

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г.  
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра педагогической психологии и психодиагностики

**Взаимосвязь удовлетворенности браком и копинг-стратегий в семьях  
с маленьким ребенком**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 432 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
профиль подготовки «Психология и социальная педагогика»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**Цыганковой Татьяны Владимировны**

Научный руководитель

доктор психол. наук, профессор

 25.01.2022

И. Е. Гарбер

Зав. кафедрой

доктор психол.наук, профессор М.В. Григорьева

подпись

дата

Саратов 2022

**Введение.** Семья выступает в качестве важной социальной среды формирования личности. Также она является главным институтом моральной поддержки и воспитания, призванным не только отвечать за воспроизводство, но и создавать конкретный образ жизни и отношений.

Особый период жизни молодой семьи наступает после рождения ребенка-первенца. Ведь появление ребенка вполне можно назвать тем фактором, который приводит к различным изменениям в жизни семьи в целом. Меняется общий стиль жизни, интересы и привычки супругов. Кроме того, супругам предстоит получить абсолютно новый опыт – овладеть трудными социальными ролями матери и отца.

В семейной жизни можно обнаружить большое количество причин, которые могут обуславливать возникновение супружеских конфликтов. И это абсолютно обыденное явление. Ведь в взаимоотношения между двумя людьми подразумевают столкновение интересов и возникновение переговоров. Гораздо важнее не исключать конфликты, а учиться их разрешать с помощью различного рода переговоров и договоренностей.

Но не всегда супруги настроены на разрешение конфликта. Иногда они неосознанно могут использовать стратегии, которые не помогают разрешать спорные моменты, а наоборот, усугубляют их.

Это обуславливает актуальность исследования взаимосвязи между удовлетворенностью браком и используемыми супругами в конфликтных ситуациях копинг-стратегиями.

В отечественной психологии исследованиям взаимоотношений супругов на разных стадиях семейного цикла посвящены работы Ю.Е. Алешиной, А. Варги, В.Г. Утробиной, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубровской и т.д. В зарубежной психологии данной проблемой занимались С.Нок, Х. и М. Фелдман, Д. Орнер, Р. Гилфорд и В. Бенгстон и т.д.

**Объект исследования:** Взаимосвязь удовлетворенности браком и копинг-стратегий в семьях с маленьким ребенком

**Предмет исследования:** удовлетворенность браком в семьях с маленьким ребенком.

**Цель исследования:** исследовать наличие взаимосвязи между удовлетворенности браком в семьях с маленьким ребенком и используемыми копинг-стратегиями.

**Задачи:**

1. Рассмотреть теоретические аспекты удовлетворенности браком и копинг-стратегий в семьях с маленькими детьми;
2. Провести эмпирическое исследование взаимосвязи удовлетворенности браком и копинг-стратегий в семьях с маленьким ребенком;
3. Предложить рекомендации по результатам исследования.

**Гипотеза:** удовлетворенность браком в семьях с маленьким ребенком зависит от используемых в них копинг-стратегий.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования:**

- теоретические (изучение и анализ психолого-педагогических источников по исследуемой проблеме);

- эмпирические (тест-опросник удовлетворенности браком В.В. Столина, Т.Л. Романовой и Г.П. Бутенко [34], тест-опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» Ю.Е. Алешиной и Л.Я. Гозман [1], методика многомерного измерения копинга CISS (Coping Inventory for Stressful Situation) Н.С. Эндлера и Д.А. Паркера (в переводе и адаптации Т.Л. Крюковой) [14] и опросник «Психологическая диагностика копинг механизмов» Э. Хейма.) [25].

**Эмпирическая база исследования.** Выборку исследования составили родители воспитанников МБДОУ «Детский сад №19» г. Новочеркаска Ростовской области.

**Структура выпускной квалификационной работы** общим количеством 63 страницы состоит из: введения, двух глав, заключения, списка использованных источников (43), 5 рисунков, 2 таблицы и 6 приложений.

**Основное содержание работы.** В первой глав рассмотрены теоретические аспекты удовлетворенности браком и копинг-стратегий в семьях с маленькими детьми.

Под семьей принято понимать малую группу людей, основанную на кровном родстве или свойстве, члены которой связаны общностью быта и взаимной моральной ответственностью [40, с. 297].

Важно уточнить, что какой бы ни была семья, ее структура и задачи, на определенном этапе жизненного цикла она в любом случае столкнется с трудностями, характерными именно для этого этапа развития семьи. Соответственно, знание и представление о сути этих трудностей может помочь справиться с ними гораздо успешнее.

Кратко охарактеризуем типичные задачи и проблемы, возникающие в семьях с маленькими детьми [31, с. 30]:

- перестройка структуры семьи в связи с появлением ребенка;
- уход за маленьким ребенком;
- адаптация к длительному периоду ухода за ребенком;
- согласование личных и семейных целей;
- поощрение роста ребенка и обеспечение его безопасности и родительского авторитета;
- перераспределение обязанностей в семье в связи с поступлением ребенка в детский сад или школу;
- проявление участия при наличии проблем с выполнением режимных моментов, дисциплиной, учебной и т.д.;
- распределение обязанностей по помощи ребенку при подготовке домашних заданий.

В своем развитии и становлении семья проходит несколько определенных этапов. Каждый из них включает себя кризисы, которые могут выступать как в качестве причины возникновения сложностей и недопонимания между супругами, так и в качестве возможности для развития семейной системы в целом и каждого отдельного члена семьи в частности. С переживанием кризиса

связан риск неопределенности будущего, естественный для любого развития, и столь же естественное стремление избежать этого риска.

В психологических исследованиях, связанных с различными факторами успешности брака, основной упор обычно делается на изучении удовлетворенности браком. Данное определение понимают, с одной стороны, как интегральный признак качества взаимодействия в семье, причем в каждой области ее жизнедеятельности. С другой стороны, как некий признак удовлетворенности отдельными сферами семейной жизни.

Если рассматривать удовлетворенность браком в семьях с маленькими детьми, то можно отметить, что существует взаимосвязь между степенью индивидуальной удовлетворенности супругами своим союзом и этапом жизненного цикла семьи: наименьшая удовлетворенность супружеской жизнью наблюдается в семьях с детьми младенческого возраста, наибольшая — до появления ребенка [17, с. 247].

Также современные исследования показывают, что семейные пары с детьми менее удовлетворены браком, чем семейные пары без детей. Отметим, что данное различие значимое, но не очень значительное. При этом важно уточнить, что наблюдаются большие индивидуальные различия, что свидетельствует в пользу влияния различных факторов на динамику удовлетворенности браком [29, с. 87].

Находясь в стрессовой ситуации, молодые мамы более ориентированы на поведение, проявляющееся в противостоянии источнику угрозы, на его преодоление. Скорее всего, это женщины с активной жизненной позицией, способные адекватно оценивать проблемность ситуации и вероятные ее последствия. Не находя собственных способов разрешения трудностей семейной жизни, они прибегают к помощи и поддержке окружающих. Например, молодая мама может спросить совета у родственников (бабушки, дедушки, старших братьев или сестер) в разрешении противоречия с супругом или обратиться с вопросом по поводу возможного нездоровья ребенка.

Также, для того чтобы ослабить действие напряженной ситуации, женщине крайне необходимо поделиться своими чувствами, рассказать о накопившихся переживаниях, найти сочувствие и понимание. Поэтому, время от времени прибегая к данному способу, молодая мать способна восстанавливать свое душевное равновесие.

В связи с этим мамы в семьях с маленькими детьми гораздо чаще используют такие стратегии копинга, как активный копинг, планирование, поиск активной общественной поддержки, положительное истолкование и рост [20, с. 36].

В свою очередь для мужчин в период раннего родительства наиболее значимыми являются следующие стратегии: положительное истолкование и рост, планирование, юмор, подавление конкурирующей деятельности и поиск эмоциональной поддержки [9, с. 33].

Таким образом, в целом, для обоих супругов ситуация рождения ребенка и связанные с ней трудности воспринимаются как ценный опыт, который, возможно, найдет свое отражение в будущем, поможет сформировать развитую семейную структуру, способную противостоять стрессогенным факторам.

Для исследования удовлетворенности браком и копинг-стратегий чаще всего используются такие методы, как тест-опросник удовлетворенности браком В.В. Столина, Т.Л. Романовой и Г.П. Бутенко [34], который позволяет измерить уровень удовлетворенности брачными отношениями в семье; тест-опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» Ю.Е. Алешиной и Л.Я. Гозман [1], который позволяет выявить то, как взаимодействуют супруги в конфликтных ситуациях; методика многомерного измерения копинга CISS (Coping Inventory for Stressful Situation) Н.С. Эндлера и Д.А. Паркера (в переводе и адаптации Т.Л. Крюковой) [14] и опросник «Психологическая диагностика копинг механизмов» Э. Хейма) [25] позволяющие выявить используемые копинг-стратегии.

Во второй главе представлено эмпирическое исследование взаимосвязи удовлетворенности браком и копинг-стратегий в семьях с маленьким ребенком.

**Цель эмпирического исследования:** исследовать наличие взаимосвязи между удовлетворенности браком в семьях с маленьким ребенком и используемыми копинг-стратегиями.

**Задачи эмпирического исследования:**

1. Рассмотреть теоретические аспекты удовлетворенности браком и копинг-стратегий в семьях с маленькими детьми;
2. Провести эмпирическое исследование взаимосвязи удовлетворенности браком и копинг-стратегий в семьях с маленьким ребенком;
3. Предложить рекомендации по результатам исследования.

**Гипотеза исследования:** удовлетворенность браком в семьях с маленьким ребенком зависит от используемых в них копинг-стратегий.

**Эмпирическая база исследования.** Выборку исследования составили родители воспитанников МБДОУ «Детский сад №19» г. Новочеркаска Ростовской области».

Всего в исследовании принимало 60 человек – 30 мужчин и 30 женщин различного социального статуса, в возрасте от 25 до 45 лет. Отметим, что в исследовании приняли участие только полные семьи.

Методы исследования: опрос и тестирование.

Данные эмпирические методы реализовывались через следующие диагностические методики:

1. Тест-опросник удовлетворенности браком В.В. Столина, Т.Л. Романовой и Г.П. Бутенко [34].

2. Тест-опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» (авторы – Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман) [1]. Данная методика содержит описание различных ситуаций взаимодействия между супругами, носящих конфликтный характер. Данная методика позволяет определить общий уровень конфликтности между супругами, а также наиболее конфликтогенные сферы в паре.

3. Методика многомерного измерения копинга CISS (Coping Inventory for Stressful Situation) Н.С. Эндлера и Д.А. Паркера (в переводе и адаптации Т.Л.

Крюковой) [14]. Позволяет определить доминирующие копинг-стратегии, используемые в конфликтных ситуациях, ориентированные на решение задачи, эмоции или избегание.

4. Опросник «Психологическая диагностика копинг механизмов» Э. Хейма [25]. Благодаря данной методике становится возможным исследовать различные варианты копинга, которые подразделяются на когнитивный, эмоциональный и поведенческий копинг-механизмы.

Первая задача эмпирического исследования заключалась в изучении степени удовлетворенности браком у супругов в семьях с маленьким ребенком. Проведенное диагностическое исследование позволило выявить степень удовлетворенности браком в семьях с маленькими детьми. Для семей с маленьким ребенком в основном характерны высокая и средняя степень удовлетворенности браком.

В целях исследования копинг-стратегий, используемых в семьях с маленькими детьми, применялись следующие методы исследования: тест-опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» Ю.Е. Алешиной и Л.Я. Гозман [1], методика многомерного измерения копинга CISS (Coping Inventory for Stressful Situation) Н.С. Эндлера и Д.А. Паркера (в переводе и адаптации Т.Л. Крюковой) [14] и опросник «Психологическая диагностика копинг механизмов» Э. Хейма) [25].

Проведенное диагностическое исследование позволило выявить наиболее распространенные копинг-стратегии, используемые в семьях с маленькими детьми. Наиболее характерными для семей с маленькими детьми являются такие типы конфликтных ситуаций, как проблемы коммуникации с супругом, а также проявление стремления к автономии, в следствие несовпадения установок на семью и нарушение ролевых ожиданий. Наиболее характерной копинг-стратегией для семей с маленьким ребенком является копинг, ориентированный на избегание, а также достаточно распространенным является эмоционально-ориентированный копинг. Также можно сказать, что

для семей с маленькими детьми преимущественно характерны относительно адаптивные копинг-стратегии.

Цель эмпирического исследования состояла в исследовании наличия взаимосвязи между удовлетворенности браком в семьях с маленьким ребенком и используемыми копинг-стратегиями.

Были обнаружены взаимосвязи удовлетворенности браком в семьях с маленьким ребенком с копинг-стратегиями в конфликтных ситуациях у супругов.

В частности, были выявлены следующие взаимосвязи:

- отрицательная взаимосвязь степени удовлетворенности браком в семьях с маленькими детьми с копинг-стратегией ориентации на решении задачи;

- степени удовлетворенности браком в семьях с маленькими детьми с копинг-стратегией избегания.

Следовательно, можно говорить о том, что для супругов в семьях с маленьким ребенком характерна ориентация на решение задачи и не характерно избегание как стратегии копинг-поведения в конфликтных ситуациях.

Также были обнаружены взаимосвязи степени удовлетворенности браком в семьях с маленькими детьми с используемыми супругами копинг механизмами. В частности, были выявлены следующие взаимосвязи:

- отрицательная взаимосвязь степени удовлетворенности браком в семьях с маленькими детьми с использованием супругами неадаптивных копинг-стратегий.

Следовательно, можно говорить о том, что в семьях с маленьким ребенком, имеющих высокую степень удовлетворенности браком, не характерно использование неадаптивных копинг-стратегий.

Таким образом, можно сделать следующие выводы по результатам эмпирического исследования:

1. Для супругов в семьях с маленьким ребенком характерна ориентация на решение задачи и не характерно избегание как стратегии копинг-поведения в конфликтных ситуациях.

2. В семьях с маленьким ребенком, имеющих высокую степень удовлетворенности браком, не характерно использование неадаптивных копинг-стратегий.

На основе проведенного эмпирического исследования можно утверждать, что гипотеза, выдвинутая нами ранее, подтверждена. Можно предположить существование определенной взаимосвязи между уровнем удовлетворенности браком в семьях с маленьким ребенком и используемых в них копинг-стратегиях.

На основе полученных в результате проведенного эмпирического исследования данных, рекомендуется использовать управление копинг-поведением супругами в семьях с маленькими детьми как одним из способов повышения удовлетворенности браком. Управление копинг-стратегиями супругов в семьях с маленькими детьми с целью использованию в конфликтных ситуациях стратегий, ориентированных на решение задач, а также снижению использования избегающих и неадаптивных копинг-стратегий, может быть возможно за счет обучения супругов необходимым навыкам совладающего поведения.

**Заключение.** Отличительными особенностями семьи как малой группы выступают следующие: семья представляет собой особого рода союз между супругами, который отличается духовной общностью, глубокими доверительными связями; в семье, как правило, преобладают доверительные отношения между родителями и детьми; особенный способ формирования семьи: люди вступают в брак на основе взаимной симпатии и духовной близости. Какой бы ни была семья, ее структура и задачи, на определенном этапе жизненного цикла она в любом случае столкнется с трудностями, характерными именно для этого этапа развития семьи. Соответственно, знание и представление о сути этих трудностей может помочь справиться с ними гораздо успешнее. Принципиально важной особенностью рассматриваемой стадии жизненного цикла является тот факт, что супруги переходят непосредственно к началу реализации своей родительской функции.

На степень удовлетворенности браком наряду с такими факторами как стадия жизненного цикла семьи, супружеский стаж, сходство ценностей у супругов и трудовой стаж влияет также наличие в семье детей. Согласно данным различных исследований наличие в семье ребенка снижает удовлетворенность браком. Кроме того, научные исследования различных авторов показывают, что семейные пары с детьми менее удовлетворены браком, чем семейные пары без детей.

Как молодые матери, так и отцы, выбирают в качестве приоритетных те копинг-стратегии, с помощью которых можно противостоять источнику стресса и извлечь пользу из ситуации через личностный рост или рассмотреть все происходящее в благоприятном свете.

Для исследования удовлетворенности браком и копинг-стратегий чаще всего используются такие методы, как тест-опросник удовлетворенности браком В.В. Столина, Т.Л. Романовой и Г.П. Бутенко, который позволяет измерить уровень удовлетворенности брачными отношениями в семье; тест-опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» Ю.Е. Алешиной и Л.Я. Гозман, который позволяет выявить то, как взаимодействуют супруги в конфликтных ситуациях; методика многомерного измерения копинга CISS (Coping Inventory for Stressful Situation) Н.С. Эндлера и Д.А. Паркера (в переводе и адаптации Т.Л. Крюковой) и опросник «Психологическая диагностика копинг механизмов» Э. Хейма), позволяющие выявить используемые копинг-стратегии.

В рамках данной работы, было проведено эмпирическое исследование с целью исследования наличия взаимосвязи между удовлетворенности браком в семьях с маленьким ребенком и используемыми копинг-стратегиями.

Гипотеза исследования: удовлетворенность браком в семьях с маленьким ребенком зависит от используемых в них копинг-стратегий.

Эмпирическая база исследования. Выборку исследования составили родители воспитанников МБДОУ «Детский сад №19» г. Новочеркаска Ростовской области».

В исследовании участвовало 30 супружеских пар. Всего в исследовании принимало 60 человек – 30 мужчин и 30 женщин различного социального статуса, в возрасте от 25 до 45 лет.

По результатам эмпирического исследования были сделаны следующие выводы:

1. Для супругов в семьях с маленьким ребенком характерна ориентация на решение задачи и не характерно избегание как стратегии копинг-поведения в конфликтных ситуациях.

2. В семьях с маленьким ребенком, имеющих высокую степень удовлетворенности браком, не характерно использование неадаптивных копинг-стратегий.

На основе проведенного в данной работе эмпирического исследования можно утверждать, что гипотеза, выдвинутая нами ранее, подтверждена. Можно предположить существование определенной взаимосвязи между уровнем удовлетворенности браком в семьях с маленьким ребенком и используемых в них копинг-стратегиях.

На основе полученных в результате проведенного эмпирического исследования данных, рекомендуется использовать управление копинг-поведением супругами в семьях с маленькими детьми как одним из способов повышения удовлетворенности браком. Управление копинг-стратегиями супругов в семьях с маленькими детьми с целью использованию в конфликтных ситуациях стратегий, ориентированных на решение задач, а также снижению использования избегающих и неадаптивных копинг-стратегий, может быть возможно за счет обучения супругов необходимым навыкам совладающего поведения.