

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

Кафедра Кафедра общей и
консультативной психологии

наименование кафедры

«СВЯЗЬ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ С
УДОВЛЕТВОРЁННОСТЬЮ РОМАНТИЧЕСКИМИ ОТНОШЕНИЯМИ»

наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным
шрифтом

АВТОРЕФЕРАТ выпускной квалификационной работы бакалавра

студента (ки) 4 курса 461 группы

направления
(специальности)

37.03.01 «Психология»

код и наименование направления
(специальности)

факультета психологии

Мельниковой Ксении Витальевны

Научный руководитель
(руководитель)

Доцент

Карелин А.А.

должность, уч. степень, уч.
звание

подпись, дата

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

Фролова С.В.

д-р психол. наук., доцент

Саратов 2026

Введение

Актуальность темы исследования. Актуальность исследования

В современном обществе романтические отношения являются одной из наиболее значимых сфер жизнедеятельности человека. Они оказывают существенное влияние на эмоциональное состояние личности, её психологическое здоровье, самооценку и общее восприятие качества жизни. Потребность в близости, эмоциональной поддержке, принятии и взаимопонимании относится к числу базовых психологических потребностей человека.

Вместе с тем современные социальные условия характеризуются высоким уровнем неопределённости, стрессовой нагрузкой, изменением традиционных моделей семьи и межличностного взаимодействия. Всё это оказывает влияние на качество романтических отношений и субъективное восприятие человеком собственного благополучия. Субъективное благополучие рассматривается как интегральный показатель удовлетворённости жизнью, отражающий эмоциональное состояние человека, степень реализации жизненных целей, отношение к самому себе и уровень социальной адаптации. Романтические отношения, в свою очередь, способны как повышать уровень субъективного благополучия, так и выступать источником психологического напряжения и эмоционального дискомфорта.

Несмотря на большое количество исследований, посвящённых субъективному благополучию и межличностным отношениям, вопрос взаимосвязи субъективного благополучия личности и удовлетворённости романтическими отношениями остаётся актуальным и требует дальнейшего изучения.

Теоретико-методологической базой исследования послужили работы отечественных и зарубежных авторов, Работы Гозман Л. Я., Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В., Э. Эриксон, М. Селигман, А. Маслоу, Бочавер К.А.,

Diener E., Боулби Д., Аргайл М., Василюк Ф.Е., Пятилетова Л.В., Сапоровская М.В., Екимчик О.А., Ильин Е.П., Мясищев В.Н.

Объект исследования: субъективное благополучие личности.

Предмет исследования: связь субъективного благополучия личности с удовлетворённостью романтическими отношениями.

Гипотеза: Субъективное благополучие личности связано с удовлетворённостью романтическими отношениями.

Высокий уровень субъективного благополучия связан с высоким уровнем удовлетворённости романтическими отношениями.

Цель исследования: исследование и описание связи субъективного благополучия личности с удовлетворённостью романтическими отношениями.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ проблемы субъективного благополучия личности.
2. Рассмотреть психологические особенности романтических отношений.
3. Изучить основные подходы к исследованию удовлетворённости романтическими отношениями.
4. Провести эмпирическое исследование связи субъективного благополучия личности с удовлетворённостью романтическими отношениями.
5. Проанализировать полученные результаты и сформулировать выводы.

Применяемые методики исследования:

В соответствии с целью и задачами исследования был использован метод психологического тестирования, который включал в себя следующие методики:

– Методика диагностики субъективного благополучия Р.М. Шамионова и Т.В. Бесковой;

– Шкала оценки отношений О.А. Сычева;

– Триангулярная шкала любви Р. Стернберга (STLS).

Для обработки результатов использовались методы математико-статистического анализа: расчёт средних значений, проверка распределения данных с использованием критерия Колмогорова – Смирнова, корреляционный анализ Пирсона.

Выборка

В исследовании приняли участие 50 человек в возрасте от 20 до 30 лет, состоящие в романтических отношениях. Из них 40 женщин и 10 мужчин.

Научная новизна Научная новизна работы заключается в уточнении особенностей взаимосвязи субъективного благополучия личности и удовлетворённости романтическими отношениями у молодых взрослых. Получены данные о влиянии различных компонентов субъективного благополучия на оценку качества романтических отношений.

Практическая значимость исследования заключается в том, что полученные результаты могут использоваться в деятельности практических психологов, семейных консультантов, специалистов психологических центров, а также при разработке программой поддержки молодых людей и супружеских пар.

Основное содержание работы

В первой главе представлен теоретический анализ проблемы субъективного благополучия личности и романтических отношений. Рассмотрены отечественные и зарубежные подходы к пониманию субъективного благополучия, его структура и основные компоненты. Отмечено, что субъективное благополучие представляет собой сложное психологическое образование, включающее эмоциональный, когнитивный, личностный и

Особое внимание уделено анализу романтических отношений как значимой формы межличностного взаимодействия. Рассмотрены основные признаки близких отношений, роль привязанности, эмоциональной близости, доверия и взаимной поддержки в развитии устойчивых романтических союзов.

Вторая глава посвящена эмпирическому исследованию связи субъективного благополучия личности с удовлетворённостью романтическими отношениями.

Результаты исследования показали, что наиболее выраженными компонентами субъективного благополучия являются эмоциональное благополучие (40,12 балла) и экзистенциально-деятельностное благополучие (39,68 балла). Это свидетельствует о наличии у участников позитивного эмоционального фона, удовлетворённости жизнью и осмысленности собственной деятельности.

Показатели эго-благополучия составили 19,28 балла, гедонистического благополучия — 14,10 балла, социально-нормативного благополучия — 20,64 балла. Полученные результаты свидетельствуют о достаточно высоком уровне субъективного благополучия испытуемых.

Средний показатель удовлетворённости романтическими отношениями составил 3,77 балла, что указывает на высокий уровень удовлетворённости качеством отношений и эмоционального взаимодействия с партнёром.

Анализ компонентов любви по методике Р. Стернберга показал преобладание показателей близости (107,76 балла), обязательств (102,02 балла) и страсти (97,32 балла). Данная структура свидетельствует о психологической зрелости

отношений и наличии устойчивой эмоциональной связи между партнёрами.

Корреляционный анализ выявил статистически значимые положительные взаимосвязи между удовлетворённостью отношениями и всеми компонентами субъективного благополучия.

Установлена положительная связь между удовлетворённостью отношениями и эмоциональным благополучием ($r=0,399$; $p\leq 0,01$), экзистенциально-деятельностным благополучием ($r=0,321$; $p\leq 0,05$), эго-благополучием ($r=0,283$; $p\leq 0,05$), гедонистическим благополучием ($r=0,457$; $p\leq 0,01$), а также социально-нормативным благополучием ($r=0,331$; $p\leq 0,05$).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что субъективное благополучие выступает важным фактором формирования гармоничных романтических отношений. В свою очередь удовлетворённость отношениями способствует поддержанию психологического комфорта и общего ощущения благополучия личности.

Заключение

Проведённое исследование подтвердило выдвинутые гипотезы о наличии взаимосвязи между субъективным благополучием личности и удовлетворённостью романтическими отношениями.

Установлено, что высокий уровень субъективного благополучия связан с более высокой удовлетворённостью романтическими отношениями. Наиболее значимыми факторами выступают эмоциональное благополучие, способность получать удовольствие от жизни, наличие жизненных целей и позитивное отношение к себе.

Результаты исследования позволяют сделать вывод о том, что гармоничные романтические отношения и субъективное благополучие личности находятся в отношениях взаимного влияния и выступают важными условиями психологического здоровья человека.

Ключевые слова: субъективное благополучие, романтические отношения, удовлетворённость отношениями, любовь, близость, страсть, обязательства, психологическое благополучие, межличностные отношения.

Ограничения исследования

Несмотря на полученные значимые результаты, исследование имеет ряд ограничений. Во-первых, выборка была ограничена относительно небольшим количеством участников и включала преимущественно женщин, что затрудняет распространение выводов на более широкую популяцию. Во-вторых, исследование носило срезовой характер и не позволяет делать выводы о причинно-следственных отношениях между переменными. В-третьих, использование методов самоотчёта может сопровождаться влиянием социальной желательности ответов и субъективных искажений. Наконец, в исследовании не учитывались дополнительные факторы, такие как длительность отношений, семейный статус, наличие совместного проживания, личностные черты и особенности жизненной ситуации участников.

Перспективные направления исследования

Перспективными направлениями дальнейших исследований являются расширение выборки за счёт включения представителей разных возрастных групп, регионов и социальных категорий, а также сравнение мужчин и женщин по особенностям связи субъективного благополучия и удовлетворённости отношениями. Представляет интерес проведение лонгитюдных исследований, позволяющих проследить динамику данных показателей на различных этапах развития отношений. Практически значимым направлением может стать разработка и апробация

психокоррекционных программ, направленных на повышение субъективного благополучия личности как ресурса гармонизации романтических отношений, а также программ развития эмоциональной близости, конструктивной коммуникации и взаимной поддержки в паре.

Список литературы:

1. Андреева Г. М., Богомолова Н. Н., Петровская Л. А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы: Учебное пособие для вузов. М.: Аспект Пресс, 2001. С. 168-170.
2. Аргайл М. Влияние взаимоотношений на счастье и удовлетворенность. Ред. Д.Я. Райгородский. Самара: Бахрах-М, 2007. С. 384-400.
3. Астахова, Л. Г. Готовность к саморазвитию как свойство психологически здоровой личности. Вестник Калужского университета. Серия 1. Психологические науки. Педагогические науки. 2020. Т. 3, № 4(9). С. 38-44.
4. Бочавер К.А. Романтические отношения в юношеском возрасте (представления о преодолении трудностей). М., 2012. 26 с.
5. Брездина Е.С. Способы разрешения и профилактики семейных конфликтов. Вестник науки. Т. 4, № 1 (34). 2021. С. 19-22.
6. Вареца Е.С. и Скиба Н. В. Природа и разрешение вопросов в молодой семье. Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. вып. 1 (173). 2016. с. 90-96
7. Воронцова О.Я. Психологические особенности конфликта в любовных отношениях. Издательско-полиграфическая компания "Транзит-ИКС" (Владимир). 2022. – 312-316 с.
8. Гозман Л. Я. Психология эмоциональных отношений. М., 1987. – 175.
9. Гордеева М.С. Психологическое насилие в партнерских отношениях. Научный издательский центр "Абсолют" (Волгоград), 2021. С. 197-204.
10. Жесткова Н. А. Сущность и структура понятия психологическое здоровье человека // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2018. № 3. С. 384-392.
11. Запруднова В. А. Взаимосвязь уровня удовлетворенности браком и применяемых стратегий и тактик поведения в конфликтах у женщин.

- Современные тенденции развития науки и мирового сообщества в эпоху цифровизации: Сборник материалов XI Международной научно-практической конференции. Москва: Общество с ограниченной ответственностью "Издательство АЛЕФ". 2023. С. 225-229.
12. Екимчик О.А., Григорова Т.П., Смирнова Н.С. Динамические аспекты близких (романтических) отношений и совладающее поведение партнеров // Вестник Костромского государственного университета. Сер.: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2013. Т. 19, № 3. С. 144-150.
 13. Екимчик О.А. Психологические аспекты любви у взрослых // Вестник Костромского государственного университета. Сер.: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2009. Т. 15, № 2. С. 176-180.
 14. Зайцева, С. С. Абьюзивные отношения в молодежной среде / С. С. Зайцева, С. А. Самохина, В. В. Зубков. // Юный ученый. 2021. № 11 (52). С. 78-82.
 15. Ильин Е. П. Психология любви. СПб.: Питер, 2013. 336 с.
 16. Ильченко В.В., Санакоева Ф.Г. Психологические особенности романтических отношений у юношей и девушек Russian Journal of Education and Psychology. Т. 8, № 6-2, 2017, С. 338-341.
 17. Кадырова М.Ш. Субъективное благополучие личности. Мировая наука. № 3 (36). 2020. С. 248-251.
 18. Кудашевич Д.В. Представления о романтических отношениях юношей и девушек, имеющих романтического партнера. Сборник научных трудов «Общение в эпоху конвергенции технологий». 2022, С. 216-219.
 19. Лунякова Л.Г. Проблемы насилия в отношении женщин // Народонаселение. – 2011. – № 1. – С. 118–121.
 20. Монастырева, А. О. Романтическая любовь как фактор формирования социальной идентичности. Социология в современном мире: наука, образование, творчество. 2025. – № 17. С. 259-263.

21. Небыкова С. В. Способы разрешения супружеских конфликтов в молодой семье (из опыта использования в процессе профессиональной подготовки психологов). Вестник Хакасского государственного университета им. Н. Ф. Катанова. № 9. 2014. С. 45-50.
22. Несына С. В. Феномен романтической любви в ранней юности // Исследования по социально-психологическим проблемам: Сб. науч. тр. / Под ред. Л. И. Бершедовой. Петрозаводск, 2002. С. 134-146.
23. Носова Л.М. Субъективное благополучие: теоретико-методологические подходы. Вестник Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы. № 1 (49). 2019. С. 130-139.
24. Проблемы современной психологии: теория, практика, эксперимент: Материалы XIII ежегодной научно-практической конференции молодых ученых факультета психологии (17 февраля 2023 г., Саратов) // Саратов: ИЦ «Наука». 2023. С. 25-27.
25. Орлова Д.Г. Психологическое и субъективное благополучие: определение, структура, исследования. Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. 2015. С 28-36.
26. Пятилетова Л. В. Психология эмоциональных отношений: экзистенциальный анализ (романтической) любви. Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2019. С.63
27. Райгородский Д.Я. Психология и психоанализ любви. Учебное пособие для факультетов психологии, педагогики и социальной работы. - Самара: Издательский Дом БАХРАХ-М. 2002. С. 184.
28. Рыскулова М. М., Бекова Ж. К., Сигачева П. С. Управление супружескими конфликтами. Наука, инновации, образование: актуальные вопросы XXI века : Сборник статей Международной научно-практической конференции. Пенза. 2022. С. 306-309.

- 29.Родермель Т.А. Влияние семейных конфликтов на когнитивно-стилевые особенности взаимоотношений супругов. Национальная ассоциация ученых. № 65-1. 2021. С. 50-58.
- 30.Романова Е.С. Психодиагностика - СПб.: Питер, 2008.: 400 с.
- 31.Сапоровская М. В., Екимчик О. А., Опекина Т. П. Близкие отношения: теоретический обзор исследований и концептуализация модели. Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27, № 4. С. 144-154.
- 32.Скачкова Л. С., Щетинина Д. П. Гендерные различия субъективного благополучия научно-педагогических работников. Journal of Economic Regulation (Вопросы регулирования экономики). Т. 11, №. 4. 2020. С. 116-131.
- 33.Смирнова Н.С. Совладание с изменой как трудной жизненной ситуацией в романтических отношениях диады // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2011. Т. 17. № 4. С. 226-230.
- 34.Сычев О. А. Русскоязычная версия шкалы оценки отношений. Психология. Журнал Высшей школы экономики. Т. 13, № 2. 2016. С.389.
- 35.Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Шкала субъективного благополучия. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Издательство Института психотерапии. 2002. С. 467–470.
- 36.Фролова С. В. Теория и практика психологического консультирования. Саратов: ИЦ «Наука». 2017. 265 с.
- 37.Хатуева М. С., Эскерханова Л. Т. Предупреждение и разрешение семейных конфликтов. Скиф. Вопросы студенческой науки. № 11 (39). 2019. С. 389-393.

38. Храпко А. М., Боязитова И. В. Психологическое и субъективное благополучие как предмет научного анализа в психологической науке. Образовательный процесс. 2023. С. 28-32
39. Чистов В.В. Психологическая сущность проявлений влюбленности и любви. Сборник статей XXXIII Международного научно-исследовательского конкурса. Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.). Пенза, 2020 г. 98-103 с.
40. Чуева У. Д. Молодые взрослые в тупике отношений: феноменологический анализ переживания неудовлетворяющих романтических отношений. Психология и психотерапия семьи. 2025. № 4. С. 99-100.
41. Шамионов Р.М., Бескова Т.В. Методика диагностики субъективного благополучия личности. 2018. Том 11 № 60. С.12
42. Эйдемиллер Е.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейная диагностика и семейная терапия: руководство для врачей и психологов. 2-е изд., перераб. и расширен. СПб.: Реч, 2006. 352 с.
43. Юнг К. Г. Психология бессознательного/ Пер. с англ. — Издание 2-е., М.: «Когито-Центр», 2010. - С. 66.
44. Diener E. Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem // J. of Personality and Social Psychology. 1995. № 68. P. 653–663
45. The construct of subjective occupational well-being: Russian sample testing / A. A. Oboznov, D. L. Petrovich, I. V. Kozhanova, Yu. V. Bessonova // RUDN Journal of Psychology and Pedagogics. 2020. Vol. 17, No. 2. P. 247-262.