

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ К БРАКУ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СОВМЕСТНОЙ ЖИЗНИ

Сидорина Е.В., Лёзова Е.А.

Психологический феномен психологической адаптации к браку является сложным психологическим образованием, отражающим комплекс психологических особенностей каждого из супругов. Адаптация к браку представлена в литературе взаимной координацией мыслей, чувств и поведения. Именно адаптация к браку и дезадаптация позволяют достаточно эффективно оценить стабильность или нестабильность брака, чтобы объединить все многообразие типов семейных конфликтов. В статье представлены результаты исследования особенностей адаптации и ролевых ожиданий супругов на начальном этапе совместной жизни. Рассмотрена сплоченность, удовлетворенность семейными отношениями, ожидания и притязания к выполнению функций у мужчин и женщин в молодой семье. Проведенная диагностика позволила выявить гендерные различия психологической адаптации, ролевых притязаний и ожиданий в браке, так женщины придают большее значение личной идентификации с партнером, эмоционально-психотерапевтической функции семьи и внешней привлекательности партнера.

Ключевые слова: семейная адаптация, молодая семья, ролевые ожидания, притязания супругов, удовлетворенность браком.

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION TO MARRIAGE AT THE INITIAL STAGE OF JOINT LIFE

Sidorina E. V., Lezova E. A.

The psychological phenomenon of psychological adaptation to marriage is a complex psychological education that reflects the complex psychological characteristics of each spouse. Adaptation to marriage is represented in the literature by the mutual coordination of thoughts, feelings, and behavior. It is adaptation to marriage and maladjustment that make it possible to sufficiently effectively assess the stability or instability of marriage in order to unite the whole variety of types of family conflicts. The article presents the results of a study of the characteristics of adaptation and role expectations of spouses at the initial stage of living together. Cohesion, satisfaction with family relationships, expectations and claims to perform functions in men and women in a young family are considered. Diagnostics made it possible to identify gender differences in psychological adaptation, role-based claims and expectations in marriage, so women attach greater importance to personal identification with a partner, the emotional-psychotherapeutic function of the family, and the external attractiveness of a partner.

Keywords: family adaptation, young family, role expectations, claims of spouses, marriage satisfaction.

Введение

В последние два десятилетия существенно возрос интерес исследователей к проблемам молодой семьи со стороны психологии, социологии и педагогики. Это объясняется кризисом, связанным с изменением содержания брака и семейных отношений. С одной стороны, изыскиваются новые и альтернативные формы организации семьи, которые лучше соответствуют современному стилю отношений. С другой стороны, число разводов постоянно растет как в нашей стране, так и за рубежом: на каждые три брака приходится один развод, и особенно страдают молодые браки - почти 30% всех разводов приходится на семьи, прожившие от трех до пяти лет [4, с. 73].

Несмотря на изменения в семейных отношениях, значительная доля браков создается в возрасте от 20 до 25 лет. В юности человек создает семью, стремится к достижению социальной зрелости, выполняет социальные обязательства и берет на себя ответственность за свою жизнь и любимого человека, за свои решения и действия. Для возраста ранней взрослости характерна тенденция к достижению высокого развития духовных, интеллектуальных и физических способностей человека. Задача данного возрастного этапа - найти свой путь в обществе.

Начало семейной жизни характеризуется процессами адаптации к браку. В широком смысле адаптация понимается как динамический процесс, в котором мобильные системы живых организмов, несмотря на изменчивость условий, поддерживают стабильность, необходимую для существования, развития и продолжения рода [7, с. 144].

Эти закономерности, безусловно, касаются и процессов семейной адаптации в человеческом обществе. В частности, до брака люди уже создали «образ Я». Начиная семейную жизнь, молодожены оказываются в ситуации «неспособности жить как прежде», что способствует нестабильности отношений и вызывает неудовлетворенность [2, с. 18].

Анализируя психологические проблемы, возникающих в начале семейной жизни, Ю. Е. Алешина указывает, что «первые два года совместной жизни – это пора создания индивидуальных стереотипов межличностного общения, гармонизации систем ценностей, разработки общих поведенческих норм». В этот период супруги проводят совместный поиск стиля отношений, которые понравятся обоим; решаются следующие актуальные задачи: создается структура семьи; разделение функций (ролей) между супругами; устанавливаются семейные традиции и ценности [1, с. 64].

Психологическая сущность адаптации молодежи в браке представляется авторами взаимной координацией мыслей, чувств и поведения. Так, по мнению Л.Л.Баландиной, адаптация брака и дезадаптация позволяют достаточно эффективно оценить стабильность или нестабильность брака, чтобы объединить все многообразие типов семейных конфликтов [3, с. 79].

Многие факторы влияют на психологическую адаптацию в браке, в том числе особенности прохождения добрачного периода. Важным психологическим моментом является вопрос о том, каким образом молодые люди выбирают партнера. Этому вопросу посвящены работы зарубежных авторов Р. Уинча, Б. Мурштейна, Р. Центерса, А. Керкгофа и С. Дэвиса, А. Рейса. В российской психологии его отдельные аспекты обсуждаются в работах Ю.Е. Алешиной, Б. Ю. Шапиро, А. Н. Волковой, В. И. Штильбанс, Л. Я. Гозмана, Л. П. Панковой, В. А. Сысенко, М. А. Абалакиной.

В современных сложных социально-экономических условиях молодая семья сталкивается с трудностями в развитии определенной семейной структуры, есть более глубокие знания друг о друге, которые могут привести к разочарованию, конфликтам в разделении ролей и обязанностей, спорам, возникающим из-за недопонимания с близкими родственниками и объективным трудностям совместной жизни. Основанием для возникновения брачных конфликтов могут быть необоснованные ожидания, которые партнеры сформировали за время брака (А. Р. Вагапова, С. А. Перова) [5, с. 72].

Молодые супруги имеют зачастую завышенные ожидания друг к другу и переживают, когда встречаются с реальностью. Зачастую, создавая семью, мужчины и женщины живут в идеальной картине семейных отношений, что выражается в том, что супруги ожидают в семейной жизни реализацию собственных желаний. В период адаптации во многих современных супружеских парах наблюдается несоответствие в реализации желаемого в определенных сферах семейной жизни: при чем в нестабильных браках это проявляется значительно. Некоторое несоответствие в стабильных семьях дает возможность для постепенного улучшения и развития отношений [6, с. 140].

Большинство исследователей считают, что после рождения ребенка возникают определенные трудности, оба супруга начинают ощущать меньшую удовлетворенность браком [2, с. 19].

Адаптация к браку и семейным отношениям, как отмечают К.Н.Белогай и М.В. Кускова, рассматривается как поступательный процесс, при котором молодожены привыкают к особенностям друг к друга, а также к условиям семейной жизни. Гармония брачно-семейных отношений определяется несколькими основными элементами: эмоциональной стороной брака, уровнем привязанности; сходством идей, представлений о себе, своем партнере и социальном мире в целом; сходством моделей общения, предпочитаемых каждым партнером, поведенческих черт; сексуальной и психофизиологической совместимостью партнеров; общекультурным уровнем, интеллектуальной и социальной зрелостью супругов; соответствием систем ценностей [4, с. 76].

Таким образом, мы находим, что создаются определенные условия для психологической адаптации, и в то же время взаимной адаптации супругов в семье. Результатом этого процесса должна стать стабильная семейная структура, в которой будут распределяться психологические и социальные роли, сформирован приемлемый стиль общения, способы предотвращения и разрешения споров и конфликтов.

Целью настоящего исследования стало изучение специфики психологической адаптации супругов к браку на начальном этапе совместной жизни. Мы предполагаем, что в современных молодых семьях в начале совместной жизни отмечаются психологические

трудности адаптации, вызванные рассогласованием ролевых ожиданий и притязаний. Характер супружеских отношений и удовлетворенности браком имеет гендерную специфику. В исследовании приняли участие 15 супружеских пар (15 мужчин и 15 женщин), с семейным стажем от 1 до 2,5 лет. Средний возраст супругов составил у мужчин 24,5 года, у женщин - 22,5 года.

Методы исследования

В исследовании были использованы две методики: «Шкала семейной адаптации и сплоченности» (FACES-3) (авторы Д. Х. Олсон, Дж. Портнер, И. Лави) и «Ролевые ожидания и притязания в браке» (автор Н. Волкова). Опрос проводился открыто, цель исследования была доведена до сведения испытуемых. Процесс прохождения испытуемыми методик проходил заочно, в привычных и комфортных условиях. По электронной почте респонденты получили бланки и инструкции после чего в течение суток таким же образом предоставляли свои ответы.

Результаты исследования и их обсуждение

Для первого этапа были оформлены бланки с вопросами и формы для обработки и подсчета результатов. На втором этапе, для наглядности приведены в таблицах результаты, отражающие ответы испытуемых, как в парах, так и по гендерному принципу. Проведен количественный и качественный анализ результатов, математическая и статистическая обработка с помощью U-критерий Манна-Уитни.

Первоначально представим специфику брачных отношений в выборке. Результаты исследования по методике «Шкала семейной адаптации и сплоченности» (FACES-3) показали, что среднее значение сплоченности в браке для супругов составляет 33,9 балла. Семьи, в большинстве случаев, разобщены, супруги автономны, во многих случаях они не всегда чувствуют эмоциональную близость, единство и общность не являются для них значимыми ценностями. По этому фактору испытуемые относятся к несбалансированному уровню. С точки зрения адаптации, ее среднее значение составило 26,2 балла, то есть большинство пар оказались между структурным и гибким типом. Этот показатель характеризует их как устойчивый уровень семейного функционирования (табл. 1).

Таблица 1.

ХАРАКТЕРИСТИКИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ ПО МЕТОДИКЕ «ШКАЛА СЕМЕЙНОЙ АДАПТАЦИИ И СПЛОЧЕННОСТИ» (FACES-3) (N=30)

Шкала	Среднее значение	σ
Сплоченность в браке	33,9	4,87
Адаптация в браке	26,2	5,29
Удовлетворенность браком	9,72	6,7

Следует отметить, что в соответствии с моделью Д. Х. Олсона разобщенные / гибкие семьи относятся к умеренно сбалансированным. Значительный разрыв между идеальными и реальными оценками по двум шкалам указывает на большую разницу между представлениями испытуемых о семье и, следовательно, на низкую удовлетворенность семейными отношениями.

Анализируя результаты исследования по методике «Ролевые ожидания и притязания в браке», были определены три наиболее значимых значения для испытуемых: личностная идентификация (7,4), родительско-воспитательная (7,2) и социальная активность (6,8). Хотя эмоционально-психотерапевтическая, хозяйственно-бытовая и интимно-сексуальные функции брака не доминируют, значения по этим шкалам оказались выше среднего. Значение для испытуемых внешней привлекательности партнера получила средние оценки (табл. 2).

Таблица 2.

ОСОБЕННОСТИ СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ ПО МЕТОДИКЕ «РОЛЕВЫЕ ОЖИДАНИЯ И ПРИТЯЗАНИЯ В БРАКЕ» (N=30)

Шкала	Среднее значение	σ
Личностная идентификация с супругом	7,4	1,63
Родительско-воспитательная	7,2	1,26
Социальная активность	6,8	1,69
Хозяйственно-бытовая	6,3	1,5
Интимно-сексуальная	6,2	2,01
Эмоционально-психотерапевтическая	6,2	1,2
Внешняя привлекательность	5,9	1,96

Рассчитав средние значения показателей шкал, отмечена существенная разница в притязаниях и ожиданиях супругов, нет ориентации на выполнение определенной функции, супруги имеют установку на нейтральную роль в семье. На этом этапе для супругов характерны недоразумения относительно требований и ролевых ожиданий.

Важным фактом, на наш взгляд, является противоречие между низким уровнем сплоченности семьи и преобладанием в системе семейных ценностей личной идентификации с супругом. Можно сказать, что молодым парам не хватает общих интересов, ценностей, способов совместного досуга, в чем нуждаются, но при этом сами отдаляются друг от друга. Эта ситуация является источником конфликтов и противоречий в супружеских отношениях. Далее рассмотрены особенности супружеских отношений с учетом гендерной специфики (табл. 3).

Таблица 3

ПОКАЗАТЕЛИ СЕМЕЙНОЙ АДАПТАЦИИ И СПЛОЧЕННОСТИ В ГЕНДЕРНОМ АСПЕКТЕ (N=30)

Шкала	Мужчины	Женщины	U Манна-Уитни	P
Сплоченность в браке	34,1	33,8	14,5	0,01
Адаптация в браке	25,4	27	12,6	0,01
Удовлетворенность браком	8,7	10,7	11	0,01

Согласно данным в таблице 3 уровень адаптации в браке (27) и удовлетворенности браком (10,7) несколько выше у женщин, чем у мужчин (25,4 и 8,7 соответственно). Различия в показателях семейной адаптации, сплоченности и удовлетворенности семейными отношениями незначительны: мужчины и женщины считают брак средне-сбалансированным.

Таблица 4

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПО МЕТОДИКЕ «РОЛЕВЫЕ ОЖИДАНИЯ И ПРИТЯЗАНИЯ В БРАКЕ» В ГЕНДЕРНОМ АСПЕКТЕ (N=30)

Шкала	Мужчины	Женщины	U Манна-Уитни	P
Личностная идентификация с супругом	7	7,8	10,4	0,01
Родительско-воспитательная	7,1	7,2	9,5	0,01
Социальная активность	6,5	7,1	11,5	0,05
Эмоционально-психотерапевтическая	6,5	7	17	0,05
Интимно-сексуальная	6,5	6,1	15,5	0,01
Хозяйственно-бытовая	6,2	6,0	14,5	0,01
Внешняя привлекательность	5,3	6,5	9,5	0,01
Ролевая адекватность	8,1	10,8	4	0,01

Наиболее важной ценностью для мужчин оказалась родительско-воспитательная (7, 1), то есть они придают большое значение роли отца и считают воспитание детей главной ценностью. Для женщин этот показатель также довольно высок (7,2), но более значима ценность - личная идентификация с супругом (7,8). Наименее значимым для женщин является хозяйственно-бытовая (6,0), для мужчин - внешняя привлекательность партнера (5,3). Средние показатели ценности по шкале «интимно-сексуальная» выше для мужчин, чем

для женщин (6,5 и 6,1 соответственно). Для мужчин сексуальная гармония в большей степени является важным условием семейного счастья. По остальным шкалам показатели женщин несколько выше, чем у мужчин; за исключением шкалы «хозяйственно-бытовая» (6,2 / 6,0). Женщины выше, чем мужчины ценят личностную идентификацию с партнером (7,8), эмоциональную функцию, а также оказалось для них важнее, чем для мужчин, привлекательность партнера (6,5).

Различия в ожиданиях относительно роли в браке у мужчин значительно ниже, чем у женщин (8,1 / 10,8). Это можно объяснить соответствием ориентации мужа на выполнение определенной функции ожиданиям жены.

Обсуждение и заключение

Анализ результатов проведенного исследования позволил сделать следующие выводы.

Семейные отношения на этапе адаптации к браку характеризуются низкой сплоченностью и средним уровнем адаптации, т.е. большинство молодых супружеских пар относятся к среднесбалансированной категории.

Наиболее важной ценностью для молодых супругов является ценность личной идентификации с партнером. Выявленное противоречие между низким уровнем согласованности и важностью единства, общих интересов и ценностей является фактором, вызывающим конфликт, и приводит к негативной адаптации партнеров, снижению удовлетворенности браком.

Источником напряженности в супружеской паре является низкая ролевая адекватность; в то же время выполнение мужчинами супружеской роли в большей степени соответствует ожиданиям женщин, чем наоборот.

Вместе с увеличением количества лет вместе уровень адаптации снижается, пара становится более жесткой, восприимчивой к стрессорам.

Выявлены гендерные различия психологической адаптации, ролевых притязаний и ожиданий в браке: женщины придают большее значение личной идентификации с партнером, эмоционально-психотерапевтической функции семьи и внешней привлекательности партнера.

Важно отметить, что после первых лет супружеской адаптации трудности в браке более вероятны, это особенно актуально для женщин. Поэтому молодые женщины часто обращаются за квалифицированной психологической помощью. Такая ситуация может быть связана с довольно неопределенными и разнообразными современными «семейными стандартами» и невысокой личностной зрелостью мужчин и женщин в периоде ранней взрослости.

Список использованных источников

1. Алешина Ю. Е. Удовлетворенность браком и межличностное восприятие в супружеских парах с различным стажем семейной жизни: дис. ... канд. психол. наук / Ю. Е. Алешина. – М., 2011. – 250 с.
2. Арутюнян М.Н., Ланцова Т.И. Адаптация супругов к брачно-семейным отношениям как социальная проблема / М.Н.Арутюнян, Т.И. Ланцова // Современные исследования социальных проблем, 2017 .- № 4.- С. 17-23
3. Баландина Л.Л., Харламова Т.М. Психологическая характеристика супругов в разной степени удовлетворенных браком / Л.Л.Баландина, Т.М. Харламова // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. - 2012. - № 4. - С. 79-80.
4. Белогай К.Н., Кускова М.В. Супружеские отношения на этапе молодой семьи / К.Н.Белогай, М.В. Кускова // Вестник Кемеровского государственного университета, 2009. - № 1. - С. 72-77.
5. Вагапова А. Р., Перова С. А. Семейная идентичность супругов и их оценка степени удовлетворенности браком / А. Р. Вагапова, С. А. Перова // Известия Саратовского университета. Психология развития, 2015.- № 4.- С. 72-75
6. Дубовских О. В., Ильинский С. В. Влияние образа семьи супругов на их удовлетворенность браком / О.В.Дубовских, С.В. Ильинский // Вестник Самарской гуманитарной академии, 2015.- №1.- С. 138-151
7. Кострова Ю. А. Адаптация молодой семьи в официальном дискурсе социальной политики современного российского общества / Ю. А. Кострова // Вестник Нижегородского университета им. Н.И.Лобачевского. Серия: Социальные науки, 2018.- № 3.- С. 143-149

References

1. Aleshina Ju. E. Udovletvorennost' brakom i mezhlichnostnoe vosprijatie v supruzheskih parah s razlichnym stazhem semejnoy zhizni: dis. kand. psihol. nauk / Ju. E. Aleshina. – М., 2011. – 250 s.
2. Arutjunjan M.N., Lancova T.I. Adaptacija suprugov k brachno-semejnym otnoshenijam kak social'naja problema / M.N.Arutjunjan, T.I. Lancova // Sovremennye issledovanija social'nyh problem, 2017.- № 4.- S. 17-23
3. Balandina L.L., Harlamova T.M. Psihologicheskaja harakteristika suprugov v raznoj stepeni udovletvorenyh brakom / L.L.Balandina, T.M. Harlamova // Mezhdunarodnyj zhurnal prikladnyh i fundamental'nyh issledovanij. - 2012. - № 4. - S. 79-80.
4. Belogaj K.N., Kuskova M.V. Supruzheskie otnoshenija na jetape molodoj sem'i / K.N.Belogaj, M.V. Kuskova // Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta, 2009. -№ 1. - S. 72-77.

5. Vagapova A.R., Perova S.A. Semejnaja identichnost' suprugov i ih ocenka stepeni udovletvorennosti brakom / A.R. Vagapova, S.A. Perova // Izvestija Saratovskogo universiteta. Psihologija razvitija, 2015.- № 4.- S. 72-75
6. Dubovskih O. V., Il'inskij S.V. Vlijanie obraza sem'i suprugov na ih udovletvorennost' brakom / O.V.Dubovskih, S.V. Il'inskij // Vestnik Samarskoj gumanitarnoj akademii, 2015.- №1.- S. 138-151
7. Kostrova Ju.A. Adaptacija molodoj sem'i v oficial'nom diskurse social'noj politiki sovremennogo rossijskogo obshhestva / Ju. A. Kostrova // Vestnik Nizhegorodskogo universiteta im. N.I.Lobachevskogo. Serija: Social'nye nauki, 2018.- № 3.- S. 143-149

Сидорина Елена Валерьевна, старший преподаватель Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: negina.ev@mail.ru

Лёзова Екатерина Андреевна, магистрант Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: lezovaea@gmail.com

Sidorina Elena Valerevna, senior lecturer, Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: negina.ev@mail.ru

Lezova Ekaterina Andreevna, master student Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation e-mail: lezovaea@gmail.com
