

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

Кафедра общей и консультативной психологии

наименование кафедры

«Личностные особенности женщин, тяжело переживающие

наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

постразводный кризис»

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРА

студента (ки) 3 курса 374 группы

направления
(специальности)

37.04.01 «Психология»

код и наименование направления (специальности)

факультета психологии

наименование факультета, института, колледжа

Жукова Оксана Дмитриевна

фамилия, имя, отчество

Научный руководитель
(руководитель)

кандидат псих. наук, доцент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Г.Н. Малюченко

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

доктор псих. наук, доцент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

С.В. Фролова

инициалы, фамилия

Саратов 2022

Введение

Распад брака приводит к снижению социального статуса личности, что в свою очередь негативно влияет на самовосприятие разведенных, поскольку свидетельствует не только о личной драме, но и о несоответствующем выполнении «нормативного плана» бытия. В связи с этим важное значение приобретает психологическая работа с женщинами, тяжело переживающих постразводный кризис, так как она в этот период чаще всего не в состоянии самостоятельно разрешить возникшие трудности и проблемы.

Актуальность исследования. Ежегодно увеличивается количество разводов, браки становятся непрочными, растет число детей, воспитывающихся в неполных семьях. На современном этапе развития психологии сохраняется значительный интерес к проблематике активизации внутреннего потенциала развития личности женщины, создания благоприятных социальных условий для ее самореализации. Изучение специфики и изменений самовосприятия личности женщины в ходе жизненных событий, особенно кризисных, является актуальной проблематикой для различных наук, в том числе и психологии. Среди таких жизненных событий, которые стали в последнее время довольно распространенными, общественное мнение выделяет явление развода – процесса, в ходе которого прекращаются брачные взаимоотношения людей, функционировавших в рамках семьи. От того, насколько личность, ассимилируя социальные нормы и стереотипы или игнорируя их, способна выстраивать собственную жизнь, в значительной мере зависит ее созидание семейного счастья в будущем.

Именно самовосприятие женщин, на которое оказывает непосредственное влияние статус брачно-семейных отношений, профессиональная среда, социальные службы и масс-медиа, предоставляет ресурсы для принятия новых жизненных вызовов. В массовом сознании развод ассоциируется с неудачей, несчастьем, что подтверждается распространенностью среди разведенных женщин психических и

поведенческих расстройств: депрессий, тревожности, агрессии и тому подобное. Переживание развода негативно влияет на уверенность женщины в своих силах, вызывает состояние растерянности, отчаяния, тяжелого стресса, снижает самооценку личности, а отрицательное самовосприятие приводит к беспомощности, минимизации поисковой активности и выбора самодеструкционных моделей самоутверждения.

Известно, что уже само решение об изменении социального статуса в определенной степени влияет на самовосприятие женщины. С. Кросс и Л. Мэдсон установили, что для мужчин характерна независимая «Я»-концепция, тогда как для женщин – взаимозависимая. Согласно ценностям современного общества, становление личности женщины связано в первую очередь с материнством и семьей, в то время как общественную и профессиональную деятельность считают второстепенной. Существенным является также то, что общественное мнение разграничивает понятия «жизненный успех» и «счастье», воспринимая их как разные вещи, поскольку понятие «счастье» ассоциируется с любовью и семейной жизнью.

Итак, в российском обществе успешной и счастливой женщиной считают ту, которая в состоянии создать семью. Восприятие индивидом самого себя, в частности в кризисные периоды, характеризуется разной степенью стабильности самоуверенности и особенностями принятия социального пространства для жизни. Стоит отметить, что в современной науке отсутствует единый подход к проблемам личностных особенностей женщин, тяжело переживающих постразводный кризис. Для психодиагностики личностных особенностей женщин, тяжело переживающих постразводный кризис в настоящее время необходим поиск адекватной теоретической и методической базы.

Степень изученности темы. Исследованиями в отрасли психологии семьи и брака занимались Л.Е. Дарский, О.А. Карбанова, Е.И. Николаева, К. Роджерс, Е.А. Соловьева и другие.

Основы проблемы супружеских взаимоотношений как сферы межличностных конфликтов рассматривают А.П. Егидес, В.Л. Цветков, А.Я. Анцупов, В.В. Бойко, И.В. Юнгман, Р. Дарендорф, Э. Фромм, К. Хорни.

Исследованием психологических представлений об индивидуальных личностных особенностях женщин, влияющих на переживания в постразводный период занимались О.Г. Прохорова, С. И. Самыгин, Д. В. Кротов, Л. Д. Столяренко, В.Э. Франкль, Л. Б. Шнайдер.

Методы психологической работа с женщинами, тяжело переживающими постразводный кризис нашли свое отражение в работах - Алешиной Ю. Е., М.В. Осиповой, В.В. Паршиной, Н.Н. Посысоева.

Однако, несмотря на накопленные эмпирические данные в области личностных особенностей женщин, тяжело переживающих постразводный кризис, эта область исследований остается актуальной вследствие серьезных изменений, происходящих в обществе.

В связи с этим выявлены **противоречия**: одновременно с важностью и актуальностью данной тематики, ее научно-методическая составляющая недостаточно разработана, что, безусловно, приводит к невозможности раскрытия полного потенциала для использования знаний в практической деятельности изучения личностных особенностей женщин, тяжело переживающих постразводный кризис.

Выявленные противоречия определили **проблему исследования**: какая роль влияния индивидуальных личностных особенностей женщин на их переживания в постразводный период?

Цель исследования - изучение личностных особенностей женщин, тяжело переживающих постразводный кризис.

Исходя из цели исследования, сформулированы следующие **задачи**:

1) Провести теоретический анализ психологических исследований личностных особенностей женщин, тяжело переживающих постразводный кризис;

2) Провести эмпирическое исследование индивидуальных личностных особенностей женщин, влияющих на переживания в постразводный период;

3) Проанализировать полученные результаты эмпирического исследования;

4) Разработать и реализовать психо-коррекционную методику для выхода женщин из постразводного кризиса.

Объект исследования - женщины, тяжело переживающих постразводный кризис.

Предмет исследования - личностные особенности женщин, тяжело переживающих постразводный кризис.

Гипотеза исследования - можно предположить, что существует прямая взаимосвязь между индивидуальными личностными особенностями женщин и их переживаниями в постразводный период.

Методы исследования:

- Теоретические (анализ научно-медицинской литературы, анализ статистических данных);

- Эмпирические методики исследования:

1. «Шкала психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, Т.П. Фесенко.

2. Тест смысло-жизненные ориентации (русскоязычная адаптация Д. А. Леонтьева).

3. Методика определения типа поведения личности в конфликтной ситуации (К. Томаса).

4. Шкала тревоги Спилбергера - Ханина (State-Trait Anxiety Inventory, STAI).

5. Методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний В.А. Жмурова.

- Методы математико-статистического анализа полученных данных.

Для анализа полученных данных было произведено математико-статистическая обработка в программе SPSS. Данные были обработаны с

помощью U-критерия Манна-Уитни и рангового коэффициента корреляции Спирмена.

База исследования. Исследование проводилось на базе Саратовского Психологического Центра «Рост», находящегося по адресу: г. Саратов, ул. Вольская, 11 а. Руководитель: Лысогорская Марина Викторовна. Возраст испытуемых от 21 года до 45 лет. В исследовании участвовали 10 женщин, обратившихся за помощью в связи с тем, что находятся в предразводном кризисе.

Научная новизна исследования в том, что данная диссертация расширяет представления о личностных особенностях женщин, тяжело переживающих постразводный кризис. Конкретизированы некоторые положения о понятиях семьи и брака, супружеских взаимоотношениях как сферы межличностных конфликтов, развода в системе ценностей женщин, его причин и последствий. В результате эмпирического исследования, было выявлено влияние индивидуальных личностных особенностей женщин на их переживания в постразводный период.

Теоретическая значимость заключается в том, что проведен теоретический анализ психологических исследований личностных особенностей женщин, тяжело переживающих постразводный кризис, выявлены основные направления, методы и средства психологической работы с женщинами.

Практическая значимость исследования. Результаты исследования могут служить основанием для расширения научного представления о личностных особенностях женщин, тяжело переживающих постразводный кризис. Данные результаты могут быть использованы в рамках подготовки к вебинарам в семейных клубах, центрах, разработке круглых столов, мастер-классов, проблемных семинаров для практических психологов и специалистов по семейному консультированию.

Основное содержание работы

В первой главе проведен теоретический анализ психологических исследований личностных особенностей женщин, тяжело переживающих постразводный кризис. Семья, брак и супружество – это потребность человека, одна из основ его психологического благополучия, место для личностного роста и развития. Супружество предполагает не только юридический и экономический контекст семейных отношений, но и прежде всего эмоциональный и чувственный контекст, который опирается на любовную привязанность и взаимное уважение мужчины и женщины, состоящих в браке. Можно быть мужем и женой с юридической точки зрения, но совсем не быть супругами. Именно это и следует рассматривать как основное отличие супружества от брака.

Межличностный конфликт всегда проявляется в особенностях взаимодействия между двумя людьми и не может существовать вне их отношений. Проблема межличностного конфликта является одной из наиболее актуальных и активно развивающихся областей конфликтологии, на базе которой разрабатываются социологические и психологические теории возникновения и разрешения конфликтов между людьми. С точки зрения проблематики межличностного конфликта, отношения между супругами являются интересной, но мало изученной сферой. В психологии подходы к разрешению межличностных конфликтов сводятся к разным типам психологической помощи. Конкретная стратегия разрешения базируется на положениях той теории, которую можно более успешно объяснить и применить к конкретному человеку. Иными словами, не существует единой концепции, предлагающей универсальное решение любых конфликтов для любой супружеской диады, независимо от её характеристик.

Развод — это сильное психоэмоциональное потрясение для молодых людей. Наличие детей также не останавливает супругов перед разводами. В современном обществе больше разводов, потому что произошло большое

изменение отношения людей к самому институту брака, женщинам и образу жизни. У людей больше нет терпения и приверженности, которые были раньше. Будь то какая-то проблема, и они готовы к разводам, никто не хочет приспособливаться, не хочет идти на компромисс. Брак распадается, когда супруги не хотят брать на себя ответственность, уделяют все меньше времени и усилий для поддержания отношений. Развод можно избежать, если вовремя предпринять нужные меры – определенные профилактические мероприятия.

Исследования, проведенные как в России, так и за рубежом за последние полвека позволяют утверждать, что переживания женщины после развода зависят от их индивидуальных личностных особенностей. Позитивные личностные характеристики человека могут выступать как самостоятельный источник психологического благополучия. Действительно, личностные особенности наряду с внешними факторами влияют на переживания в постразводный период, так как люди по-разному реагируют на жизненные обстоятельства, т.е. счастье достигается благодаря самостоятельному выбору.

Содержание психологической работы с женщинами, тяжело переживающих постразводный кризис включает предоставление психологической поддержки, психологической защиты, психологической помощи, психологического сопровождения, социально-психологических услуг, которые являются комплексом действий государственных, общественных организаций, направленных на обеспечение и улучшение условий жизнедеятельности женщин, находящихся в состоянии развода, возможности их самореализации, реализации личных, социальных прав, культурных запросов. Психологическая работа проводится на трех этапах развода: предразводном, бракоразводном, постразводном.

Во второй главе нами было проведено экспериментальное исследование, направленное на достижение следующей цели: выявить влияние индивидуальных личностных особенностей женщин на их

переживания в постразводный период. Экспериментальное исследование проводилось для проверки гипотезы, заключающейся в предположении о том, что существует взаимосвязь между индивидуальными личностными особенностями женщин и их переживаниями в постразводный период.

Исследование проводилось на базе Саратовского Психологического Центра «Рост», находящегося по адресу: г. Саратов, ул. Вольская, 11 а. Руководитель: Лысогорская Марина Викторовна. Возраст испытуемых от 21 года до 45 лет. В исследовании участвовали 10 женщин, обратившихся за помощью в связи с тем, что находятся в предразводном кризисе.

Эмпирические методики исследования:

1. «Шкала психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, Т.П. Фесенко позволяет исследовать субъективную и объективную сторону психологического благополучия.

2. Тест смысло-жизненные ориентации (русскоязычная адаптация Д. А. Леонтьева).

3. Методика определения типа поведения личности в конфликтной ситуации (К. Томаса).

4. Шкала тревоги Спилбергера - Ханина (State-Trait Anxiety Inventory, STAI).

5. Методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний В.А. Жмурова.

Наибольшее количество женщин относятся к группе с низким уровнем психологического благополучия - 70% и 30 % к группе с средним уровнем, 10 % к группе с высоким. Для проведения сравнения показателей факторов в группах с разным психологическим благополучием было проведено разделение участников исследования на группы 1 и 2, в группу 1 вошли женщины с высоким и средним уровнем психологического благополучия (4 человека), в группу 2 с низким уровнем (6 человек).

Женщинам с низким показателем психологического благополучия свойственны следующие личностные особенности: респонденты живут

прошлым или сегодняшним днем, не имея целей и планов на будущее; им свойственна неудовлетворенность своей жизнью в данный момент, но мысли о прошлом или будущем могут придавать жизни смысл, при этом они часто могут быть не удовлетворены прожитой частью жизни.

Анализ результатов методики К. Томаса «Тактики поведения личности в конфликтных ситуациях» показывает, что сотрудники в группе 1 больше всего применяют тактику компромисса. В группе 2 женщины вынуждены либо прямо вступать в конфликт и противоборствовать, либо уступать превосходящему противнику. В группе 1, превалирует процент женщин, имеющих высокую ситуативную тревожность. В группе 2 отсутствует процент лиц с низкой ситуативной тревожностью, а лица со степенью высокой ситуативной тревожностью составляют 70 %, в то время как в группе 1, лица со степенью высокой ситуативной тревожностью составляют 50 %. Количественный анализ данных по шкалам депрессии выявил, что у женщин в группах 1 и 2, более всего женщин с выраженным уровнем депрессии. Тогда как в группе 1, женщин с выраженной депрессией составило 50 %, в группе 2 – 60 %.

Корреляционный анализ позволяет нам говорить о наличии выраженной положительной взаимосвязи между основными шкалами и субшкалами. Причем, эта взаимосвязь наблюдается между теми субшкалами, которые являются компонентами шкал.

Корреляционный анализ выявил значимые сильные положительные взаимосвязи между основными шкалами и шкалой «уровень психологического благополучия».

Анализ выявил значимые сильные положительные взаимосвязи между основными шкалами и шкалой «уровень психологического благополучия». Так между шкалой «уровень психологического благополучия» и шкалой стратегия «поведение в конфликте» существуют значимые сильные положительные взаимосвязи ($r=0,613^{***}$, $p<0,001$).

Также существуют значимые средние положительные взаимосвязи между шкалой «поведение в конфликте» и шкалой «личностная тревожность» и «ситуативная тревожность» ($r=0,453^{***}$, $p<0,001$, $r=0,467^{***}$, $p<0,001$).

С возрастанием показателей по шкале «уровень психологического благополучия» также возрастают показатели по шкалам «локус контроль Жизнь», «локус контроль Я», «результативность жизни», процесс жизни, цель в жизни.

Те женщины, у которых уровень психологического благополучия выше меньше подвержены тревожности и депрессии, имеют более высокий показатель смысло-жизненных ориентаций. Основываясь на результатах трех этапов нашего исследования, мы можем с уверенностью подтвердить гипотезу о том, что существует прямая взаимосвязь между индивидуальными личностными особенностями женщин и их переживаниями в постразводный период.

Для того, чтобы помочь решить женщинам найти выход из постразводного кризиса разработана психо-коррекционная методика.

Результаты психо-коррекционной методики направлены на то, что изменение эмоционального состояния в положительную сторону позволяет начать по-другому мыслить, по-другому смотреть на окружающих, в целом, на жизнь, на самого себя. Психо-коррекционная методика опирается на теоретические и эмпирические данные, полученные в результате данного исследования.

В данном исследовании были выявлены некоторые индивидуальные личностные особенности женщин, в связи с этим при даче рекомендаций по психотерапевтической помощи, их необходимо учитывать. Для того, чтобы помочь решить женщинам найти выход из постразводного кризиса разработана психо-коррекционная методика.

Поскольку в данном исследовании была выявлена взаимосвязь между индивидуальными личностными особенностями женщин и их

переживаниями в постразводный период методика психологической реабилитации должна содержать в себе психологическую коррекцию личности. Было выявлено, что позитивные личностные черты влияют на психологическое благополучие, способствуя успешному приспособлению человека к окружающему миру.

Срок реализации психо-коррекционной методики: от 6 месяцев до 1 года.

Место проведения: данная психо-коррекционная методика реализовывалась на базе Саратовского Психологического Центра «Рост», находящегося по адресу: г. Саратов, ул. Вольская, 11 а. Центр, при своём функционировании, является местом, куда за помощью могут обратиться женщины, как одни, так и с детьми. Помощь оказывается со стороны сотрудников Центра в отношении женщин, которые оказались в кризисной ситуации, в трудной жизненной ситуации (предразводное состояние, жилищная проблема, раздел имущества и т.д.), подверглись психофизическому насилию.

В связи с отсутствием межведомственного взаимодействия, проведением психологической работы полностью занимаются сотрудники кризисного центра. Также «Рост» проводит кризисное консультирование по круглосуточному телефону доверия. Как правило, женщина, обратившаяся в центр по телефону доверия, может оставаться анонимной.

Психо-коррекционная методика состоит из трех блоков:

- диагностического;
- консультационного;
- коррекционного.

Цели психо-коррекционной методики:

- поддержка женщины в случае трудной жизненной ситуации,
- работа с психотравмой, конфликтными ситуациями, личностными проблемами, вызванными протекающей депрессией, обострённым чувством одиночества, страха,

- приобретение навыков эффективного преодоления конфликтных ситуаций;

- содействие семьям в преодолении кризисных ситуаций и разрешении конфликтов;

- улучшение межличностных отношений в паре, и с родственниками;

- оказание психологической помощи женщинам, которая включает в себя:

- диагностику,

- консультирование,

- коррекцию,

- сопровождение семей с разными индивидуальными особенностями.

Таким образом, психо-коррекционная методика опирается на теоретические и эмпирические данные, полученные в результате данного исследования. Для диагностики в ней применяются методики, апробированные в настоящем исследовании, и приведены примеры занятий женщинам, находящимся в постразводном кризисе.

Поэтапное и итоговое обобщение теоретических и эмпирических материалов отражено в выводах к каждой главе и общем заключении к работе. Работа с первоисточниками представлена прямыми ссылками в основном тексте, а также в списке использованной литературы, включающем все основные научные работы и исследования по выбранной нами тематике.