

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**
(Н И У « Б е л Г У »)

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

Кафедра возрастной и социальной психологии

**ПОВЕДЕНИЕ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ СУПРУГОВ
С РАЗНОЙ СТЕПЕНЬЮ УДОВЛЕТВОРЁННОСТИ БРАКОМ**

Магистерская диссертация

обучающейся по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование (магистерская программа Психология педагогической деятельности) заочной формы обучения,
группы 02061559

Мироненко Ирины Викторовны

Научный руководитель:
к.псх.н., доц.
Овсяникова Е.А.

Рецензент: доцент кафедры
психологии и дефектологии
ОГА ОУ ДПО «БелИРО»,
к.псх.н., Репринцева Г.А.

Белгород, 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ОСОБЕННОСТЕЙ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ	8
1.1. Сущность семьи и удовлетворённость браком.....	8
1.2. Особенности семейных конфликтов и их причины.....	16
1.3. Влияние особенностей поведения супругов в конфликтных ситуациях на удовлетворённость браком.....	28
ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПОВЕДЕНИЯ СУПРУГОВ С РАЗНОЙ СТЕПЕНЬЮ УДОВЛЕТВОРЁННОСТИ БРАКОМ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ	39
2.1. Организация и методы исследования.....	39
2.2. Анализ и интерпретация результатов изучения поведения супругов в конflikте и уровня удовлетворённости браком.....	42
2.3. Описание формирующего эксперимента по коррекции поведения супругов в конфликте.....	50
2.4. Анализ результатов формирующего эксперимента.....	53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	61
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	64
ПРИЛОЖЕНИЯ	70

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы исследования. В настоящее время особо остро стоят вопросы изучения специфики супружеского взаимодействия. Это обусловлено отмечаемым многими учеными и исследователями, кризисом современной семьи.

Современные отечественные и зарубежные психологи, занимающиеся проблемами семьи и брака, все чаще стали делать акцент на анализе внутренних взаимоотношений в супружеской диаде, их психологическом аспекте.

Супружеские отношения, продолжающиеся достаточно длительный период времени, не могут оставаться неизменными. Исследователи исходят из того, что супружеские отношения постоянно развиваются и меняются.

Конфликты в семье стоит рассматривать как неизбежную и необходимую часть отношений, в ходе разрешения которых семья переступает на более высокую ступень развития: укрепляются межличностные отношения, повышается удовлетворенность отношениями. Разрешение конфликта зависит от поведения супругов, в связи, с чем актуальным становится изучение факторов, влияющих на него, одним из которых являются семейные установки.

Проблема семьи, ее сохранения и укрепления основ ее жизни занимает сегодня едва ли не первое место по важности среди социальных проблем общества. Отмечается нарастающая тенденция разрушения семей (разводов) практически в самом начале их существования. По оценкам специалистов, в 80-85% семей происходят конфликты, а в остальных 15-20% возникают ссоры по различным поводам.

Проблема разрешения конфликтных ситуаций супружескими парами традиционно находится в центре внимания отечественных и зарубежных психологов в связи с её значимостью в эффективном функционировании семьи. В психологии изучением супружеских конфликтов занимались такие,

ученые, как Алешина Ю. Е., Витакер К., Гозман Л. Я., Дубовская Е. М., Пезешкиан Н., Сатир В., Спиваковская А. С., Торохтий В. С., Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. В. и др.

В настоящее время наблюдается определенный дефицит теоретических работ в области исследования супружеских конфликтов. При этом они могут быть очень полезны при решении вполне конкретных ситуаций, в которых наблюдается столкновение интересов двух или большего числа сторон. Чтобы найти оптимальное решение, нужно обладать знанием того, как развиваются такого рода конфликты. Чтобы выработать верную линию поведения в подобных конфликтных ситуациях, очень полезно знать, что такое супружеские конфликты и как люди приходят к согласию.

С практической точки зрения актуальность работы не менее значительна. В настоящее время резко повышается число разводов и повторных браков. А ведь не стоит забывать, что семья – это основная ячейка общества. Данная проблематика носит не только межличностный характер, но и социальный. Поэтому исследования в этой области представляют большой практический интерес.

Проблема: каковы особенности поведения в конфликтных ситуациях у супругов с разной степенью удовлетворённости браком?

Цель – изучить поведение супругов с разной степенью удовлетворённости браком в конфликтных ситуациях.

Объект - супружеские взаимоотношения.

Предмет исследования - поведение супругов в конфликтных ситуациях с разной степенью удовлетворённости браком.

Гипотеза: поведение супругов в конфликтных ситуациях влияет на их удовлетворенность браком. В частности:

- 1) супруги, проявляющие активный характер поведения в конфликтах более удовлетворены браком, нежели супруги, проявляющие пассивный характер поведения;

2) супруги, предметом конфликта которых выступают потребности в согласовании норм поведения и проявлении личной автономии, более удовлетворены браком по сравнению с супругами, предметом конфликта которых выступают проявление доминирования одного из супругов, отношения с родственниками и друзьями, а также ревность.

Задачи исследования:

1. Проанализировать теоретические подходы к изучению проблемы связи поведения в конфликтных ситуациях супругов и их удовлетворённости браком.

2. Рассмотреть показатели уровня конфликтности в супружеской паре; выявить конфликтогенные сферы супружеских отношений, а также степень согласия (или несогласия) в ситуациях конфликта.

3. Изучить степень удовлетворённости (неудовлетворённости) браком обоих супругов и их поведение в конфликтных ситуациях.

4. Выявить связь степени удовлетворённости браком и поведения супругов в конфликте.

5. Разработать программу коррекции поведения супругов в конфликте.

6. Определить эффективность программы коррекции поведения супругов в конфликте, проанализировать результаты формирующего эксперимента.

Теоретической основой исследования являются работы в русле системного подхода к динамике семейных отношений А. Варги, Т.Б. Карцева, В. Сатир, В.В. Столин, Ю.В. Филиппова, Л.Б. Шнейдер. Работы по проблемам отношений сознчимым другим А.А. Бодалева, А.А. Кроник, Е.А. Кроник, А.Ф. Лазурского, В.Н. Мясищева, К. Ясперса. Исследования проблемы сходства/различия супругов в плане личностных характеристик, а также ролевых и ценностных ориентаций А.Н. Волковой, Т.В. Галкиной, А.К. Дмитренко, Д. Майерса, Д.В. Ольшанского, А.П. Ощепковой, Б.М. Петухова, а также проблемы ориентаций супругов в сфере семейных ролей Е.В.

Антонюк, В.В. Матиной, Н.Н. Обозова, Н.Ф. Федотовой.

Методы исследования:

1. Метод теоретического анализа научно-психологической литературы.
2. Сравнительный метод (сравнение результатов нескольких групп испытуемых, отличающихся по выбранным признакам).
3. Психодиагностические методы (применение тест - опросников).
4. Статистический анализ полученных данных: корреляционный анализ Пирсона (программа SPSS17).

Методики исследования:

1. Тест-опросник удовлетворенности браком, разработанный Столиным В.В., Романовой Т.Л., Бутенко Г.П.
2. Опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» Алешиной Ю.Е., Гозман Л. Я..

Теоретическая значимость данной работы заключается в расширении и углублении представлений современной психологии семьи о взаимодействии супругов в конфликтных ситуациях, их удовлетворённости браком, а так же связи характера этого взаимодействия с удовлетворённостью браком.

Практическая значимость заключается в возможности применения полученных результатов в консультативной и коррекционной работе практикующего специалиста, занимающегося вопросами оптимизации отношений в семье.

Положения, выносимые на защиту:

1. Активный характер поведения супругов в конфликтах способствует устранению препятствий к удовлетворению определённых потребностей, что в свою очередь увеличивает степень удовлетворённости браком.
2. Степень удовлетворённости браком связана с типами конфликтов и особенностями взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях.

Выборка и база исследования: семейные пары города Старый Оскол, количество семей – 70, количество человек – 140.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений. Во введении магистерской диссертации сформулирована проблема, представлена гипотеза, обозначены предмет и объект, а также задачи и методы исследования. В первой главе описаны особенности семейных конфликтов и их причины, а также влияние семейных конфликтов на удовлетворённость браком. Во второй главе работы представлен анализ и интерпретация эмпирического изучения поведения супругов с разной степенью удовлетворённости браком в конфликтных ситуациях.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ОСОБЕННОСТЕЙ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

1.1. Сущность семьи и удовлетворённость браком

Семья – это одна из систем социального функционирования человека, важнейший социальный институт общества, который меняется под влиянием социально–экономических и внутренних процессов.

По мнению Соловьева Н.Я. «семья – это малая социальная группа, связанная брачными или родственными взаимоотношениями; общностью быта; эмоциональной близостью; взаимными правами и обязанностями по отношению друг к другу» [49].

Семья – это сложное социальное образование. Артамонова Е.И. определяет ее как «исторически конкретную систему взаимоотношений между супругами, между родителями и детьми, как малую группу, члены которой связаны брачными или родственными отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью, как социальную необходимость, которая обусловлена потребностью общества в физическом и духовном воспроизводстве населения» [6, с. 192].

Харчев А.Г. в своём труде о семьях и их проблемах, говорит о том, что семейные отношения регулируются нормами морали и права. Их основу составляет брак – легитимное признание взаимоотношений мужчины и женщины, которые сопровождаются рождением детей и ответственностью за физическое и моральное здоровье членов семьи. Важными условиями существования семьи являются совместная деятельность и определенная пространственная локализация – жилище, дом, собственность как экономическая основа ее жизни, а также общекультурная среда в рамках общей культуры определенного народа, конфессии, государства. Таким образом, семья – это основанная на единой общесемейной деятельности общность людей, связанных узами супружества - родительства - родства

(кровного и духовного), осуществляющая воспроизводство населения и преемственность семейных поколений, а также социализацию детей и поддержку членов семьи [65].

Торохтий В.С. различает виды семей по способам реагирования на стрессовые, конфликтные ситуации и нормативные кризисы (связанные с определенными этапами семейного функционирования)[52]. В основу данной типологизации положен феномен психологического здоровья семьи – интегральный показатель ее функционирования, который отражает качественную сторону социально-психологических процессов семьи, показатель социальной активности ее членов во внутрисемейных отношениях, в социальной среде и профессиональной сфере, а также состояние душевного благополучия семьи, обеспечивающее адекватную жизненным условиям регуляцию поведения и деятельности всех ее членов. Этот показатель характеризует два основных типа семей.

Благополучные семьи. Их проблемы, как правило, вызваны внутренними противоречиями и конфликтами, которые связаны с изменяющимися условиями жизнедеятельности в социуме: 1) с чрезмерным стремлением защитить друг друга, помочь другим членам семьи («снисходительная, потворствующая гиперпротекция» и «чрезмерная опека»); 2) с неадекватностью соотнесения собственных представлений о семье и тех социальных требований, которые предъявляются к ней на данном этапе социального развития (трудности восприятия противоречий современного социума).

Неблагополучные семьи (проблемные, конфликтные, кризисные). В семьях этого типа психологические проблемы вследствие частичного или полного неудовлетворения потребностей одного или нескольких членов семьи под воздействием сверхсильных внутрисемейных и общесоциальных жизненных факторов. Главной проблемой, как правило, является положение ребенка в семье и отношение к нему родителей. В неблагополучных семьях у родителей зачастую проявляются различные психогенные отклонения:

проекция на ребенка собственных нежелательных качеств, жестокость и эмоциональное отвержение, неразвитость и т.д.

Торохтий В.С. разделяет неблагополучные семьи на конфликтные, кризисные и проблемные [52].

Конфликтные семьи. Во взаимоотношениях супругов и детей есть сферы, в которых интересы, потребности, намерения и желания членов семьи приходят в столкновение, порождая сильные и продолжительные отрицательные эмоциональные состояния. Брак может длительно сохраняться благодаря взаимным уступкам и компромиссам, а также другим скрепляющим его факторам.

Кризисные семьи. Противостояние интересов и потребностей членов семьи носит особо резкий характер и захватывает важные сферы жизнедеятельности семейного союза. Члены семьи занимают непримиримые и даже враждебные позиции по отношению друг к другу, не соглашаясь ни на какие уступки или компромиссные решения. Кризисные браки распадаются или находятся на грани распада.

Проблемные семьи. Для них характерно появление особо трудных ситуаций, способных привести к распаду брака, таких как отсутствие жилья, тяжелая и продолжительная болезнь одного из супругов, отсутствие средств на содержание семьи, осуждение за уголовное преступление на длительный срок и целый ряд других чрезвычайных жизненных обстоятельств. По оценкам специалистов в России это наиболее распространенная категория семей [52].

Институт семьи обладает комплексом социальных функций и ролей, ради которых общество создает, поддерживает и охраняет этот социальный институт.

Важной характеристикой семьи является ее функциональная структура. Под функциями семьи понимают направления ее деятельности, выражающие сущность семьи, ее социальный статус и социальную роль. Наиболее полно

функции современной семьи представлены финским педагогом Ю.Хямяляйненем:

«репродуктивная – биологическое воспроизводство и сохранение потомства, продолжение рода;

воспитательная – духовное воспроизводство населения. Семья формирует личность ребенка, оказывает систематическое воспитательное воздействие на каждого члена в течение всей жизни;

хозяйственно-бытовая – поддержание физического состояния семьи, уход за престарелыми;

экономически-материальная – поддержание одними членами семьи других: несовершеннолетних, престарелых, нетрудоспособных;

организации досуга – поддержание семьи как целостной системы; содержание и формы проведения досуга зависят от уровня культуры, национальных традиций, индивидуальных склонностей и интересов, возраста членов семьи, ее доходов;

социального контроля – ответственность членов семьи за поведение ее членов в обществе, их деятельность; ориентирующую основу составляют ценности и элементы культуры, признанные во всем обществе или в социальных группах» [38, с.185].

Одним из критериев успешных отношений в семье является удовлетворённость браком.

Удовлетворенность браком определяют как характеристику «субъективной оценки каждым из супругов характера их взаимоотношений» [6, с. 244].

Шавлов А.В. дает следующую интерпретацию данного понятия «супружеская удовлетворенность браком есть ни что иное, как субъективное восприятие супругами сквозь призму социокультурных норм эффективности функционирования семьи в плане удовлетворения их индивидуальных потребностей» [52, с.302]. Из чего следует, что неудовлетворение личных

потребностей в браке может являться одним из факторов влияющих на удовлетворенность браком.

Основной работой, проливающий свет на такую характеристику супружества, как удовлетворенность браком, является диссертация Ю.Е. Алешиной, основное положение которой говорит, что в ходе совместной жизни супругов в их отношениях, в восприятии ими друг друга происходят изменения, имеющие закономерный, а не случайный характер. Подобная закономерность, но не связанная прямо с удовлетворенностью браком, была известна под понятием «цикл развития семьи», которое Алешина заменила более оперативными понятиями стажа брака и наличия-отсутствия детей в семье.

Поэтому исследовавшиеся супружеские пары Ю.Е. Алешина условно разделила на 5 групп по стажу брака:

I группа - молодожены (стаж брака до 1 года);

II группа - супруги, живущие вместе до 6 лет (с маленькими детьми или без них);

III группа – супруги, стаж брака у которых колеблется в диапазоне от 6 до 12 лет (имеются дети не старше 9 лет);

IV группа - супруги, у которых стаж брака от 12 до 18 лет (имеются дети старшего и среднего школьного возраста);

V группа - супруги, со стажем брака от 18 до 26 лет с детьми младше и старше 18 лет.

Оправданность стратегии выделения стажа брака и возраста демонстрируют взгляды практиков. Например, Н.В. Самоукина выделяет 2 кризисных периода: при брачном стаже 5-7 и 13-18 лет, причем первый она связывает с изменением восприятия образа партнера, а второй - с усталостью партнеров друг от друга [65]. В свою очередь, В. Сатир выделяет 10 кризисов, связанных, во-первых, с возрастом ребенка и, во-вторых, с физиологическими изменениями супругов [44, с.320].

Исследование Ю.Е. Алешиной выявило тенденцию удовлетворенности браком падать постепенно в течение II, III и IV условных периодов, определяемых стажем совместной жизни супругов и ростом детей. Затем удовлетворенность браком возрастает, что подтверждалось выборками по V группе, причем сравнение удовлетворенности браком во II и IV группах не выявило значимых различий. Это подтвердило ее гипотезу о том, что большое влияние на происходящие в супружеских отношениях изменения оказывает рождение в семье первого ребенка и достижение младшим из детей возраста совершеннолетия. Причем «у мужей с ростом стажа брака значение взаимного общения с супругой постепенно возрастает, тогда как роль различных характеристик восприятия личности жены, наоборот, падает. У женщин же со стажем брака от 12 до 18 лет значение взаимного проявления нежности резко возрастает» [4; с.208].

Содержательную сторону этих данных подтверждает исследование О.С. Сермягиной: в 70% случаев развод пришелся на первые 5-6 лет совместной жизни, а в качестве причин назывались отсутствие интереса мужей к детям и общению с женой.

Данные Алешиной согласуются и уточняют мнение Д.Майерса, что ощущение взаимной поддержки является фактором, определяющим для женщины степень удовлетворенности браком. Утверждение же о росте у мужей значения взаимного общения с супругой при росте стажа брака согласуется с мнением Дж. Энтилла, выявившего, что обладание одним или обоими супругами добротой, чувствительностью и теплотой, традиционно считающимися женскими качествами, коррелирует с более высокой удовлетворенностью браком.

Однако, П. Пармели, изучившая 110 пар со стажем брака от 3 до 14 месяцев, пришла к противоположным выводам: с удовлетворенностью браком позитивно связана не фемининность обоих супругов, а маскулинность жены) [65].

П. Пармели объясняет свои данные тем, что мужчины предпочитают более независимых жен, разделяющих их интересы и увлечения.

С другой стороны, Дэвид Майерс приводит похожие данные, но в контексте скорее гендерных различий полов - речь идет о людях средних лет и более преклонного возраста вообще. Тот факт, что мужчины и женщины со временем становятся более андрогинными, способными и на напор и на заботу, Дэвид Майерс объясняет гормональными изменениями и избавлением от ранневозрастных ролей (актуальных в период ухаживания и заботы о малышах), что позволяет им в большей степени выразить свои подавленные ранее потребности.

Отсюда, если считать интерпретации Д. Майерса и П. Пармели адекватными, получается, что в начальный период брака маскулинные женщины подавляют свои потребности фемининного характера во имя соответствия интересам мужа [48].

Другим, но уже теоретическим построением, объясняющим феномен удовлетворенности браком, является модель стабильности брака

В.А. Сысенко, который считает, что функции и цели брака удовлетворяют различные потребности людей, а стабильность этого брака обеспечивают две системы факторов. Первая - система социально-экономических факторов, определяющая устойчивость брака (жилищные условия, материальная обеспеченность, бюджет времени и т.д.). Вторая - система социально-психологических факторов, отражающая степень удовлетворенности браком. Этот феномен В.А. Сысенко условно называет «удовлетворением эмоционально-психологических потребностей, к которым относит следующие:

- а) в доверительно-дружеском общении;
- б) в близких людях, в брачном партнере;
- в) быть любимым; в психологической поддержке;
- г) во взаимопомощи, поддержке и сотрудничестве;
- д) сексуальную потребность» [51, с.154].

Попытки рассмотреть качество брака через удовлетворение потребностей супругов достаточно очевидно, т.к. потребности человека формируются в процессе освоения им социальной действительности и становления его личности.

А.К. Дмитренко, выделил инвариантные (слабо меняющиеся) характеристики стабильного брака в первые годы супружеской жизни, которые удовлетворяют потребность супругов в общении. Ими оказались: установки супругов на ценности семьи, ценностно-ориентационное единство супругов, наличие чувства любви к своему супругу, стремление супругов к самосовершенствованию, переоценка внешней привлекательности супруга, положительные репродуктивные установки [64].

Продолжая перечисление качеств партнеров, определяющих удовлетворенность супружеством, можно привести результаты анализа Н.Н. Обозовым зарубежных исследований по этой теме. Так, в счастливых браках супруги характеризуются эмоциональной стабильностью, согласием с другими людьми, общительностью, доверчивостью и искренностью. В несчастливых - эмоциональной неуравновешенностью, критичностью к другим людям, стремлением к доминированию, замкнутостью и отчужденностью, подозрительностью и эмоциональной скованностью.

К зарубежным исследованиям межличностного восприятия в парах с высокой удовлетворенностью браком можно добавить свидетельство, что супруги считают себя личностно сходными и достаточно точно воспринимают предпочтения партнера, а также склонны видеть друг друга одинаково доминантными. В парах с низкой удовлетворенностью браком вышеуказанные параметры имеют противоположные значения [3].

Причем с увеличением стажа брака супруги меньше восхищаются личностными качествами друг друга, что в несчастливых браках принимает форму восприятия личностных качеств партнера как недопустимых.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что семья является неотъемлемой частью социума, которая представляет собой сложное

образование, объединяющее супругов родственными или брачными отношениями, набором обязательств, комплексом ролей и функций, осуществляющая воспроизводство населения.

Удовлетворенность браком является важнейшим фактором стабильности семейных отношений. Она зависит от многих факторов: удовлетворенность своей работой, срок добрачного ухаживания, мотив вступления в брак, ролевое поведение, личностные характеристики партнеров и т.д. В психологии семейных отношений удовлетворенность браком рассматривается, с одной стороны, как интегральный показатель качества супружеского взаимодействия во всех сферах жизнедеятельности семьи и, с другой стороны, как показатель удовлетворенности отдельными сторонами супружества.

1.2. Особенности семейных конфликтов и их причины

В научной и справочной литературе по психологии встречаются следующие определения конфликта.

По мнению Сысенко В.А. «Конфликт (от лат. *conflictus* – столкновение) – столкновение разнонаправленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов субъектов взаимодействия, фиксируемых ими в жесткой форме. В основе любого конфликта лежит ситуация, включающая либо противоречивые позиции сторон по какому-либо поводу, либо противоположные цели или средства их достижения в данных обстоятельствах, либо несовпадение интересов, желаний, влечений оппонентов и т.п.» [51, с. 198].

Артамонова Е.И. дала понятие конфликту как «осознанному столкновению, противоборству минимум двух людей, групп, их взаимно противоположных, несовместимых, исключаящих друг друга потребностей, интересов, целей, типов поведения, отношений, установок, существенно значимых для личности и групп(ы)» [6, с.192].

Теория конфликта Л. Козера является наиболее обширной, рассматривающей комплекс вопросов, а именно: причины конфликта, остроту конфликта, длительность конфликта, функции конфликта. Л. Козер определяет конфликт как «процесс, который при определенных условиях может «функционировать» чтобы сохранить «социальный организм». Основные положения этого подхода состоят в следующем:

1. В любой социальной системе обнаруживаются отсутствие равновесия и напряженность, конфликтные отношения;

2. Многие процессы, которые, как обычно считается, разрушают систему (например, насилие, разногласия, конфликт) при определенных условиях укрепляют интеграцию системы, а также ее «приспособляемость» к окружающим условиям» [30, с.59].

По определению А. Хедоури: «Конфликт – отсутствие согласия между двумя и более сторонами, которые могут быть конкретными лицами или группами. Это ситуация, когда каждая сторона делает все, чтобы принята была ее точка зрения или цель, и мешает другой стороне делать то же самое» [60, с.19].

В. Смольков определяет конфликт как осознанную практическую деятельность его участников по преодолению противоречий, позиций и целей. Осознанное столкновение противоборство людей, групп, их взаимно противоположных несовместимых, исключаящих друг друга потребностей, интересов, целей, отношений, ценностей, существенно значимых для личностей и групп. В качестве недостатков можно было бы отметить то, что конфликт – это не всегда «осознанное столкновение»; конфликт не всегда возникает по поводу «взаимно противоположных взаимоисключающих их положений позволяет синтезировать следующее рабочее определение конфликта [49, с.62].

Конфликт – это различные виды противодействия, противоборства личностей и/или групп по поводу рассогласованных, существенно значимых

для них целей, интересов, ценностей, установок, а также осознанная практическая деятельность по преодолению этих противоречий.

Х. Бродаль рассматривает конфликт как болезнь. Эта болезнь «свойственна как людям, так и социальным организмам. В самой болезни уже есть вся информация, необходимая для выздоровления, есть там и сила, чтобы эту болезнь преодолеть. Таким образом, началом лечения будет диагноз. Но очень важно, чтобы диагноз ставился вместе с теми, кого затронул конфликт. Тогда это превращается в первый шаг на пути разрешения конфликта» [7, с.312].

Участники семейных конфликтов часто не являются противоборствующими сторонами, адекватно осознавшими свои цели, скорее они жертвы собственных неосознаваемых личностных особенностей и неправильного, не соответствующего реальности, видения ситуации и самих себя. Для семейных конфликтов характерны крайне неоднозначные и потому неадекватные ситуации, связанные с особенностями поведения людей в конфликтах. Демонстрируемое поведение часто маскирует истинные чувства и представления о конфликтной ситуации и друг о друге. Так, за грубыми и шумными столкновениями супругов могут скрываться привязанность и любовь, а за подчеркнутой вежливостью – эмоциональный разрыв, хронический конфликт, иногда и ненависть.

К. Витек и Г.А. Навайтисв протекании конфликта как процесса выделяют четыре основных стадии:

- возникновение объективной конфликтной ситуации;
- осознание объективной конфликтной ситуации;
- переход к конфликтному поведению;
- разрешение конфликта [12].

Х. Бродаль описывает следующие стратегии поведения супругов в возникающих конфликтных ситуациях:

1. Уход от разрешения возникшего противоречия, когда одна из сторон, к которой предъявлено «обвинение», переводит тему разговора в другое

русло. При этом «обвиняемый» ссылается на недостаток времени или несвоевременность спора и «оставляет поле брани».

2. Сглаживание, когда одна из сторон либо оправдывает себя, либо соглашается с претензией, но только на данный момент. Оправдание себя полностью не решает конфликта и даже может усугублять его, так как внутреннее, мысленное противоречие усиливается.

3. Компромисс. Под ним понимается открытое обсуждение мнений, направленных на поиск наиболее удобного для обеих сторон решения. В этом случае партнеры выставляют аргументы и в свою, и в чужую пользу, не откладывают решения и не принуждают в одностороннем порядке к одному возможному варианту. Преимущество этой стратегии состоит во взаимности и равенстве прав и обязанностей и легализации (открытости) претензий. Компромисс при соблюдении правил поведения в конфликте действительно снимает напряженность, а также помогает найти оптимальное решение.

4. Конфронтация, неблагоприятный и малопродуктивный исход конфликта, когда никто из участников не принимает во внимание позицию другого. Он обычно возникает, когда одна из сторон накопила достаточно много мелких обид, собралась с силами и выдвинула сильнейшие аргументы, которые не сможет снять другая сторона. Единственным положительным моментом стратегии конфронтации является то, что экстремальность ситуации позволяет партнерам лучше увидеть сильные и слабые стороны, понять запросы и интересы друг друга.

5. Принуждение - самый неблагоприятный вариант, когда супруга принуждают силой или психологическим давлением согласиться или действовать по указанию более властной или сильной стороны [7].

Конфликт становится реальностью только после осознания противоречий, так как только восприятие ситуации как конфликтной порождает соответствующее поведение (из этого следует, что противоречие может быть не только объективным, но и субъективным, мнимым). Переход к конфликтному поведению – это действия, направленные на достижение

своих целей, и блокирование достижения противоположной стороной ее стремлений и намерений. Эта стадия связана с обострением эмоционального тона взаимоотношений и прогрессирующей их дестабилизацией.

Возможны два основных пути разрешения конфликтов: изменение объективной конфликтной ситуации и преобразование ее «образов», представлений о сути и характере конфликта, имеющих в наличии у оппонентов.

Одним из самых распространенных подходов к анализу причин супружеских конфликтов, является подход, который исходит из того, что «конфликт между супругами возникает из-за неудовлетворенности определенных потребностей у одного из них или у обоих». Такого подхода придерживается, в частности, отечественный исследователь Сысенко В. А. «Как известно, — пишет В. А Сысенко, — брак заключается для взаимного удовлетворения самых разнообразных потребностей. Частичное и полное неудовлетворение тех или иных потребностей одного или обоих супругов ведет к ссорам, а затем и к хроническим конфликтам, разрушая устойчивость брака» [51, с.198].

С.М. Емельянов выделяет следующие причины конфликтов на почве неудовлетворенных потребностей.

- ограничение свободы активности, действий, самовыражения членов семьи;
- отклоняющееся поведение одного или нескольких членов семьи (алкоголизм, наркомания и т.д.);
- наличие противоположных интересов, устремлений, ограниченность возможностей для удовлетворения потребностей одного из членов семьи (с его точки зрения);
- авторитарный, жесткий тип взаимоотношений сложившихся в семье в целом;
- наличие трудноразрешимых материальных проблем;

– авторитарное вмешательство родственников в супружеские отношения;

– сексуальная дисгармония партнеров в браке и др. [65].

По степени опасности для семейных уз конфликты могут быть:

– неопасными - возникают при наличии объективных трудностей, усталости, раздражительности, состояния «нервного срыва»; внезапно начавшись, конфликт может быстро завершиться. Про такие конфликты часто говорят: «К утру все пройдет»;

– опасными - разногласия возникают из-за того, что один из супругов должен, по мнению другого, изменить линию поведения, к примеру по отношению к родственникам, отказаться от каких-то привычек, пересмотреть жизненные ориентиры, приемы воспитания и т.п., то есть ставится проблема, которая требует разрешения дилеммы: уступать или нет;

– особо опасными - приводят к разводам [66].

Остановимся подробнее на мотивации этой категории конфликтов.

1. Не сошлись характерами - мотив «чисто» психологический. Острота конфликтов и их частота, сила эмоциональных взрывов, контроль за собственным поведением, тактика и стратегия поведения супругов в разнообразных конфликтных ситуациях зависят от индивидуальных особенностей характера.

Каждый человек выбирает способы, приемы и методы деятельности, исходя из особенностей своего характера. Они и формируют индивидуальный стиль поведения в трудовой и бытовой сферах жизни. Под «индивидуальным стилем деятельности» понимают систему приемов и способов действия, характерную для данного человека и целесообразную для достижения успешного результата. Об этом необходимо помнить и не стремиться «перевоспитать», «переделать» другого партнера, а просто самому учесть или приспособиться к свойствам его натуры, его индивидуальному стилю.

Однако некоторые недостатки характера (демонстративность, авторитарность, нерешительность и т.п.) сами по себе могут быть источником конфликтных ситуаций в семье. Есть черты, которые приводят к разрушению брака вне зависимости от стремления партнеров приспособиться, например эгоцентрические черты характеров супругов. Их концентрация на своем «я» - дефект нравственного развития - один из факторов дестабилизации брачной жизни. Обычно супруги видят только эгоизм своего партнера, а собственного не замечают. «Борьба» с другими вытекает из ложной жизненной позиции, из ложного понимания нравственных отношений с другими людьми [66].

2. Супружеские измены и сексуальная жизнь в браке. Измена отражает противоречия между супругами, она является результатом разнообразных психологических факторов. К измене приводят разочарование брачной жизнью, Дисгармония половых отношений. В противоположность измене, неверности верность - это система обязательств перед брачным партнером, которые регулируются моральными нормами и стандартами. Это убежденность в ценности, значимости принятых на себя обязательств. Часто верность ассоциируется с преданностью и связана с желанием партнеров укреплять свой собственный брак и взаимоотношения.

Важно понимать, что сексуальная потребность может быть по-настоящему удовлетворена только на фоне положительных чувств и эмоций, которые возможны при условии удовлетворения эмоционально-психологических потребностей (в любви, в поддержании и сохранении чувства собственного достоинства, психологической поддержке, защите, взаимопомощи и взаимопонимании). Если в браке не удовлетворяются эмоционально-психологические потребности личности, усиливается отчуждение, накапливаются отрицательные чувства и эмоции, более вероятной становится измена. Супруги не понимают друг друга, ссорятся или просто уходят «на сторону».

3. Бытовое пьянство и алкоголизм. Это традиционный мотив разводов. Алкоголизм - типичная наркомания, сформировавшаяся на базе регулярного употребления спиртных напитков в течение ряда лет. Хронический алкоголизм следует отличать от бытового пьянства, которое обусловлено ситуационными моментами, дефектами воспитания, низкой культурой. Если в борьбе с бытовым пьянством достаточно мер общественного воздействия, то хронический алкоголизм, который приводит к психическим расстройствам и ряду других заболеваний, нуждается в медицинском лечении [66].

Злоупотребление алкоголем одного из супругов создает в семье ненормальную атмосферу и постоянную почву для конфликтов, скандалов. Возникают психотравмирующие ситуации для всех членов семьи и особенно для детей. Резко возрастает риск заболевания нервно-психическими расстройствами, увеличивается вероятность рождения детей с различными отклонениями и аномалиями. Появляются материальные трудности, сужается сфера духовных интересов, чаще проявляется аморальное поведение. Супруги все больше отдаляются друг от друга.

По мнению В.А. Кан-Калик во внутрисемейном конфликте чаще всего виновны обе стороны. В зависимости от того, какой вклад и каким образом супруги вносят в развитие конфликтной ситуации, выделяют несколько типичных моделей поведения супругов в межличностных внутрисемейных конфликтах [65].

Первая - стремление мужа и жены самоутвердиться в семье, например в роли главы. Нередко здесь отрицательную роль играют «добрые» советы родителей. Идея утвердить себя «по вертикали» несостоятельна, поскольку противоречит пониманию семьи как процесса психологического и хозяйственного сотрудничества. Стремление к самоутверждению обычно охватывает все сферы взаимоотношений и мешает трезво оценивать происходящее в семье. Любое высказывание, просьба, поручение воспринимаются как посягательство на свободу, личностную автономию. Чтобы уйти от этой модели, целесообразно разграничить сферы руководства

различными участками жизни в семье и осуществлять его коллегиально, при разумном единоначалии.

Вторая - сосредоточенность супругов на своих делах. Типичен «шлейф» прежнего образа жизни, привычек, друзей, нежелание поступиться чем-либо из своей прошлой жизни для успешной реализации новой социальной роли. Начинает формироваться непонимание того, что организация семьи неизбежно предполагает совершенно новый социально-психологический уклад. Люди не всегда готовы перестроить себя в нужном направлении: «А почему я должен (должна) отказываться от своих привычек?» Как только взаимоотношения начинают развиваться в такой альтернативной форме, неизбежно следует конфликт. Здесь важно учитывать адаптационный фактор: поэтапное включение супруга в совместную деятельность постепенно приучает его к новой модели поведения. Прямой же нажим обычно осложняет взаимоотношения [65].

Третья - дидактическая. Один из супругов постоянно поучает другого: как надо себя вести, как надо жить и пр. Поучения охватывают практически все сферы совместной жизни, блокируют любые попытки самостоятельности, порождая раздражение, эмоциональную напряженность, чувство неполноценности. Эта модель общения ведет к нарушению сотрудничества в семье, утверждает систему общения «по вертикали». Нередко позиция поучаемого нравится одному из супругов, и он незаметно начинает играть роль взрослого ребенка, а в поведении другого постепенно укрепляются материнские или отцовские нотки.

Четвертая - «готовность к бою». Супруги постоянно находятся в состоянии напряженности, связанной с необходимостью отражать психологические атаки: в сознании каждого укрепилась неизбежность ссор, внутрисемейное поведение строится как борьба за победу в конфликте. Супруги порой весьма хорошо осознают ситуацию, фразы, формы поведения, которые вызывают конфликт. И, тем не менее - ссорятся. Ссора в семье имеет негативные последствия, прежде всего в связи с отдаленным

психологическим эффектом, который утверждает в отношениях эмоциональное неблагополучие.

Пятая - «папенькина дочка», «маменькин сынок». В процесс установления взаимоотношений, в их выяснение постоянно вовлекаются родители, которые служат своеобразным камертоном. Опасность состоит в том, что молодые супруги ограничивают личный опыт построения взаимоотношений, не проявляют самостоятельности в общении, а руководствуются лишь общими соображениями и рекомендациями своих родителей, которые при всей их доброжелательности, все-таки весьма субъективны и порой далеки от психологических реалий взаимоотношений молодых людей. В процессе их формирования идет сложная притирка индивидуальностей, характеров, взглядов на жизнь, опыта. Механическое вторжение в эту деликатную сферу взаимоотношений, к которому иногда склонны родители супругов, чревато опасными последствиями [65].

Шестая - озабоченность. В общении между супругами, в стиле, укладе семейных взаимоотношений постоянно присутствует в качестве некоторой доминанты состояние озабоченности, напряженности, это ведет к дефициту позитивных переживаний.

Исследователи исходят из того, что супружеские отношения постоянно развиваются и меняются. Время от времени в отношениях супругов могут возникать некоторые «непредвиденные» изменения, однако существует и ряд закономерных, «нормативных», изменений, типичных для развития брака во времени. На смену романтической любви в период ухаживания и молодоженства приходит реалистическое понимание брака. Часто дело доходит до конфронтации идеалистических представлений о браке и партнере с реальными «мелочами» повседневного быта. После рождения детей появляются новые радости и заботы [7].

Жизненный цикл семьи — закономерная последовательность стадий развития семьи на протяжении всего периода ее существования.

Одной из первых периодизаций жизненного цикла семьи является периодизация Е. Дюваль, опубликованная в 1957 году. Согласно его периодизации, жизненный цикл семьи включает в себя 8 стадий, от момента заключения брака до прекращения существования семьи в связи со смертью обоих супругов [65].

Основанием выделения стадий явились типичные задачи, решение которых необходимо для развития семьи. Стадия знакомства будущих супругов, период их эмоциональной вовлеченности предшествует заключению брака, с которого и начинается жизненный цикл семьи.

Таким образом, жизненный цикл семьи, по Е. Дюваль, состоит из следующих стадий:

- Встреча будущих супругов, их эмоциональное притяжение друг к другу.
- Принятие и развитие новых родительских отношений.
- Принятие в семью новой личности (ребенка). Переход от диадных отношений супругов к отношениям в треугольнике.
- Введение детей во внесемейные институты.
- Принятие подростковости детей.
- Экспериментирование с независимостью.
- Подготовка к уходу детей из семьи.
- Уход детей из семьи, принятие их ухода, жизнь супругов «глаза в глаза».
- Принятие факта ухода на пенсию и старости.

Ковалев С.В. выделяет два основных критических периода в развитии супружеских отношений [38, с.33].

Первый наступает между третьим и седьмым годами супружеской жизни и продолжается в благоприятном случае около года. Его возникновению способствуют такие факторы:

- исчезновение романтических настроений, активное неприятие контраста в поведении партнера в период влюбленности и в повседневном семейном быту;

- рост числа ситуаций, в которых супруги обнаруживают разные взгляды на вещи и не могут прийти к согласию;

- более частые проявления отрицательных эмоций, возрастание напряженности в отношениях между партнерами.

Второй кризисный период наступает примерно между семнадцатым и двадцать пятым годами совместной жизни. Он менее глубокий, и может продолжаться несколько лет. Его возникновение часто совпадает:

- с приближением периода инволюции, с повышением эмоциональной неустойчивости, страхами, появлением различных соматических жалоб;

- с возникновением чувства одиночества, связанного с уходом детей;

- с усиливающейся эмоциональной зависимостью жены, ее переживаниями по поводу быстрого старения, а также возможного стремления мужа сексуально проявить себя на стороне «пока еще не поздно».

Таким образом, кризисные ситуации имеют определенные закономерности, лежащие в основах супружеских отношений. По мнению Ковалева С.В. «для эффективно решения возникающих проблем не следует искать вину лишь в поведении кого-либо из партнеров. Эти закономерности надо знать и учитывать, корректируя в соответствии с ними свое поведение» [38].

Таким образом, при столкновении различных интересов и намерений супругов развитие конфликта, прежде всего, определяется особенностями характера каждого из супругов. Все зависит от умения быть тактичным и дипломатичным, от умения пойти на компромисс. Личная тактика супругов в конфликте зависит от тех качеств характера, которые способствуют кооперации и сотрудничеству или препятствуют таковому. Естественно, что для каждой супружеской пары характерна своя, индивидуальная группа конфликтов.

Многие конфликты могут существовать в течение нескольких лет супружеской жизни, они становятся как бы хроническими. Обычно хронические конфликты связаны с социально-психологическими установками личности, складывающимися в течение всей жизни. Это может быть принципиальное неодобрение каких-то особенностей образа жизни и поведения мужа или жены. Периоды ссор и примирений при хронических конфликтах повторяются все с новой и новой силой. Поводом для них могут быть самые повседневные жизненные недоразумения, несогласия, например несовпадение интересов и желаний. Хроническим конфликтам свойственна глубина и постоянство.

1.3. Влияние особенностей поведения супругов в конфликтных ситуациях на удовлетворенность браком

Устойчивость или нестабильность брака В. А. Сысенко рассматривает через удовлетворение потребностей супругов. Он полагает, что «стабильность брака зависит не только от удовлетворения материальных потребностей супругов, но и от удовлетворения эмоционально-психологических потребностей» [51, с.204].

Он исходит из гипотезы, состоящей в том, что «эмоционально-психологическая стабильность брака зависит от степени удовлетворения потребностей во взаимопомощи и психической поддержке, взаимопонимании, удовлетворении чувства собственного достоинства, в ощущении своей значимости, важности».

Эмоционально-психологическая стабильность брака зависит от удовлетворения потребности супругов в ласке, нежности, заботе и внимании друг к другу. Другими словами, каждый из супругов должен удовлетворять свою потребность в положительных эмоциональных чувствах.

Следовательно, брак стабилен лишь в том случае, когда супружеское общение несет в себе положительный эмоциональный заряд, когда ни один из супругов не испытывает чувства отчуждения и психического одиночества.

Для каждого супруга в совместной жизни должен быть достигнут какой-то минимально необходимый уровень удовлетворения потребностей, в противном случае возникает дискомфорт, формируются и закрепляются отрицательные эмоции и чувства. «На базе неудовлетворенных или частично удовлетворенных потребностей может возникнуть временное или хроническое физиологическое, психическое напряжение, которое постепенно подтачивает эмоционально-психологическую стабильность брака. Распространен вариант, когда один из супругов может быть преградой для удовлетворения каких-то личных потребностей другого» [21, с.416]. А, как хорошо известно, из общей психологии, любая блокада интересов и желаний личности сопровождается совокупностью отрицательных чувств и эмоций, которые разрушают устои семьи.

Большая группа конфликтов возникает на основе неудовлетворенного чувства собственного достоинства, значимости, ценности нашего «Я». Любой человек сильно переживает, когда ущемляется его личное достоинство, когда он лишается уважения, когда к нему относятся без должного почтения. Особенно болезненно задевают взаимные колкости, критические замечания, касающиеся ума, качеств характера, привычек и т. д.

Обозов Н.Н. считает, что «если один из супругов чувствует себя ущемленным, то это порождает целый ряд отрицательных реакций против другого супруга и в определенной мере переходит в неудовлетворенную потребность в ласке, нежности, заботе. Психическое отчуждение между супругами начинается с заниженной оценки, с критических замечаний относительно личности партнера» [38, с.33]. Таким образом, нарушается душевная гармония, ощущение своей полезности и ценности для другого человека. Подобные обстоятельства приводят к тому, что в браке и семье человек не может утвердить самого себя. В собственной семье он чувствует

психический дискомфорт. У него исчезает чувство поддержки, солидарности, защищенности.

«Теория конфликтности, которая имеет в своей основе неудовлетворенные потребности супругов, дополняется системой взглядов на то, что другая большая группа конфликтов возникает на почве разделения труда, рассогласования в системе взаимных прав и обязанностей в семье. В основе данной группы конфликтов лежит теория ролей, интенсивно разрабатываемая в современной социальной психологии. Эта группа конфликтов без особого труда может быть объединена с первой, т. к. разделение труда между супругами можно рассматривать не только как конфликт разного понимания мужем и женой своих взаимных прав и обязанностей, ролей, но и как рассогласование потребностей супругов во взаимопомощи, сотрудничестве, кооперации и психической поддержке. Следовательно, конфликт ролей можно рассматривать как конфликт особой специфической потребности» [38, с.33].

Итак, те или иные неудовлетворенные потребности супругов, или, по крайней мере, одного из них часто являются причинами конфликтов и приводят к разводам. Серьезные конфликты или развод свидетельствуют о том, что в развитии брака наступила особая фаза, что между супругами образовалась дисгармония при удовлетворении каких-то потребностей. Более того, один из супругов блокирует или делает невозможным удовлетворение совместных потребностей.

Взгляд на причину конфликта как на неудовлетворенную потребность характерен и для американского психолога Уилларда Ф. Харли. Он пишет: «Когда мужчина и женщина вступают в брак, они питают высокие надежды. Они посвящают себя удовлетворению больших и глубоко личных потребностей друг друга. Каждый соглашается отказаться от любых других людей, отдавая супругу исключительное право удовлетворять какие-то свои, глубоко личные потребности. Это не значит, что все потребности должны удовлетворяться супругом. Но существуют некоторые основные

потребности, которые большинство из нас твердо придерживается именно для супружеской жизни. Большинство людей удовлетворяет эти особые потребности в браке» [62, с. 27]

Уиллард Харли выделяет пять основных потребностей для мужчин и женщин, удовлетворение которых обеспечивает стабильность брака, а неудовлетворение которых ведет к конфликтам и может привести к разводу [62].

Пять основных потребностей мужчины в браке:

- 1) половое удовлетворение;
- 2) спутник по отдыху;
- 3) привлекательная жена;
- 4) ведение домашнего хозяйства;
- 5) восхищение.

Пять особых потребностей женщины в браке:

- 1) нежность;
- 2) возможность поговорить;
- 3) честность и открытость;
- 4) финансовая поддержка;
- 5) посвященность семье.

Так как потребности мужчин и женщин различаются, то нет ничего удивительного в том, что людям трудно приспособиться к супружеской жизни. Муж может иметь добрые намерения удовлетворять потребности своей жены, но если он считает, что ее потребности сходны с его собственными, то его постигнет неудача. И наоборот, неудача постигнет женщин, которые посчитают, что мужчинам нравится то же самое ласковое отношение, которое так приятно им самим.

Часто неудачи мужчин и женщин в удовлетворении супружеских потребностей, отмечает Уиллард Харли, обусловлены просто незнанием потребностей друг друга, а не себялюбивым нежеланием оказывать супругу внимание. «Вовсе не значит, что, удовлетворяя потребности супруга, вы

должны скрежетать зубами, занимаясь тем, что вам совершенно не нравится. Это значит, что вы должны готовиться к удовлетворению тех потребностей, которых сами не испытываете. Стараясь понять своего супруга как полностью отличного от вас человека, вы можете стать, если захотите, знатоком в удовлетворении всех супружеских потребностей человека» [62].

В благополучной семье всегда есть ощущение сегодняшней и завтрашней радости. Для того чтобы сохранить его, супругам необходимо оставлять плохое настроение и неприятности за порогом дома, а приходя домой, приносить с собой атмосферу приподнятости, радости и оптимизма. Если один из супругов находится в плохом настроении, другой должен помочь ему избавиться от угнетенного психического состояния. В каждой тревожной и печальной ситуации нужно попытаться уловить юмористические нотки, посмотреть на себя со стороны; в доме следует культивировать юмор и шутки. Если наваливаются неприятности, не пугайтесь, попытайтесь спокойно сесть и последовательно разобраться в их причинах.

«Любой супружеский конфликт — противостояние интересов потребностей, взглядов, представлений. Подобное противостояние рассматривается как преграда, препятствие, тормоз к осуществлению интересов и намерений другого партнера» - отмечает К.Витакер [16, с.208]. В связи с этим появляется чувство раздраженности, протеста, недовольствия, враждебности агрессии. Восприятие конфликтных ситуаций в супружеской жизни, прежде всего, зависит от личных качеств каждого из супругов. Если еще допустить, что профессиональная деятельность супругов также связана, с большой затратой нервно-психических сил, то ситуация в семье оказывается чрезвычайно неблагоприятной для психического здоровья супругов. Именно в семье, дома супруги восстанавливают силы, затраченные во время труда. В случае конфликтных ситуаций в семье такого восстановления не происходит. Более того, нервное напряжение возрастает. Психические напряжения от конфликтной ситуации накладываются на

напряжения от трудовой деятельности. Их общий суммарный уровень бывает, настолько высок, что неизбежно приводит к эмоциональному срыву. Трудности контроля собственного поведения возникают и в ситуациях постоянного переутомления. Чаще всего это наблюдается у женщин. У замужних работающих женщин в домашней среде возникают неадекватные реакции, т. е. когда они остро реагируют на обычные шалости или проступки детей, занятия мужа и т. д. Такое неадекватное реагирование имеет свои причины. Нервно-психическая неустойчивость эмоционального поведения женщин повышает психическую напряженность и у других членов семьи [16].

Итак, можно сказать, что в браке каждый из супругов может выступать как психотравмирующий фактор. Особенно наглядно он проявляется, когда один из супругов является препятствием в удовлетворении потребностей, интересов и намерений другого. Получается, что намерения и желания одного блокируются несогласием, противодействием, осуждением, резкой критикой другого. В возникшей ситуации супруги являются противоборствующими силами, они уже не союзники и партнеры, а в известном смысле соперники. Воля другого человека вызывает протест, возмущение, несогласие, целую гамму отрицательных чувств различной силы и интенсивности.

Исход конфликтной ситуации часто зависит от того, в каком психическом состоянии находятся супруги, поэтому во взаимоотношениях с близкими членами семьи мы часто бываем субъективны. Следовательно, чувство неудовлетворенности браком также субъективно и зависит от того, насколько человек удовлетворен, например, своим трудом, заработком, жильем, сферой обслуживания и т. д.

Другая, более сложная сторона удовлетворенности брачной жизнью состоит в том, что человек может быть глубоко неудовлетворенным самим собой. Эта затаенная в душе неудовлетворенность может переноситься на мужа (жену), детей. Глухое раздражение, вызванное собственной ленью,

слабоволием, неорганизованностью, также может отражаться на взаимоотношениях с близкими людьми. В подобных случаях человек болезненно реагирует на критику собственных недостатков.

Мы видим, что удовлетворенность или неудовлетворенность браком зависит от многих слагаемых, в которых человеку порою очень трудно разобраться.

Андреева Т.В. в своих трудах говорит о том, что «прежде всего, в дружном браке происходит постепенное слияние двух «Я» — мужа и жены, происходит отождествление потребностей, интересов, желаний, намерений. В конфликтном браке автономность двух «Я» сохраняется, а, следовательно, не происходит отождествления и слияния основных потребностей, интересов, взглядов. В дружных супружеских союзах интересы мужа становятся интересами жены, и наоборот. К сожалению, данный процесс не происходит в конфликтных супружеских союзах. Поэтому в конфликтных брачных союзах очень часто можно наблюдать противопоставление потребностей, желаний и намерений обоих супругов. В конфликтных супружеских союзах, как правило, минимальное слияние потребностей, а в дружных — максимальное» [6, с.224]. Согласно данной концепции, устойчивость брачного союза зависит от степени отождествления, как потребностей супругов, так и отождествления (слияния) их взглядов, представлений и намерений.

Процесс слияния двух «Я», разумеется, происходит постепенно. Он может развиваться более или менее интенсивно. Не будет большой смелостью предположить, что в конфликтных супружеских союзах подобный процесс отождествления происходит крайне медленно и со значительными затруднениями. В дружных супружеских союзах он развивается значительно быстрее и интенсивнее. Важно также и другое: указанный процесс зависит и от такого явления, как взаимная психическая адаптация супругов.

По мнению Артамоновой Е.И. одним из интегральных показателей семейного благополучия является психологическая совместимость супругов (членов семьи вообще) [9].

Люди, создающие семью, стремятся удовлетворить комплекс потребностей – в любви, в детях, в переживании общих радостей, в понимании, общении. Однако становление семьи – это не только реализация идеальных представлений о браке, которые сложились у будущих супругов. Это реальная жизнь двух, а затем и нескольких людей, во всей ее сложности и многообразии; она включает в себя непрерывные переговоры, заключения соглашений, компромиссы, преодоление трудностей, разрешение конфликтов, которые есть в каждой семье.

Витакер К. считает, что «неудачу в браке во многом определяют ошибки в выборе партнера: избранник в реальности либо не обладает необходимыми личностными чертами, либо совокупность его психофизиологических особенностей, взглядов и ценностей не соответствует представлениям и потребностям избирающего. Разочарование может наступить независимо оттого, что партнер обладает множеством положительных качеств» [17, с.176]. По его мнению, важно, чтобы муж и жена подходили друг другу по биологическим и нравственным факторам, отражающим различные аспекты воспитания, политические, культурные, религиозные взгляды, а также, чтобы партнеры терпимо относились к особенностям друг друга

К факторам семейного благополучия относятся:

Психологическая совместимость. Речь идет о «непреодолимой внутренней симпатии». Брак без спонтанного влечения обычно не гарантирует удачного супружества.

Гармоничный брак предполагает социальную зрелость супругов, подготовленность к активному участию в жизни общества, способность материально обеспечить свою семью, долг и ответственность, самообладание и гибкость. По мнению специалистов наиболее удачны браки тех людей,

которые ценят в своем партнере надежность, верность, любовь к семье и твердый характер. В «идеальном браке» супруги чаще всего обладают такими чертами личности, как выдержанность, трудолюбие, заботливость, самоотверженность и гибкость поведения.

Также выделяют факторы, оказывающие косвенное воздействие на благополучие супружеской жизни. Важно знать, какими были супружеские отношения родителей избранника, каков семейный уклад, материальный уровень семьи, какие негативные явления наблюдаются в семье и в характере родителей. Даже небольшая семейная травма часто оставляет глубокий след, формируя у ребенка отрицательные взгляды и позиции. Подчас непреодолимые конфликты неизбежны там, где партнеры диаметрально отличаются по своему мировоззрению [17].

Образование. Высшее образование не всегда повышает уровень стабильности семейных отношений. Однако интеллектуальный уровень и характеры партнеров не должны чрезмерно отличаться.

Трудовая стабильность. Люди, часто меняющие место работы, отличаются неустойчивостью, чрезмерной неудовлетворенностью, неспособностью налаживать длительные отношения.

Возраст определяет общественную зрелость партнеров, подготовленность к выполнению супружеских и родительских обязанностей. Наиболее оптимальным считается возраст 20-24 года. Наиболее естественная разница в возрасте супругов 1-4 года.

Продолжительность знакомства. За период знакомства важно хорошо узнать друг друга не только в оптимальных условиях, но и в трудных ситуациях, когда ярко проявляются личные качества и слабости характера партнера.

Все эти факторы создают предпосылки возникновения супружеской совместимости и несовместимости. Где, психологическая несовместимость – это невозможность в критических ситуациях понять друг друга, а психологическая совместимость определяется как взаимное принятие

партнеров по общению и совместной деятельности, основанное на оптимальном сочетании – сходстве ценностных ориентаций, личностных и психофизиологических особенностей.

Психологическая совместимость – явление многоуровневое и многоаспектное. В семейном взаимодействии она включает в себя психофизиологическую совместимость; личностную совместимость, в том числе когнитивную (осмысление представлений о себе, других людях и мире в целом), эмоциональную (переживание происходящего во внешнем и внутреннем мире человека), поведенческую (внешнее выражение представлений и переживаний); совместимость ценностей, или духовную совместимость [48].

При отсутствии какой-нибудь из этих групп предпосылок совместимости не происходит оптимальной адаптации или она происходит медленно, гармония супружества нарушается.

Наиболее распространенными факторами, предопределяющими успех или неудачу в супружестве, являются личные качества супругов и их умение решать всевозможные проблемы, быть в гармонии друг с другом. При отсутствии этих умений нередко возникают конфликтные ситуации как следствия несовместимости каких-либо сил внутри одной личности или между супругами. Наиболее распространенной причиной супружеских конфликтов, а также разводов является «несходство характеров», несовместимость супругов.

По мнению Эйдемиллера Э.Г., «счастливый брак – это такой брак, для которого характерна способность примирять противоречия и, критикуя, помнить о любви. В счастливых браках количество позитивных контактов (улыбки, прикосновения, комплименты, смех) превышает количество негативных (саркастических или критических замечаний, оскорблений)» [69, с.246] и с ним невозможно не согласиться.

Одним из факторов счастливой и стабильной семьи является умение членов семьи вести переговоры по всем аспектам совместной жизни.

Подводя итог, проанализированной в первой главе информации, можно сделать вывод о том, что стабильность брака зависит не только от удовлетворения материальных потребностей супругов, но и от удовлетворения эмоционально-психологических потребностей.

Те или иные неудовлетворенные потребности супругов, или, по крайней мере, одного из них часто являются причинами конфликтов и приводят к разводам.

Одним из факторов счастливой и стабильной семьи является умение членов семьи вести переговоры по всем аспектам совместной жизни.

Глава II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПОВЕДЕНИЯ СУПРУГОВ С РАЗНОЙ СТЕПЕНЬЮ УДОВЛЕТВОРЁННОСТИ БРАКОМ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ

2.1. Организация и методы исследования

Цель исследования: выявление взаимосвязи поведения супругов в конфликтных ситуациях и их удовлетворенности браком.

Задачи исследования:

1. Изучить показатели уровня конфликтности в супружеской паре, выявить конфликтогенные сферы супружеских отношений;
2. Выявить особенности поведения в конфликте у супругов, принимавших участие в исследовании;
3. Выявить взаимосвязь поведения супругов в конфликтных ситуациях и их удовлетворенности браком.
4. Выявить семейные пары, нуждающиеся в коррекции поведения в конфликте.
5. Разработать план и программу формирующего эксперимента и реализовать на практике.

Объект исследования - супружеские отношения.

Предмет исследования – взаимосвязь поведения супругов в конфликтных ситуациях и их удовлетворенности браком.

Для сбора эмпирических данных в исследовании использовались методы: опрос, тестирование; статистический анализ полученных данных осуществлялся с помощью корреляционного анализа Пирсона. Для математико-статистической обработки данных использовался метод изучения корреляции Пирсона, t-критерий Стьюдента (программа SPSS17).

В качестве конкретных методик выступали:

1. Тест-опросник удовлетворенности браком, разработанный Столиным В.В., Романовой Т.Л., Бутенко Г.П. использовался с целью изучения степени удовлетворённости браком в супружеских парах.

2. Опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» Алешиной Ю.Е., Гозман Л. Я. применялся для исследования поведения супругов в конфликтных ситуациях, а так же для изучения типов конфликтов в супружеских парах. Данная методика позволяет определить наиболее конфликтогенные сферы супружеских отношений, степень согласия (или несогласия) супругов в ситуациях конфликта, уровень конфликтности в паре.

В качестве испытуемых выступили супружеские пары города Старый Оскол в возрасте 23-55 лет.

Экспериментальное исследование проводилось в несколько этапов.

Констатирующий этап. Организация и проведение опытно-экспериментального исследования взаимосвязи поведения супругов в конфликтных ситуациях и их удовлетворенности браком.

На первом этапе исследования были поставлены цель и задачи эмпирического исследования. Также были выделены объект и предмет исследования, в соответствии с которым подобраны методики сбора данных и математико-статистической обработки полученных данных.

В результате проведенного исследования были сформированы экспериментальная и контрольная группы. В экспериментальной группе в последующем проводилась коррекционная работа, направленная на создание условий для формирования осознания собственных стратегий поведения в конфликте и выработке эффективных способов взаимодействия между супругами, а именно стратегий «сотрудничество» и «компромисс» в конфликтных ситуациях. Участники контрольной группы не участвовали в коррекционной программе, продолжая жить своей обычной жизнью.

Результаты, полученные в ходе данного этапа, нашли свое отражение в параграфе 2.2 второй главы данной работы.

Формирующий этап. Разработка и реализация программы коррекции поведения в конфликте.

На втором этапе работы была разработана и реализована коррекционная программа, направленная на формирование осознания собственных стратегий поведения в конфликте и выработке эффективных способов взаимодействия между супругами. Программа состояла из 6-и занятий (по 1,5 часа каждое) и была реализована в течение 3-х недель.

Коррекционная работа проводилась в форме тренинга навыков поведения в конфликте с элементами тренинга личностного роста. В коррекционной работе приняли участие 16 человек (8 супружеских пар) – они составили экспериментальную группу. Еще 10 супружеских пар с высоким уровнем конфликтности составили контрольную группу. Они не принимали участие в тренинге, но проходили повторное тестирование после проведения тренинга. По окончании работы для этих людей были проведены консультации по проблемам взаимодействия в конфликте.

Контрольный этап. Оценка эффективности коррекции поведения в конфликте. Сравнили данные с результатами, полученными на констатирующем этапе.

На последнем этапе исследования проводилась оценка эффективности проведенной коррекционной работы. Для этого были проведены повторные диагностические срезы в экспериментальной и контрольной группах, направленные на выявление особенностей поведения в конфликте. Затем результаты, полученные на первом этапе исследования, сравнивались с результатами, полученными на данном этапе, и были сделаны выводы об эффективности, проведенной коррекционной работы.

Участники исследования относятся к категории социально-благополучных семей, у подавляющего большинства (76 %) есть дети.

Участники исследования были заинтересованы в участии в исследовании, проявили искренний интерес к результатам тестирования. В

тренинговую группу вошли супруги, выразившие желание и согласие на групповую психологическую работу.

Контрольную группу составили участники исследования с высоким уровнем конфликтности, выразившие желание участвовать в индивидуальной психологической работе и не желающие работать в группе.

2.2 Анализ и интерпретация результатов изучения поведения супругов в конфликте и уровня удовлетворённости браком

Согласно первой задаче исследования проводилась диагностика супружеских пар, целью которой являлось изучение показателей уровня конфликтности в супружеской паре, выявление конфликтогенных сфер супружеских отношений, а также степень согласия (или несогласия) в ситуациях конфликта.

Данные исследования методики «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» отображены в таблице 2.1.

Таблица 2.1.

Распределение супругов по типам конфликтов (в %)

Типы конфликтов в семьях между мужчинами и женщинами	Женщины	Мужчины
1. Проблемы отношений с родственниками и друзьями	72	50
2. Вопросы, связанные с воспитанием детей	83	32
3. Проявление стремления к автономии	33	31
4. Нарушение ролевых ожиданий	62	18
5. Рассогласование норм поведения	17	5
6. Проявление доминирования одним из супругов	62	92
7. Проявление ревности	49	40
8. Расхождения в отношении к деньгам	69	8

Наибольшее количество женщин конфликтуют с мужьями чаще всего по вопросам, связанным с воспитанием детей (83%) и из-за проблем,

связанных с отношениями с родственниками и друзьями (72%). Достаточно много женщин выделили такие сферы конфликтов, как расхождения в отношении к деньгам (69%), проявление доминирования одним из супругов (62%) и нарушение ролевых ожиданий (62%). Реже всего женщины конфликтуют со своими супругами из-за несогласования норм поведения (17%).

Значительная часть мужчин (92%) конфликтуют с женами по вопросам проявления доминирования одним из супругов в семейной жизни. Ровно половина испытуемых мужчин конфликтуют из-за проблем отношений с родственниками и друзьями (50%). Также мужчины выделили такие сферы конфликтов, как проявление ревности (40%), вопросы, связанные с воспитанием детей (32%), проявление стремления к автономии (31%). Реже мужчины конфликтуют по вопросам расхождения в отношении к деньгам (8%) и по вопросам несогласования норм поведения (5%).

Анализ результатов, представленный в таблице 2.1, показывает более высокую негативную реакцию женщин в конфликтных ситуациях, нежели у мужчин. Такая ситуация наблюдается в шести из восьми сфер, перечисленных выше, в сфере проявления автономии можно отметить примерно одинаковые показатели, и только в сфере проявления доминирования одним из супругов негативная реакция мужчин выше женской. Вопросы, связанные с воспитанием детей и с деньгами, наиболее волнуют женщин, нежели мужчин. Мужчин же, исходя из представленных данных, больше волнуют вопросы, связанные с проявлением доминирования в семье, на втором месте – проблемы отношений с родственниками и друзьями.

Рассмотрев в таблице показатели конфликтности в семьях между женщинами и мужчинами, хотелось бы сравнить и общий уровень конфликтности женщин и мужчин, исходя из результатов теста. Для этого обратимся к рисунку 2.1.

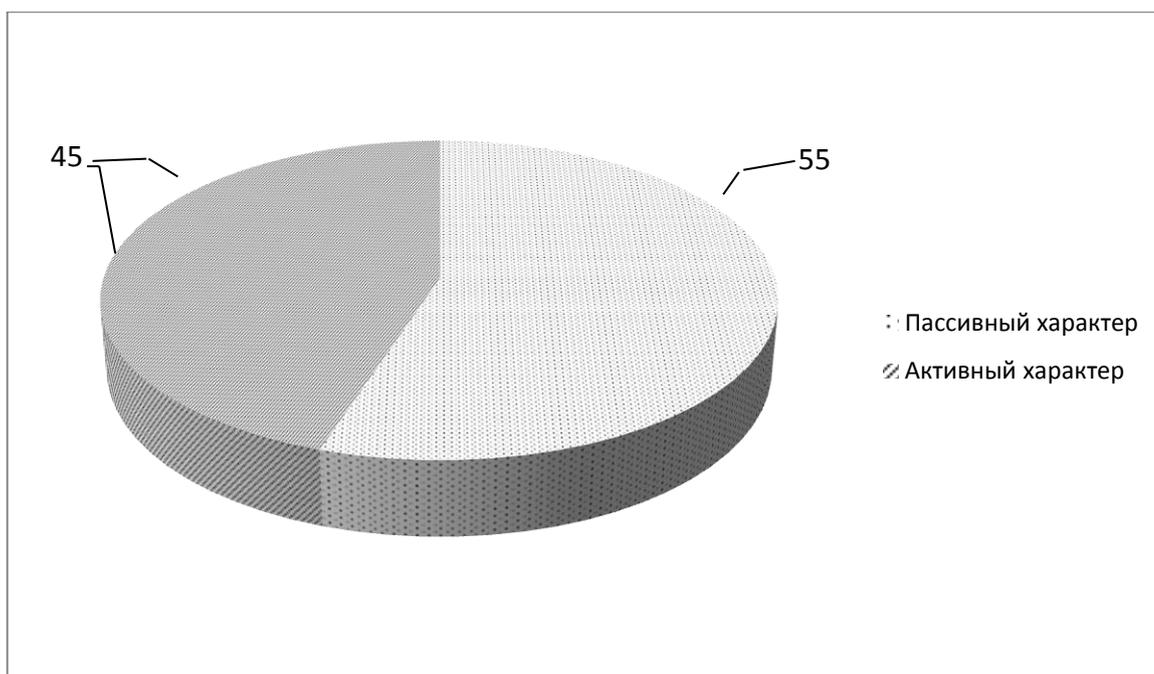


Рис. 2.1. Распределение супругов по характеру поведения в конфликтах (%)

Если говорить об общем уровне конфликтности женщин и мужчин можно говорить о том, что у 55% семейных пар наблюдается пассивный характер поведения супругов в конфликтных ситуациях. В 45 % семейных пар можно отметить активную позицию в семейных конфликтных ситуациях, где в 20% инициаторами данной активности выступает женщина, в 15% – мужчина, а в 10% – оба супруга.

То есть можно сказать, что в большинстве исследуемых супружеских пар, во время семейных недоразумений, конфликтов супруги не «подливают масла в огонь», а стараются мирно разрешить спор, о чем нам и свидетельствует пассивный характер поведения большинства пар в конфликтах.

Если рассматривать индивидуальные показатели, то можно сказать, что в парах, где нет конфликтов связанных с нарушением ролевых ожиданий, отсутствуют также и конфликты по поводу рассогласования норм поведения.

Обратную взаимосвязь можно отметить между конфликтами связанными с проявлением стремления к автономии и проявлением доминирования в семье одним из супругов. В семьях, где существуют

размолвки из-за повышенного стремления одного из супругов к самостоятельности, независимости, параллельно возникают и конфликты по вопросам доминирования в семье.

Часто показатели конфликтности между супругами совпадают, то есть уровень конфликтности супругов примерно одинаков по каждому блоку, если одного супруга волнуют проблемы отношений с родственниками и друзьями, тоже можно отметить и у второго супруга. Также это можно отнести и к конфликтам, связанными с ревностью, значения супругов примерно совпадают, что говорит об их общем взгляде на данные вопросы.

Следует упомянуть об активном характере поведения в конфликтных ситуациях жен в вопросах связанных с воспитанием детей, это связано с тем, что именно женщины занимаются воспитанием детей, и не всегда их видимо устраивает, какую роль в данном процессе занимает супруг.

Хотелось бы также обратить внимание на то, что не только вопросы о воспитании так остро волнуют женщин, уровень женской повышенной активности в конфликтах можно отметить и по вопросам расхождения в отношении к деньгам, видимо и здесь жен не все устраивает: зарплата, трата денег и т.д.

В целом, анализируя полученные данные можно отметить, что именно у женщин характер взаимоотношений в семейных недоразумениях, противоречиях, столкновении интересов, носит более конфликтный характер.

Результаты, полученные в ходе измерения удовлетворенности браком отображены в таблице 2.2.

Таблица 2.2.

Распределение супругов с разной степенью
удовлетворенности браком (в%)

Степень удовлетворенности/ неудовлетворенности браком	Количество супругов		Общее количество супругов
	Мужчины	Женщины	
Полная неудовлетворенность	2	7	9
Значительная неудовлетворенность	6	11	18
Скорее неудовлетворенность, чем удовлетворенность	5	12	17
Частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность	17	10	27
Скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность	35	25	60
Значительная удовлетворенность.	20	25	45
Практически полная удовлетворенность	15	10	25

Они показывают, что 35 % мужчин скорее удовлетворены, чем не удовлетворены браком, 20% значительно удовлетворены, 15% практически полностью удовлетворены. Примерно в равной степени частичной удовлетворенности и частичной неудовлетворённости находится 17% мужчин, 5% мужчин скорее не удовлетворены, чем удовлетворены браком, 6% - значительно не удовлетворены и 2% мужчин полностью не удовлетворены брачной жизнью.

Что касается женщин, процент удовлетворенности ниже: 25% женщин значительно удовлетворены и скорее удовлетворены, чем не удовлетворены, еще 10% - практически полностью удовлетворены браком. На переходной ступени (частичная удовлетворенность, частичная неудовлетворенность) находится 10% женщин, остальная часть – 12% - скорее не удовлетворены, чем удовлетворены, 11% - значительно не удовлетворены и 7% - полностью не удовлетворены браком.

Здесь также, как и по результатам первого теста можно отметить более негативное отношение женщин, нежели мужчин. Так как из результатов, представленных в таблице 2.3, видно, что количество женщин неудовлетворенных браком превышает количество мужчин в 2 раза.

Если сравнивать показатели удовлетворенности браком и общий уровень конфликтности супружеских пар представленные в таблицах, то можно отметить что в тех парах, где отмечается пассивный характер поведения супругов в конфликтных ситуациях и наименьшее количество спорных вопросов, приводящих к конфликту – наблюдается высокий уровень удовлетворенности браком. И, наоборот, в семьях, где отмечается активный характер поведения супругов в конфликтных ситуациях и наибольшее количество спорных вопросов, расхождений, проблем – наблюдается низкий уровень удовлетворенности браком. Исходя из этого, можно сказать, что характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях влияет на уровень удовлетворенности браком.

Анализируя индивидуальные показатели исследуемых по результатам двух методик можно сделать вывод о том, что не только общий уровень конфликтности в паре влияет на удовлетворенность браком, но и индивидуальные показатели конфликтности супруга влияет на его степень удовлетворенности браком.

Полученные данные позволяют сделать вывод о низком уровне удовлетворённости браком супругами, что свидетельствует о необходимости проведения коррекционной работы в данном направлении.

Для интерпретации полученных данных мы провели корреляционное исследование по критерию Пирсона - анализ результатов по шкалам в их взаимодействии. Поскольку количество испытуемых не является достаточно большим, то для избежания экспериментальной ошибки 2-го рода уровень статистической достоверности мы целенаправленно понизили, то есть выбрали как значимое $\alpha = 0,3$ и $\alpha = 0,39$.

Обработка полученных данных сделала возможным получения списка достоверных корреляций для анализа структуры поведения супругов в конфликтных ситуациях (Таблица 2.3.).

Таблица 2.3.

Список достоверных корреляций для анализа типов конфликтных ситуаций и удовлетворенности браком (r)

Типы конфликтов Уровни удовлетворенности браком	Проблемы отношений с родственниками и друзьями	Вопросы, связанные с воспитанием детей	Нарушение ролевых ожиданий	Рассогласование норм Поведения	Проявление доминирования одним из супругов	Проявление Ревности	Проявление стремления к автономии	Расхождения в отношении к деньгам
Полная неудовлетворенность браком	0,57	0,46	0,37	-	0,60	0,40	-	0,33
Значительная неудовлетворенность браком	0,49	0,37	-	-	0,53	0,35	-	0,22
Частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность	0,37	0,31	-	-	0,40	-	-	-
Скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность	-0,34	-	-	-	-0,40	-	-	-
Значительная удовлетворенность.	-0,53	-	-	-	-0,56	-	-	-
Практически полная удовлетворенность	-0,60	-0,57	-	-	-0,62	-	-	-

В результате подсчета корреляционных значений нам удалось найти подтверждение некоторых зависимостей, а именно: самое большое количество положительных корреляционных связей с полной

неудовлетворенностью браком – 6 связей – имеют проявление доминирования одним из супругов ($r = 0,60$), проблемы отношений с родственниками и друзьями ($r = 0,57$), вопросами, связанными с воспитанием детей ($r = 0,46$), с проявление ревности ($r = 0,40$), нарушениями ролевых ожиданий ($r = 0,37$), расхождениями в отношении к деньгам ($r = 0,33$).

Необходимо заметить, что значимые корреляционные связи отсутствуют в показателях рассогласования норм поведения и проявления стремления к автономии, и имеют максимальное отрицательное значение в проявлении доминирования одним из супругов, проблемах отношений с родственниками и друзьями и вопросах, связанных с воспитанием детей.

Таблица 2.4.

Список достоверных корреляций для анализа поведения супругов в конфликтных ситуациях и удовлетворенности браком (r)

Уровни удовлетворенности браком Характер поведения в конфликте	Активный характер	Пассивный характер
Полная неудовлетворенность браком	-	0,59
Значительная неудовлетворенность браком	-	0,38
Скорее неудовлетворенность, чем удовлетворенность	-	0,20
Частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность	0,11	0,11
Скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность	0,30	-
Значительная удовлетворенность.	0,44	-
Практически полная удовлетворенность	0,73	-

В результате подсчета корреляций для анализа поведения супругов в конфликтных ситуациях и удовлетворенности браком была выявлена зависимость, а именно: самое большое количество положительных

корреляционных связей с удовлетворенностью браком – 4 связи – имеют проявление активного характера в конфликтной ситуации.

Таким образом, проведенный сравнительный анализ показал зависимость поведения супругов в конфликтных ситуациях и их удовлетворенности браком от характера взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях. На степень удовлетворенности браком влияют проблемы отношений с родственниками и друзьями, рассогласование норм поведения, проявление доминирования одним из супругов, а также проявления ревности и расхождения в отношении к деньгам.

Корреляционный анализ показал, стойкую взаимосвязь между поведением супругов в конфликтных ситуациях и их удовлетворенностью браком, что подтвердило поставленную нами гипотезу.

2.3. Описание формирующего эксперимента по коррекции поведения супругов в конфликте

Результаты констатирующего этапа исследования позволили определить дальнейшую цель работы на формирующем этапе: создание условий для повышения уровня удовлетворённости браком супругов, а также создание условий для формирования и осознания собственных стратегий поведения в конфликте и выработке эффективных способов взаимодействия между супругами.

Для достижения цели нам надо было решить ряд следующих задач:

- .Повышение уровня удовлетворённости браком супругов.
- Создать условия для формирования стратегий поведения в конфликте
- Способствовать созданию информационного поля для получения знаний о видах, динамике и способах разрешения конфликтов.

- Создать условия для формирования диагностических умений (умения видеть и определять защитные механизмы, определять природу породившего их конфликта).

- Создать условия для осознания собственных семейных установок и формирования наиболее конструктивных установок в супружеской паре.

- Создать условия для осознания и проработки собственных стратегий поведения в конфликте.

- Способствовать определению личностной и профессиональной значимости полученных изменений.

Согласно теоретическим представлениям о коррекции семейных отношений, есть основания полагать, что эффективной формой проведения подобного рода психологической работы является психологический тренинг. Поэтому основной формой проведения формирующего этапа стала тренинговая программа, состоящая из 7-ми занятий, по 1,5 часа каждое. В программу вошли такие занятия, как: «Знакомство», упражнения по разрешению семейных конфликтов «Чёрно-белое кино», «Сотрудничество без конфликтов», «Сотрудничество в конфликте», «Разрушительные переживания», «Неприятные последствия», занятие «Совместный просмотр фильмов», занятия, посвящённые детско-родительским отношениям «Активное слушание как способ решения проблем взаимодействия в семье».

Тематический план:

Название занятия	Количество часов	Краткое содержание
1) Занятие 1. «Знакомство»	1,5ч	Знакомство участников друг с другом и с групповой формой работы, выяснение ожиданий и опасений тренинга, создание мотивации для участия в тренинге
2) Занятие 2. Упражнения по разрешению семейных конфликтов («Чёрно-белое кино»),	1,5ч	Научение пониманию, что в каждой трудной жизненной ситуации необходимо находить положительные стороны и за счёт этого сохранять самообладание и толерантность.

«Сотрудничество без конфликтов»).		Научение умело преодолевать трудности, а также поддерживать близкого человека в трудных жизненных ситуациях.
3)Занятие 3. Упражнения по разрешению семейных конфликтов («Сотрудничество в конфликте», «Разрушительные переживания»)	1,5ч	Научение нахождению выхода из конфликтной ситуации, выбора продуктивных стратегий поведения (соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление). Научение понимать, что такое разрушительные переживания, бороться с ними.
4)Занятие 4. Упражнения по разрешению семейных конфликтов «Неприятные последствия».	1,5ч	Научение адекватному оцениванию своего поведения в конфликте; обесцениванию незначительных конфликтов.
5)Занятие 5. «Совместный просмотр фильмов».	1,5ч	Анализ механизмов семейных взаимоотношений, выявление наиболее благоприятных форм поведения в конфликтах на примере жизненных ситуаций, представленных в фильмах.
6)Занятие 6. Проблемы детско-родительских отношений. «Активное слушание как способ решения проблем взаимодействия в семье».	1,5ч	Прояснение различия проблем родителей и проблем детей; познакомиться с целями активного слушания, развить навыки активного слушания.
7) Занятие 7. «Активное слушание как способ решения проблем взаимодействия в семье» (продолжение)	1,5ч	Прояснение различия проблем родителей и проблем детей; познакомиться с целями активного слушания, развить навыки активного слушания.

Полный текст программы представлен в приложении 3.

Участники коррекционной работы с удовольствием и большим интересом принимали участие в занятиях и упражнениях. На первых двух занятиях наблюдалось небольшое стеснение и дискомфорт некоторых участников, но на последующих занятиях все участники раскрепостились и работали в полную меру. В процессе работы с супругами был обнаружен тот факт, что половина испытуемых не умеет находить компромиссы в конфликтах, а другая половина попросту старается их избежать. Очень интересным и продуктивным стало занятие «Совместный просмотр фильмов». Супруги с интересом и энтузиазмом делились впечатлениями по просмотренной картине, интересным фактом стало особенно активное участие мужей.

2.4. Анализ результатов формирующего эксперимента

Учитывая результаты констатирующего и формирующего этапов, мы определили цель и задачи контрольного этапа исследования.

Цель: оценить эффективность проведенного формирующего эксперимента, направленного на повышение уровня удовлетворённости браком и коррекцию поведения супругов в конфликте.

Задачи:

1. Провести повторную диагностику показателя уровня конфликтности в супружеской паре, выявить конфликтогенные сферы супружеских отношений;
2. Выявить особенности поведения в конфликте у супругов, принимавших участие в исследовании;
3. Сравнить полученные данные с результатами констатирующего этапа.

После завершения коррекционной работы, с целью оценки эффективности проведенной работы, были проведены повторные диагностические срезы в экспериментальной и контрольной группах.

Таблица 2.5.

Распределение супругов с разными типами конфликтов,
гендерный аспект (в%)

Типы конфликтов в семьях между мужчинами и женщинами	Женщины		Мужчины	
	Констатиру- ющий этап	Контроль- ный этап	Констатиру- ющий этап	Контроль- ный этап
1. Проблемы отношений с родственниками и друзьями	72	62	50	39
2. Вопросы, связанные с воспитанием детей	83	63	32	27
3. Проявление стремления к автономии	33	33	31	27
4. Нарушение ролевых ожиданий	62	55	18	18
5. Рассогласование норм поведения	17	7	5	5
6. Проявление доминирования одним из супругов	62	52	92	77
7. Проявление ревности	49	49	40	35
8. Расхождения в отношении к деньгам	69	60	8	6

Результаты исследования по методике «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях», представленные в таблице 2.4. показали, что процент женщин, конфликтующих с мужьями по вопросам, связанным с воспитанием детей снизился на 20% (по сравнению с 63%), из-за проблем, связанных с отношениями с родственниками и друзьями снизился на 10% (по сравнению с 62%). Также у женщин снизились показатели и по другим сферам конфликтов: расхождения в отношении к деньгам – на 9% (по сравнению с 60%), проявление доминирования одним из супругов - на 10% (по сравнению с 52%) и нарушение ролевых ожиданий – на 7% (по сравнению с 55%). Процент женщин, конфликтующих со своими супругами из-за рассогласования норм поведения, снизился на 7% (по сравнению с 10%).

Процент мужчин, конфликтующих с женами по вопросам проявления доминирования одним из супругов в семейной жизни снизился на 15% (по сравнению с 77%). Процент мужчин, конфликтующих из-за проблем отношений с родственниками и друзьями, снизился на 11% (по сравнению с 39%). Процент мужчин, конфликтующих в таких сферах, как, проявление ревности – снизился на 5% (по сравнению с 35%), вопросы, связанные с воспитанием детей – снизился на 5% (27%), проявление стремления к автономии – снизился на 4% (по сравнению с 27%). Конфликты по вопросам расхождения в отношении к деньгам – снизился на 2% (по сравнению с 6%), по вопросам рассогласования норм поведения - остался неизменным (по сравнению с 5%).

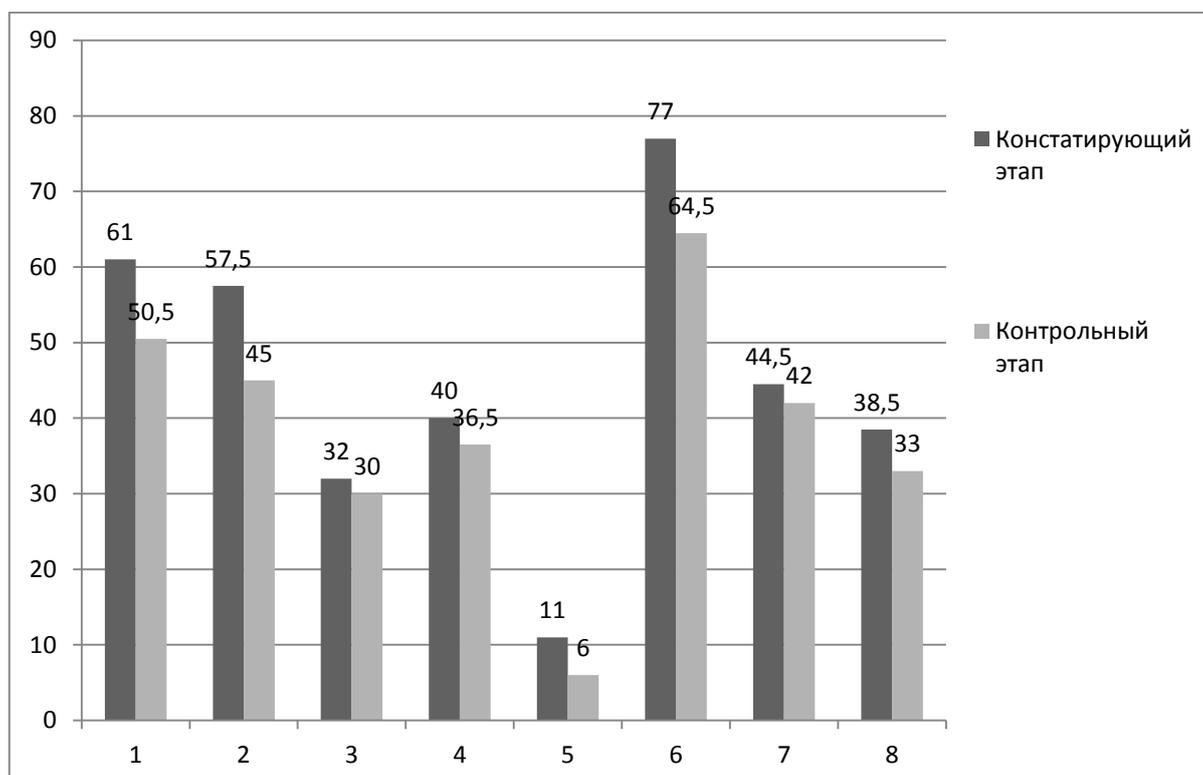


Рис. 2.2. Распределение супругов с разными типами конфликтов, до и после формирующего эксперимента (в%)

Условные обозначения:

1 - проблемы отношений с родственниками и друзьями; 2 - вопросы, связанные с воспитанием детей; 3 - проявление стремления к автономии; 4 - нарушение ролевых ожиданий; 5 - рассогласование норм поведения; 6 - проявление доминирования одним из супругов; 7 - проявление ревности; 8 - расхождения в отношении к деньгам.

На рисунке 2.2. видно, что процент конфликтов, связанных с проблемами отношений с родственниками и друзьями снизился на 10,5%, с вопросами, связанными с воспитанием детей – на 12,5%. В вопросах связанных с проявлением стремления к автономии также произошло снижение на 2%; нарушение ролевых ожиданий – снижение на 3,5%, на 5% снизился показатель рассогласования норм поведения, проявление доминирования одним из супругов – снижение на 12,5%, на 2,5% - проявление ревности и на 5,5% - расхождение в отношении к деньгам.

Если говорить об общем уровне конфликтности женщин и мужчин можно сказать, что здесь также произошли изменения, теперь у 54% семейных пар наблюдается активная позиция в семейных конфликтных ситуациях, а в 46% - пассивный характер поведения.

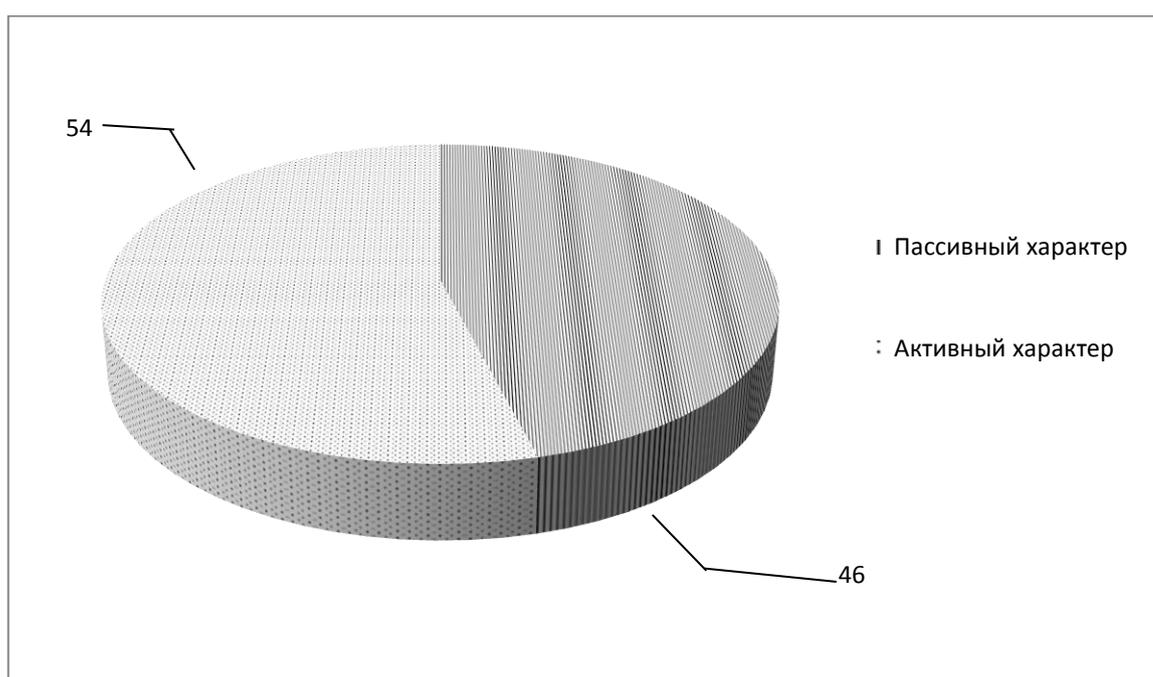


Рис. 2.3. Распределение супругов по характеру поведения в конфликтах до и после формирующего эксперимента (в%)

В ходе повторной диагностики измерения удовлетворенности браком были получены следующие результаты, которые отображены в таблице 2.6. Они показывают, что процент мужчин, скорее удовлетворенных, чем

неудовлетворённых браком повысился на 3% (по сравнению с 38%), процент значительно удовлетворенных остался прежним (20%), скорее удовлетворены, чем не удовлетворены – повысился на 3% (по сравнению с 38%), частичная удовлетворенность, частичная неудовлетворенность – процент мужчин снизился на 5% (12%). Что касается процента мужчин, полностью неудовлетворенных браком – остался неизменным (2%), значительно неудовлетворенных – снизился на 2% (по сравнению с 4%), а скорее неудовлетворенных, чем удовлетворенных – процент снизился на 1 (по сравнению с 4%).

Таблица 2.6.

Распределение супругов с разной степенью удовлетворенности браком до и после формирующего эксперимента (в%)

Степень удовлетворенности/неудовлетворенности браком	Количество супругов				Общее количество супругов	
	Мужчины		Женщины		Констатирующий этап	Контрольный этап
	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап		
Полная неудовлетворенность	2	2	7	5	9	7
Значительная неудовлетворенность	6	4	11	10	17	14
Скорее неудовлетворенность, чем удовлетворенность	5	4	12	10	17	14
Частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность	17	12	10	5	27	17
Скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность	35	38	25	30	60	68
Значительная удовлетворенность.	20	20	25	28	45	48
Практически полная удовлетворенность	15	20	10	12	25	32

Что касается женщин, по данным таблицы видно, что процент значительно удовлетворенных повысился на 3% (по сравнению с 28%), а практически полностью удовлетворенных на 2% (по сравнению с 12%), на 5% повысилось число женщин, скорее удовлетворенных, чем неудовлетворенных и составило 30%. Процент женщин, в какой-либо степени неудовлетворенных браком, снизился в общей сумме на 5%.

С целью определения степени значимости различий поведения супругов в конфликте до и после проведения формирующего эксперимента, полученные данные были подвергнуты математико-статистическому анализу с помощью t-критерия Стьюдента. Для обработки статистических данных мы использовали программу SPSS17, благодаря которой получили результаты, представленные в таблице 2.7.

Таблица 2.7.

Сравнение показателей определения степени значимости различий поведения супругов в конфликте до и после формирующего эксперимента

Характер поведения в конфликте	До формирующего эксперимента	После форсирующего эксперимента	t-критерий Стьюдента
Активный	2,8261	3,6522	6,876**
Пассивный	6,7824	4,5221	3,987**

Примечание.*– $p=0,05$; **– $p=0,001$

Применение параметрического t-критерия Стьюдента позволило на очень высоком уровне статистической значимости подтвердить, что после проведения формирующего эксперимента повысился показатель использования активного характера супругами в конфликтных ситуациях ($t_{Эмп} = 6,876$; $p=0,002$), использование пассивного характера – произошло снижение ($t_{Эмп} = 3,987$; $p=0,000$).

Для определения степени значимости различий уровня удовлетворённости браком супругами до и после проведения формирующего эксперимента, мы также использовали математико-статистический анализ по t-критерию Стьюдента. Полученные результаты представили в таблице 2.8.

Таблица 2.8.

Сравнение показателей уровня удовлетворённости до и после формирующего эксперимента

Показатели уровня удовлетворённости браком	До формирующего эксперимента	После формирующего эксперимента	t-критерий Стьюдента
Полная неудовлетворённость браком	2,3644	1,5434	0,986**
Значительная неудовлетворённость браком	3,2311	2,7656	1,258**
Скорее неудовлетворённость, чем удовлетворённость	3,7656	2,1342	1,434**
Частичная удовлетворённость, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворённость	3,6522	2,8262	1,876**
Скорее удовлетворённость, чем неудовлетворённость	2,8262	3,5433	7,463**
Значительная удовлетворённость	5,6544	6,5217	3,943**
Практически полная удовлетворённость	7,3993	9,6087	7,527**

Примечание. *– $p=0,05$; **– $p=0,001$

Применение параметрического t-критерия Стьюдента позволило на очень высоком уровне статистической значимости подтвердить, что после проведения формирующего эксперимента уровень полной неудовлетворённости браком снизился ($t_{Эмп} = 0,986$; $p=0,001$), уровень

значительной неудовлетворённости браком также снизился ($t_{Эмп} = 1,258$; $p=0,001$). Произошло снижения уровня скорее неудовлетворённых, чем удовлетворённых ($t_{Эмп} = 1,434$; $p=0,000$), уровень частичной удовлетворённости, частичной (примерно в равной степени) неудовлетворённости – снижение ($t_{Эмп} = 1,876$; $p=0,003$). Уровень скорее удовлетворённых, чем неудовлетворённых повысился ($t_{Эмп} = 7,463$; $p=0,001$), значительно удовлетворённых – повысился ($t_{Эмп} = 3,943$; $p=0,001$), уровень практически полностью удовлетворённых также повысился ($t_{Эмп} = 7,527$; $p=0,001$).

Таким образом, полученные данные в ходе математической обработки данных, позволяют говорить об эффективности проведённой нами программы коррекции поведения супругов в конфликте, а именно повысился показатель использования активного характера супругами в конфликтных ситуациях, а также произошёл рост уровня удовлетворённости браком супругами.

Проведённое нами исследование можно считать перспективным, так как в дальнейшем целесообразно продолжить исследование иных факторов, влияющих на удовлетворённость браком.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное нами исследование подтвердило гипотезу о том, что поведение супругов в конфликтных ситуациях влияет на удовлетворенность браком.

В ходе работы теоретического изучения семейных отношений, конфликтов и их причин, а также влияния их на удовлетворенность браком, были рассмотрены основные понятия семьи, конфликтов, их структура, характеристики и функции. Также в работе опирались на основные теории конфликтов. Наиболее обширной является теория Л.Козера, рассматривающая причины конфликтов, их остроту, длительность и функции; теория, основоположником которой был Х.Бродаль. Одно из центральных положений его теории – конфликт – это болезнь. Теория С.М. Емельянова исходит из того, что конфликты возникают на почве неудовлетворенных потребностей.

Также анализ литературных источников показал влияние семейных конфликтов на удовлетворенность браком. По мнению Сысенко В.А. брак стабилен, когда супружеское общение несет в себе положительный эмоциональный заряд. Те или иные неудовлетворенные потребности супругов, или, по крайней мере, одного из них, часто являются причинами конфликтов и приводят к разводам.

Дальнейшие исследования показали, что наличие постоянных споров, трений, между супругами, не находящих какого-либо положительного решения, либо компромисса, оказывают влияние на удовлетворенность браком. Что подтверждается и теорией, супруги не сумевшие обсудить проблему, найти решение, подходящее обеим сторонам, копят груз проблем, обид и переживаний в отношении друг друга, что естественно приводит к снижению удовлетворенности браком.

Результаты исследования выявили более высокую негативную реакцию женщин в конфликтных ситуациях, нежели у мужчин. Такая ситуация

наблюдается в шести из восьми сфер. Сравнивая общий уровень конфликтности женщин и мужчин, можно говорить о том, что у 55% семейных пар наблюдается пассивный характер поведения супругов в конфликтных ситуациях. В 45 % семейных пар можно отметить активную позицию в семейных конфликтных ситуациях, где в 20% инициаторами данной активности выступает женщина, в 15% – мужчина, а в 10% – оба супруга. То есть можно сказать, что в большинстве исследуемых супружеских пар, во время семейных недоразумений, конфликтов супруги не «подливают масла в огонь», а стараются мирно разрешить спор, о чем нам и свидетельствует пассивный характер поведения большинства пар в конфликтах.

В ходе исследования, сравнивая показатели удовлетворенности браком и общий уровень конфликтности супружеских пар, было отмечено, что в тех парах, где отмечается пассивный характер поведения супругов в конфликтных ситуациях и наименьшее количество спорных вопросов, приводящих к конфликту – наблюдается высокий уровень удовлетворенности браком. И, наоборот, в семьях, где отмечается активный характер поведения супругов в конфликтных ситуациях и наибольшее количество спорных вопросов, расхождений, проблем – наблюдается низкий уровень удовлетворенности браком. Исходя из этого, можно сказать, что поведение супругов в конфликтных ситуациях влияет на уровень удовлетворенности браком.

Разработанная и реализованная программа коррекции поведения супругов в конфликте позволила снизить процент мужчин и женщин, конфликтующих по разным вопросам и повысить процент супругов, удовлетворенных браком.

Сравнительный анализ показал, что на уровень удовлетворенности браком оказывают влияние большое количество проблем, таких как: рассогласование норм поведения, проблемы отношений с родственниками и друзьями, расхождения в отношении к деньгам, проявление ревности,

проявление доминирования одним из супругов. Из чего можно сделать вывод, что научаясь находить решение спорных вопросов, приходя к компромиссам между супругами, можно понизить количество самих проблем, конфликтов, и тем самым повысить удовлетворенность супругов в браке.

На основе, полученных данных в ходе математико-статистического анализа с помощью t-критерия Стьюдента, формирующий эксперимент можно считать эффективным.

Подводя итоги можно сказать, что исследование показало связь поведения супругов в конфликтных ситуациях и их удовлетворенности браком, что подтвердило поставленную нами гипотезу. Было выявлено, что на степень удовлетворенности браком влияют проблемы отношений с родственниками и друзьями, рассогласование норм поведения, проявление доминирования одним из супругов, а также проявления ревности и расхождения в отношении к деньгам.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адушкина К.В. Семейное самосознание женщины. Екатеринбург: Урал.гос. пед. ун-т, 2013. – 194с.
2. Аксенова И.В. Социально-психологические условия развития профессионально-перцептивной культуры будущего практического психолога. // Научные ведомости Белгородского гос. ун-та – 2008. – №2. – Т.15. – С.148-155.
3. Алешина Ю. Е. Удовлетворенность браком и межличностное восприятие в супружеских парах с различным стажем совместной жизни: Дис. ...канд. психол. наук. - М., 1995. - 250 с.
4. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. Изд. 2-е. - М.: Независимая фирма «Класс», 2000. - 208 с.
5. Андреева Т.В. Психология семьи . – Спб.: Питер, 2013. – 336с.
6. Андреева Т. В. Семейная психология. - СПб.: Речь, 2015. -244 с.
7. Андреева Т. В., Кононова А. В. Распределение ролей в молодой семье // Ананьевские чтения-2002. Психология и политика. Тез.научн.-практ. конф. СПб.: СПбГУ, 2010. – 96 с.
8. Антонов А.И., Медков В.М. Социология семьи. - М.: Изд-во МГУ, 2015. - 304 с.
9. Артамонова Е. И., Екжанова Е. В., Зырянова Е. В. и др. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / Под ред. Е. Г. Силаева. - М.: Academia, 2009. - 192 с.
10. Бузина О. В., Новосельцева Е. Е. Удовлетворенность браком в «молодых» семьях // Ананьевские чтения-2002. Психология и политика. Тез. науч.-практ. конф. СПб.: СПбГУ, 2016. - 312 с.
11. Бэндлер Р., Гриндер Дж., Сатир В. Семейная терапия. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2007. - 160 с.
12. Варга А.Я. Введение в системную семейную психотерапию. - М.: Когито-центр, 2009, 181 с.

13. Варга А.Я. Системная психотерапия супружеских пар. – М.: Когито-центр, 2012. – 342с.
14. Вацлавик Пол, Бивин Джанет, Джексон Дон. Прагматика человеческих коммуникаций: Изучение паттернов, патологий и парадоксов взаимодействия. / Пер. с англ. А. Суворовой. - М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 320 с.
15. Вебер Г. Кризисы любви: Системная психотерапия Берта Хеллингера. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2017. - 304 с.
[Электронный ресурс]. URL <http://gigabaza.ru/doc/74925.html> (дата обращения: 11.09.2017г.)
16. Витакер К. Полуночные размышления семейного терапевта. - М., 2005., 208 с.
17. Витакер К., Бамберри В. Танцы с семьей: Семейная терапия: символический подход, основанный на личностном опыте / Перев. с англ. А.З. Шапиро. - М.: Класс, 2005. - 176 с.
18. Габдреев Р.В. Психологическая культура родителей и взаимопонимание между родителями и детьми как психологическая проблема. // Омский научный вестник – 2007. - №4(58) – С.124-126.
19. Гозман Л.Я. Процессы межличностного восприятия в семье. – В кн.: Межличностное восприятие в группе. / Под ред. Г.М. Андреевой, А.И. Донцова. - М.: Изд-во МГУ, 2006. - 489 с.
20. Голод С.И. Семья и брак. - СПб.: Петрополис, 20015. – 272с.
21. Грюнвальд Б.Б., Макаби Г.В. Консультирование семьи / Пер. с англ. - М.: Когито-Центр, 2004. - 416 с.
22. Гумницкая А.В. Психологическая культура в детско-родительских отношениях: дис. ... канд. психол. наук. - СПб.: Рос.гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена, 2011. - 194с.
23. Дружинин В. Н. - Психология семьи. - СПб.: Питер, 2008. - 176 с.
24. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Ось-89,

2007. - 352 с.

25.Елизаров А.Н. Психологическое консультирование семьи. – 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Изд-во «Ось-89», 2005. - 400 с.

26.Елизаров А.Н. Роль духовных ценностных ориентаций в процессе интеграции семьи // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. - 1997. - №3. - С. 59 - 67.

27.Зинкер Дж. В поисках хорошей формы: Гештальт-терапия с супружескими парами и семьями. - М.: Класс, 2012. - 320 с.

28.Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. - М.: Гардарики, 2005. - 320 с.

29.Козырская И.Н. Компоненты и функции психологической культуры.// Научный потенциал - 2017.-№2(11). - С. 64-67.

30.Крюкова Т. Л., Сапоровская М. В., Куфтяк Е. В. Психология семьи: жизненные трудности и совладение с ними. - СПб., Речь, 2005. - 240 с.

31.Лидерс А.Г. Психологическое обследование семьи. - М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 432 с.

32.Лысова А.В. Психология семьи. Часть 2. - Владивосток: Издательство Дальневосточного университета, 2003. - 224 с.

33.Маданес Клу. Стратегическая семейная терапия. - М.: Класс, 2001.- 267с.

34.Малкина-Пых И.Г. Семейная терапия. - М.: Изд-во Эксмо, 2006. – 992с.

35.Мацковский М.С. Социология семьи: Проблемы теории, методологии. - М.: Наука, 2000. - 116с.

36.Минухин С., Фишман Ч. Техники семейной терапии/Пер. с англ. А.Д. Иорданского. - М.: Класс, 20016. - 304 с.

37.Николс М., Шварц Р. Семейная терапия. Концепции и методы / Пер. с англ. О. Очкур, А.Шишко. - М.: Изд-во Эксмо, 2014. - 960 с.

38.Обозов Н.Н. Психологическая культура отношений: метод.пособие. – СПб.: Школа практической психологии, 1995. - 33 с.

- 39.Олифиревич Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов. - СПб.: Речь, 2006. - 360 с.
- 40.Пэпп П. Семейная терапия и ее парадоксы. - М.: Класс, 1998.- 98с.
- 41.Ричардсон Р. Сила семейных уз. Руководство по психотерапии в помощь семье. - СПб.: Акцидент, Ленато, 1994. – 123с.
- 42.Скиннер Р., Клииз Дж. Семья и как в ней уцелеть. - М.: Класс, 2003.- 432с.
- 43.Сатир В. Как строить себя и свою семью: Пер. с англ.: улучш. Изд. М.: Педагогика-Пресс, 1992. — 192 с.
- 44.Сатир В. Вы и ваша семья. Руководство по личностному росту. Пер. с англ. - М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 320 с.
- 45.Сатир В. Психотерапия семьи. - СПб.: Речь, 2006. - 288 с.
- 46.Сидоров В.А. Институт семьи в современных отечественных и зарубежных исследованиях. // Человеческий капитал – 2016. - №8(68). – С.29-31
- 47.Слепко Ю.Н., Ледовская Т.В. Обработка и интерпретация результатов психологического исследования. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2013.- 88 с.[Электронный ресурс].
URL: http://yspu.org/images/0/02/Учебное_пособие.pdf (дата обращения: 05.12.2017).
- 48.Смирнова Н.В. Модели взаимодействия супругов и их удовлетворенность браком: Дис. ...канд. психол. наук. - М., 2005. - 202 с.
- 49.Соломатина Е.М. Особенности проявления внутриличностного противоречия в супружеской паре// Журнал прикладной психологии. №6. М., 2006. - С. 57-66.
- 50.Старшенбаум Г.В. Сексуальная и семейная психотерапия. – М.: Высшая школа психологии, 2003. - 300 с.
- 51.Сысенко В.А. Устойчивость брака. Проблемы, факторы, условия. – М.: Финансы и статистика, 2011. - 198 с.
- 52.Тараданов А.А. Семейное благополучие в современной России:

Генезис и практика: дис. д-ра. соц. наук. - Екатеринбург, 2015. 302с.

53. Тюгашев Е.А. Семейное ведение. - Новосибирск: СибУПК, 2006. - 194 с.

54. Филиппова Ю.В. Психологические основы работы с семьей. – Ярославль: Институт «Открытое Общество». Российское Психологическое Общество, 2013. - 103 с.

55. Фримен Д. Техники семейной психотерапии. - СПб.: Питер, 2001. - 384с.

56. Хейли Д., Эриксон М. Стратегии семейной терапии / Перевод с англ. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2001. - 448 с.

57. Хеллингер Б. Порядки любви: Разрушение семейно-системных конфликтов и противоречий. - М.: Изд-во Института психотерапии, 2001. - 400 с.

58. Хуснуллина В.И., Чукмарова Л.Ф. Причины возникновения конфликтов в молодой семье. - Казань: Изд-во «Таглитмат», 2006. - С.184-186.

59. Целуйко В. М. Психология современной семьи. - М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2004. - 288с.

60. Черкасова В.Ю. Противоречия становления и реализации супружеских ориентаций в современный период: социологический анализ: Автореф. дис. ...канд. психол. наук. - Екатеринбург, 2006. - 19 с.

61. Черников А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики. - М.: Независимая фирма «Класс», 2001. - 208 с.

62. Чукмарова Л.Ф. Полоролевые ожидания супругов и стабильность брачно-семейного союза в молодом городе: Дис. ...канд. психол. наук. - Ярославль, 2015.

63. Чукмарова Л.Ф. Особенности семейных ценностей в полных и неполных семьях // Психологические проблемы семьи и личности в мегаполисе. - М.: ИПРАН, 2007. - С.167-170.

64. Шкрябко И.П. Психологическая помощь студентам в развитии представлений об эффективных стратегиях супружества: Дис. ...канд. психол. наук. - Ставрополь, 2006. - 212 с.

65. Шнейдер Л.Б. Семейная психология: учеб. пособие для студентов вузов. 2-е изд. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2006. – 768с.

66. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. - М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО, 2000. - 512 с.

67. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи. – Спб.: Питер, 2009. – 672с.

68. Эйдемиллер Э.Г. Семейный диагноз и семейная психотерапия. - Спб.: Речь, 2007. – 352с.

69. Эйдемиллер Э. Г., Добряков И. В., Никольская И. М. Семейная психотерапия. Учебное пособие для врачей и психологов. Изд. 2-е, испр. и доп. - Спб.: Речь, 2012. - 246 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Методики психологической диагностики:

1. «Тест-опросник удовлетворенности браком»

Тест-опросник удовлетворенности браком, разработанный Столиным В.В., Романовой Г.Л., Бутенко Г.П., предназначен для экспресс-диагностики степени удовлетворенности-неудовлетворенности браком, а также степени согласования-рассогласования удовлетворенности браком у той или иной социальной группы.

Опросник представляет собой одномерную шкалу, состоящую из 24 утверждений, относящихся к различным сферам: восприятия себя и партнера, мнения, оценки, установки и т.д. Каждому утверждению соответствуют три варианта ответа:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

Инструкция

«Внимательно читайте каждое утверждение и выбирайте один из трех предлагаемых вариантов ответов. Старайтесь избегать промежуточных ответов таких как, «трудно сказать», «затрудняюсь ответить» и т.д.

Стимульный материал:

1. Когда люди живут так близко, как это происходит в семейной жизни, они неизбежно теряют взаимопонимание и остроту восприятия другого человека:

- а) верно,
- б) не уверен,
- в) неверно.

2. Ваши супружеские отношения приносят Вам:

- а) скорее беспокойство и страдание,
- б) затрудняюсь ответить,
- в) скорее радость и удовлетворение.

3. Родственники и друзья оценивают Ваш брак:

- а) как удавшийся,
- б) нечто среднее,
- в) как неудавшийся.

4. Если бы Вы могли, то:

- а) Вы бы многое изменили в характере Вашего супруга (Вашей супруги),
- б) трудно сказать,
- в) Вы бы не стали ничего менять.

5. Одна из проблем современного брака в том, что все "приедается", в том числе и сексуальные отношения:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

6. Когда Вы сравниваете Вашу семейную жизнь с семейной жизнью Ваших друзей и знакомых, Вам кажется:

- а) что Вы несчастнее других,
- б) трудно сказать,
- в) что Вы счастливее других.

7. Жизнь без семьи, без близкого человека—слишком дорогая цена за полную самостоятельность:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

8. Вы считаете, что без Вас жизнь Вашего супруга (Вашей супруги) была бы неполноценной:

- а) да, считаю,
- б) трудно сказать,
- в) нет, не считаю.

9. Большинство людей в какой-то мере обманываются в своих ожиданиях относительно брака:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

10. Только множество различных обстоятельств мешает подумать Вам о разводе:

- а) верно,
- б) не могу сказать,
- в) неверно.

11. Если бы вернулось время, когда Вы вступали в брак, то Вашим мужем (женой) мог бы стать:

- а) кто угодно, только не теперешний супруг (супруга),
- б) трудно сказать,
- в) возможно, что именно теперешний супруг (супруга).

12. Вы гордитесь, что такой человек, как Ваш супруг (супруга), рядом с Вами:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

13. К сожалению, недостатки Вашего супруга (супруги) часто перевешивают его достоинства.

- а) верно,
- б) затрудняюсь сказать,

в) неверно.

14. Основные помехи для счастливой супружеской жизни кроются:

- а) скорее всего в характере Вашего супруга (супруги),
- б) трудно сказать,
- в) скорее, в Вас самих.

15. Чувства, с которыми Вы вступали в брак:

- а) усилились,
- б) трудно сказать,
- в) ослабли.

16. Брак притупляет творческие возможности человека:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

17. Можно сказать, что Ваш супруг (супруга) обладает такими достоинствами, которые компенсируют его недостатки:

- а) согласен,
- б) нечто среднее,
- в) не согласен.

18. К сожалению, в Вашем браке не все обстоит благополучно с эмоциональной поддержкой друг друга:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

19. Вам кажется, что Ваш супруг (супруга) часто делает глупости, говорит невпопад, неуместно шутит:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

20. Жизнь в семье, как Вам кажется, не зависит от Вашей воли:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

21. Ваши семейные отношения не внесли в жизнь того порядка и организованности, которых Вы ожидали:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

22. Не правы те, кто считает, что именно в семье человек меньше всего может рассчитывать на уважение:

- а) согласен,
- б) трудно сказать,
- в) не согласен.

23. Как правило, общество Вашего супруга (супруги) доставляет Вам удовольствие:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

24. По правде сказать, в Вашей супружеской жизни нет и не было ни одного светлого момента:

- а) верно,
- б) трудно сказать,
- в) неверно.

Ключи

1в, 2в, 3а, 4в, 5в, 6в, 7а, 8а, 9в, 10в, 11в, 12а, 13в, 14в, 15а, 16в, 17а, 18в, 19в, 20в, 21 в, 22а, 23а, 24в.

Порядок подсчета результатов:

Если выбранный испытуемыми вариант ответа (а, б или в) совпадает с приведенными в ключе, то начисляется 2 балла; если промежуточный (б) - то 1 балл; за ответ, не совпадающий с приведенными - 0 баллов. Далее подсчитывается суммарный балл по всем ответам. Возможный диапазон тестового балла - от 0 до 48 баллов. Высокий балл говорит об удовлетворенности браком.

Анализ

Нормы:

Различия между средними для разводящихся и благополучными достоверны по критерию Стьюдента ($t = 10,835$) на уровне значимости 0,01.

Доверительные интервалы с коэффициентом 0,95 для средних суммарных баллов равны:

- для разводящихся (20, 76; 23, 36),
- для "благополучных" (30, 92; 33, 34).

По критерию Фишера можно считать равными дисперсии обеих выборок с уровнем значимости 0,05.

Для практического использования норм теста ОУБ удобно взять целочисленные значения средних и дисперсий из них доверительных интервалов. Будем считать, что x (благополучных) = 32, а x (разводящихся) = 22, при этом их средние квадратичные равны 8. Тогда, учитывая нормальность полученных распределений, можно построить удобную таблицу для проведения экспресс-диагностики испытуемого по его суммарному баллу. Вся ось суммарных баллов теста разбивается на 7 категорий:

- 0-16 баллов — полная неудовлетворенность;
- 17-22 балла — значительная неудовлетворенность;
- 23-26 баллов — скорее неудовлетворенность, чем удовлетворенность.

27-28 баллов — частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность.

29-32 балла — скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность.

33-38 баллов — значительная удовлетворенность.

39-48 баллов — практически полная удовлетворенность.

Бланк ответов к тест-опроснику удовлетворенности браком

Ф.И. _____ № пары _____

Пол _____

Варианты ответа:

а) верно,

б) трудно сказать,

в) неверно.

№	Вариант ответа	№	Вариант ответа	№	Вариант ответа
1.		9.		17.	
2.		10.		18.	
3.		11.		19.	
4.		12.		20.	
5.		13.		21.	
6.		14.		22.	
7.		15.		23.	
8.		16.		24.	

2. Опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях»

Опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях» Алесиной Ю.Е., Гозман Л. Я. позволяет выявить наиболее конфликтогенные сферы супружеских отношений, степень согласия (или несогласия) в конфликтных ситуациях, уровень конфликтности в паре.

Методика представляет собой бланковый тест-опросник, содержащий описание 32 ситуаций супружеского взаимодействия, которые носят конфликтный характер.

В качестве ответа респондентам (испытуемым) предлагается шкала возможных реакций на определенную ситуацию, в которую заложены два признака: активность или пассивность реакции и согласие или несогласие с партнером (стороной в конфликте). Левый полюс шкалы – активное выражение несогласия, несогласное нейтральное отношение, пассивное выражение согласия и, наконец, правый полюс – активное выражение согласия. Делениям шкалы ответов приписываются значения в баллах соответственно от «-2» до «+2».

Шкала имеет следующий вид:

- категорически не согласен(а) с тем, что жена (муж) делает и говорит в данной ситуации, активно возражаю ей (ему) и настаиваю на своем – (-2);
- не согласен(а) с тем, что жена (муж) делает и говорит в данной ситуации, демонстрирую свое недовольство, но избегаю открытого обсуждения – (-1);
- ничего не предпринимаю, не высказываю своего отношения, жду дальнейшего развития событий – (0);
- в целом согласен(а) с тем, что жена (муж) делает и говорит, но не считаю необходимым открыто выражать свое отношение – (1);
- полностью согласен(а) с тем, что жена (муж) делает и говорит в данной ситуации, активно поддерживаю его и одобряю – (2).

Процедура проведения

Стимульный материал разработан отдельно для мужчин и для женщин. Обследование проходит каждый из супругов отдельно.

Инструкция: «В отношениях между супругами довольно часто бывают недоразумения, противоречия, столкновения интересов. Ниже приводятся достаточно типичные ситуации; такие (или почти такие же) возникают в каждой семье. Бывали они, наверное, и у вас. Пожалуйста, выберите тот вариант из предлагаемых ответов, который в наибольшей степени близок к тому, как вы себя ведете в подобных ситуациях. Не стоит

слишком долго задумываться над выбором ответа, т.к. в данном случае не может быть ответов «правильных» и «неправильных». Отметьте на ответном листе номер того варианта, который показался вам наиболее подходящим, и переходите к следующей ситуации. Все ответы будут сохранены в тайне».

Обработка результатов

Изучение конфликтов в супружеских парах позволило авторам методики выделить 8 сфер, в которых чаще всего происходят столкновения:

1. Проблемы отношений с родственниками и друзьями.
2. Вопросы, связанные с воспитанием детей.
3. Проявление стремления к автономии.
4. Нарушение ролевых ожиданий.
5. Рассогласование норм поведения.
6. Проявление доминирования одним из супругов.
7. Проявление ревности.
8. Расхождения в отношении к деньгам.

Все ситуации по данным основаниям группируются в восемь блоков следующим образом:

Номера блока	Номера состояний
1	1, 5, 8, 20
2	4, 11, 16, 23
3	6, 18, 21, 22
4	2, 12, 27, 29
5	3, 26, 28, 30
6	9, 25, 31, 32
7	13, 14, 17, 24
8	7, 10, 15, 19

Кроме того, ситуации могут быть разделены на две группы по основаниям «виновного в конфликте». Слово «вина» берется в кавычки, так как речь идет не о реальной виновности (которую часто вообще трудно выявить), а о поводе к ссоре.

В ситуациях №: 4, 5, 9, 10, 11, 13, 14, 17, 18, 19, 22, 23, 26, 27, 31 в большей степени в возникновении конфликта «виноват» респондент, а в ситуациях №: 1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 15, 16, 20, 21, 24, 25, 28, 29, 32 такой повод дал супруг (супруга).

Результаты исследований получают путем расчета общего индекса (среднее арифметическое по каждому блоку).

Интерпретация результатов:

Значения индексов меняются от -2 до 2 .

- Отрицательное значение индекса говорит о негативной реакции респондента в конфликтных ситуациях;
- Положительные – о позитивных реакциях.
- Значения, близкие к 1 (или к -1) подчеркивают пассивный характер поведения при семейных недоразумениях;
- Значения, близкие к 2 (или к -2) об активной позиции в данной ситуации.
- Полученные результаты дают возможность говорить и об общем уровне конфликтности в паре. Чем ближе значения общего индекса к -2 , тем более конфликтный характер носит взаимодействие супругов.

Кроме того, ситуации могут быть разделены на две группы по основаниям «виновного в конфликте». Слово «вина» мы берем в кавычки, так как речь идет не о реальной виновности (которую 1 часто вообще трудно выявить), а о поводе к ссоре. В ситуациях № 4, 5, 9, 10, 11, 13, 14, 17, 18, 19, 22, 23, 26, 27, 31 в большей степени в возникновении конфликта «виноват» респондент, а в ситуациях № 1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 15, 16, 20, 21, 24, 25, 28, 29, 32 такой повод дал супруг (супруга).

Результаты исследований получают путем расчета общего индекса (среднее арифметическое по каждому блоку).

Значения индексов меняются от -2 до 2. Отрицательное значение индекса говорит о негативной реакции респондента в конфликтных ситуациях, положительные – о позитивных реакциях. Значения, близкие к 1 (или к -1) подчеркивают пассивный характер поведения при семейных недоразумениях, а близкие к 2 (или к -2) об активной позиции в данной ситуации.

Полученные результаты дают возможность говорить и об общем уровне конфликтности в паре. Чем ближе значения общего индекса к -2 , тем более конфликтный характер носит взаимодействие супругов.

Итак, результаты методики дают возможность охарактеризовать обследуемую пару по ряду параметров: наиболее конфликтогенные сферы супружеских отношений, степень согласия (или несогласия) в ситуациях конфликта, уровень конфликтности в паре. Эти характеристики могут быть полезны как в исследованиях разных сторон супружеских взаимоотношений, так и при диагностике с целью дальнейшей коррекции.

Стимульный материал (мужской вариант)

1. Вы пригласили своих родственников в гости. Жена, зная об этом, неожиданно поздно вернулась домой. Вас это огорчило и после ухода гостей. Вы высказываете жене свое огорчение, а она не может понять причины недовольства. Вы...
2. Жена давно обещала сделать кое-что по дому и опять ничего не сделала. Вы...
3. Вы долго стояли в очереди в магазине. Продавщица все время отвлекалась, грубила покупателям. Когда подошла Ваша очередь, жена, на Ваш взгляд, слишком резко стала говорить с ней. Вы неприятно удивлены ее тоном; Вы...
4. Уже поздно, ребенку пора ложиться спать, но ему не хочется, а жена все-таки пытается отправить его в постель. Вы вмешиваетесь и разрешаете ребенку поиграть еще, говоря, что завтра выходной. Жена настаивает на своем. Вы...
5. Вы договорились выходной провести дома. Но неожиданно Вам позвонили родители и позвали к себе. Вы сразу же стали собираться. Жена осталась недовольна тем, что нарушились Ваши совместные планы. Вы...
6. У жены плохое настроение. Вы догадываетесь, что у нее неприятности на работе, хотя она ничего не говорит. Вы пытаетесь вызвать ее на разговор, но она уходит от беседы. Вы...
7. Вы с женой приглашены на день рождения друга, денег на подарок недостаточно. Вам кажется, что именно жена в этом месяце потратила слишком много денег. Вы...
8. Ваш друг делится с Вами и Вашей женой своими проблемами и переживаниями. Одно из замечаний Вашей жены, на Ваш взгляд, выпадает из общего тона разговора и обидно для собеседника. Вы...
9. Вам обоим нужно задержаться на работе, и некому побыть с ребенком. Вы считаете, что Ваши дела важнее, и жена должна сделать это, но она не соглашается. Вы...
10. Вы начали ремонт квартиры. Неожиданно оказалось, что эта затея обойдется дороже, чем Вы предполагали. Жена с самого начала скептически относилась к Вашим планам, а теперь очень сердита на Вас за непредвиденные расходы. Вы ...
11. У Вас есть любимое занятие, жена советует приобщить к этому ребенка. Вы же считаете, что ребенок будет Вам мешать, а жена продолжает настаивать на своем. Вы...
12. Вы собираетесь уйти из дома по делам, а жена хочет с Вами поговорить и недовольна, что Вы отказываетесь задержаться хотя бы на несколько минут. Вы...
13. С юности у Вас осталось множество друзей-женщин. Вы с удовольствием общаетесь с ними, они заходят к Вам в гости. У жены эти визиты вызывают недовольство. Вы...

14. Вы зашли к жене на работу. Ее не оказалось на месте, и, пока Вы ее ждали, Вам явно удалось завоевать симпатии ее коллег-женщин. Вас удивила негативная реакция жены. Вы...
15. Вам кажется, что жена периодически не на то тратит деньги, вот она купила ненужную, на Ваш взгляд, вещь, но жена считает, что она необходима в доме. Вы...
16. Вы просите жену помочь ребенку подготовить уроки, потому что сами хуже знакомы с этим предметом, а она продолжает заниматься своим делом и отправляет ребенка к Вам, говоря, что ей некогда. Вы...
17. В последнее время на работе Вы много общаетесь с одной из Ваших сотрудниц. Вы часто звоните друг другу, упоминаете о ней в разговорах с женой. Ей это явно неприятно. Вы...
18. Вы случайно встретились со своим старым приятелем, разговорились с ним, и он уговорил Вас зайти к нему домой. Вы пробыли с ним весь вечер и поздно вернулись домой. Жена беспокоилась и, когда Вы вернулись, высказала Вам свое недовольство. Вы...
19. За несколько дней до зарплаты опять возник разговор о том, что денег не хватает. Жена считает, что Вы недостаточно делаете для обеспечения семьи. Вы...
20. Вы провели вечер с новыми друзьями, которые нравятся жене, но Вам не очень симпатичны. На Ваш взгляд, с ними было скучновато, но Вы пытались этого не показывать. По дороге домой жена неожиданно высказала свое недовольство тем, как Вы вели себя с ее друзьями. Вы...
21. Ваша жена собирается к своим старым друзьям в гости. Вам хотелось бы пойти с ней, но она не предлагает этого. Вы ...
22. У Вас есть любимое увлечение, которому Вы уделяете свободное время, жена не разделяет этого интереса, даже выражает открытое недовольство. Вы...
23. Жена наказала ребенка, но Вам кажется, что проступок не столь серьезен, и Вы начинаете играть с ребенком. Жена недовольна этим. Вы ...
24. В гостях Вас познакомили с интересным мужчиной. Ваша жена в течение всего вечера сидела рядом с ним, танцевала только с ним и о чем-то оживленно беседовала. Вас это задело. Вы ...
25. Вы собираетесь провести воскресенье дома, но оказывается, что жена обещала друзьям навестить их. Вам очень не хочется идти. Вы...
26. Вы рассказали другу о Ваших семейных проблемах, жена узнала об этом и была очень недовольна, так как считает, что не стоит рассказывать всем и каждому о подобных вещах. Вы...
27. Жена давно просила Вас починить утюг. Сегодня она хотела им воспользоваться, но он оказался непочиненным. Она высказала Вам свое недовольство, несмотря на то, что знает, что Вам было некогда. Вы...

28. Знакомая Вашей семьи уже не в первый раз подвела Вас, и Вы считаете, что ей необходимо высказать свое недовольство открыто. Жена говорит, что не стоит придавать этому большого значения. Вы...
29. У Вас плохое настроение, и Вам хочется поговорить с женой и поделиться своими переживаниями и сомнениями с ней, но она не замечает Вашего состояния и отвечает, что поговорить можно позже, а сейчас ей некогда. Вы...
30. Приятельница жены позвонила и попросила Вас передать жене кое-что, как только та вернется домой. У Вас было много дел, и Вы вспомнили об этом только поздно вечером. Жена была очень недовольна и резко сказала, что Ваша необязательность ставит ее в неловкое положение уже не в первый раз. Вы...
31. Вечером Вы собираетесь вместе с женой смотреть телевизор, однако Ваши интересы пересекаются – Вам хочется смотреть передачи по разным программам. Каждый из Вас настаивает на своем. Вы...
32. Вы обсуждаете планы совместного отдыха с друзьями, и жена неожиданно начинает резко выступать против любого Вашего предложения. Вы...

Стимульный материал (женский вариант)

1. Вы пригласили своих родственников в гости. Муж, зная об этом, неожиданно поздно вернулся домой. Вас это огорчило, и после ухода гостей Вы высказываете мужу свое огорчение, а он не может понять причины недовольства. Вы...
2. Муж уже много раз обещал сделать Вам кое-что по дому, но по-прежнему им ничего не сделано. Вы...
3. Вы долго стояли в очереди в магазине. Продавщица все время отвлекалась, грубила покупателям. Когда подошла Ваша очередь, муж, на Ваш взгляд, слишком резко начал говорить с ней. Вы неприятно удивлены его тоном. Вы...
4. Уже поздно, ребенку пора ложиться спать, но ему не хочется, а муж все-таки пытается отправить его в кровать. Вы вмешиваетесь и разрешаете ребенку еще немного поиграть, говоря, что завтра выходной. Муж настаивает. Вы...
5. Вы договорились выходной провести вместе дома. Но неожиданно Вам позвонили родители и позвали к себе. Вы сразу же начали собираться. Муж недоволен, что нарушились Ваши совместные планы. Вы...
6. У мужа плохое настроение. Вы догадываетесь, что у него неприятности на работе, хотя он ничего не говорит. Вы пытаетесь вызвать его на беседу, но он уходит от разговора. Вы...
7. Вы с мужем приглашены на день рождения друга, денег на подарок недостаточно. Вам кажется, что именно муж в этом месяце потратил их слишком много. Вы...

8. Ваша подруга делится с Вами и Вашим мужем своими проблемами и переживаниями. Одно из замечаний мужа, на Ваш взгляд, выпадает из общего тона разговора и обидно для собеседницы. Вы ...
9. Вам обоим нужно задержаться на работе, и некому побыть с ребенком. Вы считаете, что Ваши дела важнее, и это должен сделать муж, но он не соглашается. Вы...
10. Вы начали ремонт квартиры. Неожиданно оказалось, что эта затея обойдется дороже, чем Вы предполагали. Муж с самого начала скептически относился к Вашим планам, а теперь еще сердит на Вас за непредвиденные расходы. Вы...
11. У Вас есть любимое занятие. Муж советует приобщить к этому делу ребенка. Вы считаете, что ребенок будет Вам мешать, а муж продолжает настаивать. Вы...
12. Вы собираетесь уйти из дома по делам, а муж хочет с Вами поговорить и недоволен, что Вы отказываетесь задержаться на несколько минут. Вы ...
13. С юности у Вас осталось много друзей-мужчин. Вы с удовольствием общаетесь с ними, они заходят к Вам в гости. У мужа все эти визиты вызывают недовольство. Вы...
14. Вы зашли к мужу на работу. Его не оказалось на месте, и, пока Вы его ждали. Вам явно удалось завоевать симпатии его коллег-мужчин. Вас удивила негативная реакция мужа. Вы...
15. Вам кажется, что муж не на то тратит деньги. Вот он опять купил ненужную, на Ваш взгляд, вещь, но муж считает, что она необходима в доме. Вы...
16. Вы просите мужа помочь ребенку приготовить уроки, потому что сами хуже знакомы с этим предметом, а муж продолжает заниматься своими делами, отправляет ребенка к Вам, говоря, что ему некогда. Вы...
17. В последнее время на работе Вы много общаетесь с одним из Ваших коллег. Вы часто звоните друг другу, упоминаете о нем в разговорах с мужем. Мужу это не нравится. Вы...
18. Вы случайно встретили старую подругу, разговорились с ней, и она уговорила Вас зайти к ней домой. Вы пробыли с ней весь вечер и поздно вернулись домой. Муж беспокоился и, когда Вы вернулись домой, высказал Вам свое недовольство. Вы ...
19. За несколько дней до зарплаты опять возник разговор о том, что денег не хватает. Муж считает, что Вы недостаточно делаете для обеспечения семьи. Вы...
20. Вы провели вечер с новыми друзьями, которые нравятся мужу, но Вам не очень симпатичны. На Ваш взгляд, с ними было скучновато, но Вы пытались это не показать, а по дороге домой муж, неожиданно высказал свое недовольство тем, как Вы вели себя с его друзьями. Вы...
21. Ваш муж собирается к своим старым друзьям в гости. Вам хотелось бы пойти с ним, но он не предлагает этого. Вы...

22. У вас есть любимое увлечение, которому Вы уделяете свободное время. Муж не разделяет этого интереса и даже выражает открытое недовольство. Вы...
23. Муж наказал ребенка, по Вам кажется, что проступок не столь серьезен, и Вы начинаете играть с ребенком. Муж недоволен этим. Вы ...
24. В гостях у друзей Вас познакомили с привлекательной женщиной. Ваш муж в течение всего вечера сидел рядом с ней, танцевал и о чем-то оживленно беседовал. Вас это задело. Вы...
25. Вы собирались провести воскресенье дома, но оказалось, что муж обещал друзьям навестить их. Вам очень не хочется идти. Вы...
26. Вы рассказали подруге о своих семейных проблемах. Муж узнал об этом и был очень недоволен, так как считает, что не стоит рассказывать всем и каждому о подобных вещах. Вы...
27. Муж давно просил зашить ему брюки. Сегодня он хотел бы их надеть, но они остались незашитыми. Он высказывает свое недовольство, несмотря на то, что знает, что Вам было некогда. Вы...
28. Знакомый Вашей семьи уже не в первый раз подвел Вас, и Вы считаете, что необходимо высказать свое недовольство. Муж говорит, что не стоит придавать этому большого значения. Вы...
29. У Вас плохое настроение, и Вам хочется поделиться с мужем своими переживаниями, сомнениями. Вы пытаетесь заговорить с ним, но он не замечает Вашего состояния и отвечает, что поговорить можно позже, а сейчас ему некогда. Вы...
30. Приятель мужа позвонил и попросил Вас передать кое-что мужу, как только тот вернется домой. У Вас было много дел, и Вы вспомнили об этом только поздно вечером. Муж был очень недоволен и резко сказал, что Ваша необязательность уже не в первый раз ставит его в неловкое положение. Вы...
31. Вечером Вы собираетесь вместе с мужем посмотреть телевизор, однако Ваши интересы пересекаются – Вам хочется смотреть передачи по разным программам. Каждый из Вас настаивает на своем. Вы...
32. Вы обсуждаете с друзьями планы совместного отдыха. Муж неожиданно начинает резко выступать против Вашего предложения. Вы...

**Бланк ответов к методике
«Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях»**

Ф.И. _____ **№ пары** _____

Пол _____

Шкала ответов:

-2: категорически не согласна (не согласен) с тем, что он (она) делает и говорит в данной ситуации; активно выражаю несогласие и настаиваю на своем.

-1: не согласна (не согласен) с тем, что он (она) делает и говорит в данной ситуации, демонстрирую свое недовольство, но избегаю обсуждения.

0: ничего не предпринимаю, не высказываю свое отношение, жду дальнейшего развития событий.

1: в целом согласен(а) с тем, что говорит он (она), но не считаю необходимым выражать свое отношение.

2: полностью согласен(а) с тем, что он (она) делает и говорит в данной ситуации, активно поддерживаю его (ее) и одобряю.

№	Балл	№	Балл	№	Балл	№	Балл
1.		9.		17.		25.	
2.		10.		18.		26.	
3.		11.		19.		27.	
4.		12.		20.		28.	
5.		13.		21.		29.	
6.		14.		22.		30.	
7.		15.		23.		31.	
8.		16.		24.		32.	

Приложение 2

Сводные таблицы оценок взаимоотношений супругов (на констатирующем этапе)
Показатели удовлетворенности браком (тест-опросников: Столина В.В., Романовой Т.Л., Бутенко Г.П.)

Испытуемые	Номер вопроса																								Сумма баллов	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1.	1	0	2	1	1	1	2	2	1	0	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	28	
2.	2	2	0	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	33	
3.	2	2	2	1	2	2	2	0	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	0	2	1	33	
4.	0	0	1	1	1	2	0	0	2	2	1	2	1	2	2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	24	
5.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	31	
6.	2	2	2	2	0	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30	
7.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	22	
8.	2	2	1	1	1	1	0	1	1	0	0	2	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	0	1	21	
9.	1	2	1	1	1	0	2	2	0	0	0	1	1	0	2	1	1	1	1	0	1	1	1	1	22	
10.	1	0	2	1	1	1	2	2	1	0	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	28	
11.	2	2	0	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	33	
12.	0	0	1	1	1	2	0	0	2	2	1	2	1	2	2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	24	
13.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	31	
14.	2	2	2	1	2	2	2	0	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	0	2	1	33	
15.	0	0	1	1	1	2	0	0	2	2	1	2	1	2	2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	24	
16.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	2	1	1	26	
17.	1	1	1	1	0	2	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	22	
18.	2	0	1	2	2	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	21	
19.	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	0	0	0	1	1	2	2	1	2	1	2	0	1	2	28	
20.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	25	
21.	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	35	
22.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	39	
23.	2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	24	
24.	0	1	1	1	0	2	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	17	
25.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	0	1	1	25	
26.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	2	1	0	0	17

59.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	22
60.	2	2	1	1	1	1	0	1	1	0	0	2	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	0	1	21
61.	1	2	1	1	1	0	2	2	0	0	0	1	1	0	2	1	1	1	1	0	1	1	1	1	22
62.	1	0	2	1	1	1	2	2	1	0	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	28
63.	2	2	0	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	33
64.	0	0	1	1	1	2	0	0	2	2	1	2	1	2	2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	24
65.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	31
66.	2	2	2	1	2	2	2	0	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	0	2	1	33
67.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	0	1	1	1	2	1	0	1	27
68.	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	0	1	0	0	1	1	1	2	1	0	0	0	2	1	24
69.	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	28
70.	0	0	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	25
71.	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	39
72.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	26
73.	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	26
74.	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	0	2	1	2	1	2	2	33
75.	0	0	2	1	2	1	2	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
76.	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	18
77.	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	31
78.	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	14
79.	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	26
80.	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	0	1	1	1	2	0	0	0	1	1	24
81.	1	1	2	1	2	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	2	1	1	1	0	1	0	0	21
82.	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	0	0	1	2	2	27
83.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
84.	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	0	1	0	0	1	1	1	2	1	0	0	0	2	1	24
85.	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	28
86.	0	0	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	25
87.	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	0	1	0	0	1	1	1	2	1	0	0	0	2	1	24
88.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	0	0	1	1	1	1	1	2	1	28
89.	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	0	0	22
90.	1	2	2	1	1	1	2	2	1	0	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	30

91.	2	1	2	1	2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	0	0	0	1	23	
92.	0	0	1	2	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	2	1	1	19	
93.	1	1	1	1	1	1	0	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	0	0	2	24	
94.	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	0	0	0	1	1	1	1	1	1	26	
95.	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	26	
96.	1	1	1	2	2	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	23	
97.	1	1	1	0	0	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	21	
98.	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	25	
99.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	2	2	24	
100.	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	31	
101.	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	31	
102.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	2	1	1	26	
103.	1	1	1	1	0	2	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	22	
104.	2	0	1	2	2	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	21	
105.	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	0	0	0	1	1	2	2	1	2	1	2	0	1	2	28	
106.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	25	
107.	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	35	
108.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	39	
109.	2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	24	
110.	0	1	1	1	0	2	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	17	
111.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	1	1	2	25	
112.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	2	1	0	0	17	
113.	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	14	
114.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	31	
115.	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	28	
116.	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	39	
117.	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	
118.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	2	1	1	26	
119.	1	1	1	1	0	2	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	22	
120.	2	0	1	2	2	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	21	
121.	0	1	1	1	0	2	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	17	
122.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	1	1	2	25

123.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	2	1	0	0	17	
124.	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	14	
125.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	31
126.	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	28	
127.	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	39	
128.	0	1	1	1	0	2	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	17	
129.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	0	1	1	2	25
130.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	2	1	0	0	17	
131.	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	14	
132.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	31
133.	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	28	
134.	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	39	
135.	0	1	1	1	0	2	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	17	
136.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	0	1	1	2	25
137.	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	30
138.	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	2	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	15
139.	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	27	
140.	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	33

**Показатели взаимоотношений супругов в конфликтных ситуациях
(методика «Взаимодействие супругов в конфликтной ситуации») (на констатирующем этапе)**

№ п/п	Пол	Шкалы								
		Проблемы отношений с родственниками и друзьями	Вопросы, связанные с воспитанием детей	Проявление стремления к автономии	Нарушение ролевых ожиданий	Расхождение норм поведения	Проявление доминирования одним из супругов	Проявление ревности	Расхождение в отношении к деньгам	Общий индекс конфликтности
1.	м	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-0,50	-0,75	-0,25	0,25	-0,31
2.	ж	0,00	0,00	-0,25	-0,25	0,50	0,00	-0,75	-1,00	-0,22
3.	м	-0,25	0,00	-0,25	-1,00	-0,75	-1,00	0,75	-0,75	-0,41
4.	ж	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
5.	м	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
6.	ж	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,25
7.	м	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,88
8.	ж	-0,75	0,00	-0,25	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-1,00	-0,41
9.	м	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
10.	ж	-0,25	0,25	-0,75	0,00	-1,25	-0,50	-0,50	-1,00	-0,50
11.	м	0,50	-2,00	-1,00	-0,50	0,50	0,00	0,25	-1,00	-0,53
12.	ж	-1,75	-1,75	0,25	-1,50	0,25	-0,75	-0,25	0,00	-0,69
13.	м	0,00	0,50	0,50	0,25	0,75	0,50	0,75	0,25	-0,31
14.	ж	0,50	0,50	-0,25	-1,00	0,25	0,50	1,00	-0,25	-0,03
15.	м	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-0,25	1,00	0,00	-0,03
16.	ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
17.	м	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	-0,31
18.	ж	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
19.	м	0,50	-0,50	0,50	-1,00	0,75	-0,75	0,50	1,00	0,13
20.	ж	-0,75	0,00	-0,25	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-1,00	-0,41

21.	М	0,25	1,25	1,50	1,25	1,50	0,50	0,25	0,75	0,91
22.	Ж	0,25	1,25	1,50	1,25	1,50	0,50	0,25	0,75	0,91
23.	М	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,88
24.	Ж	-0,25	0,50	1,00	0,75	0,50	1,25	1,00	1,00	0,72
25.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,63
26.	Ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
27.	М	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
28.	Ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
29.	М	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
30.	Ж	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
31.	М	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
32.	Ж	0,50	-0,50	0,50	-1,00	0,75	-0,75	0,50	1,00	0,13
33.	М	0,25	-0,25	0,75	-0,75	0,00	-0,50	0,50	0,50	0,00
34.	Ж	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
35.	М	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,88
36.	Ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
37.	М	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
38.	Ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
39.	М	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
40.	Ж	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
41.	М	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
42.	Ж	0,25	1,25	1,50	1,25	1,50	0,50	0,25	0,75	0,91
43.	М	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,88
44.	Ж	-0,25	0,50	1,00	0,75	0,50	1,25	1,00	1,00	0,72
45.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,63
46.	Ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
47.	М	0,00	0,50	0,50	0,25	0,75	0,50	0,75	0,25	-0,31
48.	Ж	0,50	0,50	-0,25	-1,00	0,25	0,50	1,00	-0,25	-0,03
49.	М	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-0,25	1,00	0,00	-0,03
50.	Ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
51.	М	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	-0,31

52.	ж	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-0,50	-0,75	-0,25	0,25	-0,31
53.	м	0,00	0,00	-0,25	-0,25	0,50	0,00	-0,75	-1,00	-0,22
54.	ж	-0,25	0,00	-0,25	-1,00	-0,75	-1,00	0,75	-0,75	-0,41
55.	м	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
56.	ж	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
57.	м	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,25
58.	ж	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,84
59.	м	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-0,50	-0,75	-0,25	0,25	-0,31
60.	ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
61.	м	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
62.	ж	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,75	-0,75	-0,25	-1,19
63.	м	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
64.	ж	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	-0,34
65.	м	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,55	-0,95	-0,25	-1,22
66.	ж	0,50	-2,00	-1,00	-0,50	0,50	0,00	0,25	-1,00	-0,38
67.	м	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-1,25	1,00	0,00	-0,09
68.	ж	-0,25	1	-0,5	0,25	0,5	0	0,5	0,5	0,25
69.	м	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,22
70.	ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
71.	м	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
72.	ж	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
73.	м	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,25
74.	ж	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,84
75.	м	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-0,50	-0,75	-0,25	0,25	-0,31
76.	ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
77.	м	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
78.	ж	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,75	-0,75	-0,25	-1,19
79.	м	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
80.	ж	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	-0,34
81.	м	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,55	-0,95	-0,25	-1,22
82.	ж	0,50	-2,00	-1,00	-0,50	0,50	0,00	0,25	-1,00	-0,38

83.	М	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
84.	Ж	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
85.	М	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
86.	Ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
87.	М	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
88.	Ж	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
89.	М	0,50	-0,50	0,50	-1,00	0,75	-0,75	0,50	1,00	0,13
90.	Ж	0,25	-0,25	0,75	-0,75	0,00	-0,50	0,50	0,50	0,00
91.	М	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
92.	Ж	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,88
93.	М	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
94.	Ж	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
95.	М	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
96.	Ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
97.	М	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
98.	Ж	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
99.	М	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,25
100.	Ж	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,88
101.	М	-0,75	0,00	-0,25	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-1,00	-0,41
102.	Ж	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
103.	М	-0,25	0,25	-0,75	0,00	-1,25	-0,50	-0,50	-1,00	-0,50
104.	Ж	0,50	-2,00	-1,00	-0,50	0,50	0,00	0,25	-1,00	-0,53
105.	М	-1,75	-1,75	0,25	-1,50	0,25	-0,75	-0,25	0,00	-0,69
106.	Ж	0,00	0,50	0,50	0,25	0,75	0,50	0,75	0,25	-0,31
107.	М	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-0,25	1,00	0,00	-0,03
108.	Ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
109.	М	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	-0,31
110.	Ж	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
111.	М	0,50	-0,50	0,50	-1,00	0,75	-0,75	0,50	1,00	0,13
112.	Ж	-0,75	0,00	-0,25	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-1,00	-0,41
113.	М	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31

114.	Ж	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
115.	М	0,25	1,25	1,50	1,25	1,50	0,50	0,25	0,75	0,91
116.	Ж	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,88
117.	М	-0,25	0,50	1,00	0,75	0,50	1,25	1,00	1,00	0,72
118.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,63
119.	М	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
120.	Ж	0,00	0,50	0,50	0,25	0,75	0,50	0,75	0,25	-0,31
121.	М	0,50	0,50	-0,25	-1,00	0,25	0,50	1,00	-0,25	-0,03
122.	Ж	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-0,25	1,00	0,00	-0,03
123.	М	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
124.	Ж	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	-0,31
125.	М	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-0,50	-0,75	-0,25	0,25	-0,31
126.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
127.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
128.	Ж	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,75	-0,75	-0,25	-1,19
129.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
130.	Ж	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	-0,34
131.	М	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,55	-0,95	-0,25	-1,22
132.	Ж	0,50	-2,00	-1,00	-0,50	0,50	0,00	0,25	-1,00	-0,38
133.	М	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-1,25	1,00	0,00	-0,09
134.	Ж	-0,25	1	-0,5	0,25	0,5	0	0,5	0,5	0,25
135.	М	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,22
136.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
137.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
138.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
139.	М	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,75	-0,75	-0,25	-1,19
140.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59

60.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	28
61.	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28
62.	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	30
63.	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	34
64.	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30
65.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	32
66.	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	35
67.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	29
68.	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	30
69.	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	28
70.	0	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	27
71.	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	39
72.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28
73.	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30
74.	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	34
75.	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28
76.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
77.	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	31
78.	1	1	1	0	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
79.	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	28
80.	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	28
81.	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	27
82.	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	29
83.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
84.	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	30
85.	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	28
86.	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	28
87.	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	30
88.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	30
89.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	26
90.	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	31
91.	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	28

92.	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	26
93.	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	30
94.	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	31
95.	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28
96.	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
97.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
98.	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	26
99.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	26
100.	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	35
101.	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	32
102.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	27
103.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	26
104.	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
105.	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	32
106.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
107.	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	35
108.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	39
109.	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
110.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
111.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	28
112.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	25
113.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
114.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	31
115.	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	29
116.	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	39
117.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
118.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	27
119.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	26
120.	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
121.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	26
122.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	28
123.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	25

124.	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
125.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	31
126.	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	29
127.	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	39
128.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	0	27
129.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	28
130.	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	28
131.	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
132.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	31
133.	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	29
134.	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	0	2	2	2	37
135.	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
136.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	29
137.	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	30
138.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	2	0	1	1	24
139.	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	27	
140.	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	33

**Показатели взаимоотношений супругов в конфликтных ситуациях
(методика «Взаимодействие супругов в конфликтной ситуации») (на контрольном этапе)**

№ п/ п	Пол	Шкалы								
		Проблемы отношений с родственниками и друзьями	Вопросы, связанные с воспитанием детей	Проявление стремления к автономии	Нарушение ролевых ожиданий	Расхождение норм поведения	Проявление доминирования одним из супругов	Проявление ревности	Расхождение в отношении к деньгам	Общий индекс конфликтности
1.	м	-0,75	0,50	-0,50	0,50	-0,50	0,75	0,25	0,25	0,33
2.	ж	0,00	0,00	-0,25	-0,25	0,50	0,00	0,75	0,00	0,06
3.	м	-0,25	0,00	-0,25	-1,00	-0,75	1,00	0,75	-0,75	0,00
4.	ж	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
5.	м	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
6.	ж	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,25
7.	м	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	1,50	0,88
8.	ж	-0,75	0,00	-0,25	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-1,00	0,75
9.	м	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
10.	ж	-0,25 -	0,25	-0,75	0,00	-1,25	-0,50	-0,50	-1,00	-0,03
11.	м	0,50	-2,00	-1,00	-0,50	0,50	0,00	0,25	-1,00	0,03
12.	ж	-1,75	-1,75	0,25	-1,50	0,25	-0,75	-0,25	0,00	0,13
13.	м	0,00	0,00	-0,50	0,25	0,75	0,50	0,75	0,25	0,00
14.	ж	0,50	0,50	-0,25	-1,00	0,25	0,50	1,00	-0,25	0,00
15.	м	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-0,25	-1,00	0,00	0,01
16.	ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,06
17.	м	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	0,00
18.	ж	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
19.	м	0,50	-0,50	0,50	-1,00	0,75	-0,75	0,50	1,00	0,13

20.	ж	-0,75	0,00	-0,25	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	1,00	0,19
21.	м	0,25	1,25	1,50	1,25	1,50	0,50	0,25	0,75	0,91
22.	ж	0,25	1,25	1,50	1,25	1,50	0,50	0,25	0,75	0,91
23.	м	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,03
24.	ж	-0,25	0,50	1,00	0,75	0,50	1,25	1,00	1,00	0,72
25.	м	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,63
26.	ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	0,25	0,75	0,00	0,16
27.	м	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
28.	ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	0,16
29.	м	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	0,00
30.	ж	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
31.	м	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
32.	ж	0,50	-0,50	0,50	-1,00	0,75	-0,75	0,50	1,00	0,13
33.	м	0,25	-0,25	0,75	-0,75	0,00	-0,50	0,50	0,50	0,00
34.	ж	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
35.	м	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	-0,88
36.	ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
37.	м	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
38.	ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,00
39.	м	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	0,06
40.	ж	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
41.	м	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
42.	ж	0,25	1,25	1,50	1,25	1,50	0,50	0,25	0,75	0,91
43.	м	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-0,19	0,18
44.	ж	-0,25	0,50	1,00	0,75	0,50	1,25	1,00	1,00	0,72
45.	м	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,06
46.	ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
47.	м	0,00	0,50	0,50	0,25	0,75	0,50	0,75	0,25	0,31
48.	ж	0,50	0,50	-0,25	-1,00	0,25	0,50	1,00	-0,25	-0,03
49.	м	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-0,25	1,00	0,00	0,16
50.	ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	0,33

51.	М	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	-0,31
52.	Ж	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-0,50	0,75	0,25	0,25	0,88
53.	М	0,00	0,00	-0,25	-0,25	0,50	0,00	-0,75	-1,00	-0,02
54.	Ж	-0,25	0,00	-0,25	-1,00	-0,75	-1,00	0,75	-0,75	0,03
55.	М	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
56.	Ж	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
57.	М	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,25
58.	Ж	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,00	0,75	0,50	0,00
59.	М	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-0,50	-0,75	-0,25	0,25	-0,31
60.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,59
61.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,03
62.	Ж	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	1,00	-1,75	0,75	-0,25	1,19
63.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
64.	Ж	0,50	0,75	0,00	0,75	0,16	-0,25	1,50	0,25	0,22
65.	М	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,55	-0,95	-0,25	0,00
66.	Ж	0,50	-2,00	-1,00	-0,50	0,50	0,00	0,25	-1,00	0,16
67.	М	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-1,25	1,00	0,00	-0,09
68.	Ж	-0,25	1	-0,5	0,25	0,5	0	0,5	0,5	0,25
69.	М	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,22
70.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,00
71.	М	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
72.	Ж	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
73.	М	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,25
74.	Ж	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	0,84
75.	М	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-0,50	-0,75	-0,25	0,25	-0,31
76.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,06
77.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	0,00	-0,25	0,59
78.	Ж	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,75	-0,75	-0,25	0,03
79.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,16
80.	Ж	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	-0,34
81.	М	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	1,55	0,95	-0,25	1,00

82.	ж	0,50	-2,00	-1,00	-0,50	0,50	0,00	0,25	-1,00	-0,38
83.	м	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	0,06
84.	ж	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
85.	м	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
86.	ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	0,16
87.	м	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
88.	ж	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
89.	м	0,50	-0,50	0,50	-1,00	0,75	-0,75	0,50	1,00	0,13
90.	ж	0,25	-0,25	0,75	-0,75	0,00	-0,50	0,50	0,50	0,00
91.	м	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	0,00
92.	ж	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-0,50	0,25	0,50	0,08
93.	м	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,15	0,00	-0,06
94.	ж	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
95.	м	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	0,25	0,75	0,00	0,16
96.	ж	-0,75	-0,25	-0,55	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	0,00
97.	м	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
98.	ж	0,00	1,25	0,50	0,50	0,25	-1,00	-1,25	-0,50	-0,03
99.	м	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,25
100.	ж	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	0,08
101.	м	-0,75	0,00	-0,25	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-1,00	0,13
102.	ж	0,50	1,25	-0,50	0,25	-0,25	0,25	0,50	1,25	0,41
103.	м	-0,25	0,25	-0,75	0,00	-1,25	-0,50	-0,50	-1,00	0,00
104.	ж	0,50	-2,00	-1,00	-0,50	0,50	0,00	0,25	-1,00	0,03
105.	м	-1,75	-1,75	0,25	-1,50	0,25	-0,75	-0,25	0,00	0,34
106.	ж	0,00	0,50	0,50	0,25	0,75	0,50	0,75	0,25	-0,31
107.	м	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	0,25	1,00	0,00	0,03
108.	ж	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	0,06
109.	м	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	0,31
110.	ж	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
111.	м	0,50	-0,50	0,50	-1,00	0,75	-0,75	0,50	1,00	0,13
112.	ж	-0,75	0,00	-0,25	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-1,00	0,14

113.	М	-0,25	0,00	0,25	0,25	1,50	0,50	1,00	-0,75	0,31
114.	Ж	-0,50	0,75	0,00	1,00	0,00	-0,25	0,50	0,00	0,19
115.	М	0,25	1,25	1,50	1,25	1,50	0,50	0,25	0,75	0,91
116.	Ж	-0,50	-0,25	-0,50	-1,25	-1,25	-1,50	-0,25	-1,50	0,06
117.	М	-0,25	0,50	1,00	0,75	0,50	1,25	1,00	1,00	0,72
118.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,03
119.	М	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	0,16
120.	Ж	0,00	0,50	0,50	0,25	0,75	0,50	0,75	0,25	-0,31
121.	М	0,50	0,50	-0,25	-1,00	0,25	0,50	1,00	-0,25	0,00
122.	Ж	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-0,25	1,00	0,03	0,03
123.	М	-0,75	-0,25	-0,75	0,00	0,00	-0,25	0,75	0,00	-0,16
124.	Ж	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	1,13
125.	М	-0,75	0,50	-0,50	-0,50	-0,50	-0,75	-0,25	0,25	1,31
126.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,19
127.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,03
128.	Ж	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,75	-0,75	-0,25	0,59
129.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59
130.	Ж	0,50	0,75	0,00	0,75	0,00	-0,25	1,50	0,25	0,13
131.	М	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,55	-0,95	-0,25	1,00
132.	Ж	0,50	-2,00	-1,00	-0,50	0,50	0,00	0,25	-1,00	0,78
133.	М	0,50	-1,00	-0,25	-1,00	-0,25	-1,25	1,00	0,00	-0,09
134.	Ж	-0,25	1	-0,5	0,25	0,5	0	0,5	0,5	0,25
135.	М	0,25	0,75	0,25	0,00	0,50	0,50	-0,25	0,00	0,22
136.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,09
137.	М	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,00
138.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	0,69
139.	М	-1,5	-1,75	-1,25	-1,25	-1	-1,75	-0,75	-0,25	0,09
140.	Ж	-1,75	0,75	-0,75	-0,25	0,75	-2,00	-1,50	-0,25	-0,59

Программа коррекции поведения супругов в конфликте

Занятие 1. Знакомство

Цели: Знакомство участников друг с другом и с групповой формой работы. Выяснение ожиданий и опасений участников тренинга. Создание мотивации для участия в тренинге.

Содержание занятия

1. Ведущий знакомит участников с целями и задачами тренинга. Обговариваются условия и режим работы, вводятся правила групповой работы. Ведущий рассказывает, в какой форме будут проходить занятия и какой теме они будут посвящены. Он также раскрывает участникам философию, на которой строятся отношения и взаимодействие в семье — признание личности каждого члена семьи и стремление к сотрудничеству.

2. Процедура знакомства: участники представляются и высказывают свои опасения и ожидания в предстоящей работе.

3. Психогимнастическое упражнение: встать и поменяться местами по какому-то признаку.

Из круга убирается один стул. Один участник встает в центр круга и говорит «Пусть поменяются местами все те, кто...» Продолжить фразу нужно указав некоторое личностное качество. Все кто обладает этим качеством встают со своих мест и должны занять другое (освободившееся место). Ведущий (участник в центре круга) занимает одно из освободившихся мест. Кто остался в кругу – становится ведущим.

4. Ведущий говорит о важности понимания себя самого и понимания своего партнера, предлагает участникам ответить на ряд вопросов.

Вот примерный перечень вопросов:

- Мое любимое животное и почему. Мое нелюбимое животное и почему.

- Мой любимый цвет и почему. Мой нелюбимый цвет и почему.

- Моя любимая сказка. Сказка, которая мне не нравится.

- В другом человеке мне больше всего нравится такая черта, как... , а не нравится...

- Если бы у меня была фантастическая возможность стать кем-то на один день, то я бы стал... Почему?

- Доброго волшебника я попросил бы о... А злого попросил бы о... Почему?

- В каких животных превратил бы волшебник меня самого и членов моей семьи. Почему?

Далее при обмене ответами на вопросы, занятие часто принимает вид свободной дискуссии, которую ведущему стоит поощрять. Здесь важно, чтобы участники группы рассказали о себе, нашли то общее, что объединяет их самих и членов их семей. Ведущий, проводя простую статистику, может

подчеркнуть, какие животные, сказки, желания и т. д. назывались в группе чаще всего.

5. Можно также предложить группе работу в малых группах по 3—4 человека. Задачей участников будет истолкование смысла предложенных пословиц, касающихся отношений в семье (Приложение 1). Каждой подгруппе ведущий предлагает для рассмотрения три-четыре пословицы. В заключение работы над пословицами группы дают варианты толкования пословиц, поясняют, что имели в виду наши предки и насколько это актуально в наше время. Ведущему важно искать пути для создания атмосферы групповой сплоченности и подчеркивать возможность использования своего и чужого опыта для решения проблем взаимодействия в семье.

6. Завершение работы

В конце занятия проводится круговой опрос участников о том, что нового они узнали сегодня и с чем уходят домой. Можно предложить в качестве домашнего задания ответить на вопросы, которые или им предложены за членов своей семьи и выяснить у последних как бы они сами ответили.

В упражнении участвовали _____ человек. Все справились. По обратной связи негативных эмоций не получено.

Занятие 2. Упражнения по разрешению семейных конфликтов

Упражнение «Черно-белое кино»

Вводная часть.

Проблема всегда берет свое начало в проблемной ситуации. Она осознается супругами как некая противоречивая ситуация, в которой имеются противоположные позиции при объяснении одних и тех же объектов, явлений и отношений между ними.

Основная часть.

Каждый участник группы получает чистый лист бумаги и ручку. Тренер призывает участников подумать о какой-то своей проблемной ситуации на сегодня. В левой части листа записывают 10 аспектов проблемы, которые имеют негативные последствия, а в правой — 10 положительных сторон существующей ситуации.

Подведение итогов.

В процессе обсуждения упражнения группа должна прийти к выводу, что в каждой, даже самой трудной жизненной ситуации необходимо находить положительные стороны и за счет этого сохранять самообладание и толерантность.

Упражнение «Сотрудничество без конфликтов»

Материалы: доска и маркеры; для каждой семьи: клей, куски картона и цветной бумаги, проволока, 2-3 куса пластилина разных цветов, ножницы, 2 воздушных шарика, коробка спичек, 5 трубочек для коктейля.

Вводная часть.

Все семьи по-разному противостоят жизненным трудностям. У одних неблагоприятные воздействия приведут к прогрессирующему нарушению жизни семьи: повышению конфликтности, снижению удовлетворенности семейной жизнью, болезням, разводу и др. Другие, напротив, увеличат свою сплоченность и умножат усилия для преодоления кризиса и сохранения семьи. Но умелому преодолению трудностей надо учиться.

Основная часть.

Каждая команда усаживается за стол, на котором разложены материалы. Тренер объявляет задачу: через 30 минут семья должна представить на суд группы плод своего коллективного творчества. Что это за произведение — решает сама семейная команда. Важно только, чтобы в творческом акте участвовал каждый, чтобы решения принимались коллегиально и в работе были использованы абсолютно все предложенные материалы. Кроме того, необходимо дать название полученному произведению.

Через 30 минут все семьи выносят работы на установленные в центре комнаты столы, и участники могут оценить творчество товарищей.

Подведение итогов. Обсуждаются вопросы.

Какие работы представляют, на ваш взгляд, наибольший интерес? Что вы думаете по поводу названий произведений? Как происходила групповая работа? Обсудите роли, взятые на себя или навязанные группой; стиль работы лидера и группы; механизм принятия общего решения; распределение ролей на этапе работы по созданию произведения. Как данная игра связана с реалиями вашей семейной жизни? Все члены семьи исполняли свои роли или кто-то взял на себя чужую? Что произошло в таком случае? Насколько ситуация игры вообще аналогична жизненной ситуации? В чем, на ваш взгляд, это задание проявило «плюсы» и «минусы» коллегиального решения и совместного творчества? Приведите конкретные примеры и запишите их в два столбика «+» и «—» на доске. Обсудите представленные на доске результаты.

Занятие 3.

Упражнение «Сотрудничество в конфликте»

Вводная часть.

Конфликт чаще всего возникает тогда, когда один из супругов прибегает к нравственно осуждаемым методам борьбы, стремится психологически подавить партнера, дискредитируя и унижая его в глазах окружающих. Обычно это вызывает яростное сопротивление другой

стороны, диалог сопровождается взаимными оскорблениями, становится невозможным, межличностные отношения разрушаются. А ведь конфликт может быть и конструктивным, если уметь им управлять. Чаще всего этого можно добиться через сотрудничество в конфликте.

Основная часть.

Участники группы объединяются в пары и разыгрывают любую конфликтную ситуацию, применяя следующие принципы управления конфликтом: полный контроль за собственными эмоциями, которые, как правило, мешают оценивать происходящее; анализ подлинных причин конфликта, которые могут быть скрыты за мнимыми причинами; локализация конфликта, т. е. установление его четких рамок и стремление к сужению области противостояния; отказ от фиксации на самозащите, поскольку увлечение защитными действиями обычно мешает вовремя заметить изменения в обстановке и поведении конфликтующей стороны; переформулирование аргументов оппонента, которые не стоит заведомо отвергать, но лучше попытаться перевести на понятный язык, выделяя опорные смысловые моменты.

Подведение итогов.

В процессе обсуждения группа решает, какие пары наиболее конструктивно нашли выход из конфликтной ситуации. Обсуждаются вопросы. Каким образом можно конфликт сделать конструктивным (продуктивным)? Какие стратегии поведения применяли в ходе выполнения задания участники (соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление к ситуации)?

Упражнение «Разрушительные переживания»

Вводная часть.

Все знают, что переживание — это любое испытываемое человеком эмоционально окрашенное состояние. Но не все знают, что переживание может привести к крушению идеалов и ценностей человека, к переосмыслению своего существования. Такие переживания называются разрушительными. Чтобы знать, как с ними бороться, или хотя бы понимать, что это и есть разрушительные переживания, выполняется это упражнение.

Задания с первого по пятое каждый участник тренинга выполняет индивидуально, шестое — в группе численностью 6—8 человек.

Основная часть.

Задание первое.

Текст для тренера: «Вспомните, когда и где в последнее время вы испытывали перечисленные ниже разрушительные переживания. В психологии принято выделять пять групп разрушающих переживаний: эмоции тревожного круга: волнение, беспокойство, страх, тревога; эмоции агрессивного круга: обида, раздражение, гнев, ярость; аутоагрессия:

чрезмерное чувство вины; эмоции депрессивного круга: глубокое уныние, апатия, тоска, депрессия; сильное огорчение, отчаяние».

Задание второе.

Составьте таблицу, где напротив каждой группы переживаний (С) опишите ряд ситуаций (А), в ответ на которые у вас возникли эти эмоции. Постарайтесь вспомнить по несколько ситуаций для каждой группы эмоций. Возможно, некоторые из переживаний вам не свойственны, вы их никогда не испытываете. В таком случае пропустите соответствующую рубрику.

Перечень инициирующих событий

С: негативная эмоциональная реакция	А: инициирующее событие
Эмоции тревожной группы (волнение, беспокойство)	1) 2)
Эмоции агрессивной группы (гнев, обида)	3) 4)
Эмоции аутоагрессивной группы (чрезмерное чувство вины)	5) 6)
Эмоции депрессивной группы (глубокое уныние)	7) 8)
Сильное огорчение	9) 10)

Задание третье.

Опишите, что вы сделали в каждой ситуации: ваши переживания и ваша поведенческая реакция. Обратите внимание на то, что важно описать не только поступки, но и эмоции.

Перечень негативных ответов

А: инициирующее событие	С: мой негативный ответ на событие: переживание и поведение (чрезмерные, разрушительные переживания и неконструктивное поведение)
1-10 из таблицы «Перечень инициирующих событий»	1) 2) 10)

Задание четвертое.

Определите, являются ли эти чувства аутентичными и оправданными. Для этого необходимо оценить, помогают ли вам эти переживания конструктивно завершить ситуацию. Определите также, было ли конструктивным ваше поведение. Для этого каждый эпизод оцените по следующим критериям. Помогает ли мне это добиваться своих целей?

Помогает или мешает мое поведение тем, кто для меня дорог? Помогает ли мне это в отношениях с окружающими? Не разрушает ли это мое здоровье?

Если хотя бы по одному из перечисленных критериев ответ неблагоприятный, реакцию можно отнести к неконструктивной и неоправданной.

Задание пятое.

Выберите только те иницирующие события, на которые вы ответили неоправданными, негативными, разрушительными переживаниями.

После того как все таблицы будут заполнены, вам предстоит обсудить результаты в вашей группе. Для этого объединитесь в группы по 6—8 человек и выберите временного руководителя дискуссии. Его задача — заботиться о том, чтобы у каждого участника была возможность высказаться и быть услышанным.

Подведение итогов. Обсуждаются вопросы.

Какие чувства являются для вас «излюбленными»? Какие ситуации требуют от вас повышенного внимания для защиты от разрушительных переживаний? Какие разрушительные переживания наиболее характерны для вашей рабочей группы? Какие — наименее характерны? Опишите типы иницирующих событий, наиболее трудных для членов вашей группы. Что вы поняли, чему научились, выполняя это упражнение?

Занятие 4.

«Неприятные последствия»

Вводная часть.

Иногда в семейных отношениях возникает конфликт из-за того, что человек не достаточно правильно понимает свое поведение и те последствия, к которым оно ведет.

Основная часть.

Текст для тренера. «Определите ситуации, которые вызывают у вас разрушительные переживания. Возможно, в некоторых случаях вам трудно будет идентифицировать характер переживаний; возможно, это ситуации, про которые можно одновременно сказать: «Это меня напрягает» и «Мне все равно!» Не исключено, что именно в этих ситуациях вы испытываете разрушительные переживания, вытесняя этот факт из сознания. Проверьте, не обесцениваете ли вы ситуацию для снятия с себя ответственности.

Определите, какие ваши чувства и типы поведения ведут к неприятным последствиям. Заполните таблицу «Идентификация иррациональных верований». Для этого можно использовать список 10 наиболее часто встречающихся вредоносных иррациональных убеждений:

1. Все должны меня любить. Будет невыносимо, если тот, кто важен для меня, не одобрит моих поступков или мне откажет (чрезмерное беспокойство по поводу мнения окружающих).

2. Никогда нельзя терпеть неудачу, нужно делать все отлично (перфекционистские тенденции: чрезмерно высокие требования к себе в работе, учебе, спорте, сексе, отношениях и т. п.).

3. Все должно быть таким, как мне хочется. Если этого не произойдет, мне этого не перенести (инфантильные ожидания, основанные на «принципе удовольствия»).

4. Все мои неприятности из-за плохих людей. Если со мной произошло что-то плохое (меня не любят и не уважают, меня постигает неудача, все идет не так, как хочется, или со мной поступают несправедливо), я всегда сваливаю вину на кого-то другого (тенденции обвинять других, предъявляя к ним завышенные требования).

5. Если я сильно поволнуюсь из-за предстоящего события или того, как кто-то меня воспримет, дела пойдут лучше (характерное проявление чрезмерной тревоги в ситуациях, связанных с ожиданием события, на которое невозможно повлиять).

6. У каждой проблемы есть единственное наилучшее решение, и мне нужно его найти — и немедленно (отвергаются «неидеальные» решения, которые могли бы привести к позитивным последствиям).

7. Легче избежать трудной ситуации и ответственности за нее, чем потом разбираться с ней (проявление чрезмерной пассивности, избегание рискованных шагов).

8. Если ни к чему не относиться серьезно, не придется огорчаться (постоянное обесценивание происходящего).

9. Причина всего происходящего со мной — моих чувств и поступков — в моем ужасном прошлом (объяснение неудач событиями прошлого, не оказывающими реального влияния на настоящее).

10. На свете не должно быть плохих людей и обстоятельств. Если мне все же придется столкнуться с ними, то это меня очень сильно расстроит (например, возмущение по поводу чьего-то «неправильного» поведения).

Идентификация иррациональных верований

Неконструктивная поведенческая реакция и соответствующие ей разрушающие переживания	
Обнаруженный шаблон вредоносного мышления	
Иррациональные верования, запускающие реакцию	

Запишите в первой строке неоправданные чувства и соответствующее им поведение, от которых вы решили отказаться.

Запишите во второй строке шаблоны мышления, которые лежат в основе каждой группы разрушительных переживаний и неразумного поведения.

Установите, какие иррациональные верования «запускают» вредоносное мышление.

Обсудите в группе полученные результаты. Пусть каждый участник дискуссии расскажет группе о неоправданных чувствах и видах поведения, от которых он решил отказаться, о шаблонных мыслях, пробуждающих эти переживания, и иррациональных верованиях, лежащих в их основе. Остальные участники, выслушав рассказ, могут поделиться своими догадками о характере иррационального верования.

Подведение итогов. Обсуждаются вопросы.

Какие шаблоны вредоносного мышления являются для вас «излюбленными»? Какие шаблоны вредоносного мышления оказались наиболее характерны для вашей группы? Наименее характерны? Какие иррациональные верования были выявлены, и насколько они характерны для вашей группы? Как вы можете охарактеризовать позитивное мышление и лежащие в его основе установки? Чему вас научило это упражнение?

Занятие 5.

Совместный просмотр фильмов

Цель: на примере жизненных ситуаций, представленных в фильмах, проанализировать механизмы семейных взаимоотношений, выявить наиболее благоприятные формы поведения в конфликтах.

Вариант занятия: дать «домашнее задание» каждой паре – просмотреть любой фильм из представленного списка и проанализировать механизмы взаимоотношений в парах.

Примерный перечень фильмов, рекомендованных к просмотру:

- «Сбежавшая невеста»;
- «Мосты округа Мэдисон»;
- «Август»;
- «Крамер против Крамера»;
- «Влюблённые»;
- «У зеркала два лица»;
- «Когда мужчина любит женщину»;
- «Мужья и жёны»;
- «Любовь»;
- «Виктория и Альберт»;
- «Осень в Нью-Йорке»;
- «Клятва»;
- «Мачеха»;
- «Любовники»;
- «Капитан фантастик».

Примерные вопросы для обсуждения:

- 1) Какое поведение, высказывания героев, особенности характера, понравились или не понравились в их поведении?

- 2) Какие варианты методов воздействия друг на друга или способов решения ситуаций вы смогли обнаружить в просмотренной картине?
- 3) Кто из героев оказался наиболее вам симпатичен, кто вызвал противоположные чувства? Что вы чувствуете по отношению к каждому? Какие из качеств персонажей вам понравились, какие – нет? (Считается, что нас раздражает в других то, что мы не принимаем в себе. Стоит взглянуть на раздражающие вас недостатки героев фильма по-новому).
- 4) Подумайте, какие эмоции всколыхнул в вас фильм, что задело больше всего. Что бы вы сделали так же, как это делали понравившиеся вам герои (герой) фильма, что по-другому.
- 5) Вспомните, какие ситуации в вашей жизни были похожи на увиденные, как вы вели себя в аналогичных ситуациях, что можно было бы изменить, что вы хотели бы изменить, а что – нет?

Занятие 6.

Проблемы детско-родительских отношений.

Активное слушание как способ решения проблем взаимодействия в семье.

Цели: прояснить различия проблем родителей и проблем детей; познакомиться с целями и приемами активного слушания, развить навыки активного слушания.

Содержание занятия

1. Психогимнастическое упражнение: каждый по очереди высказывает пожелание группе на сегодняшний день. Также он отмечает проблему взаимодействия с членами семьи, которая привела его на этот тренинг. Или с которой он хочет поработать. Упражнение можно выполнять с мячом или замещающим его предметом.

Вариант: дать индивидуальное пожелание (пожелать что-то на год или на месяц кому-то в группе). Не забыть, чтобы каждый получил мяч.

2. Обсуждение домашнего задания в форме обмена впечатлениями и достижениями.

3. Ведущий может предложить участникам группы познакомиться со списком Т. Гордона, состоящим из 12 категорий родительских ответов.

Обсуждение в форме групповой дискуссии списка Т. Гордона лучше проводить в группах с низкой сплоченностью и слабой заинтересованностью друг в друге.

Такая ситуация складывается, когда участники группы встречаются редко (один раз в неделю) и групповые процессы протекают замедленно, вместе с тем мотивация к обучению остается высокой. В сплоченных же группах участники больше заинтересованы в предъявлении и обсуждении личного опыта.

4. Информационная часть. Ведущий перечисляет те проблемы, которые поднимались участниками в начале занятия. Он обсуждает вопрос с группой, какого рода это были проблемы — участников или других членов семьи.

Отмечается центрированность людей на своих проблемах, а не на проблемах партнера. Часто это мешает слушанию своего партнера. Научиться отличать свои проблемы от проблем партнера — очень важный элемент тренинга. От этого зависит успешность применения тех навыков, о которых пойдет речь на этом и следующем занятиях. Для оказания помощи в решении проблем партнера могут помочь приемы активного слушания, а для разрешения собственных затруднений — «Я-сообщения», констатирующие высказывания. Наконец, для решения совместных проблем важно владеть методами, используемыми в конфликтных ситуациях.

Называя тему занятия «Активное слушание», тренер предлагает сформулировать ответы на вопрос: «Что для меня значит хорошо слушать?» Слышать и слушать — различные понятия. Слышать — различать, воспринимать что-то слухом. Слушать — направлять слух на что-то (по словарю Ожегова).

(Свои ответы участники группы могут написать на цветных листочках и разместить на листе ватмана.)

Информирование участников включает рассказ о том, какое может быть слушание — пассивное (безмолвное) и активное (рефлексивное). Безмолвное слушание — минимизация ответных реакций («Да, да», «Я тебя слушаю»), поддерживающее выражение лица, кивание головой в знак согласия. Если партнеру важно высказаться и быть выслушанным, такого слушания может быть вполне достаточно.

Далее ведущий рассказывает о важности активного слушания как способа решения проблем партнера, о его приемах и о последствиях.

Активное слушание создает отношения теплоты; люди могут «влезть в шкуру» партнера; облегчается решение проблем взаимодействия; у партнеров появляется желание прислушаться к мнению друг друга. Активное слушание помогает воспитывать самоконтроль и ответственность. Приемы: пересказ (полный и краткий), отражение чувств, уточнение, резюмирование (подведение итогов), проговаривание подтекста.

Пересказ — изложение своими словами того, что сказал собеседник, он может быть более полным в начале, а в дальнейшем — более кратким, с выделением наиболее важного. Ключевые слова: «Ты говоришь...», «Как я понимаю...», «Другими словами, ты считаешь...». Родитель, который может повторить слова ребенка, помогает ему разобраться в собственных чувствах и мыслях, конечно, при этом совсем не стоит становиться (по меткому выражению Томаса Гордона) «родителем-попугаем». Повторение должно носить эмпатический характер, то есть использоваться тогда, когда это необходимо, и отвечать потребностям ребенка. Пересказ — это своеобразная обратная связь ребенку: «Я тебя слышу, слушаю и понимаю». Часто именно из-за отсутствия такой реакции со стороны своих родителей дети по

несколько раз повторяют отдельную фразу или слово, как бы не надеясь, что взрослые могут услышать их с первого раза. Сложность формирования навыка пересказа заключается в том, что при этом необходимо сосредоточиться на чужих мыслях, отключившись от своих, а слова других обычно вызывают в нас собственные воспоминания, ассоциации. Умение распределять внимание, одновременно удерживая внутренний строй своих мыслей и ход рассуждений другого человека, — это признак сформированности навыков активного слушания.

Уточнение (выяснение) относится к непосредственному содержанию того, что говорит другой человек. Уточнение может быть направленным на конкретизацию и выяснение чего-либо («Ты сказал, что это происходит давно. Как давно это происходит?», «Ты именно в четверг не хочешь идти в школу?»). Уточнение также может относиться ко всему высказыванию другого человека («Объясни, пожалуйста, что это значит?», «Не повторишь ли еще раз?», «Может быть, расскажешь про это поподробнее?»). Уточнение следует отличать от выпрашивания («А зачем ты это сказал?», «Почему ты его обидел?»). На этапе слушания, выпрашивание может разрушить желание говорящего сообщать что-либо. Часто это приводит и к нарушению контакта между людьми, который лучше сохранять во время беседы.

Отражение чувств — проговаривание чувств, которые испытывает другой человек («Мне кажется, ты обижен», «Вероятно, ты чувствуешь себя расстроенным»). Последствия: дети меньше боятся негативных чувств; видят, что родители понимают их. Лучше называть чувства в утвердительной форме, так как вопрос меньше выражает сочувствие. Этот прием способствует установлению контакта и повышает желание другого человека рассказывать о себе, но в том случае, если тот не пытается скрывать свои чувства. Родитель не должен заниматься выпытыванием тех переживаний, которые ребенок хочет оставить при себе. Известный английский психоаналитик Дональд Вудс Виникот, специалист в области консультирования родителей, писал: «Существует много других конфликтов, от которых страдают и которые пытаются решать наши дети, и мы знаем, что многие из них заболевают из-за того, что не могут найти приемлемого решения. Но не дело родителя становиться психотерапевтом».

Проговаривание подтекста — проговаривание того, о чем хотел бы сказать собеседник, дальнейшее развитие мыслей собеседника. Родители часто хорошо понимают, что стоит за словами ребенка, какой «закадровый перевод» можно осуществить. Например, у фразы «Мама, а ты не заметила, какую уборку я сегодня сделал?» подтекст может быть таким: «Ты бы меня похвалила» или еще глубже: «Я хотел бы, чтобы ты разрешила мне пойти на дискотеку». Проговаривание подтекста надо осуществлять для лучшего взаимопонимания и дальнейшего продвижения в беседе, а не для того, чтобы показать, насколько хорошо слушающий родитель знает ребенка. А если знание используется для манипуляции близким человеком, в конечном итоге это разрушает благоприятные взаимоотношения.

И уж, конечно, проговаривание не должно превращаться в оценивание, что иногда очень хочется сделать родителю в разговоре с ребенком (например, «Ты мог бы быть и поскромнее»). Оценивание у любого человека блокирует желание рассказывать о проблеме.

Резюмирование используется в продолжительных беседах или переговорах («Итак, мы договорились с тобой, что...», «Твоими основными идеями являются...»). Подведение итогов требует от слушающего внимания и умения кратко излагать свои и чужие мысли.

5. Работа в парах для тренировки приема проговаривания (полного и краткого пересказа): на первом этапе один партнер все время только слушает и пересказывает, возвращая мысли собеседнику, затем они меняются ролями; на втором этапе надо пересказывать высказывания партнера и продолжать разговор, то же делает второй партнер. Тема, обсуждаемая собеседниками, касается какой-то проблемы, которая, по мнению родителя, тревожит ребенка.

6. Словарь чувств. Это упражнение можно выполнять с помощью мяча или мягкой игрушки: каждый называет какое-то чувство и отдает мяч (игрушку) другому.

7. Домашнее задание. Спросить какого-либо члена семьи и записать ответы на следующие вопросы: «Что, ты думаешь, мне в тебе нравится? А что, ты думаешь, мне в тебе не нравится? » Перед тем как спрашивать, участник должен предположить, что может ответить ему партнер.

Занятие 7. Активное слушание (продолжение)

Цели: продолжение знакомства с приемами активного слушания и отработка навыков в упражнениях. Подведение итогов тренинга.

Содержание занятия

1. Психогимнастическое упражнение. Один из участников группы выходит за дверь, все остальные делятся на две подгруппы: «мальчиков» и «девочек», за две минуты они выбирают те действия, которые будут выполнять вместе, когда зайдет тот, кто за дверью. Задача этого участника — отгадать, где «мальчики», а где «девочки». Здесь было много ошибочных ответов, обид.

2. Обсуждение домашнего задания в форме обмена содержанием записей. Ведущий обращает внимание на использование участниками приемов активного слушания или, наоборот, на неиспользованные возможности слушания. Очень часто члены семьи отвечают на вопрос расплывчато и неопределенно, и очень важна роль человека в том, чтобы помочь партнеру выразить свои чувства и мысли.

3. Информационная часть.

Повторение приемов активного слушания. Рассказ о целях активного слушания и его последствиях. Отработка навыков «уточнения», «проговаривания подтекста» в «сухих» упражнениях — ведущий зачитывает группе высказывания от лица различных членов семьи, затем участники

должны написать ответы с использованием уточнений и проговаривания подтекста.

Рассказ о правилах хорошего слушания и их обсуждение.

Правила хорошего слушания:

- слушай внимательно, обращай внимание не только на слова, но и на невербальные проявления собеседника (мимика, позы, жестикация);
- проверяй, правильно ли ты понял слова собеседника, используя, если это необходимо, приемы активного слушания;
 - не давай советов;
 - не давай оценок.

4. Работа в парах по правилам хорошего слушания.

Приведем описание алгоритма работы так, как он изложен в сборнике «Психогимнастика в тренинге» С. И. Макшанова и Н. Ю. Хряцовой. Изменим только тему для обсуждения.

Тема: что мне помогает (какие мои качества и свойства) и что мешает взаимодействовать с определенным членом семьи.

«Упражнение мы будем выполнять в парах. Пожалуйста, разбейтесь на пары. Выберите себе в пару того из членов нашей группы, кого вы пока узнали меньше других, но хотели бы узнать поближе».

Тренер ждет, пока все участники группы сядут парами.

«Распределите между собой роли: один из вас будет "говорящим", другой — "слушающим". Задание будет состоять из нескольких шагов (этапов). Каждый шаг рассчитан на определенное время. Сначала правилами хорошего слушания руководствуется "слушающий". "Говорящий" в течение пяти минут рассказывает о своих трудностях, проблемах во взаимодействии с другим членом семьи.

Особое внимание при этом он обращает на те свои качества, которые порождают эти трудности. "Слушающий" соблюдает правила хорошего слушания».

Через 5 минут ведущий останавливает беседу.

«Сейчас у "говорящего" будет одна минута, в течение которой надо будет сказать "слушающему", что в поведении последнего помогало, а что затрудняло этот рассказ».

«Теперь "говорящий" в течение 5 минут будет рассказывать "слушающему" о своих сильных сторонах в общении, о том, что ему помогает строить взаимоотношения с выбранным членом семьи».

Через 5 минут ведущий останавливает беседу и предлагает перейти к следующему шагу.

«Слушающий» за 5 минут должен повторить "говорящему", что он понял из двух его рассказов о себе, то есть о том, что ему помогает и что мешает воспитывать ребенка. На протяжении этих пяти минут "говорящий" все время молчит и только движением головы показывает, согласен он или нет с тем, что говорит "слушающий". После того как "слушающий" скажет

все, что он запомнил из двух рассказов "говорящего", последний может сказать, что было пропущено и что искажено».

Во второй части упражнения участники пары меняются ролями: тот, кто был "слушающим", становится "говорящим" и наоборот.

5. Семейный портрет. Каждый участник на отдельном листе рисует свой семейный автопортрет: себя и свою семью — в любой художественной манере (реалистической, символической, абстракционистской и т. д.). Листы не подписываются и не показываются другим участникам. После того как все нарисовали и сдали свои рисунки ведущему, он организывает из всех участников «экспертную комиссию», которая определяет авторов рисунка. Каждый «эксперт» получает рисунок неизвестного художника, и его задача состоит в том, чтобы догадаться, чьему перу принадлежит «полотно», и обосновать свои предположения. Оказывается, что рисование семьи для взрослых людей столь же увлекательно, как и для многих детей.

6. Далее ведущий просит участников ответить на вопросы в письменном виде.

— Какая тема (занятие, или просто информация) показалась вам наиболее интересной?

— Какое открытие для себя вы сделали в ходе занятий в группе?

— Какие изменения, которые произошли в семье, вы отметили бы?

Выводы

1. Проведено ___ тренинговых занятий по 1,5 часа каждое.

2. В работе участвовало ___ человек.

3. В рамках данного тренинга проведены упражнения по решению конфликтных ситуаций, а также было активизировано умение активного слушания, диалогового общения в парах взрослый- взрослый и ребенок – взрослый.

Пословицы*

1. Сын да дочь, день да ночь и сутки полны.
2. Порванную веревку как не вяжи, все узел будет.
3. Без корня и трава не растет.
4. Похвальное слово гнило бывает.
5. Чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не плакало.
6. Сердце матери лучше солнца греет.
7. Детям не порча игрушка, а порча худая прислушка.
8. Потихоньку и ольху согнешь, а вкруте и вяз сломишь
9. Первые детки соколятки, а вторые воронятки.
10. Против шерсти не гладят.
11. У семи нянек дитя без глазу.
12. При солнышке тепло, при матери добро.
13. В чужой монастырь со своим уставом не ходят.
14. Дитя не плачет, а мать не понимает.
15. Свой своему поневоле друг.
16. Сын отца глупее — жалость; сын отца умнее — радость; а брат брата умнее — зависть.
17. Без отца — полсироты, а без матери — и вся сирота.
18. Тот не умирает, кто детей не покидает.
19. Отцовским умом жить деткам, а отцовскими деньгами не жить.
20. Не мы на детей походим, они на нас.
21. У кого девка хороша? — У матки. — У кого сын умен? — У батьки.
22. Кто родителей почитает, тот вовеки не погибает.
23. Матушкин сынок, да батюшкин горбок.

Корреляционная матрица типов конфликтных ситуаций и удовлетворенности браком

NONPAR CORR

/VARIABLES=проблемыотнсредствидрвоспитаниедетейнарушениеролевыхожиданийрассоглнормповеденияпроявлениедоминированияпроявлениеиеревност
тистремлениекавтономиирасхождотношендегнам /PRINT=SPEARMAN TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.

Непараметрические корреляции

Непараметрические корреляции

			проблемы отнсредст видр	воспитание детей	нарушени еролевых ожиданий	рассоглнор мповедени я	проявлениед оминировани я	проявлен иеревнос ти	стремлен иекавтоно мии	расхождо тношенде нгам
ро Пирсена	Полная неуд.браком	Коэффициент корреляции	1,000	,517**	,550**	,424**	,379**	,187	,289**	,207
		Знч. (2-сторон)	.	,000	,000	,000	,000	,092	,008	,062
		N	140	140	140	140	140	140	140	140
	Значительная неуд.браком	Коэффициент корреляции	,517**	1,000	,711**	,332**	,463**	,472**	,370**	,469**
		Знч. (2-сторон)	,000	.	,000	,002	,000	,000	,001	,000
		N	140	140	140	140	140	140	140	140
	Скорее неуд. чем уд.	Коэффициент корреляции	,550**	,711**	1,000	,387**	,441**	,445**	,463**	,439**
		Знч. (2-сторон)	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000
		N	140	140	140	140	140	140	140	140
	Част.уд=част.неуд	Коэффициент корреляции	,424**	,332**	,387**	1,000	,464**	,224	,334**	,240
		Знч. (2-сторон)	,000	,002	,000	.	,000	,043	,002	,030

	N	140	140	140	140	140	140	140	140
Скорее уд. чем неуд.	Коэффициент корреляции	,379**	,463**	,441**	,464**	1,000	,287**	,333**	,339**
	Знч. (2-сторон)	,000	,000	,000	,000		,009	,002	,002
	N	140	140	140	140	140	140	140	140
Значит.уд.	Коэффициент корреляции	,187	,472**	,445**	,224*	,287**	1,000	,595**	,673**
	Знч. (2-сторон)	,092	,000	,000	,043	,009		,000	,000
	N	140	140	140	140	140	140	140	140
Практически полная уд.	Коэффициент корреляции	,289**	,370**	,463**	,334**	,333**	,595**	1,000	,580**
	Знч. (2-сторон)	,008	,001	,000	,002	,002	,000		,000
	N	140	140	140	140	140	140	140	140

** . Корреляция значима на уровне 0.01 (2-сторонняя).

* . Корреляция значима на уровне 0.05 (2-сторонняя).

