

**ВЗАИМОСВЯЗЬ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ СУПРУГОВ И  
КОНФЛИКТНОСТИ В СУПРУЖЕСКОЙ ПАРЕ**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава 1 Теоретико-методологический анализ удовлетворенности жизнью и конфликтности в супружеской паре.....	6
1.1 Самоотношение как фактор удовлетворенности жизнью.....	6
1.2 Теоретический анализ феномена удовлетворенности жизнью в трудах отечественных и зарубежных авторов.....	8
1.3 Влияние супружеских конфликтов на удовлетворенность жизнью на стадии зрелого брака.....	14
Глава 2 Исследование взаимосвязи удовлетворенности жизнью и конфликтности в супружеской паре.....	19
2.1 Организация и методики исследования.....	19
2.2 Анализ удовлетворенности собой и жизнью.....	21
2.3 Выявление взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях.....	27
2.4 Взаимосвязь удовлетворенности жизнью и конфликтности супружеской пары.....	30
Заключение.....	32
Список использованных источников.....	34
Приложения.....	37

**(ОБРАЩАЕМ ВНИМАНИЕ, ЧТО НЕКОТОРЫЕ ФРАГМЕНТЫ РАБОТЫ ИЗВЛЕЧЕНЫ ИЗ ДАННОГО ДОКУМЕНТА)**

## ВВЕДЕНИЕ

Семья и брак на протяжении всего человеческого существования всегда играли значимую социальную роль как для общества, так и для самой личности в целом. Супружеские отношения давно стали объектом исследований различных научных дисциплин – психологии, социологии, педагогики и др. Еще в конце XIX века были опубликованы первые научные труды, посвященные историческому анализу возникновения института семьи и супружеских отношений. В современной науке интерес к проблемам развития института семьи, брака, супружества сохраняется, приобретая свою специфическую актуальность и значимость. В свою очередь, проблемами семьи и брака занимались такие ученые, как Дж.Б. Спэниер, А. В. Шавлов, А. В. Кононова, Е. М. Дубовская, Ю. Е. Алешина, В. Сатир, К. Витакер, В. А. Сысенко и многие другие.

В процессе семейной жизни многие супружеские пары сталкиваются с определенными проблемами, которые могут проявиться в форме разнообразных конфликтов и ненормативных семейных кризисов. Основными особенностями супружества в зрелом возрасте являются такие особенности как ограниченность физических сил, моральное истощение, потеря интереса к жизни, которые зачастую приводят к неудовлетворенности собственной жизнью супругов и появлению конфликтных ситуаций в семье.

Изучение взаимосвязи удовлетворенности жизнью и конфликтность в супружеских отношениях является актуальной задачей для гармонизации личности и поддержания стабильности и благополучия в супружеских отношениях. Удовлетворенность жизнью в целом, супружеским взаимодействием в частности, определяет настроение, социальную активность, взаимоотношения человека с самим собой и с другими людьми.

Проблемой удовлетворенности жизнью занимались такие ученые, как С.Р. Пантелеев, В.В. Столин, И.И. Чеснокова, И.С. Кон, В.В. Мясищев, Н.И. Сарджвеладзе и др. В многочисленных исследованиях авторов было обозначено, что одним из важнейших компонентов системы отношений человека является его отношение к себе.

Большинство ученых, исследующих супружеские отношения, уделяют большее внимание начальному периоду становления семьи, когда супруги только адаптируются к семейной жизни. Однако взаимоотношения в зрелых семьях также представляют научный интерес, т.к. семья, супруги в которой уже

достигли зрелого возраста, а дети-подростки делают первые шаги во взрослую жизнь, уже не является настолько детоцентристской структурой, в ней происходит поиск лично ориентированных смыслов. В зрелых семьях так же, как и в молодых, возникают конфликты, и понимание причин их возникновения – внутрисемейных и внутриличностных – является важным этапом в последующем преодолении.

**Цель исследования** – выявить взаимосвязь удовлетворенности жизнью и конфликтности в супружеской паре.

**Объект исследования:** удовлетворенность жизнью.

**Предмет исследования:** взаимосвязь удовлетворенности жизнью и конфликтности в супружеской паре.

**Задачи исследования:**

1. Обобщить отечественный и зарубежный опыт изучения феномена удовлетворенности жизнью.
2. Изучить роль супружеских конфликтов в удовлетворенности жизнью на стадии зрелого брака.
3. Исследовать удовлетворенность собой и собственной жизнью супругов.
4. Выявить особенности взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях.
5. Проанализировать взаимосвязь удовлетворенности жизнью и конфликтности в супружеской паре.

**Методология исследования:** современные теоретические и эмпирические исследования проблем семьи и брака, семейных конфликтов (В. Сатир, В.А. Сысенко); проблем удовлетворенности жизнью (С.Р. Пантелеев).

**Методы исследования:**

- 1) теоретические (общенаучный анализ, обобщение, сравнение, классификация);
- 2) диагностические (тестирование – «Взаимодействие супругов в конфликтных ситуациях» Ю. Е. Алешиной и Л. Я. Гозмана; тест-опросник самоотношения В. В. Столина, С. Р. Пантелеева; методика «Индекс жизненной удовлетворенности» Н. В. Паниной);
- 3) математико-статистические методы (описательная статистика, коэффициент ранговой корреляции Спирмена).

**Практическая значимость полученных результатов** заключается в том, что данная работа вносит вклад в понимание удовлетворенности жизнью как внутреннего состояния в психической организации человека, его значения и

специфики для благополучных партнерских отношений в браке. Результаты помогут семейным парам в гармонизации отношений, а также в сохранении семьи, могут быть использованы психологами-практиками в консультационной и психотерапевтической работе с семьями.

**Характеристика выборки:** В исследовании приняли участие 30 супружеских пар в возрасте 38-45 лет.

**Структура работы** состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованной литературы. Общий объем работы составил 45 страниц. Список использованной литературы включает 29 источников.

# ГЛАВА 1

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ И КОНФЛИКТНОСТИ В СУПРУЖЕСКОЙ ПАРЕ

### 1.1 Самоотношение как фактор удовлетворенности жизнью

Самоотношение и отношение к своей жизни представляют собой важные компоненты сложной системы отношений, которые характеризуют личность в целом. Оба этих компонента имеют эмоциональную окраску и могут характеризоваться как вызывающие позитивные или негативные эмоции.

Самоотношение личности является одной из малоразработанных проблем психологической науки. В зарубежной психологии самоотношение рассматривается через такие понятия как самоуважение, самопринятие, самочувствие, любовь к себе, установка на себя и т. д. Наибольший вклад в разработку проблемы самоотношения внесли Р. Бернс, К. Роджерс, У. Джеймс и др.

В исследованиях К. Роджерса самоотношение рассматривается как сложное по структуре психологическое явление, включающее в себя две подсистемы – самооценку (отношение к себе как носителю определенных свойств и достоинств) и самопринятие (принятие себя в целом вне зависимости от своих свойств и достоинств) [1].

В работах Р. Бернса в самоотношение включается понятие самооценки. Автор рассматривает самооценку как аффективную оценку представления человека о себе, которая может обладать различной интенсивностью [2].

В отечественной психологии понятие самоотношения исследовал С. Р. Пантелеев. Рассмотрев существующие в западной литературе основные представления о строении обобщенного самоотношения и связанные с ним проблемы, он предложил пять основных подходов к пониманию глобальной самооценки и ее структуры:

- самоотношение как совокупность частных самооценок, связанных с различными аспектами Я-концепции;
- самоотношение как общая самооценка частных аспектов, взвешенных по их субъективной значимости;

– самоотношение как иерархическая структура, включающая частные самооценки, интегрированные по сферам личностных проявлений и в комплексе составляющие обобщенное Я, находящееся наверху иерархии;

– глобальная шкала самооценки, относительно автономная и одномерная, выявляющая некоторое обобщенное самоотношение, одинаково приложимое к различным сферам Я;

– самоотношение как чувство, включающее переживания различного содержания (самоуверенность, самопринятие, аутосимпатия, отраженное отношение и т. п.) [3].

По мнению С. Р. Пантелева, ни один из этих подходов не дает удовлетворительного и обоснованного решения проблемы структуры самоотношения. Автор говорит о том, что в соответствии с представлениями зарубежных исследователей, существует некоторое обобщенное самоотношение (самоуважение, самооценка), которое является целостным одномерным и универсальным образованием, выражающим степень положительности отношения индивида к собственному представлению о себе, это обобщенное самоотношение строится из частных самооценок [3].

С. Р. Пантелев предложил свою теорию самоотношения личности, согласно которой самоотношение определяется через соотнесение с иерархической системой мотивов. Он рассматривает отношение личности к себе как двухуровневое образование, включающее в себя эмоционально-ценностное самоотношение и самооценку [3].

В отечественной психологии различными исследователями также было предложено большое количество иногда недостаточно четко разделенных терминов, обозначающих самоотношение – самоуважение, самопринятие, эмоционально-ценностное отношение к себе, эмоциональный компонент самооценки.

Самоотношение может осмысляться с использованием различных психологических категорий. А. Н. Леонтьев под самоотношением понимал чувство, устойчивое эмоциональное отношение, имеющее выраженный предметный характер, являющийся результатом особого обобщения эмоций [5]. В. Н. Мясищев при рассмотрении самоотношения использовал категорию отношения как родовую по отношению к видам отношений – эмоциональному (привязанность, любовь, симпатия), моральному, этическому [6].

Большинство как отечественных, так и зарубежных авторов, выделяют в самоотношении аффективный и когнитивный компоненты, однако в понимании

взаимоотношения эти составляющих нет единства. Можно выделить три основных подхода:

- аффективный и когнитивный компоненты взаимосвязаны и взаимно обуславливают друг друга;

- аффективный и когнитивный компоненты самоотношения противопоставляются;

- аффективный и когнитивный компоненты приравниваются друг к другу.

Аффективный и когнитивный компоненты самоотношения функционируют на разных уровнях – сознательном и бессознательном. Другими словами, эмоции в адрес собственного «Я» могут иметь разную степень осознанности, так же, как и когнитивная оценка отношения к себе.

По мнению И.И. Чесноковой, аффективный компонент является онтогенетически более ранним образованием, чем когнитивный [8]. Аффективный компонент самоотношения представляют такие аспекты как аутосимпатия, самопрятие, самоуничижение, выражающиеся в эмоциях индивида по отношению к собственной личности. Когнитивный компонент содержит такие аспекты как самоуверенность, саморуководство, самоуважение, самопонимание, самоинтерес.

Таким образом, обзор исследований по проблеме самоотношения подтверждает тот факт, что одним из важнейших отношений социального бытия человека является его отношение к себе. Любое проявление человека в окружающей действительности связано с его самоотношением. В отечественной и зарубежной литературе под самоотношением понимается эмоциональный компонент самосознания, который опирается на самопознание, а также создает главные предпосылки для формирования саморегуляции, самоактуализации и саморазвития личности.

## **1.2 Теоретический анализ феномена удовлетворенности жизнью в трудах отечественных и зарубежных авторов**

В настоящее время, в связи с постоянно возрастающими объемами информации и постоянной нехваткой времени наиболее актуальным становится вопрос о том, что еще, помимо позитивного отношения к себе, определяет

удовлетворенность жизнью, и какие еще предпосылки для этого состояния заложены в природе самого человека.

Понятие «удовлетворенность жизнью» часто появляется в современных психологических, социологических, антропологических, экономических исследованиях. К настоящему времени не имеет общепринятого определения, используется в различных проблемных контекстах.

По мнению М. Аргайла, удовлетворенность жизнью представляет собой рефлексивную оценку прошлого и настоящего положения дел [10].

В исследованиях Л.В. Куликова удовлетворенность жизнью рассматривается как принятие содержания своей жизни, состояние благополучия и комфорт [11]. Автор считает, что удовлетворенность жизнью определяет поступки человека, его жизнь во многих аспектах, оказывает огромное влияние на настроение, психическое состояние.

В работах Р. Эммонса под удовлетворенностью жизнью понимается когнитивная сторона субъективного благополучия, которая показывает глобальную оценку личностью своей жизни и отражает насколько реальная жизнь человека похожа на идеальную в его представлении [12].

В отечественной психологической литературе наряду с понятием «удовлетворенность жизнью» применяются понятия «счастье» и «благополучие». П.П. Фесенко предлагает рассматривать удовлетворенность жизнью в качестве когнитивного компонента благополучия [13]. Схожей позиции придерживается Н.В. Андреевская, считающая, что удовлетворенность жизнью представляет собой «когнитивную сторону субъективного благополучия, которую дополняет аффективная сторона – положительные и отрицательные эмоции, которые человек испытывает в определенный отрезок времени» [14].

Наиболее точное определение удовлетворенности жизни предложено Р.М. Шамяновым, который рассматривает удовлетворенность жизнью как «сложное, динамичное социально-психологическое образование, основанное на интеграции когнитивных и эмоционально – волевых процессов, характеризующееся субъективным эмоционально-оценочным отношением... и обладающее побудительной силой, способствующей действию, поиску, управлению внутренними и внешними объектами» [15].

Преобладающая часть исследований удовлетворенности жизнью сосредоточена на изучении источников этого феномена. В результате проведенных исследований как в русскоязычных исследованиях, так и в зарубежных было выявлено множество факторов, влияющих на уровень

удовлетворенности жизнью. Их принято разделять на объективные и субъективные. К объективным факторам относят социально-экономическое, семейное положение (М. Айзенк и Г. Айзенк), здоровье (Л.В. Куликов, Н.В. Панина), возраст, социальные связи (М. Аргайл, Т. Шибутани) и др. Группу субъективных факторов составляют совпадение достижений и притязаний (К.А. Абульханова-Славская), последовательность в достижении жизненных целей и интерес к жизни (Н. В. Панина), внутренний локус контроля (А. Кэмбэлл), субъектная жизненная позиция (Л.И. Габдулина), стратегия дистанцирования и проблемно-решающая стратегия в сложных жизненных ситуациях (И.А. Джидарьян), социальные сравнения (Дж. Тернер), такие личностные особенности, как экстравертированность (Н.М. Брадбурн) и оптимизм (П. Коста и Р. Маккри) [16].

К настоящему моменту уже выявлено немало сведений, преимущественно в зарубежной психологии, об особенностях и характере влияния вышеперечисленных факторов на переживание человеком удовлетворенности собственной жизнью. Удовлетворенность жизнью оценивается исключительно самим индивидом с позиций его ценностей и целей. Поскольку данные цели и ценности всегда индивидуальны, то универсальной для всех структуры благополучия быть не может, и единственное, что остается – изучать субъективные факторы, которые влияют на это чувство счастья и удовлетворенность. В связи с этим нельзя преуменьшать значение объективных факторов в индивидуальной жизни личности, во многом определяющих ее логику.

Л.И. Габдулина утверждает, что на счастье и удовлетворенность жизнью влияют пол, возраст, жизненный цикл, национальность, социально-экономическое положение. Однако, их влияние незначительно, и люди, обладающие молодостью, богатством, высоким социальным положением, необязательно счастливы, как необязательно несчастны пожилые и бедные [18]. Отмечается, что молодые люди меньше удовлетворены жизнью, чем люди в возрасте. Уровень удовлетворенности всеми аспектами жизни, кроме здоровья, растет вместе с возрастом. Однако оценка качества жизни пожилыми людьми зависит от состояния жилья и от здоровья.

Три области жизнедеятельности – общение, работа или учеба и отдых – являются основными сферами получения удовлетворения. Далее, степень удовлетворения зависит от конкретных характеристик образа жизни (состоит индивид в браке или нет, имеет работу или нет и т.д.). Вся совокупность

отношений с другими, основанная на заботе, социальной поддержке и уважении, является фактором, влияющим на показатель жизненной удовлетворенности.

Ю.Д. Чертковой, О.С. Алексеевой и А.Я. Фоминых проведен анализ зарубежных исследований связей удовлетворенности жизнью с особенностями личностной сферы [20]. Было установлено, что существенную роль в удовлетворенности жизнью играет активность, которая проявляется как социабельность, доминантность, поиск ощущений, темп деятельности.

Также авторами подмечено, что удовлетворенность жизнью в какой-то мере определяется достигнутыми целями, преодоленными трудностями, своевременностью перемен, происходящих в личной и профессиональной/учебной сфере. И в той мере, в какой она связана с достижениями и желаемыми переменами, она зависит от регуляторных характеристик, таких как вера в собственные силы, планирование, умение оценить последствия своих действий.

Вместе с тем, низкая амбициозность, «философское» отношение к своим обязанностям, способность получать удовольствие от жизни в настоящий момент, не задумываясь о будущем, тоже способны создать общее радостное восприятие жизни. Так, не только перфекционисты, но и те, кто совсем не стремится достичь идеала в том, что делает, одинаково удовлетворены жизнью. А демаркационная линия между удовлетворенными и неудовлетворенными жизнью определяется адаптивностью.

Адаптивные перфекционисты и неперфекционисты отличаются по удовлетворенности жизнью от дезадаптированных перфекционистов. Ю.Д. Чертковой, О.С. Алексеевой и А.Я. Фоминых отмечено, что на уровень удовлетворенности жизнью влияет весь комплекс характеристик, связанных с невротизмом, – повышенная тревожность и склонность испытывать чувство вины снижают удовлетворенность жизнью [20].

По мнению Т.В. Угловой в оценке человеком удовлетворенности собственной жизнью решающую роль играют когниции, составляющие основу нашего мировоззрения, а именно базовые убеждения личности [21]. Удовлетворенный жизнью человек уверен, «что в мире больше добра, чем зла, мир полон смысла, события, происходящие с нами не случайны, а подчиняются определенным законам и эти законы справедливы, у нас есть возможность влиять на ход событий».

Такой человек убежден в ценности собственного «Я», считает, что может контролировать свое поведение, и если он будет вести себя правильно, к нему придет удача и благополучие. Представление о других людях у счастливого человека в целом позитивное, в мире больше добрых людей, чем

злонамеренных, да и оценивает он себя и других скорее не в целом, а за конкретные качества и поступки. Его мировоззрение более рационально, он не склонен расценивать неблагоприятные события как катастрофу, не предъявляет к другим и к себе слишком высоких требований» [21].

В основе мировоззрения неудовлетворенного жизнью человека лежит убеждение, «что в мире гораздо больше плохого, чем хорошего, его судьба, по сути, зависит от случая, и повлиять на ход событий невозможно. О себе и окружающих он невысокого мнения, считает, что люди по своей природе недружелюбны, злы, равнодушны и т.п., а значит цинизм, враждебность и агрессия оправданы по отношению к ним.

Его рассуждения и интерпретации часто иррациональны, есть тенденция преувеличивать негативные последствия происходящих с ним событий, он склонен к генерализованным, обобщенным оценкам себя и других, считает, что мир и другие люди должны соответствовать его представлениям и взглядам, к себе он также предъявляет повышенные требования» [21].

Л.И. Габдулиной в результате исследования объективных детерминант удовлетворенности жизнью в период взрослости получены интересные данные о динамике удовлетворенности жизнью в целом и отдельными ее аспектами, а также об изменении степени значимости разных ее объективных детерминант на протяжении взрослого периода жизни человека [18]. Так, ею обнаружено, что в период взрослости имеет место некоторая динамика общей удовлетворенности жизнью. Ее показатель незначительно увеличивается к возрасту 30-45 лет, после чего – снижается.

В возрасте 46-55 лет наименьшее значение имеет удовлетворенность социальными достижениями, при этом высока значимость удовлетворенности взаимоотношениями с близкими для общей удовлетворенности жизнью.

Жизненная удовлетворенность связана с такими объективными факторами, как образование, материальный достаток, годы брака и количество детей. Наличие высшего образования несколько снижает показатель общей удовлетворенности к 30-45 годам и более положительно влияет на нее в 46-55 лет. С возрастом увеличивается влияние материального достатка на жизненную удовлетворенность. При этом удовлетворенность жизнью у респондентов 30-45 лет в большей степени зависит от оценки собственной материальной обеспеченности, чем от объективного материального достатка.

Большую значимость постепенно приобретает продолжительность брака и количество детей. Они оказывают положительное влияние на показатель удовлетворенности жизнью в возрасте 30-45 лет и отрицательное – в возрасте

46-55 лет. У людей 46-55 лет с возрастом повышается в целом уровень общей неудовлетворенности жизнью, что, видимо, связано с приближающейся перспективой выхода на пенсию и пожилого возраста [19].

В масштабном исследовании, проведенном Н.В. Андреевской в России выявлен один из самых низких в Европе уровень удовлетворенности жизнью [14]. Автор анализирует факторы, определяющие удовлетворенность жизнью, выделяя внутренние факторы, характеризующие самого человека и его место в социальных отношениях (социально-психологические, социально-демографические), и внешние факторы, характеризующие среду, в которой живет человек (социальное окружение и социальные связи, институциональные, экономические, экологические факторы). При этом наиболее значимой для оценки удовлетворенности людей своей жизнью становится оценка макроэкономических условий (фактор номер один, существенно превосходящий по значимости все остальные), далее следует общий уровень оптимизма, состояние здоровья, оценка работы правительства и работы системы здравоохранения, за ними следует внешняя оценка личности и личных достижений, личный доход [14].

Таким образом, проанализировав понятие удовлетворенности жизнью, можно сказать, что пока не существует общепринятой трактовки. Наряду с понятием «удовлетворенность жизнью» используются близкие по содержанию термины, такие «благополучие», «субъективное благополучие», «счастье».

Входя в состав благополучия, удовлетворенность жизнью отличается от него наличием оценочного компонента. Преобладающая часть исследований удовлетворенности жизнью сосредоточена на изучении источников этого феномена, субъективных и объективных факторах удовлетворенности.

В качестве объективных чаще всего рассматривают возраст, уровень образования и материального достатка, здоровье, наличие прочных социальных связей и семейного положения, благоприятные или конфликтные взаимоотношения в семье.

Группу субъективных факторов составляют совпадение достижений и притязаний человека, последовательность в достижении жизненных целей и интерес к жизни, принятие себя, внутренний локус контроля и т.д.

### **1.3 Влияние супружеских конфликтов на удовлетворенность жизнью на стадии зрелого брака**

В работе будет сделан акцент на оценке удовлетворенности жизнью и собой в связи с удовлетворяющими или конфликтными взаимоотношениями в семье. Семья и брак играют большую роль в жизни общества. Они изменяются под влиянием общественно-политических условий, а также по причине внутренних процессов развития семьи. В современное время в брачно-семейных отношениях наблюдается тенденция роста числа разводов, снижения рождаемости, увеличения числа одиноких людей.

Брак составляет основу семейных отношений и является более узким понятием, которое входит в понятие «семья». Г. Эйдемиллер пишет, что брачные отношения являются «сферой жизнедеятельности семьи, непосредственно связанной с удовлетворением потребностей ее членов» [23, с. 41]. Супружеские отношения подразумевают личностное взаимодействие мужа и жены, регулирующееся моральными принципами и присущими этому институту ценностями [24, с. 31]. Н. Н. Обозов считает супружеские отношения разновидностью межличностных отношений, которые включают в себя восприятие и понимание людьми друг друга, межличностную привлекательность, взаимовлияние и поведение [25, с. 14].

Каждая семья отличается своим определенным образом жизни, своей микрокультурой. Супружеские отношения влияют на ценности и потребности, социальную активность, психологическое состояние партнеров. Однако супружеские отношения, продолжающиеся достаточно длительный период времени, не могут оставаться абсолютно неизменными.

А.Н. Елизаров выделяет следующие этапы супружества:

- этап ухаживания или досупружеский этап;
- начальный этап супружеских отношений либо молодое супружество, наступающий после бракосочетания и продолжающийся вплоть до рождения ребенка;
- основной этап супружества либо зрелое супружество, связанный с воспитанием детей;
- завершающий этап супружества может развиваться в двух вариантах: развитие гармонических супружеских отношений, наступающее после ухода детей из семьи, либо конфликтный этап, связанный с разводом супругов [26, с. 14].

Супружеские отношения первичны по происхождению: они создают основу функционирования и развития семьи. На взаимоотношения между супругами оказывают влияние внешние и внутренние факторы. К внешним факторам относится совокупность материальных и духовных условий, существующих в данном обществе, к внутренним – индивидуальные психологические особенности семейных партнеров.

Специфика супружеских взаимоотношений определяется следующими основными компонентами: эмоциональной стороной супружеских отношений, степенью привязанности, сходством представлений, сходством моделей общения, поведенческими особенностями, сексуальной и психофизиологической совместимостью, общим культурным уровнем, степенью психической и социальной зрелости, совпадением ценностей. В. Сатир утверждает, что при вступлении в брак «человек стремится обогатить, наполнить свою жизнь новым смыслом» [27, с. 123]. Люди надеются на то, что после того, как они поженятся, их жизнь станет лучше и интересней. Эти надежды лежат в основе предполагаемой семьи.

В.А. Сысенко утверждает, что брак может быть стабильным лишь тогда, когда общение и взаимоотношения между супругами несут положительные эмоции, когда ни один из супругов не испытывает чувства отчуждения и психического одиночества. Чтобы не формировались отрицательные эмоции и не появлялись проблемы, важно, чтобы каждый супруг в семейных взаимоотношениях получил минимальный необходимый уровень удовлетворения потребностей [28, с. 54].

Межличностное взаимодействие супругов представляет основу семейного благополучия и психологического комфорта ее членов, их удовлетворенности своей жизнью. Качество супружеских отношений во многом обусловлено совместимостью супругов, их социальным и психофизическим соответствием, согласованностью взглядов и установок.

Семья представляет собой живой организм, которому свойственно расти, болеть, меняться, переживать свои кризисы. Одни переживают подобные перемены остро и болезненно, ставя под удар существование своей семьи, а другие проходят через череду испытаний более конструктивно, шаг за шагом становясь ближе и роднее друг другу. Так, существует понятие семейных кризисов, которые характеризуются повышенной конфликтностью между супругами.

Кризис семейных отношений может проявляться по-разному у разных семей, в зависимости от психосоциальных факторов, например, особенностей

личности членов семьи, длительности и интенсивности проблем, а также наличия других факторов, влияющих на семью.

Типичные проявления кризиса семейных отношений могут включать:

- ухудшение коммуникации: возникают проблемы в эффективном общении между членами семьи. Это может выражаться в повышенной агрессии, недостатке понимания и поддержки друг друга, а также в частых конфликтах и спорах;

- ухудшение близости и интимности: возможно снижение близости и привязанности между партнерами, что приводит к уменьшению или полному отсутствию физической и эмоциональной интимности. Это может приводить к снижению удовлетворенности отношениями и чувству одиночества у супругов;

- частые конфликты: между членами семьи возникает больше ссор. Это может быть связано с накоплением недоразумений и непонимания, нерешенными проблемами, несправедливым распределением ответственности в семье, а также с разными взглядами на воспитание детей или финансовое положение семьи;

- отдаление и изоляция: члены семьи могут начать чувствовать себя отвергнутыми или незащищенными, что приводит к отдалению друг от друга и изоляции. Это может проявляться в уменьшении времени, проводимого вместе, отсутствии общих интересов, избегании ситуаций, где нужно быть в контакте друг с другом;

- ухудшение физического и психического благополучия: кризис семейных отношений может также отражаться на физическом и психическом здоровье членов семьи. Участники могут испытывать усталость, апатию, бессонницу, стресс и депрессию.

В психологии есть различные подходы к классификации семейных кризисов по годам. На самом деле, кризис может настать абсолютно на любом этапе отношений, ведь жизни каждого человека уникальна, и в разные периоды человек может столкнуться с десятками факторов, влияющих на благополучие семьи.

На ранних этапах супружеской жизни, часто возникают кризисы, связанные с адаптацией к новым ролям и ответственности за семейное благополучие. Молодые супруги могут столкнуться с недостатком опыта, непредвиденными трудностями и нетерпимостью к различиям [29]. Кризисы чаще возникают в связи с бытовыми вопросами, требуют осознания реалий семейной жизни и развития способности к совместной работе по решению повседневных проблем.

Кризис трех лет совместной жизни – период, когда у супругов появляется желание и стремление к личному пространству, потребность в уважении своих границ, желание иметь что-то «свое». Также этот период часто связан с рождением ребенка. Новая роль родителей требует значительных изменений в повседневной жизни и организации семейной жизни. В это время могут возникать проблемы, связанные с усталостью, недосыпанием, недовольством и физической перегрузкой.

Кризис семи лет описывают как период, когда отношения становятся чересчур предсказуемыми. Пара настолько привыкает друг к другу, интимная жизнь становится однообразной, а отсутствие общих интересов может отдалить партнеров.

Кризис тринадцати лет совместной жизни зачастую связан с личными изменениями. Кризис среднего возраста, известный также как кризис семейного роста, часто связан с переоценкой жизненных приоритетов, поиском смысла и эмоциональной удовлетворенности. Это может привести к конфликтам и неудовлетворенности, возникающим из чувства утраты молодости и страха перед старением.

Кризис двадцати пяти лет совместной жизни – период, когда дети выросли. В этот момент может оказаться, что супруги утратили единственное общее, что их связывало, а именно воспитание детей. А если общая цель достигнута, пара может прийти к выводу, что сохранять отношения дальше попросту бессмысленно.

Самым сложным является кризис, приходящийся на период зрелого супружества, который характеризуется перестройкой взаимоотношений между супругами, вызванной, тем, что супруги вступают в зрелый возраст и проходят через первый возрастной кризис зрелости.

Период зрелого супружества также совпадает с кризисом середины жизни супругов. Зачастую мужчины в этот период жизни испытывают проблемы с самовыражением и карьерным ростом, осознают, что выше по карьерной лестнице уже не подняться, нередко разочаровываются в себе. Подобное разочарование может вызывать у них разные эмоциональные реакции в виде агрессии, раздражительности или, наоборот, потери интереса к жизни, апатии, которые могут отражаться, в первую очередь, на взаимоотношениях с членами семьи.

Одним из распространенных конфликтов в зрелом супружестве является конфликт на фоне того, что когда мужчина достигает среднего возраста и приобретает высокий социальный статус, он становится более привлекательным

для молодых женщин, в то время как жена, для которой физическая привлекательность гораздо более важна, чувствует, что стала менее интересной для мужчин.

Для данного периода также характерно то, что дети выросли и бывают дома все реже. Супруги приходят к осознанию, что именно дети играли в семье особенно значимую роль. Посредством детей родители общались друг с другом, так как забота о них и любовь к ним объединяли супругов. Супруги могут обнаружить, что им друг с другом не о чем говорить. Неожиданно обостряются разногласия и проблемы, решение которых было отложено в связи с рождением детей.

На фоне различных разногласий в период зрелости вырастает количество разводов. Решить проблему, возникающую на зрелых стадиях брака, сложнее, чем в молодые годы, когда пара находится в процессе создания моделей взаимодействия. Нарботанные к этому времени семьей стереотипы решения проблем становятся деструктивными. Часто это ведет к росту проблемного поведения, сильным конфликтам, пьянству и даже жестокому обращению.

Данная стадия жизненного цикла семьи, характеризуется высокой степенью тревоги. Специфическими для супругов становятся переживания утраты любви, разочарование, «обесценивание» партнера и снижение чувства удовлетворенности браком. Кроме того, на фоне таких взаимоотношений снижается удовлетворенность собой и удовлетворенность жизнью, так как супружеские взаимоотношения, удовлетворенность браком, конфликтность в супружеских отношениях является одним из факторов, влияющих на эти процессы [29].

Таким образом, семейная жизнь, как и жизнь человека в целом, предполагает наличие кризисов, под которыми понимаются периоды, в которые семья переживает внутренние конфликты, связанные с изменениями личности в определенном возрасте. Семейные кризисы зависят от особенностей переживаний каждым из супругов возрастных кризисов. Самым сложным является кризис, приходящийся на период зрелого супружества, который характеризуется перестройкой взаимоотношений между супругами. Данная стадия жизненного цикла семьи, характеризуется связана со снижением чувства удовлетворенности браком, а как следствие и чувства удовлетворенности жизнью супругов.

## **ГЛАВА 2**

# **ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ И КОНФЛИКТНОСТИ В СУПРУЖЕСКОЙ ПАРЕ**

### **2.1 Организация и методики исследования**

### **2.2 Анализ удовлетворенности собой и жизнью**

### **2.3 Выявление взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях**

### **2.4 Взаимосвязь удовлетворенности жизнью и конфликтности супружеской пары**

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Отношение к себе является одним из важнейших отношений социального бытия человека. Любое проявление человека как социального субъекта сопровождается включением в этот процесс его самоотношения. В отечественной и зарубежной психологической литературе под самоотношением понимается как эмоциональный компонент самосознания, который опирается на самопознание, создает главные предпосылки для формирования саморегуляции, самоактуализации и саморазвития личности.

В научной литературе нет общепринятой трактовки понятия удовлетворенность жизнью. Наряду с данным понятием используются близкие по содержанию термины, такие «благополучие», «субъективное благополучие», «счастье». Входя в состав благополучия, удовлетворенность жизнью отличается от него наличием оценочного компонента.

Выделяют субъективные и объективные факторы удовлетворенности. В качестве объективных чаще всего рассматриваются возраст, образование, уровень материального достатка, здоровье, социальные связи, семейное положение и взаимоотношения в семье. Группу субъективных факторов составляют совпадение достижений и притязаний, последовательность в достижении жизненных целей и интерес к жизни, внутренний локус контроля.

Супружеские отношения являются личностным взаимодействием мужа и жены, регулирующимся моральными принципами и присущими этому институту ценностями. Их основной функцией является удовлетворение потребностей друг друга. Межличностное взаимодействие супругов представляет основу семейного благополучия и психологического комфорта ее членов. Качество супружеских отношений во многом обусловлено совместимостью супругов, их социальным и психофизическим соответствием, согласованностью взглядов и установок.

Семейные кризисы зависят от личностных особенностей каждого из супругов и переживаний ими возрастных кризисов. Самым сложным является кризис, приходящийся на период зрелого супружества, который характеризуется перестройкой взаимоотношений между супругами, вызванной, тем, что супруги вступают в зрелый возраст и проходят через первый возрастной кризис зрелости. Данная стадия жизненного цикла семьи, характеризуется снижением чувства удовлетворенности браком, как следствие, и чувства удовлетворенности жизнью супругов.

В результате проведенного эмпирического исследования были получены результаты, которые свидетельствуют, что у большинства супругов нормальный уровень самоотношения и средний уровень удовлетворенности жизнью. При этом у большинства женщин выявлен заниженный глобальный уровень самоотношения; уровень самоуважения, аутосимпатии и ожидания положительного отношения от других у большинства из них находится на нормальном уровне; уровень самоинтереса у завышен; в то же время у большинства мужчин-супругов все показатели удовлетворенности жизнью находятся на нормальном уровне. Было также установлено, что у большинства женщин исследуемой группы наблюдается высокий уровень интереса к жизни, и общего фона настроения, а также средний уровень последовательности в достижении целей, согласованности между целями и положительной оценки себя. У большинства мужчин-супругов исследуемой группы отмечается высокий уровень последовательности в достижении целей, согласованности между целями и положительной оценки себя, а также средний уровень интереса к жизни и общего фона настроения. У женщин наиболее конфликтными сферами взаимодействия в супружеских отношениях являются вопросы, связанные с воспитанием детей, несогласование норм поведения, проявление ревности, а у мужчин наиболее конфликтными является сфера, связанная с воспитанием детей, проявление стремления к автономии, нарушение ролевых ожиданий, проявление доминирования одним из супругов, проявление ревности, расхождение в отношении к деньгам.

Были выявлены статистически значимые связи между удовлетворенностью жизнью и такими параметрами конфликтности в супружеских парах, как шкала несогласования норм поведения; конфликтность в воспитании детей; проявление автономии одним из супругов, нарушение ролевых ожиданий. Кроме того, выявлены статистически значимые связи между удовлетворенностью жизнью и глобальным самоотношением, глобальным самоотношением и проявлением доминирования одним из супругов, глобальным самоотношением и проявлением ревности. Гипотеза исследования подтвердилась: чем больше конфликтность в супружеской паре, тем меньше удовлетворенности жизнью у супругов.

## **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

**Тест-опросник самооотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев)**

*Вам предлагается ответить на следующие 57 утверждений. Если Вы согласны с данным утверждением ставьте знак "+", если не согласны то знак "-".*

1. Думаю, что большинство моих знакомых относится ко мне с симпатией.
2. Мои слова не так уж часто расходятся с делом.
3. Думаю, что многие видят во мне что-то сходное с собой.
4. Когда я пытаюсь себя оценить, я прежде всего вижу свои недостатки.
5. Думаю, что как личность я вполне могу быть притягательным для других.
6. Когда я вижу себя глазами любящего меня человека, меня неприятно поражает то, насколько мой образ далек от действительности.
7. Мое "Я" всегда мне интересно.
8. Я считаю, что иногда не грех пожалеть самого себя.
9. В моей жизни есть или, по крайней мере, были люди с которыми я был чрезвычайно близок.
10. Собственное уважение мне еще надо заслужить.
11. Бывало, и не раз, что я сам себя остро ненавижу;
12. Я вполне доверяю своим внезапно возникшим желаниям.
13. Я сам хотел во многом себя переделать.
14. Мое собственное "Я" не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
15. Я искренне хочу, чтобы у меня было все хорошо в жизни.
16. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.
17. Случайному знакомому я скорее всего покажусь человеком приятным.
18. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.
19. Собственные слабости вызывают у меня что-то наподобие презрения.
20. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.
21. Некоторые свои качества я ощущаю как посторонние, чужие мне.
22. Вряд ли кто-либо сможет почувствовать свое сходство со мной.
23. У меня достаточно способностей и энергии воплотить в жизнь задуманное.

24. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.
25. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни – это подчиниться собственной судьбе.
26. Посторонний человек, на первый взгляд, найдет во мне много отталкивающего.
27. К сожалению, если я и сказал что-то, это не значит, что именно так и буду поступать.
28. Свое отношение к самому себе можно назвать дружеским;
29. Быть снисходительным к собственным слабостям вполне естественно.
30. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.
31. В глубине души я бы хотел, чтобы со мной произошло что-то катастрофическое.
32. Вряд ли я вызываю симпатию у большинства моих знакомых.
33. Мне бывает очень приятно увидеть себя глазами любящего меня человека.
34. Когда у меня возникает какое-либо желание, я прежде всего спрашиваю о себе, разумно ли это.
35. Иногда мне кажется, что если бы какой-то мудрый человек смог увидеть меня насквозь, он бы тут же понял, какое я ничтожество.
36. Временами я сам собой восхищаюсь.
37. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.
38. В глубине души я никак не могу поверить, что я действительно взрослый человек.
39. Без посторонней помощи я мало что могу сделать.
40. Иногда я сам себя плохо понимаю.
41. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.
42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызывать у других неприязнь.
44. Большинство моих знакомых не принимают меня уж так всерьез.
45. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.
46. Я вполне могу сказать, что унижаю себя сам.
47. Даже мои негативные черты не кажутся мне чужими.
48. В целом, меня устраивает то, какой я есть.
49. Вряд ли меня можно любить по-настоящему.
50. Моим мечтам и планам не хватает реалистичности.
51. Если бы мое второе "Я" существовало, то для меня это был бы самый скучный партнер по общению.
52. Думаю, что мог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.

53. То, что во мне происходит, как правило, мне понятно.
54. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
55. Вряд ли найдется много людей, которые обвинят меня в отсутствии совести.
56. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю: "И поделом тебе".
57. Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.

**Тест «Индекс жизненной удовлетворенности» (Н. В. Паниной)**

*Оцените каждое утверждение в соответствии со степенью вашего согласия. В столбике с номером вопроса поставьте любой знак напротив нужного ответа – "согласен", "не согласен" или "не знаю".*

1. С возрастом многое мне кажется лучше, чем я ожидал раньше.
2. Жизнь принесла мне больше разочарований, чем большинству людей, которых я знаю.
3. Сейчас самый мрачный период в моей жизни.
4. Моя жизнь могла бы быть счастливее, чем есть.
5. Сейчас я почти так же счастлив, как и в то время, когда был моложе.
6. Большинство дел, которыми мне приходится заниматься, скучные и неинтересные.
7. Сейчас я переживаю лучшие годы в моей жизни.
8. Я считаю, что в будущем меня ожидают интересные и приятные дела.
9. К своим делам и занятиям я испытываю такой же интерес, как и раньше.
10. С возрастом я всё больше ощущаю какую-то усталость.
11. Ощущение возраста не беспокоит меня.
12. Когда я оглядываюсь на свою жизнь, я испытываю чувство удовлетворения.
13. Я не изменил бы свою прошлую жизнь, даже если бы имел такую возможность.
14. По сравнению с другими людьми моего возраста я сделал массу глупостей в своей жизни.
15. Я выгляжу лучше, чем большинство других людей моего возраста.
16. У меня есть некоторые планы, которые я намереваюсь осуществить в ближайшее время.
17. Оглядываясь на прошлое, могу сказать, что я многое упустил в своей жизни.
18. Я слишком часто, по сравнению с другими людьми, нахожусь в подавленном настроении.
19. Я получил довольно много из того, что ожидал от жизни.
20. Что бы ни говорили, а с возрастом большинство людей становится хуже, а не лучше.

**Опросник «Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях», (Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман)**

*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, так как 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.*

**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 демонстрируете 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 отсылает 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. Вы пробыли с ним весь вечер и поздно вернулись домой. Жена беспокоилась и, когда вы вернулись, выразила 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...

# ПРИЛОЖЕНИЕ Г

## Первичные результаты данных по методикам

код	ГО	СУ	АС	ОПОД	СИ	ИЖ	ПДУ	СМЦ	ПОС	ОФН	ПОР	ВСД	ПСА	ИРО	РНМ	ПДО	ПР	РОД
Ж-1	40	43	47	54	43	15	39	24	27	23	1	1,6	-0,5	1,1	0,3	1,1	1,5	0,5
Ж-2	45	44	49	67	44	25	18	23	22	21	0	0,5	1,3	-0,5	1,9	-0,5	-0,1	1,3
Ж-3	55	48	52	54	48	12	21	36	30	36	-0,5	0,6	0,5	1,3	0,9	1,3	0,3	0,3
Ж-4	40	46	40	41	46	17	17	38	25	22	1,3	0,9	1,3	0,5	1,1	0,5	1,9	1,9
Ж-5	46	56	43	56	56	21	18	26	25	19	2	1,1	0,3	1,3	-0,3	1,3	0,9	1,3
Ж-6	51	53	67	45	53	17	12	21	16	34	0,9	-0,3	1,9	0,3	1,9	0,3	1,1	0,3
Ж-7	67	46	56	47	46	34	13	39	34	32	1,1	1,9	0,9	1,9	-0,5	1,9	-0,3	1,9
Ж-8	54	42	40	49	42	16	16	18	21	19	-0,3	1,1	1,1	1,1	1,3	1,9	1,9	0,9
Ж-9	41	51	45	52	51	15	15	21	27	34	1,9	-0,5	-0,3	-0,5	0,5	0,9	0,3	1,1
Ж-10	56	40	44	40	40	16	39	17	37	14	1,1	1,3	1,9	1,3	1,3	1,1	1,9	-0,3
Ж-11	45	44	45	43	44	38	26	18	28	16	-0,5	0,5	1,1	0,5	0,3	-0,3	0,9	1,9
Ж-12	47	45	43	67	45	12	16	23	25	16	1,3	1,3	-0,5	1,3	1,9	1,9	1,1	0,5
Ж-13	49	43	43	56	43	18	34	32	15	39	0,5	0,3	1,3	0,3	0,9	1,1	-0,3	1,3
Ж-14	52	43	47	40	43	16	18	16	25	18	1,3	1,9	0,5	1,9	1,1	-0,5	1,9	0,3
Ж-15	40	47	56	45	47	16	36	34	12	21	0,3	0,9	1,3	1,3	-0,3	1,3	1,1	1,9
Ж-16	43	56	45	55	56	39	31	39	17	16	1,9	1,1	0,3	0,3	1,9	0,5	-0,5	1,3
Ж-17	67	45	43	40	45	18	30	26	21	15	-0,1	-0,3	1,9	1,9	1,1	1,3	1,3	0,3
Ж-18	56	43	56	46	43	21	25	38	17	16	-0,3	1,9	1,3	0,9	-0,5	0,3	0,5	1,9
Ж-19	40	56	48	51	56	17	28	34	34	38	1,6	1,1	0,5	1,1	1,3	1,9	1,3	0,9
Ж-20	45	48	41	67	48	18	25	18	16	12	0,5	-0,5	1,3	-0,3	0,5	1,3	0,3	1,1
Ж-21	55	41	52	54	41	12	15	36	15	18	0,6	1,3	0,3	1,9	1,3	0,5	1,9	-0,3
Ж-22	40	52	40	41	52	13	25	31	16	16	1	0,5	1,9	1,1	0,3	1,3	1,3	1,9
Ж-23	46	40	45	40	40	16	12	30	16	18	0	1,3	-0,1	-0,5	1,9	0,3	0,5	0,5
Ж-24	56	45	40	44	45	15	17	25	16	36	-0,5	0,3	-0,3	1,3	1,3	1,9	1,3	1,3
Ж-25	67	40	45	45	40	39	21	28	39	31	1,3	1,9	1,6	0,5	0,5	-0,1	0,3	0,3
Ж-26	54	45	56	43	45	26	17	25	18	30	2	0,9	0,5	1,3	1,3	-0,3	1,9	1,9
Ж-27	41	56	45	43	56	16	34	15	21	25	0,9	1,1	1,3	0,3	0,3	1,6	-0,1	1,3
Ж-28	56	45	48	47	45	34	16	25	17	28	1,1	-0,3	0,5	1,9	1,9	0,5	-0,3	0,3
Ж-29	45	48	40	56	48	18	15	12	18	25	-0,3	1,9	1,3	1,3	-0,1	1,3	1,6	1,9
Ж-30	47	40	45	45	40	36	16	17	12	15	1,9	1,1	0,3	0,5	-0,3	0,5	0,5	0,9
М-1	49	45	55	43	45	31	38	21	13	25	1,1	-0,5	1,9	1,3	1,6	1,3	1,3	1,1
М-2	52	55	40	56	55	30	12	17	16	12	-0,5	1,3	-0,1	0,3	0,5	0,3	0,5	-0,3
М-3	40	40	46	48	40	25	18	34	15	17	1,3	0,5	-0,3	1,9	1,3	1,9	1,3	1,9
М-4	43	46	51	41	46	28	16	16	16	18	0,5	1,3	1,6	-0,1	0,5	-0,1	0,3	1,6
М-5	67	51	67	52	51	25	16	15	16	36	1,3	0,3	0,5	-0,3	1,3	-0,3	1,9	0,5
М-6	56	67	40	40	67	15	39	16	39	31	0,3	1,9	1,9	1,6	0,3	1,6	-0,1	1,3
М-7	40	54	43	45	54	25	18	38	18	30	1,9	1,3	1,3	0,5	1,9	0,5	-0,3	0,5
М-8	45	41	67	40	41	12	21	39	21	25	-0,1	0,5	-0,6	1,3	-0,1	1,9	1,6	1,3
М-9	55	56	56	45	56	17	16	18	17	28	-0,3	1,3	1,7	0,5	-0,3	1,3	0,5	0,3
М-10	40	45	40	40	45	21	15	26	18	25	1,6	0,3	1,9	1,3	1,6	-0,6	1,9	1,9
М-11	46	47	45	44	47	17	16	28	12	15	0,5	1,9	-0,7	0,3	0,5	1,7	1,3	-0,1
М-12	51	49	55	45	49	34	38	39	13	25	0,6	-0,1	1,3	1,9	1,9	1,9	-0,6	-0,3
М-13	67	52	40	43	52	16	12	18	16	12	1	-0,3	0,3	-0,1	1,3	-0,7	1,7	1,6
М-14	54	40	46	43	40	15	18	21	15	17	0	1,6	1,9	-0,3	-0,6	1,3	1,9	0,5
М-15	41	43	51	47	43	16	16	26	16	18	-0,5	0,5	-0,1	1,6	1,7	0,3	-0,7	1,9
М-16	56	67	67	56	44	38	16	25	16	36	1,3	1,3	-0,3	0,5	1,9	1,9	1,3	1,6
М-17	45	56	40	45	48	12	39	36	39	31	2	0,5	1,6	1,9	-0,7	-0,1	0,3	0,5
М-18	47	40	43	43	46	18	18	38	18	30	0,9	1,3	0,5	1,3	1,3	-0,3	1,9	1,3
М-19	49	45	67	56	56	16	21	22	21	25	1,1	0,3	1,9	-0,6	0,3	1,6	-0,1	0,5
М-20	52	40	56	48	53	16	17	18	17	28	-0,3	1,9	1,3	1,7	1,9	0,5	-0,3	1,3
М-21	40	45	40	41	46	39	18	18	18	25	1,9	-0,1	-0,6	1,9	-0,1	1,9	1,6	0,3
М-22	43	55	45	52	42	18	38	21	34	15	1,1	-0,3	1,7	-0,7	-0,3	1,3	0,5	1,9
М-23	67	40	55	40	51	21	12	17	38	21	-0,5	1,6	1,9	-0,5	1,6	-0,6	1,9	-0,1
М-24	40	46	40	45	40	17	18	18	32	26	1,3	0,5	-0,7	1	0,5	1,7	1,3	-0,3
М-25	45	51	46	40	44	18	36	38	21	25	0,5	1,9	1	1,1	1,9	1,9	-0,6	1,6
М-26	52	67	51	45	45	39	26	22	25	36	1,3	1,3	1,2	1,9	1,3	-0,7	1,7	0,5
М-27	52	54	67	56	43	16	39	32	35	38	0,3	-0,6	0,5	0,3	-0,6	0,3	1,9	1,9
М-28	64	41	45	51	43	37	28	34	24	22	1,9	1,7	-0,3	1,9	1,7	1,9	-0,7	1,1
М-29	61	56	48	53	47	25	25	38	29	18	-0,1	1,9	1	-0,1	1,9	-0,1	1,1	0,1
М-30	73	45	51	48	56	28	31	25	31	18	-0,3	-0,7	1,6	-0,3	-0,7	-0,3	1,9	0,5