

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра общей и консультативной психологии

**ВЗАИМОСВЯЗЬ УДОВЛЕТВОРЁННОСТИ ИНТИМНО-
ЛИЧНОСТНЫМИ ОТНОШЕНИЯМИ И
САМООТНОШЕНИЕМ МОЛОДЫХ ДЕВУШЕК**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРА

студента (ки) 4 курса 462 группы

направления 37.03.01 «Психология»

факультет психологии

Ханина Виктория Юрьевна

Научный руководитель

к.психол.н., доцент

должность, уч. степень,
уч. звание

подпись, дата

Малюченко Г.Н.

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

д.психол.н., доцент

должность, уч. степень,
уч. звание

подпись, дата

Фролова С.В.

инициалы, фамилия

Саратов, 2026

Введение

В современном обществе вопросы психологического благополучия личности приобретают особую значимость. Одним из ключевых аспектов психического здоровья выступает самоотношение — система эмоционально-ценностных установок по отношению к собственному «Я», включающая самоуважение, самопринятие и самооценку. Одновременно важнейшим фактором субъективного благополучия является удовлетворённость интимно-личностными отношениями — переживание соответствия реальных отношений ожиданиям и потребностям личности в сфере близких эмоциональных связей. Особую актуальность эта проблема приобретает в группе молодых девушек (18–27 лет), где формирование идентичности и самооценки тесно переплетается с опытом построения близких отношений.

Актуальность темы исследования.

Актуальность исследования обусловлена тремя основными факторами. Во-первых, социально-психологическим запросом: наблюдается рост числа обращений молодёжи к психологам по вопросам межличностных отношений и самооценки. Во-вторых, научной потребностью: недостаточной изученностью специфики взаимосвязи самоотношения и удовлетворённости интимными отношениями именно в группе молодых девушек. В-третьих, практической значимостью: понимание этих взаимосвязей позволяет разрабатывать эффективные программы психологической поддержки, направленные на гармонизацию самооценки и качества близких отношений.

Научная важность исследования обусловлена:

1. Расширением теоретических представлений о самоотношении. Уточняется роль различных компонентов самоотношения (самоуважение, самопринятие, самоинтерес, самопонимание, самообвинение) в контексте удовлетворённости близкими отношениями.
2. Изучением механизмов взаимовлияния самоотношения и качества отношений. Анализируется, как позитивное отношение к себе способствует

построению гармоничных интимных связей и, наоборот, как опыт отношений влияет на самооценку.

3. Выявлением факторов риска и психологической защиты. Определяется, какие компоненты самоотношения (например, самообвинение) могут выступать предиктором неудовлетворённости отношениями, а какие (самоуважение, самопринятие) — ресурсом.

Социальная важность исследования:

1. Профилактика эмоциональных нарушений у молодёжи. Понимание связи самоотношения и удовлетворённости отношениями позволяет выявлять группы риска по развитию тревожности, депрессии и чувства одиночества.

2. Повышение эффективности психологической помощи. Результаты могут быть использованы в консультивной практике для коррекции самоотношения и улучшения качества межличностных отношений.

3. Разработка образовательных и тренинговых программ. Данные исследования применимы при создании курсов по психологии личности и семейной психологии в вузах, а также тренингов для молодёжи.

Теоретико-методологическая база исследования включает работы отечественных и зарубежных психологов: С.Р. Пантелеева (структура самоотношения), В.В. Столина (самоотношение как система смысловых образований), И.С. Кона (самоотношение в юношеском возрасте), а также Ю.Е. Алёшиной, С.И. Голода, М.Д. Власовой (вопросы удовлетворённости межличностными и супружескими отношениями). Теоретической основой выступили также концепции привязанности Дж. Боулби и М. Эйнсворт, а также теория любви Р. Стернберга.

Объект исследования: психологическое благополучие молодых девушек (18–27 лет).

Предмет исследования: взаимосвязь между уровнем удовлетворённости интимно-личностными отношениями и характеристиками

самоотношения (самооценка, самоуважение, самопринятие, самоинтерес, самопонимание, самообвинение).

Цель: выявить характер и степень взаимосвязи между удовлетворённостью интимно-личностными отношениями и компонентами самоотношения у молодых девушек.

Гипотезы исследования:

1. Существует положительная корреляция между уровнем самоуважения и удовлетворённостью интимно-личностными отношениями.
2. Высокие показатели самопринятия связаны с большей удовлетворённостью близкими отношениями.
3. Различные показатели самоотношения (самоинтерес, самопонимание, самообвинение, глобальное самоотношение) имеют значимую взаимосвязь с интимно-личностными отношениями.

Задачи:

Теоретические задачи:

1. Выполнить теоретический анализ понятия самоотношения в современной психологии.
2. Выполнить теоретический анализ феномена удовлетворённости интимно-личностными отношениями.
3. Определить основные компоненты самоотношения, наиболее значимые для удовлетворённости близкими отношениями.

Эмпирические задачи:

1. Продиагностировать уровень самоотношения у молодых девушек.
2. Продиагностировать уровень удовлетворённости интимно-личностными отношениями.
3. Выявить статистически значимые корреляции между показателями удовлетворённости отношениями и компонентами самоотношения.
4. Провести сравнительный анализ девушек, состоящих и не состоящих в отношениях, по показателям самоотношения.

5. Составить рекомендации по построению консультативного процесса на основе результатов исследования.

Методики, использованные в исследовании:

1. Специально разработанная анкета «Подробности интимно-личностных отношений» (автор — Ханина В.Ю.).
2. Опросник самоотношения (ОСО) В.В. Столина, С.Р. Пантелеева.
3. Опросник AMORE (Affective and Motivational Orientation Related to Erotic Arousal Questionnaire) — для выявления сексуальных мотивационных ориентаций.
4. Опросник сексуальной удовлетворённости Берг-Кросс.

Выборка: составила 92 респондента — девушки в возрасте от 18 до 27 лет. Средний возраст: 20,15 лет.

Из них:

- 46 девушек, состоящих в романтических отношениях;
- 46 девушек, не состоящих в романтических отношениях.

Научная новизна работы:

Впервые исследована специфика взаимосвязи самоотношения и удовлетворённости интимно-личностными отношениями в однородной возрастной группе молодых девушек (18–27 лет). Получены эмпирические данные о типологических особенностях этой взаимосвязи, а также выявлены компоненты самоотношения (самоинтерес, самопонимание, самообвинение), играющие ключевую роль в удовлетворённости/неудовлетворённости отношениями.

Практическая значимость:

Результаты исследования могут быть использованы:

- в консультативной практике психологов для коррекции самоотношения и улучшения качества межличностных отношений;

- при разработке тренинговых программ для молодых людей, направленных на формирование здорового самоотношения;
- в курсах по психологии личности и семейной психологии в вузах.

Результаты исследования.

По результатам тестирования по опроснику самоотношения (ОСО):

- Девушки, состоящие в отношениях, демонстрируют значимо более высокие показатели по сравнению с девушками без отношений по следующим шкалам: глобальное самоотношение (средний ранг выше), самоуважение ($U = 1402$, $p = 0,007$), аутосимпатия ($U = 1432$, $p = 0,003$), самопринятие ($U = 1361$, $p = 0,014$), самопонимание ($U = 1467$, $p = 0,001$).
- Девушки, не состоящие в отношениях, демонстрируют значимо более высокий уровень самообвинения ($U = 786$, $p = 0,030$), что указывает на склонность к внутренней конфликтности и возложению ответственности за отсутствие отношений на себя.
- По шкалам «Ожидаемое отношение от других», «Самоинтерес» (общий), «Самоуверенность», «Саморуководство» статистически значимых различий между группами не обнаружено.

По данным опросника AMORE:

- У девушек, состоящих в отношениях, значимо выше показатели по шкалам: «Собственная значимость» ($U = 1366$, $p = 0,016$), «Значимость партнёра» ($U = 1468$, $p = 0,001$), «Комфорт» ($U = 1397$, $p = 0,008$).
- Различия по шкалам «Власть», «Подчинение», «Продолжение рода» статистически незначимы, что говорит об относительной независимости этих установок от наличия отношений.

По результатам опросника сексуальной удовлетворённости Берг-Кросс:

- Девушки, состоящие в отношениях, демонстрируют статистически значимо более высокие показатели по всем шкалам:
- Удовлетворённость сексом ($U = 1546, p < 0,001$);
- Удовлетворённость сексуальной активностью ($U = 1569, p < 0,001$);
- Удовлетворённость партнёром ($U = 1399, p = 0,008$);
- Удовлетворённость взаимоотношениями в целом ($U = 1489, p < 0,001$).

Разрыв значений между группами составляет 15–18 пунктов, что указывает на устойчивую закономерность: наличие отношений положительно коррелирует с удовлетворённостью в личной и сексуальной сферах.

Корреляционный анализ (коэффициент Спирмена) выявил следующие значимые связи:

В выборке девушек, состоящих в отношениях:

- Удовлетворённость сексом положительно коррелирует с самоуважением ($\rho = 0,367, p < 0,01$), самоинтересом ($\rho = 0,371, p < 0,01$), самопониманием ($\rho = 0,344, p < 0,01$), глобальным самоотношением ($\rho = 0,321, p < 0,05$).
- Удовольствие от отношений положительно связано с самопринятием ($\rho = 0,365, p < 0,01$) и удовлетворённостью взаимоотношениями ($\rho = 0,387, p < 0,01$).
- Удовлетворённость партнёром наиболее сильно коррелирует с удовлетворённостью взаимоотношениями ($\rho = 0,395, p < 0,01$).

В выборке девушек, не состоящих в отношениях:

- Удовлетворённость сексом (ретроспективная или ожидаемая) наиболее тесно связана с самопониманием ($\rho = 0,407, p < 0,01$) и глобальным самоотношением ($\rho = 0,287, p < 0,05$).

- Удовлетворённость партнёром обнаружила наиболее выраженные корреляции с самоинтересом ($\rho = 0,436$, $p < 0,01$) и самопониманием ($\rho = 0,412$, $p < 0,01$).
- Удовлетворённость взаимоотношениями коррелирует с глобальным самоотношением ($\rho = 0,276$, $p < 0,05$) и самоинтересом ($\rho = 0,309$, $p < 0,05$).

Сравнительный анализ (U-критерий Манна–Уитни) показал:

- Девушки, состоящие в отношениях, имеют статистически значимо более высокие показатели самоуважения, аутосимпатии, самопринятия, самопонимания и глобального самоотношения.
- Девушки, не состоящие в отношениях, значимо выше по шкале самообвинения ($p = 0,030$).
- Наиболее выраженные различия ($p < 0,001$) зафиксированы по шкалам удовлетворённости сексом, взаимоотношениями и значимости партнёра.

Проверка гипотез:

1. Гипотеза 1 (о положительной связи самоуважения и удовлетворённости отношениями) подтверждена. В обеих выборках обнаружены значимые положительные корреляции (ρ до 0,367, $p < 0,01$). Девушки в отношениях демонстрируют более высокий уровень самоуважения ($U = 1402$, $p = 0,007$).

2. Гипотеза 2 (о связи самопринятия с удовлетворённостью отношениями) подтверждена с оговоркой. Значимые корреляции зафиксированы ($\rho = 0,365$ в группе «в отношениях», $\rho = 0,276$ в группе «без отношений»), однако сила связи несколько ниже, чем для самоуважения. Самопринятие в большей степени связано с генерализованным удовольствием от отношений, чем с их конкретными аспектами.

3. Гипотеза 3 (о значимой взаимосвязи различных компонентов самоотношения с интимными отношениями) полностью подтверждена. Выявлены устойчивые корреляции самоинтереса, самопонимания, самообвинения и глобального самоотношения с показателями удовлетворённости отношениями. Наиболее тесные связи: «удовлетворённость партнёром — самоинтерес» ($p = 0,436$) и «удовлетворённость сексом — самопонимание» ($p = 0,407$).

Общие выводы

1. Самоотношение и удовлетворённость интимно-личностными отношениями у молодых девушек образуют систему устойчивых положительных взаимосвязей. Наиболее значимыми компонентами самоотношения выступают самоуважение, самопринятие, самоинтерес и самопонимание.

2. Самообвинение является маркером психологического неблагополучия и значимо выше у девушек, не состоящих в отношениях. Это указывает на необходимость коррекционной работы, направленной на снижение генерализованного чувства вины.

3. Удовлетворённость сексуальной сферой оказалась наиболее тесно связанной с самоуважением и самопониманием, тогда как генерализованное удовольствие от отношений — с самопринятием.

4. Наличие романтических отношений коррелирует с более высокими показателями позитивного самоотношения. Однако отсутствие отношений не должно рассматриваться как детерминанта негативной самооценки; задача психологической помощи — формирование автономного, устойчивого самоотношения.

5. Результаты исследования могут быть применены в консультативной практике: рекомендована дифференцированная работа с самоуважением и самопринятием, использование техник снижения самообвинения, развитие самоинтереса и самопонимания как ресурсных компонентов.

Таким образом, комплексное изучение роли самоотношения в контексте удовлетворённости интимно-личностными отношениями обогащает теоретические и практические аспекты психологии личности и межличностных отношений. Полученные результаты полезны для психологов, работающих с молодёжью, а также для самой аудитории молодых женщин, стремящихся к личностному росту и гармоничным отношениям.