никому |

17. Стремлюсь относиться к другим приятельски

. Предоставляю другим решать вопрос о том, что необходимо будет сделать

. Мое личное отношение к окружающим - холодное и безразличное

. Предоставляю другим, чтобы руководили ходом события

. Стремлюсь иметь близкие отношения с остальными

. Допускаю, чтобы другие оказывали сильное влияние на мою деятельность

. Стремлюсь приобрести близкие и сердечные отношения с другими

. Позволяю другим судить о том, что я делаю

. С другими веду себя холодно и безразлично

. Легко подчиняюсь другим

. Стремлюсь иметь близкие и сердечные отношения с другими

Для каждого из дальнейших утверждений выберите один из ответов, обозначающий количество людей, которые могут влиять на вас, или на которых ваше поведение распространяется.

# Относится к:

|  |  |
| --- | --- |
| (1) Большинству людей(4) Нескольким людям |  |
| (2) Многим | (5) Одному двум людям |
| (3) Некоторым людям | (6) Никому |

28. Люблю, когда другие приглашают меня участвовать в чем-нибудь

. Мне нравится, когда остальные люди относятся ко мне непосредственно и сердечно

. Стремлюсь оказывать сильное влияние на деятельность других

. Мне нравится, когда другие приглашают меня участвовать в своей деятельности

. Мне нравится, когда другие относятся ко мне непосредственно

. В обществе других стремлюсь руководить ходом событий

. Мне нравится, когда другие подключают меня к своей деятельности

. Я люблю, когда другие ведут себя со мной холодно и сдержанно

. Стремлюсь, чтобы остальные поступали так, как я хочу

. Мне нравится, когда другие приглашают меня принять участие в их дебатах (дискуссиях)

. Я люблю, когда другие относятся ко мне по-приятельски

. Мне нравится, когда другие приглашают меня принять участие в их деятельности

. Мне нравится, когда окружающие относятся ко мне сдержанно

Для каждого из дальнейших утверждений выберите один из следующих ответов.

|  |  |
| --- | --- |
| (1) Обычно | (4) Случайно |
| (2) Часто | (5) Редко |
| (3) Иногда | (6) Никогда |

41. В обществе стараюсь играть главенствующую роль

. Мне нравится, когда другие приглашают меня участвовать в чем-нибудь

. Мне нравится, когда другие относятся ко мне непосредственно

. Стремлюсь, чтобы другие делали то, что я хочу

. Мне нравится, когда другие приглашают меня участвовать в своей деятельности

. Мне нравится, когда другие относятся ко мне холодно и сдержанно

. Стремлюсь сильно влиять на деятельность других

. Мне нравится, когда другие подключают меня к своей деятельности

. Мне нравится, когда остальные люди относятся ко мне непосредственно и сердечно

. В обществе стараюсь руководить ходом событий

. Мне нравится, когда другие приглашают принять участие в их деятельности

. Мне нравится, когда ко мне относятся сдержанно

. Стараюсь, чтобы остальные делали то, что я хочу

. В обществе руковожу ходом событий

### Ключи для обработки шкал опросника межличностных отношений (ОМО)

Слева приводятся пункты шкал, справа - номера правильных ответов. При совпадении ответа испытуемого с ключом - он оценивается в один балл, при несовпадении - 0 баллов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Iw | Cw | Aw |
| 1. 1, 2, 3, 4 | 2. 1, 2, 3, 4, 5 | 4. 1, 2 |
| 3. 1, 2, 3, 4, 5 | 6. 1 , 2, 3 | 8. 1, 2 |
| 5. 1, 2, 3, 4, 5 | 10. 1, 2, 3, | 12. 1 |
| 7. 1, 2, 3 | 14. 1, 2, 3 | 17. 1, 2, 3 |
| 9. 1, 2, 3 | 18.1, 2, 3, 4 | 19. 3, 4, 5, 6 |
| 11. 1, 2 | 20. 1, 2, 3, 4 | 21. 1 |
| 13.1 | 22. 1, 2, 3, 4 | 23. 1 |
| 15. 1 | 24. 2 | 25. 3, 4, 5, 6 |
| 16.1 | 26. 2 | 27. 1 |
| Iw | Cw | Aw |
| 28. 2 | 30. 2,3,4 | 29. 1 |
| 31. 2 | 33. 2,3,4,5 | 32. 1,2 |
| 34. 2 | 36. 2,3 | 35. 5,6 |
| 37.1 | 41. 2,3,4,5 | 38. 1,2,3 |
| 39.1 | 44. 2,3,4 | 40. 5, 6 |
| 42. 2,3 | 47. 2345 | 43. 1 |
| 45. 2,3 | 50. 2 | 46. 4, 5, 6 |
| 48. 2,3,4 | 53. 1, 2, 3, 4 | 49. 1 |
| 51. 1,2,3 | 54. 1, 2, 3 | 52. 5,6. |

Баллы колеблются от 0 до 9. Чем больше они приближаются к экстремальным оценкам, тем большее применение имеет следующее общее описание поведения:

а) включением- низкое - означает, что индивид не чувствует себя хорошо среди людей и будет иметь склонность их избегать;- высокое - предполагает, что индивид чувствует себя хорошо среди людей и будет иметь тенденцию их искать;- низкое - предполагает, что индивид имеет тенденцию общаться с малым количеством людей;- высокое - предполагает, что индивид имеет сильную потребность быть принятым остальными и принадлежать к ним;

б) контроль.

Се - низкое - означает, что индивид избегает принятия решений и взятия на себя ответственности;

Се - высокое - означает, что индивид старается брать на себя ответственность, соединенную с ведущей ролью;- низкое - предполагает, что индивид не принимает контроля над собой;- высокое - отражает потребность в зависимости и колебания при принятии решений;

в) аффект.

Ае - низкое - означает, что индивид очень осторожен при установлении близких интимных отношений;

Ае - высокое - предполагает, что индивид имеет склонность устанавливать близкие чувственные отношения;- низкое - означает, что индивид очень осторожен при выборе лиц, с которыми создает более глубокие эмоциональные отношения;- высокое - типично для лиц, которые требуют, чтобы остальные без разбора устанавливали с ним близкие эмоциональные отношения.

От величины баллов зависит степень применимости приведенных выше описаний: 0-1 и 8-9 экстремально низкие и экстремально высокие баллы, и поведение будет иметь компульсивный характер. 2-3 и 6-7 - низкие и высокие баллы, и поведение лиц будет описываться в соответствующем направлении. 4-5 - пограничные баллы, и лица могут иметь тенденцию поведения, описанного как для низкого, так и для высокого сырого счета. Эти оценки удобно интерпретировать с учетом средних и стандартных отклонений соответствующей популяции.

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко)

Текст методики состоит из 24 утверждений (первоначальный вариант состоял из 29 утверждений), содержание которых сводится к шести следующим типам:

1. сравнение своего брака с другими браками;
2. предположение об оценке собственного брака со стороны;
3. констатация тех или иных чувств в адрес супруга в настоящем или прошлом;
4. собственная оценка супруга по ряду параметров;
5. установка на изменение характера супруга;
6. мнение, позитивное или негативное, относительно брака вообще.

Каждому утверждению соответствуют три варианта ответа: «верно», «трудно сказать», «неверно» (или их семантические аналоги). Утверждения содержат как положительные, так и отрицательные характеристики брака и сформулированы как в позитивной, так и в негативной форме.

Заполнение опросника занимает не более 10 минут. Вопросы не касаются излишне интимных фактов и подробностей.

Инструкция: «Внимательно читайте каждое утверждение и выбирайте один из трех предлагаемых вариантов ответов. Старайтесь избегать промежуточных ответов типа «трудно сказать», «затрудняюсь ответить» и т.д. Выполняйте работу по возможности быстро».

Текст опросника

1. Когда люди живут так близко, как это происходит в семейной жизни, они неизбежно теряют взаимопонимание и остроту восприятия другого человека:

а) верно

б) не уверен

в) неверно

1. Ваши супружеские отношения приносят Вам:

а) скорее беспокойство и страдание

б) затрудняюсь ответить

в) скорее радость и удовлетворение

1. Родственники и друзья оценивают Ваш брак:

а) как удавшийся

б) нечто среднее

в) как неудавшийся

1. Если бы Вы могли, то:

а) Вы бы многое изменили в характере Вашего супруга (Вашей супруги)

б) трудно сказать

в) Вы бы не стали ничего менять

1. Одна из проблем современного брака в том, что все приедается, в том числе и сексуальные отношения:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Когда Вы сравниваете Вашу семейную жизнь с семейной жизнью Ваших друзей и знакомых, Вам кажется:

а) что Вы несчастнее других

б) трудно сказать

в) Вы счастливее других

1. Жизнь без семьи, без близкого человека - слишком дорогая цена за полную самостоятельность:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Вы считаете, что без Вас жизнь вашего супруга (Вашей супруги) была бы неполноценной:

а) да, считаю

б) трудно сказать

в) нет, не считаю

1. Большинство людей в какой-то мере обманывается в своих ожиданиях относительно брака:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Только множество различных обстоятельств мешает подумать Вам о разводе:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Если бы вернулось время, когда Вы вступали в брак, то Вашим мужем (женой) мог бы стать:

а) кто угодно, но только не теперешний супруг(а)

б) трудно сказать

в) возможно, что именно теперешний супруг(а)

1. Вы гордитесь что такой человек, как Ваш супруг(а), - рядом с Вами:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. К сожалению, недостатки Вашего супруга(и) часто перевешивают его достоинства:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Основные помехи для счастливой супружеской жизни кроются:

а) скорее в характере Вашего супруга

б) трудно сказать

в) скорее в Вас самих

1. Чувства, с которыми Вы вступали в брак:

а) усилились

б) трудно сказать

в) ослабли

1. Брак притупляет творческие возможности человека:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Можно сказать, что Ваш супруг(а) обладает такими достоинствами, которые компенсируют его недостатки:

а) согласен

б) нечто среднее

в) нет, не согласен

1. К сожалению, в Вашем браке не все обстоит благополучно с эмоциональной поддержкой друг друга:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Вам кажется, что Ваш супруг(а) часто делает глупости, говорит невпопад, неуместно шутит:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Жизнь в семье, как Вам кажется, не зависит от Вашей воли:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Ваши семейные отношения не внесли в жизнь того порядка и организованности, которых Вы ожидали:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Не правы те, кто считает, что именно в семье человек меньше всего может рассчитывать на уважение:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. Как правило, общество Вашего супруга(и) доставляет Вам удовольствие:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

1. По правде сказать, в Вашей супружеской жизни нет и не было ни одного светлого момента:

а) верно

б) трудно сказать

в) неверно

Примечание: В варианте опросника для супругов, подавших заявление о разводе, утверждения №3, 10, 12, 18, 23 формулируются в прошедшем времени.

«Ключ»: 1в, 2в, 3а, 4в, 5в, 6в, 7а, 8а, 9в, 10в, 11в, 12а, 13в, 14в, 15а, 16в, 17а, 18в, 19в, 20в, 21в, 22а, 23а, 24в.

Обработка результатов

Если выбранный испытуемым вариант ответа (а, или в) совпадает с приведенным в ключе, то начисляется 2 балла; если ответ промежуточный (б) - 1 балл; за ответ, не совпадающий с «ключом», - 0 баллов. Далее подсчитывается суммарный балл по всем ответам. Возможный диапазон тестового балла - от 0 до 48 баллов. Высокий балл говорит об удовлетворенности браком.

Вся ось суммарных баллов теста разбивается на 7 категорий, образуя следующую шкалу оценок взаимоотношений:2

-16 баллов - абсолютно неблагополучные,

-22 баллов - неблагополучные,

-26 баллов - скорее неблагополучные,

-28 баллов - переходные,

-32 баллов - скорее благополучные,

-38 баллов - благополучные,

-48 баллов - абсолютно благополучные отношения.

Предлагаемый опросник может быть использован везде, где необходима экспресс-диагностика удовлетворенности браком: при проведении научного исследования в области психологии семьи, при психопрофилактических обследованиях, при работе с разводящимися в загсах и народных судах, а также в сфере семейного консультирования.

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Опросник «Ролевые ожидания и притязания в браке» (РОП) (А.Н. Волкова)

Методика содержит по 36 утверждений в каждом варианте (мужском и женском) и состоит из 7-ми шкал. Супругам предлагается самостоятельно ознакомиться с набором утверждений, соответствующих их полу, и выразить свое отношение к каждому утверждению, используя следующие варианты ответов: «Полностью согласен», «В общем, это верно», «Это не совсем так», «Это неверно».

Инструкция: «Перед Вами ряд утверждений, которые касаются брака, семьи, отношений между мужем и женой. Внимательно прочитайте утверждения текста и оцените степень своего согласия или несогласия с ними. Вам предлагается 4 варианта ответа, выражающие ту или иную степень согласия или несогласия с утверждением, а именно: «Полностью согласен», «В общем, это верно», «Это не совсем так», «Это неверно». Подбирая вариант ответа к каждому из утверждений, постарайтесь как можно точнее передать Ваше личное мнение, а не то, что принято среди Ваших близких и друзей. Свои ответы регистрируйте в специальном бланке».

Текст опросника (женский вариант)

1. Настроение и самочувствие человека зависит от удовлетворения его сексуальных потребностей.

2. Счастье в браке зависит от сексуальной гармонии супругов.

. Сексуальные отношения - главное в отношениях мужа и жены.

. Главное в браке - чтобы у мужа и жены было много общих интересов.

5. Муж - это друг, который разделяет мои интересы, мнения, увлечения.

. Муж - это, прежде всего друг, с которым можно поговорить о своих делах.

7. Самая главная забота мужа - обеспечить материальный достаток и бытовой комфорт семьи.

. Муж должен заниматься домашним хозяйством наравне с женой.

. Муж должен уметь обслужить себя, а не ждать, что жена возьмет на себя все заботы о нем.

10. Муж должен заниматься детьми не меньше, чем жена.

11. Я хотела бы, чтобы мой муж любил детей.

. О мужчине я сужу по тому, хороший или плохой он отец своим детям.

. Мне нравятся энергичные, деловые мужчины.

. Я очень ценю мужчин, серьезно увлеченным своим делом.

. Для меня очень важно, как оценивают на работе деловые и профессиональные качества моего мужа.

. Муж должен уметь создавать в семье теплую, доверительную атмосферу.

. Для меня главное - чтобы мой муж хорошо понимал меня и принимал такой, какая я есть.

. Муж - это, прежде всего, друг, который внимателен и заботлив к моим переживаниям, настроению, состоянию.

. Мне нравится, когда мой муж красиво и модно одет.

. Мне нравятся видные, рослые мужчины.

. Мужчина должен выглядеть так, чтобы на него было приятно смотреть.

. Самая главная забота женщины, чтобы все в семье были обихожены.

. Я всегда знаю, что нужно купить для моей семьи.

. Я собираю полезные советы хозяйке: как готовить вкусные блюда, консервировать овощи, фрукты.

. Главную роль в воспитании ребенка всегда играет мать.

. Я не боюсь трудностей, связанных с рождением и воспитанием ребенка.

. Я люблю детей и с удовольствием занимаюсь с ними.

. Я стремлюсь добиться своего места в жизни.

. Я хочу стать хорошим специалистом своего дела.

. Я горжусь, когда мне поручают трудную и ответственную работу.

. Близкие и друзья часто обращаются ко мне за советом, помощью и поддержкой.

. Окружающие часто доверяют мне свои беды.

. Я всегда искренне и с чувством сострадания утешаю и опекаю нуждающихся в этом людей.

. Мое настроение во многом зависит от того, как я выгляжу.

. Я люблю красивую одежду, ношу украшения, пользуюсь косметикой.

. Я придаю большое значение своему внешнему виду.

Текст опросника (мужской вариант)

1. Настроение и самочувствие человека зависит от удовлетворения его сексуальных потребностей.

2. Счастье в браке зависит от сексуальной гармонии супругов.

. Сексуальные отношения - главное в отношениях мужа и жены.

. Главное в браке - чтобы у мужа и жены было много общих интересов.

5. Жена - это друг, который разделяет мои интересы, мнения, увлечения.

. Жена - это, прежде всего друг, с которым можно поговорить о своих делах.

7. Самая главная забота жены - чтобы в семье были накормлены и ухожены.

. Женщина многое теряет в моих глазах, если она плохая хозяйка.

. Женщина может гордиться собой, если она хорошая хозяйка своего дома.

10. Я хотел бы, чтобы моя жена любила детей и была им хорошей матерью.

11. Женщина, которая тяготится материнством, неполноценная женщина.

. Для меня главное в женщине, чтобы она была хорошей матерью моим детям.

. Мне нравятся деловые и энергичные женщины.

. Я очень ценю женщин, всерьез увлеченных своим делом.

. Для меня очень важно, как оценивают на работе деловые и профессиональные качества моей жены.

. Жена должна, прежде всего, создавать и поддерживать теплую, доверительную атмосферу.

. .Для меня главное - чтобы моя жена хорошо понимала меня и принимала таким, каков я есть.

. Жена - это прежде всего друг, который внимателен и заботлив к моим переживаниям, настроению, состоянию.

. Мне нравится, когда моя жена красиво и модно одета.

. Я очень ценю женщин, умеющих красиво одеваться.

. Женщина должна выглядеть так, чтобы на нее обращали внимание.

. Я всегда знаю, что надо купить для нашего дома.

. Я люблю заниматься домашними делами.

. Я могу сделать ремонт и отделку квартиры, починку бытовой техники.

. Дети любят играть со мной, охотно общаются, идут на руки.

. Я очень люблю детей и умею с ними заниматься.

. Я принимал бы активное участие в воспитании своего ребенка, даже если бы мы с женой решили расстаться.

. Я стремлюсь добиться своего места в жизни.

. Я хочу стать хорошим специалистом своего дела.

. Я горжусь, когда мне поручают трудную и ответственную работу.

. Близкие и друзья часто обращаются ко мне за советом, помощью и поддержкой.

. Окружающие часто доверяют мне свои беды.

. Я всегда искренне и с чувством сострадания утешаю и опекаю нуждающихся в этом людей.

. Мое настроение во многом зависит от того, как я выгляжу.

. Я стараюсь носить ту одежду, которая мне идет.

. Я придирчиво отношусь к покрою костюма, фасону рубашки, цвету галстука.

Бланк для регистрации ответов

Дата

Ф.И.О.

Пол Возраст

Образование

Стаж супружеской жизни

Количество и возраст детей

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Полностью согласен | В общем, это верно | Это не совсем так | Это неверно |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |
| 20 |  |  |  |  |
| 21 |  |  |  |  |
| 22 |  |  |  |  |
| 23 |  |  |  |  |
| 24 |  |  |  |  |
| 25 |  |  |  |  |
| 26 |  |  |  |  |
| 27 |  |  |  |  |
| 28 |  |  |  |  |
| 29 |  |  |  |  |
| 30 |  |  |  |  |
| 31 |  |  |  |  |
| 32 |  |  |  |  |
| 33 |  |  |  |  |
| 34 |  |  |  |  |
| 35 |  |  |  |  |
| 36 |  |  |  |  |

Обработка полученных результатов

После выполнения супругами задания ответы мужа и жены заносятся в таблицу «Консультационное исследование семейных ценностей».

##### Таблица

##### Консультационное исследование семейных ценностей

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Шкала семейных ценностей | № утверждения | Балл | № утверждения | Балл | Общий показатель (в баллах) |
| Интимно-сексуальная | 1 |  |  |  |  |
|  | 2 |  |  |  |  |
|  | 3 |  |  |  |  |
|  | = | |  |  |  |
| Личностная идентификация с супругом | 4 |  |  |  |  |
|  | 5 |  |  |  |  |
|  | 6 |  |  |  |  |
|  | = | |  |  |  |
| Хозяйственно-бытовая | Ожидание | | Притязание | |  |
|  | 7 |  | 22 |  |  |
|  | 8 |  | 23 |  |  |
|  | 9 |  | 24 |  |  |
|  | = | | = | |  |
| Родительско-воспитательная | 10 |  | 25 |  |  |
|  | 11 |  | 26 |  |  |
|  | 12 |  | 27 |  |  |
|  | = | | = | |  |
| Социальная активность | 13 |  | 18 |  |  |
|  | 14 |  | 29 |  |  |
|  | 15 |  | 30 |  |  |
|  | = |  | = | |  |
| Эмоционально-психотерапевтическая | 16 |  | 31 |  |  |
|  | 17 |  | 32 |  |  |
|  | 18 |  | 33 |  |  |
|  | = | | = | |  |
| Внешняя привлекательность | 19 |  | 34 |  |  |
|  | 20 |  | 35 |  |  |
|  | 21 |  | 36 |  |  |
|  | = | | = | |  |

Текст методики делится на 7 шкал семейных ценностей. Баллы по каждой шкале семейных ценностей суммируются отдельно. По первым двум шкалам эти результаты будут итоговыми и переносятся в последний столбец таблицы. Итоговые баллы остальных пяти шкал вычисляются как полусумма баллов по подшакалам «ожидания» и «притязания». Ролевые ожидания - это установка мужа и жены на активное выполнение партнером семейных обязанностей, а ролевые притязания - личная готовность каждого из партнеров выполнять семейные роли. Ответы оцениваются следующим образом:

 ответ «Полностью согласен» оценивается в 3 балла.

 ответ «В общем, это верно» - 2 балла.

 ответ «Это не совсем так» - 1 балл.

 ответ «Это неверно» - 0 баллов.

Таким образом, минимальный суммарный балл по шкале составляет 0 баллов, максимальный итоговый балл по шкале - 9 баллов.

Низкие оценки по шкале - 0 - 3 балла;

Средние оценки по шкале - 4 - 6 балла;

Высокие оценки по шкале - 7 - 9 баллов.

Интерпретация шкал семейных ценностей:

. Интимно-сексуальная шкала (утверждения №1-3) - шкала значимости сексуальных отношений в супружестве. Высокие оценки по шкале означают, что супруг(а) считает сексуальную гармонию важным условием супружеского счастья, отношение к супруге(у) существенно зависит от оценки ее (его) как сексуального партнера. Низкие оценки по шкале интерпретируются как недооценка сексуальных отношений в браке.

2. Шкала личностной идентификации с супругом(ой) (утверждения №4 - 6) - шкала, отражающая установку мужа (жены) на личностную идентификацию с брачным партнером: ожидание общности интересов, потребностей, ценностных ориентаций, способов время препровождения. Низкие оценки по шкале предполагают установку на личную автономию.

. Хозяйственно-бытовая шкала измеряет установку супругов на реализацию хозяйственно-бытовой функции семьи. Эта шкала, как и все последующие, имеет две подшкалы: «ролевые ожидания» и «ролевые притязания». Подшкала «ролевые ожидания» (утверждения №7-9) - оценки рассматриваются как степень ожидания от партнера активного решения бытовых вопросов. Чем выше оценки по шкале ролевых ожиданий, тем больше требований предъявляет муж (жена) к участию супруга в организации быта, тем большее значение имеет хозяйственно-бытовые умения и навыки партнера. Подшкала «ролевые притязания» (утверждения №22-24) отражает установки на собственное активное участие в ведении домашнего хозяйства. Общая оценка по шкале рассматривается как оценка мужем (женой) значимости бытовой организации семьи.

. Родительско - воспитательская шкала позволяет судить об отношении супругов к своим родительским обязанностям. Подшкала ролевых ожиданий (утверждения №10-12) показывает выраженность установки супруга(и) на активную родительскую позицию брачного партнера. Подшкала ролевых притязаний (утверждения №25-27) отражает ориентации мужа (жены) на собственные обязанности в воспитании детей. Общая оценка шкалы рассматривается как показатель значимости для супруга(и) родительских функций. Чем выше оценка шкалы, тем большее значение придает муж (жена) роли отца (матери), тем более он (она) считает родительство основной ценностью, концентрирующей вокруг себя жизнь семьи.

. Шкала социальной активности отражает установку на значимость внешней социальной активности (профессиональной, общественной) для стабильности брачно-семейных отношений. Подшкала «ролевые ожидания» (утверждения №13-15) измеряет степень ориентации мужа (жены) на то, что брачный партнер должен иметь серьезные профессиональные интересы, играть активную общественную роль. Подшкала «ролевые притязания» (утверждения №28-30) иллюстрирует выраженность собственных профессиональных потребностей супруга(и). Общая оценка шкалы выражает значимость внесемейных интересов для мужа (жены), являющихся основными ценностями в процессе межличностного взаимодействия супругов.

. Эмоционально - психотерапевтическая шкала выражает установку на значимость эмоционально - психотерапевтической функции брака. Подшкала «ролевые ожидания» (утверждения №16-17) измеряет степень ориентации мужа (жены) на то, что брачный партнер возьмет на себя роль эмоционального лидера в семье в вопросах: коррекция психологического климата в семье, оказания моральной и эмоциональной поддержки, создание «психотерапевтической атмосферы». Подшкала «ролевые притязания» (утверждения №31-33) показывает стремление мужа (жены) быть семейным «психотерапевтом». Общая оценка шкалы рассматривается как показатель значимости для супруга(и) взаимной моральной и эмоциональной поддержки членов семьи, ориентации на брак как среду, способствующую психологической разрядке и стабилизации.

. Шкала внешней привлекательности отражает установку мужа (жены) на значимость внешнего облика, его соответствие стандартам современной моды. Подшкала «ролевые ожидания» (утверждения №19-21) отражает желание супруга(и) иметь внешне привлекательного партнера. Подшкала «ролевые притязания» (утверждения №34-36) иллюстрирует установку на собственную привлекательность, стремление модно и красиво одеваться. Общая оценка - показатель ориентации супруга(и) на современные образцы внешнего облика.

Обработка и анализ результатов предполагает три этапа:

. Анализ индивидуальных показателей шкалы семейных ценностей, ролевых ожиданий и притязаний мужа (жены). Проводится на основании подсчета баллов в таблице «Консультационное исследование семейных ценностей». В результате подсчета мы имеем данные:

 характеризующие представление мужа (жены) об иерархии семейных ценностей. Чем больше величина балла по шкале семейных ценностей, тем значимее для супруга(и) данная среда жизнедеятельности семьи.

 данные, отражающие ориентацию жены (мужа) на активное ролевое поведение брачного партнера (ролевые ожидания) и на собственную активную роль в семье по реализации семейных функций (ролевые притязания).

. Сравнительный анализ представлений о семейных ценностях и ролевых установок мужа и жены. Для этого необходимо составить таблицу, с помощью которой определяется степень согласованности семейных ценностей супругов.

##### Согласованность семейных ценностей супругов

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Семейные ценности | Интимно-сексуальная | Личностная идентификация | Хозяйственно-бытовая | Родительско-воспитательская | Социальная активность | Эмоционально-психотерапевти-ческая | Внешняя привлекательность |
| ШСЦм |  |  |  |  |  |  |  |
| ШСЦж |  |  |  |  |  |  |  |
| ССЦ |  |  |  |  |  |  |  |

Примечание: ШСЦм и ШСЦж - показатели по шкалам семейных ценностей мужа и жены соответственно, ССЦ - согласованность семейных ценностей супругов.

Согласованность семейных ценностей характеризуется разностью баллов показателей шкалы семейных ценностей мужа и шкалы семейных ценностей жены. Чем меньше разность, тем больше согласованность представлений супругов о наиболее значимых сферах жизнедеятельности семьи. Разность до 3 баллов не будет вызывать проблемных взаимоотношений, а более 3 баллов свидетельствует о достаточно высокой степени конфликтности супругов.

. Определение степени ролевой адекватности супружеской пары в пяти сферах межличностного взаимодействия в семье (3-7 ШСЦ). Для этого необходимо составить таблицу, в которой ролевая адекватность мужа будет равна разности баллов оценок ролевых притязаний жены и ролевых ожиданий мужа; соответственно, ролевая адекватность жены будет равна разности баллов, характеризующих ролевые притязания мужа и ролевые ожидания жены. Чем меньше разность, тем больше ролевая адекватность супруга(и), и, следовательно, ориентации жены (мужа) на личное выполнение определенной функции соответствуют установкам мужа (жены) на активную роль брачного партнера в семье.

Ролевая адекватность супружеской пары

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Семейные ценности | Ролевые установки | | РАм | Ролевые установки | | РАж |
|  | Пж | Ом | Пж-Ом | Пж | Ом | Пж-Ом |
| Хозяйственно-бытовая |  |  |  |  |  |  |
| Родительско-воспитательская |  |  |  |  |  |  |
| Социальная активность |  |  |  |  |  |  |
| Эмоционально-психотерапевтическая |  |  |  |  |  |  |
| Внешняя привлекательность |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Σ РАм= |  |  | Σ РАж= |

Примечание:

РАм - ролевая адекватность мужа,

РАж - ролевая адекватность жены;

Пм и Пж - оценки ролевых притязаний мужа и жены соответственно;

Ом и Ож - оценки ролевых ожиданий мужа и жены соответственно.

Анализируя степень согласованности семейных ценностей мужа и жены, необходимо акцентировать внимание на тех семейных ценностях, которые характеризуются наименьшим совпадением, так как их рассогласование является одной из причин ролевого несоответствия в супружеской паре. Рассогласование ожиданий и притязаний брачных партнеров является конфликтогенным фактором, дестабилизирующим межличностные отношения в семье.

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Тест «Самооценка конструктивного взаимодействия в супружеских отношениях»

Инструкция:

Проанализируйте и оцените по пятибалльной шкале свое поведение во взаимодействии с супругом (супругой) по 15 позициям, представленным в следующей матрице:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Позиция | Оценка |
| 1 | Я уважаю себя и тем более супруга (супругу). | 5 4 3 2 1 |
| 2 | Я всегда помню, что он (она) самый близкий для меня человек, отец (мать) моих детей. | 5 4 3 2 1 |
| 3 | Я стараюсь не накапливать ошибки и обиды, а сразу реагирую на них. | 5 4 3 2 1 |
| 4 | Я никогда не делаю сексуальных упреков. | 5 4 3 2 1 |
| 5 | Я никогда не делаю замечания супругу (супруге) в присутствии других людей, в том числе в присутствии детей. | 5 4 3 2 1 |
| 6 | Я никогда не преувеличиваю собственные способности и достоинства. | 5 4 3 2 1 |
| 7 | Я не считаю себя всегда и во всем правым. | 5 4 3 2 1 |
| 8 | Я никогда не ревную и всегда доверяю супругу (супруге). | 5 4 3 2 1 |
| 9 | Я всегда внимателен, умею слушать и слышать супруга (супругу). | 5 4 3 2 1 |
| 10 | Я постоянно работаю над своими недостатками, забочусь о своей физической привлекательности. | 5 4 3 2 1 |
| 11 | Я никогда не говорю о недостатках супруга (супруги), а веду речь только о конкретном поведении в конкретной ситуации. | 5 4 3 2 1 |
| 12 | Я всегда отношусь к увлечениям супруга (супруги) с интересом и уважением. | 5 4 3 2 1 |
| 13 | Я не пытаюсь, во что бы то ни стало установить истину в семейных отношениях, если есть возможность не делать этого. | 5 4 3 2 1 |
| 14 | Я стараюсь находить время для того, чтобы иногда отдохнуть, друг от друга, и предоставляю такую возможность супругу (супруге). | 5 4 3 2 1 |
| 15 | В конфликте я никогда не делаю ставку на победу и всегда готов уступить. | 5 4 3 2 1 |

Оценка результатов:

. Просуммируйте полученные баллы по всем 15 позициям и найдите среднее арифметическое от этой суммы.

2. Если полученный результат составляет от 4,5 до 5 баллов, то ваша готовность к конструктивному взаимодействию в супружеских отношениях высока и исключает конфликт.

. Если полученный результат составляет от 4 до 4,5 баллов, то уровень вашей готовности к конструктивному взаимодействию выше среднего. Чтобы исключить конфликтность в отношениях с супругом (супругой), вам необходимо пересмотреть отдельные позиции вашего поведения.

. Если полученный результат составляет от 3 до 3,5 баллов, то уровень вашей готовности к конструктивному взаимодействию средний и, следовательно, вероятность конфликтов с супругом (супругой) достаточна высока. Вам необходимо серьезно пересмотреть некоторые позиции вашего поведения.

. Если результат меньше 3 баллов, то уровень вашей готовности к конструктивному взаимодействию низкий, а вероятность конфликта с супругом (супругой) очень высока. Вам необходимо очень серьезно пересмотреть большинство позиций вашего поведения, указанных в тесте, и активно работать над собой.

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Личностный опросник Г. Айзенка (определение типа темперамента)

Инструкция: Вам предлагается ответить на вопросы, касающиеся особенностей вашего поведения. Оцените себя мысленно, согласны или не согласны вы с предлагаемым суждением. Над ответами долго не задумывайтесь, но обязательно отвечайте.

Текст опросника

. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, поискам приключений, смене обстановки?

. Часто ли вы нуждаетесь в друзьях, которые могут вас ободрить или утешить?

. Вы считаете себя человеком беспечным, беззаботным?

. Очень ли вам трудно сказать кому-то «нет»?

. Обдумываете ли вы свои дела не спеша, предпочитаете подождать, прежде чем действовать?

. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания?

. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?

. Обычно вы поступаете и говорите быстро, не задумываясь?

. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастливы, хотя никакой серьезной причины для этого не было?

. Упорно ли вы спорите, до конца отстаивая свою точку зрения?

. Появляется ли у вас чувство робости или смущения, когда хотите познакомиться с симпатичным представителем противоположного пола?

. Выходите ли вы иногда из себя, сердясь не на шутку?

. Часто ли вы действуете под влиянием минутного настроения?

. Часто ли вы беспокоитесь из-за того, что сделали или сказали что-нибудь такое, чего не следовало бы делать или говорить?

. Предпочитаете ли вы обычно книги встречам с людьми?

. Легко ли вас обидеть?

. Любите ли вы часто бывать в компании?

. Бывают ли у вас иногда мысли, которые вы хотели бы скрыть от других?

. Верно ли, что вы иногда полны энергии, так, что все горит в руках, а иногда совсем вялы?

. Предпочитаете ли вы иметь поменьше друзей, но зато близких вам?

. Часто ли вы мечтаете?

. Когда на вас кричат, вы отвечаете тем же?

. Часто ли вас беспокоит чувство вины?

. Все ли ваши привычки хороши и желательны?

. Способны ли вы дать волю своим чувствам и вовсю повеселиться в компании?

. Можете ли вы сказать, что у вас часто нервы бывают натянуты до предела?

. Считают ли вас человеком живым и веселым?

. Часто ли, сделав какое-нибудь важное дело, вы испытываете чувство, что могли бы сделать его лучше?

. Вы больше молчите, когда находитесь в обществе других людей?

. Вы иногда сплетничаете?

. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что разные мысли лезут в голову?

. Если вы хотите узнать о чем-нибудь, то предпочитаете прочесть об этом в книге, нежели спросить у людей?

. Бываете ли вы иногда так возбуждены, что не можете усидеть на месте?

. Нравится ли вам работа, которая требует от вас постоянного внимания?

. Бывают ли у вас слабость и головокружения?

. Всегда ли вы платили бы за провоз багажа на транспорте, если бы не опасались проверки?

. Вам неприятно находиться в обществе, где подшучивают, насмехаются друг над другом?

. Раздражительны ли вы?

. Нравится ли вам работа, которая требует быстроты действий?

. Верно ли, что нередко вам не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?

. Вы ходите медленно, не спеша?

. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или в школу (на работу)?

. Часто ли вам снятся кошмары?

. Верно ли, что вы так любите поговорить, что никогда не упустите случая побеседовать с незнакомым человеком?

. Бывают ли у вас сильные головные боли?

. Вы бы чувствовали себя несчастным, если бы длительное время были лишены общения с людьми?

. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?

. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые Вам явно не нравятся?

. Можете ли вы сказать, что вы уверенный в себе человек?

. Легко ли вы обижаетесь, когда люди указывают на ваши ошибки в работе или на ваши личные промахи?

. Вы считаете, что трудно получить настоящее удовольствие от вечеринки?

. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?

. Легко ли вам внести оживление в довольно скучную компанию?

. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?

. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?

. Любите ли вы шутить?

. Страдаете ли вы от длительной бессонницы?

Обработка данных.

При совпадении ответов с ключом начисляется один балл. Подсчитайте сумму баллов по трем показателям (А, Б, В) в отдельности.

Показатель А (искренность ответов)

Присвойте балл каждому ответу "Да", за №№6, 24, 36.

Присвойте балл каждому ответу "Нет", за №№12, 18, 30, 42, 48, 54.

Если по шкале А получено более 4 баллов - результаты считаются недостоверными, так как ответы были неискренни.

Показатель Б (экстраверсия, степень общительности, зависимости поведения от мнения окружающих, умение приспосабливаться к новым условиям)

Присвойте балл каждому ответу "Да", за №№1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56.

Присвойте балл каждому ответу "Нет", за №№5, 15, 20, 29, 32, 34, 37,41, 51.

Показатель В (нейротизм, степень эмоциональной чувствительности, озбудимости)

Присвойте балл каждому ответу "Да", за №№2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Интерпретация результатов

Флегматик - сумма по показателю Б - от 0 до 12 и по показателю В - от 0 до 12

Меланхолик - сумма по показателю Б - от 0 до 12 и по показателю В - от 12 до 24

Сангвиник - сумма по показателю Б - от 12 до 24 и по показателю В - от 0 до 12

Холерик - сумма по показателю Б - от 12 до 24 и по показателю В - от 12 до 24

Сангвиник

Повышенная активность, возбудимость. Живо и с большим энтузиазмом откликается на всё, привлекшее его внимание. Живая мимика и выразительные движения. По его лицу легко угадать, каково его настроение, каково его отношение к предмету или человеку. Быстро сосредоточивает внимание, при выполнении какого-либо дела работает быстро, может долго работать, не утомляясь, энергично принимается за новое дело. Быстрота ума, находчивость. Чувства, настроения, интересы и стремления очень изменчивы. Он легко сходится с новыми людьми. Легко привыкает к новым требованиям и обстановке. Азартен, склонен к риску. Может быть лидером и вести за собой, умеет увлекать других своими идеями. Не всегда чувствителен к переживаниям и проблемам окружающих, хорошо справляется лишь с той работой, которая для него интересна и важна. Не всегда ответственно выполняет то, что ему не очень нужно или неинтересно.

Холерик

Бывает несдержан, нетерпелив, вспыльчив, но так же легко отходит и забывает об обидах. Устойчивость стремлений и интересов, большая настойчивость, высокая ответственность, переживает за результаты и последствия своих действий, не любит расстраивать окружающих. Общителен, открыт, умеет сопереживать, сочувствовать, энергичный, работоспособный, быстро переключается с одного дела на другое, но не всегда внимателен и организован. Тревожен, беспокоен, не всегда чётко определяет приоритеты.

Флегматик

Мало эмоционален. Трудно рассмешить, разгневать или опечатать. Когда все смеются по какому-либо поводу, остаётся невозмутимым. При больших неприятностях остаётся спокойным. Мимика и движения не выразительны. Энергичен, отличается терпеливостью, выдержкой, самообладанием. Медленный темп движений и речи, ненаходчив. Медленно сосредоточивает внимание. С трудом переключает внимание, приспосабливается к новой обстановке и перестраивает навыки и привычки. С трудом сходится с новыми людьми и откликается на внешние впечатления.

Меланхолик Повышенная чувствительность, незначительный повод может вызвать слёзы на глазах. Чрезмерно обидчив, раним, мнителен. Мимика и движения не выразительны. Голос тихий. Плачет и смеётся тихо. Пониженная активность. Нерешителен, не уверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет опускать руки, неэнергичен, ненастойчив, легко утомляется и мало работоспособен. Легко отвлекаемое и неустойчивое внимание. Медленный психический темп. Обиды носит в себе, фиксируется на ошибках и неудачах.

ПРИЛОЖЕНИЕ Е

Сводная таблица по всем испытуемым

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Пол | Возраст | Дети | Общий коэффициент межличностной совместимости | Самооценка конструктивного взаимодействия в супружеских отношениях | Согласованность РОП (по шкале ролевой адекватности) | | | | | | Темперамент | Степень удовлетворён-ности браком (баллы) |
|  |  |  |  |  |  | Интегральный коэффициент | хозяйственно-бытовая | родительско-воспитательная | социальная активность | эмоциональная | внешняя привлекатель-ность |  |  |
| 1 | Муж | 25 | один | 34 | 3 | 10 | 3 | 3 | 2 | 2 | 0 | флегматик | 33 |
|  | Жена | 23 |  | 27 | 3,5 | 10 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | сангвиник | 29 |
| 2 | Муж | 21 | нет | 9 | 3,5 | 8 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | меланхолик | 39 |
|  | Жена | 20 |  | 11 | 4,5 | 5 | 1 | 0 | 2 | 1 | 1 | холерик | 40 |
| 3 | Муж | 24 | один | 29 | 3 | 7 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | холерик | 37 |
|  | Жена | 25 |  | 27 | 3,5 | 8 | 1 | 0 | 3 | 2 | 2 | холерик | 38 |
| 4 | Муж | 32 | один | 23 | 3,5 | 11 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | флегматик | 39 |
|  | Жена | 27 |  | 15 | 4,5 | 8 | 2 | 0 | 2 | 1 | 3 | меланхолик | 41 |
| 5 | Муж | 24 | один | 13 | 3 | 7 | 2 | 0 | 3 | 1 | 1 | сангвиник | 31 |
|  | Жена | 22 |  | 39 | 2 | 10 | 2 | 1 | 0 | 3 | 4 | меланхолик | 21 |
| 6 | Муж | 25 | один | 42 | 2 | 19 | 4 | 3 | 3 | 5 | 4 | меланхолик | 21 |
|  | Жена | 22 |  | 40 | 3 | 15 | 3 | 3 | 1 | 2 | 6 | меланхолик | 22 |
| 7 | Муж | 24 | один | 25 | 3,5 | 6 | 1 | 0 | 1 | 4 | 0 | сангвиник | 35 |
|  | Жена | 25 |  | 11 | 4,5 | 7 | 0 | 3 | 0 | 1 | 3 | холерик | 41 |
| 8 | Муж | 23 | один | 9 | 4,5 | 7 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | холерик | 43 |
|  | Жена | 21 |  | 20 | 4,5 | 13 | 1 | 5 | 3 | 3 | 1 | флегматик | 40 |
| 9 | Муж | 29 | один | 6 | 5 | 4 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | сангвиник | 45 |
|  | Жена | 25 |  | 19 | 3,5 | 9 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | холерик | 39 |
| 10 | Муж | 24 | нет | 23 | 3,5 | 3 | 0 | 2 | 1 | 0 | 0 | флегматик | 38 |
|  | Жена | 21 |  | 29 | 3 | 12 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | меланхолик | 36 |
| 11 | Муж | 28 | один | 10 | 4,5 | 11 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | холерик | 43 |
|  | Жена | 27 |  | 12 | 4,5 | 13 | 2 | 2 | 1 | 5 | 3 | меланхолик | 43 |
| 12 | Муж | 30 | два | 35 | 3 | 14 | 5 | 4 | 0 | 2 | 3 | флегматик | 29 |
|  | Жена | 29 |  | 40 | 2 | 13 | 3 | 0 | 4 | 4 | 2 | меланхолик | 22 |
| 13 | Муж | 25 | один | 21 | 3,5 | 7 | 1 | 1 | 4 | 1 | 0 | флегматик | 38 |
|  | Жена | 26 |  | 14 | 4,5 | 5 | 1 | 1 | 2 | 1 | 0 | меланхолик | 41 |
| 14 | Муж | 24 | один | 42 | 2 | 12 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | холерик | 22 |
|  | Жена | 24 |  | 14 | 4,5 | 6 | 1 | 2 | 1 | 2 | 0 | меланхолик | 40 |
| 15 | Муж | 29 | два | 7 | 4,5 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | сангвиник | 44 |
|  | Жена | 26 |  | 10 | 4,5 | 4 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | флегматик | 43 |
| 16 | Муж | 29 | один | 6 | 2 | 12 | 0 | 2 | 3 | 2 | 5 | холерик | 21 |
|  | Жена | 25 |  | 7 | 2 | 14 | 5 | 4 | 0 | 2 | 3 | флегматик | 22 |
| 17 | Муж | 25 | нет | 26 | 3,5 | 4 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | сангвиник | 37 |
|  | Жена | 23 |  | 24 | 3 | 11 | 3 | 5 | 1 | 1 | 1 | меланхолик | 35 |
| 18 | Муж | 30 | два | 11 | 3,5 | 3 | 0 | 2 | 0 | 1 | 0 | сангвиник | 41 |
|  | Жена | 27 |  | 6 | 3,5 | 7 | 1 | 3 | 0 | 1 | 2 | флегматик | 43 |
| 19 | Муж | 24 | один | 30 | 3 | 11 | 1 | 2 | 0 | 5 | 3 | сангвиник | 32 |
|  | Жена | 23 |  | 29 | 3 | 16 | 2 | 3 | 1 | 6 | 4 | сангвиник | 30 |
| 20 | Муж | 26 | один | 24 | 3,5 | 4 | 1 | 2 | 0 | 0 | 1 | сангвиник | 36 |
|  | Жена | 25 |  | 7 | 3,5 | 14 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | холерик | 43 |
| 21 | Муж | 27 | один | 39 | 2 | 8 | 2 | 1 | 0 | 1 | 4 | флегматик | 22 |
|  | Жена | 23 |  | 17 | 3,5 | 7 | 2 | 0 | 3 | 1 | 1 | сангвиник | 39 |
| 22 | Муж | 21 | нет | 14 | 4,5 | 5 | 1 | 0 | 2 | 1 | 1 | меланхолик | 40 |
|  | Жена | 22 |  | 27 | 3,5 | 12 | 0 | 2 | 3 | 2 | 5 | холерик | 37 |
| 23 | Муж | 26 | один | 40 | 2 | 13 | 3 | 0 | 4 | 4 | 2 | холерик | 22 |
|  | Жена | 25 |  | 38 | 2 | 11 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | холерик | 21 |
| 24 | Муж | 28 | один | 23 | 3,5 | 6 | 1 | 0 | 1 | 4 | 0 | флегматик | 35 |
|  | Жена | 27 |  | 21 | 3,5 | 15 | 3 | 3 | 1 | 2 | 6 | холерик/ меланхолик | 35 |
| 25 | Муж | 26 | один | 29 | 4,5 | 11 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | сангвиник | 30 |
|  | Жена | 22 |  | 11 | 4 | 6 | 1 | 0 | 1 | 0 | 4 | меланхолик | 41 |
| 26 | Муж | 25 | один | 27 | 3,5 | 10 | 3 | 3 | 2 | 2 | 0 | меланхолик | 36 |
|  | Жена | 23 |  | 24 | 3,5 | 13 | 1 | 5 | 3 | 3 | 1 | меланхолик | 38 |
| 27 | Муж | 29 | один | 9 | 4,5 | 7 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | сангвиник | 43 |
|  | Жена | 25 |  | 20 | 3 | 4 | 0 | 2 | 0 | 2 | 0 | холерик | 31 |
| 28 | Муж | 22 | один | 8 | 4,5 | 3 | 0 | 2 | 1 | 0 | 0 | холерик | 40 |
|  | Жена | 20 |  | 27 | 3,5 | 12 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | флегматик | 36 |
| 29 | Муж | 31 | два | 40 | 2 | 11 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | сангвиник | 21 |
|  | Жена | 25 |  | 13 | 3,5 | 13 | 2 | 2 | 1 | 5 | 3 | холерик | 37 |
| 30 | Муж | 25 | нет | 9 | 4,5 | 5 | 0 | 1 | 3 | 1 | 0 | флегматик | 41 |
|  | Жена | 21 |  | 8 | 4,5 | 8 | 1 | 0 | 3 | 2 | 2 | меланхолик | 43 |
| 31 | Муж | 29 | один | 6 | 4,5 | 3 | 0 | 2 | 0 | 1 | 0 | холерик | 43 |
|  | Жена | 27 |  | 11 | 4,5 | 2 | 0 | 1 | 1 | 0 | 0 | меланхолик | 43 |
| 32 | Муж | 29 | два | 42 | 2 | 12 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | флегматик | 22 |
|  | Жена | 29 |  | 39 | 2 | 16 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | меланхолик | 21 |
| 33 | Муж | 28 | один | 30 | 3,5 | 4 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | флегматик | 38 |
|  | Жена | 26 |  | 27 | 3,5 | 11 | 3 | 5 | 1 | 1 | 1 | меланхолик | 38 |
| 34 | Муж | 26 | один | 19 | 4,5 | 9 | 1 | 1 | 0 | 4 | 3 | холерик | 40 |
|  | Жена | 24 |  | 38 | 3 | 10 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | меланхолик | 32 |
| 35 | Муж | 27 | один | 15 | 4,5 | 3 | 0 | 2 | 0 | 1 | 0 | сангвиник | 41 |
|  | Жена | 26 |  | 41 | 3,5 | 16 | 2 | 3 | 1 | 6 | 4 | флегматик | 22 |
| 36 | Муж | 26 | один | 11 | 4,5 | 3 | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | холерик | 40 |
|  | Жена | 25 |  | 23 | 3,5 | 13 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | флегматик | 37 |
| 37 | Муж | 27 | нет | 18 | 3,5 | 7 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | сангвиник | 39 |
|  | Жена | 23 |  | 12 | 4,5 | 13 | 3 | 0 | 4 | 4 | 2 | меланхолик | 41 |
| 38 | Муж | 29 | один | 40 | 2 | 16 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | сангвиник | 22 |
|  | Жена | 27 |  | 35 | 3 | 12 | 0 | 2 | 3 | 2 | 5 | флегматик | 33 |
| 39 | Муж | 24 | один | 21 | 3 | 12 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | флегматик/ сангвиник | 29 |
|  | Жена | 21 |  | 13 | 3,5 | 5 | 1 | 0 | 2 | 1 | 1 | сангвиник | 39 |
| 40 | Муж | 26 | один | 8 | 4,5 | 10 | 2 | 1 | 0 | 3 | 4 | сангвиник | 43 |
|  | Жена | 25 |  | 20 | 3,5 | 15 | 3 | 3 | 1 | 2 | 6 | холерик | 36 |
| 41 | Муж | 23 | один | 16 | 3,5 | 6 | 1 | 0 | 1 | 4 | 0 | меланхолик | 39 |
|  | Жена | 21 |  | 14 | 4,5 | 7 | 0 | 3 | 0 | 1 | 3 | флегматик | 40 |
| 42 | Муж | 29 | нет | 43 | 2 | 7 | 14 | 4 | 3 | 3 | 4 | меланхолик | 22 |
|  | Жена | 27 |  | 40 | 3 | 13 | 15 | 5 | 3 | 4 | 3 | холерик | 22 |
| 43 | Муж | 27 | один | 13 | 4,5 | 2 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | меланхолик | 43 |
|  | Жена | 28 |  | 39 | 3,5 | 5 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | сангвиник | 35 |
| 44 | Муж | 24 | один | 42 | 3,5 | 13 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | флегматик | 22 |
|  | Жена | 26 |  | 25 | 3,5 | 12 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | холерик | 38 |
| 45 | Муж | 26 | один | 9 | 3,5 | 3 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | флегматик | 43 |
|  | Жена | 24 |  | 11 | 4,5 | 8 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | сангвиник | 41 |
| 46 | Муж | 28 | один | 19 | 3,5 | 3 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | меланхолик | 38 |
|  | Жена | 26 |  | 18 | 3,5 | 8 | 2 | 2 | 3 | 1 | 0 | сангвиник | 39 |
| 47 | Муж | 25 | один | 13 | 4,5 | 6 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | флегматик | 41 |
|  | Жена | 25 |  | 26 | 3 | 10 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | сангвиник | 32 |
| 48 | Муж | 25 | один | 13 | 4,5 | 7 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | сангвиник | 41 |
|  | Жена | 24 |  | 6 | 5 | 2 | 0 | 0 | 1 | 1 | 0 | сангвиник | 45 |
| 49 | Муж | 29 | два | 15 | 3,5 | 11 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | холерик | 39 |
|  | Жена | 27 |  | 40 | 3 | 14 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | сангвиник | 22 |
| 50 | Муж | 26 | нет | 19 | 4 | 8 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | сангвиник | 39 |
|  | Жена | 25 |  | 41 | 2 | 12 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | холерик | 22 |

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

План программы по оптимизации семейных отношений в паре

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № блока программы | Название блока программы | Упражнения | Продолжительность |
|  | Вводное занятие | «Правила группы», «Девиз», «Кто я?», «Контраргументы». | 1 час |
| 1 | «Развитие доверия» | «Настроение», «Слепой и поводырь», «Только вместе», Скульптура «Недоверие-доверие», «Подарок», «Пожелания», «Автобус», «Испуганный ежик», «Открытое выражение чувств», «Линии», «Живые руки», «Материализация нежности», «Старые фотографии». | 6 часов |
| 2 | «Разрешение конфликтов» | Ролевая игра «Разрешение конфликта», «Восточные стихи», «Бесполезный разговор», «Рассказ - эстафета», «Соломенная башня», «Сравнение ценностей», «Быстрые превращения», «Экокарта», «Закончи предложения», «Дотянись до звезд». | 6 часов |
|  | Заключительное занятие | «Строим город», «Пожелание», «Чемодан в дорогу». | 1 час |