

Секция «Психология»

**Семейные отношения как источник психологического благополучия
женщины зрелого возраста**

Воронина Мария Евгеньевна

Аспирант

*Костромской государственной университет имени Н.А. Некрасова, Факультет
профессиональной переподготовки (психология), Кострома, Россия*

E-mail: centrpmssgalich@yandex.ru

Одна из актуальных тем исследований в современной психологии – психологическое благополучие личности. Зарубежными и отечественными авторами рассматриваются различные подходы к определению содержания понятия «психологическое благополучие» (N.Bradburn, E.Diener, C.Ryff, R.Ryan, Т.Шевеленкова, П.Фесенко, А.Воронина). Активно исследуются внешние факторы, обуславливающие психологическое благополучие личности (N.Bradburn, E.Diener, R.Ryan, C.Ryff, R.Richard), в меньшей степени исследованы субъективные факторы психологического благополучия, в частности, особенности значимых отношений, гендерные различия (C.Ryff, Т.Шевеленкова, М.Бучацкая). Особое внимание авторы уделяют исследованию психологического благополучия женщины, особенностей её социально-психологической адаптации (М.В. Бучацкая, О.А. Овсяник). Интерес к этой теме связан с особенностями социально-ролевого репертуара современной женщины, жёсткими требованиями к человеку со стороны современного общества (достижение общественного признания более возможно при маскулинном типе поведения как мужчинами, так и женщинами, при том, что долгое время культивировалась ценность феминного поведения женщины) [1, с. 87]. В результате изменяется система социальных и психологических ролей женщины внутри семьи, роль семьи в жизни женщины. Женщина нередко испытывает глубокие интра- и интерпсихические конфликты, которые не позволяют ей вносить достаточный вклад в создание психологически комфортной атмосферы в семье [2, с. 5].

Можно предположить, что кульминация психологических противоречий, связанных с системой семейных отношений женщины приходится на период зрелого возраста, когда женщина «зажата» между двух поколений: своих взрослых детей и собственных родителей. И те, и другие требуют внимания, заботы, материальных вложений со стороны женщины. В популярной литературе женщина на этом этапе семейной жизни получила метафоричное название «женщина поколения «сэндвич». Этнокультурные особенности супружеских отношений в России зачастую создают для женщины дополнительный «слой сэндвича» в виде «родительской» ответственности за мужа.

В контексте выше сказанного представляется важным исследование особенностей и ресурсного потенциала семейных отношений как источника психологического благополучия женщины зрелого возраста.

Нами было проведено исследование связей особенностей отношения женщины к своему супругу, детям, родителям и эмоционального и когнитивного компонентов психологического благополучия (мы опирались на гедонистические теории психологического благополучия по классификации Р. Райана [3, с. 99]). В исследовании приняла участие 21 женщина зрелого возраста. Возраст респондентов – от 38 до 52 лет. Выборка имеет «эталонный» характер: все женщины имеют полную семью, детей, участвуют в

жизни собственных родителей, работают. Для оценки эмоционального компонента психологического благополучия мы использовали модифицированный вариант методики «Типовое семейное состояние» Эйдемиллера Э.Г., Юстицкого В., для оценки когнитивного компонента – «Шкалу удовлетворённости жизнью» О.С. Копиной, для изучения качества супружеских отношений – методику «Особенности общения между супругами» Алешиной Ю.Е, Гозмана Л.Я., Дубовской Е.М., особенности отношения женщины к ребёнку оценивались с помощью опросника «Взаимодействие «родитель - ребёнок» Марковской И.М., а особенности отношения к родителям – с помощью модифицированного варианта методики «Семантический дифференциал» Ч. Осгуда.

В результате исследования мы выявили: чем выше женщины оценивают свои отношения с партнёром как доверительные, интимные, комфортные, тем выше вероятность возникновения у женщины ощущения общего эмоционального благополучия и удовлетворённости собственной жизнью, что явилось ожидаемым результатом.

Исследование связей между особенностями отношения женщины к ребёнку и её психологическим благополучием показало, что оценка респондентами степени *согласия со своим ребёнком* ($R=-0,63$, при $p=0,002$) отрицательно связана с *удовлетворённостью* ими своей *жизнью*. Этот результат, возможно, связан с социальной желательностью ответов и стремлением женщины скрыть конфликтность отношений с ребёнком юношеского возраста. Самооценка женщиной своей *авторитетности* для ребёнка ($R=-0,45$, при $p=0,04$) отрицательно связана с её *тревожностью*. Вероятно, это связано с тем, что значительная доля тревог женщины зрелого возраста связана именно с судьбой практически взрослого ребёнка, поэтому управляемость поведения ребёнка психологически комфортна для женщины.

Особенности отношения женщины с собственными родителями также связаны с эмоциональным компонентом её психологического благополучия. Оценка степени *свободы от родителей* отрицательно связана с *тревожностью* женщины ($R=-0,66$, при $p=0,001$) и общей *неудовлетворённостью жизненной ситуацией* ($R=-0,46$ при $p=0,04$). С одной стороны, это связано с ранними отношениями женщины и её родителей, с качеством привязанности, сформированным в этих отношениях. С другой стороны, это может быть обусловлено актуальными отношениями с родителями - с осознанием их беспомощности и возникающему в результате чувству качественно новой зависимости от этих отношений (теперь женщина вынуждена играть роль «мамы» для родителей). Кроме того, важно отметить, что оценка степени *свободы от родителей* женщиной зрелого возраста положительно связана с позитивными характеристиками отношения женщины к супругу – *взаимопонимание между супругами* при оценке себя и при оценке партнёра ($R=0,55$, при $p=0,02$, $R=0,60$, при $p=0,01$), и к ребёнку – *близость к ребёнку* ($R=0,64$, при $p=0,002$), *принятие ребёнка* ($R=0,48$, при $p=0,03$).

Таким образом, эмоциональный и когнитивный аспекты психологического благополучия женщины зрелого возраста связаны со спецификой её семейных отношений, особую роль при этом играют отношения женщины с собственными родителями. На следующем этапе планируется исследование внутриличностных факторов, которые опосредуют связи между характеристиками психологического благополучия и субъективным восприятием женщиной своих семейных отношений: гендерной идентичности, места семьи в иерархии ценностей женщины, субъективной оценки женщиной своего здоровья, особенностей качества привязанности.

Литература

1. Берн Ш. Гендерная психология. – СПб: Прайм-Еврознак, 2002
2. Бучацкая М.В. Психологическое благополучие работающих женщин. Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Москва, 2006
3. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности// Психологическая диагностика. 2005. № 3. с. 95-121.