Социально-психологические факторы БЛАГОПОЛУЧИЯ брачно-семейных отношений и

представления о счастье и мужчин и женщин**Содержание**

[ВВЕДЕНИЕ 3](#_Toc474093838)

[ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ БРАЧНО-СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ И ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СЧАСТЬЕ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН 11](#_Toc474093839)

[1.1. Отечественные и зарубежные подходы социально-психологических исследований брачно-семейных отношений 11](#_Toc474093840)

[1.2. Теоретические аспекты узучения представлений о счастье мужчин и женщин 29](#_Toc474093841)

[ГЛАВА 2 ЭМПЕРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СЧАСТЬЕ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКТОР БЛАГОПОЛУЧИЯ БРАЧНО-СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ. …..47](#_Toc474093842)

[2.1. Методологические аспекты социально-психологического исследования 47](#_Toc474093843)

[2.2 Удовлетворенность браком как ведущий фактор стабильных брачно-семейных отношений 55](#_Toc474093846)

2.3 анализ влияния социально-психологических факторов на ощущение счастья в браке…………………………………………………………………….

[2.4. Основные рекомендации современным семейным парам в создании и поддержании счастливых и гармоничных брачно-семейных отношений 63](#_Toc474093847)

[ЗАКЛЮЧЕНИЕ 74](#_Toc474093848)

[СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 78](#_Toc474093849)

ПРИЛОЖЕНИЯ……………………………………………………………………………

# ВВЕДЕНИЕ

Институт семьи является основой для государства, это неоднократно подчеркивается теми государственными программами, которые непосредственно ориентированы на семью и брак. Однако на современном этапе наблюдается уменьшение значимости семьи для подрастающего поколения, что не может не вызывать тревогу и опасения. Данные статистики говорят о том, что ежегодно доля разводов по отношению к количеству заключенных браков колеблется от 53% до 70%. На прочность брака могут оказывать влияние самые различные личностные, бытовые и социально-психологические факторы, данное обстоятельство указывает на **актуальность исследования**. Действительно, повлиять на личностные качества супругов или бытовые условия семьи довольно сложно, а коррекция социально-психологических факторов стабильности семейных отношений подвергается терапии и коррекции.

Также следует отметить, что данная проблематика исследования имеет междисциплинарный характер, категория «счастья» рассматривается такими науками как философия, психология, эстетика. Исследованиям удовлетворенности браком посвящены работы философов, психологов, социологов. Данное обстоятельство с одной стороны порождает объемность исследований и плюрализм мнений относительно объекта изучения, но с другой стороны многочисленные дискуссии, отсутствие единого категориального аппарата и обобщающих работ по данной теме. Это второй аспект, который формирует актуальность данного исследования.

Также значимость данной работы подчеркивается отсутствием обобщающих исследований по данной проблеме в области психологии. Необходимо акцентировать внимание на том, что в подавляющем большинстве публикации в рамках выбранного исследования представлены статьями, которые ориентированы на отдельные аспекты изучаемой проблемы. Этот факт не дает возможности в полной мере проследить ни влияния социально-психологических факторов на счастье и удовлетворенность браком, ни различий, которые продиктованы гендерными аспектами.

Также необходимо отметить, что если феноменом счастья ученые заинтересовались еще в период Античности, вопросами счастья занимались во времена Средневековья и т.д., то проблемой удовлетворенности браком исследователи занялись только в последние десятилетия.

Данная проблема в той или иной степени рассматривалась исследователями с различных позиций. Статья К.Г. Твердоступ посвящена изучению влияния семейных ценностей супругов на благополучие семейных отношений. Анализируется специфика подходов к вопросу удовлетворенности браком, структуре семейных отношений, представлении роли партнеров в семейной жизни. Приведены результаты исследования о существовании зависимости между согласованностью представлений супругов о семейных ценностях, их ролевыми ожиданиями и характером взаимоотношений [39, c. 43]. В своей работе Л.Л. Баландина представляет результаты исследования родительско-детских отношений, личностных характеристик старших дошкольников в контексте удовлетворенности браком супругов. Полученные данные подтверждают специфику взаимодействия родительской и супружеской подсистем у женщин и мужчин. Удовлетворенность супружеством женщин, в отличие от мужчин, связана с благополучием как материнских, так и отцовских отношений. Согласованность в воспитании детей и снижение воспитательной конфронтации повышает удовлетворенность браком обоих супругов. Выявлены особенности межличностных отношений в семье, социально-психологических установок жен и мужей с низким и высоким уровнем удовлетворенности браком [18, c. 53-54].

Вопросами психологии счастья занимается И.А. Джидарьян, именно данному автору принадлежат труды по изучаемой проблематике, в частности можно отметить прекрасное владение методологией психологического исследования данного ученого, глубокое знание философской традиции и современных работ по проблемам позитивной психологии, оригинальность мышления. Работы автора можно считать претензионными на обобщение материалов касательно любви, оптимизма и счастья [18, c. 23-24].

Как уже обозначалось выше феномен счастья изучается философией, этикой, психологией. История изучения счастья началась еще во времена Античности и Средневековья и продолжается по нынешний день. Среди его исследователей можно найти таких философов и ученых, как Аристотель, Сенека, Гельвеций, Августин Блаженный, Фома Аквинский, Г. Декарт, И. Кант, Л. Фейербах, Б. Паскаль, П. Помпонацци.

Счастье как исследовательская категория является междисциплинарным феноменом. Существует большая философская, психологическая, литературоведческая, культурологическая, социологическая, богословская библиография, посвященная счастью и его поискам. Физик Л. Ландау совершал попытки объяснить проблему счастья с точки зрения научности и математической обусловленности. М. В. Бахтин считал счастье сугубо антропологической проблемой. Французский философ Блез Паскаль утверждал, что абсолютно все люди стремятся к счастью, и из этого правила нет исключений; способы достижения разные, но цель одна. Движущей силой достижения счастья есть воля. Паскаль был уверен, что счастье – является мотивом любых поступков человека. Среди зарубежных работ можно подчеркнуть исследования К. Роджерса, А. Кэмпбелла, Ф. Конверса, Н. Бредберна, Г. Вилсона. Счастье как субъективное благополучие рассматривали в своих трудах М. Фордис, А. Бэк, Л. Джозеф, Т. Льюис, Ф. Эндрюс и другие. По мнению философа и психолога-гуманиста Э. Фромма, счастье проявляется в улучшении жизнеспособности, силы чувств и мышления, плодотворности индивида. Оно выражает состояния здоровья всей личности. Созданная Э. Фроммом концепция счастья развивает идеи философов, которые считали, что истинное благо человека заключается не в том, чтобы удовлетворять свои желание, а в том, чтобы «полностью развить свои способности, самого себя как человеческого существа» [65].

Наиболее содержательными разработками проблемы счастья занимался американский психолог М. Аргайл. Ученый определил счастье как осознание человеком удовлетворенности своей жизнью или как частоту и интенсивность положительных эмоций. По мнению Н. Аргайла, существует три концепции счастья: физиологическая; коммуникативная; потребностная [8, c. 62].

Во второй трети XX века, под влиянием работ гуманистически ориентированных психологов (А. Маслоу, Г. Мэй, Г. Олпорта, К. Роджерса, В. Франкла, Э. Эриксона и др.), феноменология счастья получила свое развитие в рамках позитивной психологии (М. Селигман, Дж. Вейланат, Д. Майерс, Е. Динер, К. Рифф, и другие).

В трудах ученых-психологов отечественного научного пространства источником счастливого бытия считался труд как общественно-полезная деятельность. Л. Рубинштейн считал, что соотношение между конкретными мотивами и результатами деятельности определяет счастье человека и удовольствие, которое он получает от жизни.

А.М. Леонтьев считал, что человек действительно стремится к счастью, но к этому должна быть побудительная цель, двигаясь к которой, индивид может почувствовать счастье, не заботясь об этом специально. По мнению Б.И. Додонова, счастье следует рассматривать как специфическую интегративную эмоцию, которая имеет ряд функций, в частности, оценочную и ценностно-мотивационную.

П. Ильин отстаивает мысль, что счастье является составным психологическим образованием, который имеет когнитивный и эмоциональный компоненты

**Цель исследования:** проанализировать основные достижения психологической науки относительно счастья и удовлетворенности браком мужчин и женщин, установить взаимосвязь социально-психологических факторов на ощущения счастья и удовлетворенностью браком, так же выявить отличия мужчин и женщин относительно **проблемы исследования**: каково влияние социально-психологических факторов на брачно-семейные отношения и формирование представления о счастье у мужчин и женщин?

**Объект исследования**: изучение ощущения счастья и удовлетворенность браком мужчин и женщин.

**Предмет исследования**: гендерные отличия субъективного ощущения счастья и удовлетворенность браком, влияние социально-психологических факторов на уровень счастья и удовлетворенность браков мужчин и женщин.

**Задачи исследования:**

1. Раскрыть основные новейшие научные подходы относительно понимания феномена счастья;
2. Проанализировать теоретические исследования гендерных отличий относительно удовлетворенности брачно-семейными отношениями у современных мужчин и женщин;
3. Экспериментально определить уровень субъективного ощущения счастья в брачной паре и выявить уровень удовлетворенности браком в разрезе гендерного аспекта;
4. Провести математико-статистический анализ гендерных отличий в рамках указанных характеристик;
5. Провести корреляционный анализ влияния социально-психологических факторов на уровень удовлетворенности супругов браком и представлений о счастья мужчин и женщин.
6. Разработать рекомендации по устойчивости и благополучию брачно-семейных отношений.

**Гипотеза исследования:** уровень счастья и удовлетворенность браком имеют отличия в рамках гендерного аспекта, социально-психологические факторы оказывают непосредственное влияние на субъективное ощущение счастья человеком и его удовлетворенность брачно-семейными отношениями.

**Теоретическую основу исследования** составили труды отечественных и зарубежных психологов, социологов, философов и ученых по следующим проблемам:

- изучения феномена «счастье» (Аристотель, Сенека, Гельвеций, Августин Блаженный, Фома Аквинский, Г. Декарт, И. Кант, Л. Фейербах, Б. Паскаль, П. Помпонацци, А.А. Кроник, Л. Ландау, С.Л. Рубинштейн, П. Фесенко);

- счастья и психологического благополучия (Н. Бредбурн, Е. Динер, А. Уотерман, М. Фордис, А. Бэк, Л. Джозеф, Т. Льюис, Ф. Эндрюс, К. Роджерс, А. Кэмпбелл, Ф. Конверс, Н. Бредберн, Г. Вилсон, А.В. Ворониной, И.А. Джидарьян, Л.В. Жуковской, В.М. Духневича, С.В. Карскановой, Л.В. Куликова, Д.А. Леонтьева, М.П. Фетискина, П.П. Фесенко, А.С. Ширяевой);

- социально-психологических подходов к пониманию счастья (Р. Винховен, Н. Аргайл, К. Рифф, А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт, Е. Эриксон, К.Г. Юнг, Е Фромм, Ф. Хейлиген, С.Л. Рубенштейн, С.И. Голод);

-смысла жизни (А. Ленгле, К.А. Абульханова, В. Франкл, С. Кьркегор, В. Дильтхей, Э. Гуссерль, П. Флоренский, Л. Шестов);

 В ходе исследования были использованы следующие **методы**:

1. Теоретический анализ научных источников по проблеме исследования, выполненных в рамках общей психологии, психологии личности, семейной психологии и философии;
2. Тестирования (Опросник ПЭА А.Н. Волковой; Опросник «Шкала любви и симпатии» З.Рубин, модификация Л.Я. Гозман, Ю.Е. Алешина; Тест-опросник удовлетворенности браком В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко; Оксфордский опросник счастья (OHI, Oxford Happiness Inventory)).
3. Методы первичной и вторичной статистической обработки эмпирических результатов, их анализ и интерпретация.

**Базой исследования** выступили 30 супружеских пар с разным уровнем образования и дохода, проживающих в городской местности, возраст испытуемых от 18 до 45 лет.

**Теоретическая значимость и новизна работы:** данная работа является обобщением современных научных подходов относительно понимания феномена счастья, а также гендерного аспекта в рамках изучения поднятой проблемы. Акцентируется внимание на влиянии социально-психологических качеств на уровень счастья и удовлетворенность браком мужчин и женщин.

**Практическая значимость работы:** материалы, полученные в рамках дипломной работы, могут быть использованы, как базис для дальнейших теоретических обобщений по теме выпускной квалификационной работы. Полученные эмпирические данные возможно применить для дальнейших практических исследований и обобщений, а так же практически использовать в деятельности психологов, социологов, философов по вопросам брачно-семейных отношений.

**Положения**, выносимые на защиту:

1. Проанализированы и структурированы основные достижения психологической науки относительно оценки счастья и удовлетворенности брачно-семейными отношениями мужчин и женщин;
2. Выявлены и экспериментально подтверждены факторы, влияющие на удовлетворенность брачно-семейными у мужчин и женщин на основании количественно-качественного анализа;
3. Выявлена взаимосвязь соответствия социально-психологических факторов и гендерного аспекта заявленной проблемы исследования;
4. Разработаны рекомендации по коррекции супружеских отношений в неблагополучных парах;

**Структура исследования**: Дипломная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения, которое содержит материалы эмпирического исследования.

# Глава 1. Теоретические аспекты изучения брачно-семейных отношений и представлений о счастье мужчин и женщин

## 1.1. Отечественные и зарубежные подходы социально-психологических исследований брачно-семейных отношений

Феномен счастья изучается многими науками, каждая из которых рассматривает отдельные аспекты указанной категории. В частности, феномен «счастья» входит в орбиту интересов таких наук как: философия, этика, психология. История изучения счастья началась еще во времена Античности и Средневековья и продолжается до сегодняшнего дня.

Среди его исследователей можно найти таких философов и ученых, как Аристотель, Сенека, Гельвеций, Августин Блаженный, Фома Аквинский, Г. Декарт, И. Кант, Л. Фейербах, Б. Паскаль, П. Помпонацци. Счастье как исследовательская категория является междисциплинарным феноменом. Существует довольно представительная философская, психологическая, литературоведческая, культурологическая, социологическая, богословская библиография, посвященная счастью и его поискам [17, c.148].

История экспериментальных исследований счастья пока непродолжительна: вопросом психологических измерений счастливого бытия ученые серьезно начали интересоваться лишь в 1960-е годы. Актуальность проблемы исследования субъективного понимания счастья остается достаточно острой для современной психологической науки, поскольку вопрос формирования психологически здоровой личности в обществе является весомым и нужным в наше время.

Обзор подходов к изучению феномена счастья целесообразно начать с зарубежных исследователей и подходов, так как именно в зарубежной научной среде данные теории получили свои ранние исследовательские подтверждения.

Отмечается, что с понятием «счастье» соотносят целый ряд близких, но не тождественных по своему значению понятий, таких, как: «психическое здоровье», «нормальная и аномальная личность», «позитивный стиль жизни», «эмоциональный комфорт», «качество жизни», «самоактуализированная личность» и др. При этом счастье описывается через позитивные аспекты функционирования личности и отражает переживание человеком таких аспектов собственного бытия, как: автономия, компетентность в отношениях с окружающими, способность к личному росту, переживания осмысленности жизни и самопринятия. Счастье связано с экзистенциальными переживаниями человека в отношении к собственной жизни и основывается на сравнении личностью себя, своего бытия с субъективными нормами, эталонами, идеалами [27, c.129-130].

На сегодня все подходы к пониманию психологического благополучия можно условно объединить в несколько групп. К первой группе можно отнести взгляды зарубежных психологов, которые выделяют гедонистические и эвдемонистические учения (Н. Бредбурн, Е. Динер, А. Уотерман). К гедонистическиv теориям относятся концепции Н. Бредбурна и Е. Динера. В этих концепциях счастье и психологическое благополучие описывается в терминах «удовольствие-неудовольствие» и строится на балансе позитивного и негативного аффекта. Н. Бредбурн создал представление о структуре психологического благополучия, которая, с его точки зрения, представляет баланс, достигаемый постоянным взаимодействием двух видов аффектов – положительного и отрицательного. События повседневной жизни, которые несут в себе радость или разочарование, отображаются в нашем сознании, накапливаются в виде соответственно окрашенного аффекта, другими словами ощущением счастья. То, что нас расстраивает, и то, через что мы переживаем, суммируется в виде негативного аффекта, те же события повседневной жизни, которые несут нам радость и счастье, способствуют увеличению позитивного аффекта [12, c. 37].

Разница между позитивным и негативным аффектами является *показателем психологического благополучия* и отражает общее ощущение удовлетворенностью или неудовлетворенностью жизнью.

Е. Динер в своих работах ввел понятие «субъективное благополучне» для обозначения феномена «счастья», последнее чаще асcоциируется с понятим сугубо философским. Субъективное благополучие, состоит из трех основных компонентов: удовлетворение, приятные эмоции и неприятные эмоции, все эти три компонента вместе формируют единый показатель «счастье». Как отмечает сам автор, речь здесь идет о когнитивной (интеллектуальная оценка удовлетворенности различными сферами своей жизни) и эмоциональной (наличие плохого или хорошего настроения) сторонах самопринятия. Е. Динер считает, что большинство людей, так или иначе оценивают то, что с ними случается в терминах «хорошо – плохо», и такая интеллектуальная оценка всегда имеет под собой соответственно окрашенную эмоцию. Показатель счастья призван не просто служить индикатором того, насколько человек погружен в депрессию или тревогу, но должен демонстрировать насколько один человек счастливее другого, то есть в данном случае автор уравнивает субъективное благополучие с переживанием счастья [2, c. 59].

Таким образом, можно утверждать, что человек имеет высокий уровень ощущения счастья, если в большинстве случаев он испытывает удовольствие от жизни, и только в отдельных ситуациях он переживает неприятные ощущения. Е. Диннер рассматривает счастье как составляющую психологического благополучия.

В эвдемонистическом подходе благополучия раскрывается как полнота самореализации человека в конкретных жизненных условиях и обстоятельствах, нахождение синтеза между требованиями социального окружения и развитием собственной индивидуальности. Жизненные трудности и переживания могут в определенных случаях выступать основой для повышения благосостояния человека через более глубокое осмысление жизни, осознание собственных жизненных целей, установление более гармоничных отношений с другими людьми, обретение способности к сопереживанию [61, c.34-36].

С точки зрения А.А. Кроника, отношения человека ради возможности достижения счастья также формируют так называемые эвдемонистические установки: гедонистические, аскетические, деятельные, созерцательные. Эти установки, является тем психологическим материалом, который в определенной степени характеризует где, в какой области объективной деятельности личность стремится самореализоваться, а также с помощью каких именно психологических способов она пытается это сделать [53, c.112].

Здесь счастье понимается как форма переживания полноты бытия, связанного с самореализацией: «это переживание возникает в случае преобразования мотивации человека к миру в бесконечно большую величину». Психологические средства достижения счастья, автор понимает как способы саморегуляции человеком своей мотивации к миру и выделяет две формы такой саморегуляции: усиление человеком значимости мира и усиление своих возможностей [11, c.78].

В науке сохраняется традиционный доминирующий подход изучения сознания и психики человека сквозь призму тех или иных психологических изъянов и проблем. Однако счастливая, гармоничная личность, которая удовлетворена своей жизнью, представляет собой довольно редкий вид, при этом, по статистике, оставаясь «невидимой», неинтересной для большинства исследователей.

Несмотря на множество точек зрения, относительно сущности феномена счастья, до сих пор в полной мере не определено содержание и объем данного понятия, отсутствует методический инструментарий для его фиксации и количественного измерения. Кроме того, в отечественной психологической науке почти отсутствуют основательные эмпирические исследование признаков и показателей счастья.

Физик Л. Ландау совершал попытки объяснить проблему счастья с точки зрения научности и математической обусловленности. М. В. Бахтин считал счастье сугубо антропологической проблемой. Французский философ Блез Паскаль утверждал, что абсолютно все люди стремятся к счастью, и из этого правила нет исключений; способы достижения разные, но цель одна. Движущей силой достижения счастья есть воля. Паскаль был уверен, что счастье – движущий мотив любых поступков человека [54, c.127].

Среди зарубежных работ можно подчеркнуть исследования К. Роджерса, А. Кэмпбелла, Ф. Конверса, Н. Бредберна, Г. Вилсона. Счастье как субъективное благополучие рассматривали в своих трудах М. Фордис, А. Бэк, Л. Джозеф, Т. Льюис, Ф. Эндрюс и другие.

В ракурсе рассмотрения социально-психологических подходов к пониманию счастья, необходимо остановиться на работах Р. Винховена. Проблема изучения качества жизни обычно рассматривается с точки зрения обеспечения жизнеспособности общества и трактуется как часть идеала будущего, к которому стремится человечество. Условия достижение счастья – широкий спектр факторов, значимость которых определяется как объективными обстоятельствами жизни человека, так и своеобразием личности. Наиболее общие условия счастья в общественном сознании определяет следующий перечень (по результатам исследования социолога Рута Винховена) [64, c.8]:

* материальное благосостояние (если он не является самоцелью);
* социальная стабильность;
* отсутствие потрясений и катаклизмов;
* полноценное общение;
* возможность творчества;
* достаточная степень свободы;
* любовь;
* наличие смысла жизни;
* чувство достоинства;
* крепкое здоровье.

Наиболее содержательными разработками проблемы счастья занимался американский психолог Н. Аргайл [2, c.81]. Ученый определил счастье как осознание человеком удовлетворенности своей жизнью или как частоту и интенсивность положительных эмоций. По мнению Н. Аргайл, существует три концепции счастья:

* физиологическая;
* коммуникативная;
* потребностная.

Н. Аргайл, факторами счастье называет социальные связи, материальную стабильность положения, эмоциональный фон, досуг, здоровье, самооценку, осмысленность жизни индивида. Менее значимыми для ощущения счастья, по мнению ученого, являются возраст, пол, религиозная удовлетворенность [1, с. 33].

Чаще всего счастье ассоциируют с таким понятием, как качество жизни и субъективное благополучие. К. Рифф выделено 6 факторов субъективного благополучия:

* самопринятие;
* наличие цели в жизни;
* личностный рост;
* управление средой;
* автономия;
* позитивные отношения с окружающими.

Таким образом, согласно теории К. Рифф собственно счастье можно охарактеризовать как интегральный феномен, который характеризует положительное позиционирование человека, выражающееся в субъективном ощущении удовлетворенности жизнью, реализации собственного потенциала и опосредованное системой отношений личности с другими людьми, миром, собой.

Кроме того, К. Рифф пыталась не только более детально и осознанно проанализировать и соотнести различные компоненты «самопринятия» с понятиями «самоуважение» и «самопринятия» (А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт, Е. Эриксон, К.Г. Юнг), но и включить признание человеком своих достоинств и недостатков, что несогласно с концепцией индивидуализации К.Г. Юнга и позитивной оценке человеком собственного прошлого (по Е. Эриксону, часть процесса эго-интеграции) [9, c. 39]. Кроме сказанного, утверждала, что эти составляющие содержат аналогичные компоненты и дополняют критерии положительного психологического функционирования.

Вслед за Е. Динер К. Рифф отмечает, что исследование психологического благополучия должно учитывать не только непосредственно измеряемый уровень благополучия, но и внутреннюю, индивидуальную систему координат личности, с которой человек соотносит собственно с счастьем.

Анализируя выше указанные теоретические подходы становится возможным выделить несколько обобщенных подходов в понимании счастья. К первой группе можно отнести взгляды, которые выделяют гедонистические и эвдемонистические учения (Н. Бредберн, Е. Динер). Хотя в своей сути проблема их соотношения остается открытой для дискуссии, а факт взаимосвязи гедонизма и эвдемонизма с проблемой получения счастья очевидны [18, c.101].

Взгляды К. Рифф поддержали А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт, К.Г. Юнг, Э Эриксон, которые рассматривают психологическое благополучие как проблему положительного функционирования личности и удовлетворения ее потребности в самореализации. Эти ученые, исследуя основные «контуры» психологического благополучия, отмечали, что главной причиной возникновения этого феномена является стремление личности к раскрытию своего потенциала – удовлетворение потребности в самореализации как «полноты самореализации человека в конкретных жизненных условиях и обстоятельствах, нахождение «творческого синтеза» между соответствием запроса социального окружения и развитием собственной индивидуальности» [6, c.68].

По мнению философа и психолога-гуманиста Е. Фромма, счастье проявляется в улучшении жизнеспособности, силы чувств и мышления, плодотворности. Оно выражает состояния здоровья всей личности. Созданая Е. Фроммом концепция счастья развивает идеи философов, которые считали, что истинное благо человека заключается не в том, чтобы удовлетворять свои желание, а в том, чтобы «полностью развить свои способности, самого себя как человеческого существа» [8, c.63].

Предложенная Ф. Хейлигеном эволюционно-кибернетическая теория рассматривает счастье в контексте психологического приспособления и сознательного контроля личности с отклонениями от оптимального состояния. Ключ счастья – в удовлетворении своих потребностей при помощи контроля 3-х компонентов:

* материальной компетентности (нужно иметь необходимые ресурсы или возможности для удовлетворения своих потребностей);
* познавательной компетентности (недостаточно, чтобы необходимые ресурсы просто существовали, нужно иметь способность найти их, узнать и эффективно применить);
* субъективной компетентности (недостаточно иметь ресурсы и уметь их находить, надо еще верить в свою способность решать проблемы, иначе у вас не будет мотивации сделать необходимые усилия).

Во второй трети XX века, под влиянием работ гуманистически ориентированных психологов (А. Маслоу, Г. Мэй, Г. Олпорта, К.Е. Роджерса, В. Франкла, Е. Эриксона и др.), феноменология счастья получила свое развитие в рамках позитивной психологии (М. Селигман, Дж. Вейланат, Д. Майерс, Е. Динер, К. Рифф, М. Чиксентмихайи и другие).

В отечественной науке также уделялось внимание изучению такой философской категории как «счастье». Наибольших успехов в данном направлении добились именно психологи [45, c.56-57].

В трудах ученых-психологов отечественного научного пространства источником счастливого бытия считался труд как общественно полезная деятельность. С.Л. Рубинштейн считал, что соотношение между конкретными мотивами и результатами деятельности определяет счастье человека и удовольствие, которое он получает от жизни.

А.М. Леонтьев считал, что человек действительно стремится к счастью, но к этому должна быть побудительная цель, двигаясь к которой, человек может почувствовать счастье, не заботясь об этом специально.

По мнению Б.И. Додонова, счастье следует рассматривать как специфическую интегративную эмоцию, которая имеет ряд функций, в частности, оценочную и ценностно-мотивационную [23, c.39]. П. Ильин отстаивает мысль, что счастье является составным психологическим образованием, который имеет когнитивный и эмоциональный компоненты [4,c.122].

Заслуживают внимания труды А.В. Ворониной, И.А. Джидарьян, Л.В. Жуковской, В.М. Духневича, С.В. Карскановой, Л.В. Куликова, Д.А. Леонтьева, М.П. Фетискина, П.П. Фесенко, А.С. Ширяевой и других, где исследовалась проблематика счастья и психологического благополучия человека.

Одним из главнейших факторов субъективного благополучия, а, следовательно, счастья А. Джидарьян называется членство в группах. Прежде всего имеются в виду малые группы. Качество зависит от благополучия группы, от значимости членства в них, степени удовлетворенности собственным положением, отношениями, групповыми феноменами и процессами. По определению психолога И.А. Джидарьян, счастье — это ощущение полноты бытия, состояние радости и удовлетворенности жизнью. В нем есть эмоциональный и когнитивный компоненты. Мы можем высчитать соотношение положительных и отрицательных эмоций за определенный отрезок времени. А когнитивный компонент — это оценка своей жизни, соответствие ее идеалам. Н.В. Виничук включает в счастье эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты и детерминирует его объективными и субъективными факторами [31, c.347].

Таким образом, можем заметить, что в исследовании человеческого счастья выделяется три подхода: «психология счастья», «аксиология счастья» и «социология счастья». Первый из упомянутых подходов рассматривает счастье как переживание, характеристику личности как «счастливого человека». В аксиологическом плане счастье — это «ценность, мера добра в жизни человека, идеал совершенства личности и бытия вообще». Социология счастья рассматривает счастье как общественное благо, а также определение и значение этой философской категории с социальной точки зрения.

В данном случае целесообразно рассмотреть целостные теории изучения феномена счастья не с позиций зарубежных и отечественных подходов, а с парадимального подхода.

Согласно теории целей и потребностей, счастье достигается только при достижении поставленных целей или удовлетворении потребностей — врожденных и приобретенных, осознанных и неосознанных; только реализация собственных желаний дает человеку ощущение счастья. По мнению М. Чекола, ощущение счастья — это коллекция счастливых моментов; такой же точки зрения придерживается и В.И. Зацепин [47,c. 25].

Опираясь на теорию К. Рифф, отечественные исследователи П. Фесенко и Т. Шевеленкова трактуют психологическое счастье личности как достаточно сложное переживание человеком удовлетворенности собственной жизнью, отражающее одновременно как актуальные, так и потенциальные аспекты жизни личности [17, c. 38]. Характеризуя переживания человеком состояния психологического благополучия, они отмечают, что любое переживание предусматривают сравнение его с нормой, эталоном, идеалом, которые присутствуют в сознании человека в виде какого-либо варианта самооценки или самосопоставления. На основе сложного переживания человеком удовлетворенности собственной жизнью авторами было выделено «актуальное психологическое благополучие» и «идеальное психологическое благополучия», именно последнее актуализируется в форме «счастья», Категория представления об «идеальной» выступает глобальным инструментом оценки человеком своего бытия. [9, c. 28].

П. Фесенко счастье рассматривает как интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, самопринятия, управления средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими), а также степени реализованности этой направленности, субъективно выражается в ощущении счастья, удовлетворенности собой и жизнью.

Теории наслаждения и боли исходят из положения, что достижение целей и удовлетворение потребностей ведет к субъективному ощущению счастья, иначе удовольствия, что снимает проблему боли и страданий. Данная теория предполагает, что человек испытывает потребность в чем-то лишь тогда, когда это «что-то» не достает в его жизни. Чем сильнее депривация, тем больше наслаждение по достижении желаемой цели. Те, кто наиболее интенсивно испытывают удовлетворение, также интенсивно испытывают и негативные эмоции. Теория утверждает, что при увеличении источников удовольствия автоматически увеличиваются и источники боли [30, c.92].

Теории деятельности утверждают, что счастье есть сопутствующий продукт человеческой деятельности. Счастье приходит в процессе деятельности, в процессе решения той или иной задачи. Как не вспомнить здесь Бернштейна, выдвинувшего лозунг «движение все, цель — ничто». Для достижения счастья необходима концентрация усилий человека на достижение целей и решение задач, а счастье при этом является побочным продуктом.

Сторонники восходящей теории считают, что субъективное ощущение счастья есть сумма некоторого числа маленьких удовольствий. Счастливая жизнь в целом представляет собой накопление счастливых моментов. В противоположность этому подходу нисходящая теория исходит из того, что для переживания счастья определяющей является установка на позитивное или негативное отношение, и эта установка определяет характер взаимодействия индивида и внешнего мира. То есть, человек может быть счастлив в той или иной ситуации по причине своей оптимистической установки, а — несчастлив по причине пессимистической установки, вне зависимости от реального характера вещей. Важно не то, что человек имеет, а то, как он к этому относится.

«Нисходящая» теория допускает, что счастливый человек может себя временно чувствовать несчастливым. «Восходящая» теория предполагает у счастливого человека наличие множества счастливых моментов [35, c. 53-54].

Ассоцианистские теории исходят из взаимосвязи счастья и свойств темперамента. Многие из этих теорий основываются на исследованиях ассоциативных связей памяти, феномена «обусловленного вызывания эмоций» на когнитивных принципах. То есть, теория исходит из того, что люди могут вызывать из памяти те воспоминания, которые созвучны их настоящему эмоциональному настрою. Личность с изначально позитивной структурой ассоциаций предрасположена реагировать на большинство событий позитивно. «Эмоциональное обусловливание» событий обеспечивает специфическую устойчивость субъективных представлений. Ассоцианистские теории предполагают, что счастливы те люди, чья жизненная ситуация подкрепляет существующий позитивный эмоциональный опыт [29, c. 149].

Теории сравнения рассматривают счастье как производное от взаимодействия существующих условий и личностных норм. В зависимости от этого человек может воспринимать свою жизнь как удовлетворяющую его и счастливую или наоборот. Каждый из нас определяет стандарт, воспринимаемый в качестве субъективной нормы. Если жизнь в актуальный момент превышает этот стандарт, то он будет испытывать ощущение удовлетворенности жизнью и счастье.

На наш взгляд, одним из существенных недостатков гедонистического подхода, является его так называемая двойственность, которая проявляется в том, что человек может вести себя по-разному, диаметрально противоположным образом: делая как добрые дела и одновременно цинично, жестоко вести себя с животными и теми кто слабее себя; приобретать эстетическое удовольствие от прекрасной музыки, вместе с тем уничтожая моральные идеалы других людей; быть патриотически настроенными и участвовать в волонтерских делах, при этом без зазрения совести манипулировать людьми ради собственных интересов, проявлять враждебность к окружающим и тому подобное. Можно определить, что эти негативные проявления являются следствием действия механизма защиты собственной несостоятельности, они обусловлены не столько борьбой с общественной моралью, сколько попытками выделиться из общей массы, доказать свою индивидуальность, особенность, знаковость, тем самым восстановив авторитет собственного Я. Гедонистическая теория сосредоточивает внимание на внутренних переживаниях человека – это сугубо субъективный взгляд на внешнее благополучие и внешние проявления счастья, что не отражает всей полноты и содержания личностных переживаний.

Заметим, что значимость эвдемонистического направления исследований, в отличие от гедонистических, позволяет учитывать роли личностных переживаний в соответствии с повседневными вызовами, выявлении и реализации своего действительного Я, личностном росте, самореализации и самоактуализации, что и является чертами восприятия и ощущения индивидуумом счастья. Не берется во внимание тот факт, что субъективное ощущение счастья и удовлетворенности собственной жизнью не непрерывно и будет зависеть от уровня самоактуализации личности. Поскольку самоактуализация – это сплошной процесс, а уровень психологического благополучия является срезом субъективного переживания жизненной ситуации личности на реальный момент времени. Таким образом, эвдемонистический подход комплексно раскрывает основную природу психологического благополучия индивида: полноту самореализации, возможность становиться субъектом собственной жизни, выполнять определенные социальные роли.

Таким образом, следует отметить, что данную проблематику считать разработанной, а тем более исчерпанной нельзя. Это еще раз подтверждает актуальность дипломного исследования. Анализ зарубежных и отечественных подходов показал, что обобщенной теорией к пониманию счастья на данный момент не одна из наук не обладает. Также можно сделать вывод, что наибольшую разработанность проблематика понимания счастья нашла именно в психологии и рассматривается в качестве уникального психологического состояния человека. Также из приведенных подходов следует вывод о том, что зарубежные теории преимущественно ориентированы на индивидуально-личностные особенности понимания счастья, в то время как отечественные подходы, преимущественно, склонны рассматривать феном «счастья» сквозь призму деятельностного и коллективистского подходов, которые несомненно являются наиболее развитыми в отечественной психологической науке [36, c. 55-57].

На основе анализа и обобщения научной литературы можно сделать вывод, что счастье – это «положительное функционирование личности ( К. Рифф); «хорошее функционирование» (Г. Деси); «системное качество человека, основанное на психосоматическом, психическом и психологическом здоровье» (П. Фесенко) и другие. Это понятие отражает состояние и особенности внутреннего мира человека, которые определяют переживание им благополучия и, соответственно, обуславливают поведение. Кроме того, анализ научной литературы и основных концепций демонстрирует, что в зарубежной психологической науке, несмотря на многоаспектность подходов, сформировались и утвердились определенные научные тенденции толкование феномена «счастья», прослеживается тенденция к объединению гедонистического и эвдемонистического подходов. Можно сделать предположение, что эвдемонистический подход дает возможность определить феномен счастья как способность человека реализовывать собственную индивидуальность, становиться и быть субъектом, творцом собственного жизненного пути через включение в определенную профессиональную деятельность, выполнение тех или иных социальных ролей. В то же время удовольствие понимается не только как телесное, но и как удовлетворение от достижения значимых целей [7, c.82].

Итак, изучение феномена счастья и его составляющих является результатом положительного позиционирования личности, переживание ею успехов или достижений в ее жизни, гармонии в личной жизни, реализации собственного потенциала и прочее. Учитывая вышесказанное, счастье сказывается прежде всего на качестве жизни личности, гармонии в личной жизни, переживания успехов или достижений, реализации собственного потенциала.

Также для ощущения счастья в браке важное место играет аттракция. Аттракция — это и процесс формирования привлекательности какого-то человека для воспринимающего, и продукт этого процесса, т.е. некоторое качество отношения. Эту многозначность термина особенно важно подчеркнуть и иметь в виду, когда аттракция исследуется не сама по себе, а в контексте третьей, перцептивной, стороны общения.

Эмоциональные отношения на первом этапе их развития предстают в виде симпатий и антипатий одного человека к другому. Межличностный, диадический характер эмоциональных отношений выражен здесь еще в минимальной степени. На первом этапе развития эмоциональных отношений именно аттракция выступает в качестве их ведущего компонента.

На первых этапах общения заметнее всего будет воздействие наиболее открытых для наблюдения характеристик человека, не требующих для своего опознания сколько-нибудь длительного времени, таких, как социально-демографическая принадлежность, символы социального статуса и т. д. Главной из таких характеристик является внешность, степень физической привлекательности. Естественно, на аттракцию влияют и некоторые особенности вербального и невербального поведения объекта. Так, большей популярностью пользуются люди, предпочитающие смотреть в глаза собеседнику, резко повышает аттрактивность человека улыбка, влияют на аттракцию и ряд индивидуальных характеристик объекта, таких, как тембр голоса, конституциональный тип и т. д.

Значимой детерминантой аттракции является и склонность человека к самораскрытию

Еще одной особенностью объекта, влияющей на аттракцию к нему, является характеристика, не столько в действительности присущая человеку, сколько приписываемая ему, — это его удачливость, т. е., представление о том, что даже в ситуации, не зависящей от собственной воли и поступков, его шансы на успех выше, чем у других. Обладание такими «свойствами» нередко повышает аттракцию к человеку

Большое влияние как на саму аттракцию, так и на характер ее зависимости от других переменных оказывает соотношение устойчивых свойств членов пары. В наибольшей степени в этом смысле изучено влияние на аттракцию степени сходства или несходства установок. Результаты подавляющего большинства работ свидетельствуют о Положительном влиянии совпадения или близости установок на аттракцию.

Другим классом свойств членов пары, влияние соотношения которых на эмоциональные отношения в паре следует рассмотреть, являются свойства личности.

Аттракцию можно рассматривать как особый вид социальной установки на другого человека, в которой преобладает эмоциональный компонент, когда этот «другой» оценивается преимущественно в категориях, свойственных аффективным оценкам.

В широком смысле под межличностной аттракцией понимается формирование положительного эмоционального отношения в процессе восприятия людьми друг друга.

Выделены различные уровни аттракции:

* симпатия,
* дружба,
* любовь.

Законы аттракции.

1-й закон: понять - это не значит принять. Нужно, чтобы ваша позиция (цель, интерес) совпадали с позицией другого человека - не противоречили друг другу.

Условия принятия:

* непротиворечивость того, что он должен сделать, его интересам, желаниям;
* необходимо показать ему, что действия, которые от него ожидаются, будут способствовать удовлетворению его потребностей;
* положительное отношение к сообщающему.

2-й закон аттракции: при прочих равных условиях люди легче принимают позицию того человека, к которому испытывают эмоциональное положительное отношение (симпатия, любовь, привязанность, дружба), и наоборот, труднее принимается позиция того человека, к которому испытывают эмоциональное отрицательное отношение (неприязнь, антипатия, ненависть). Согласно этому закону, людей можно разделить по шкале отношений [67].

## 1.2. Теоретические аспекты изучения представлений о счастье мужчин и женщин

Изучение проблемы понимания счастья остается крайне сложным из-за нехватки детально разработанных научных теорий в этой области. Понятие счастья до сих пор не имеет четкого определения, несмотря на попытки его определения в течение нескольких столетий. И как вполне справедливо отмечают исследователи, разные понятия счастья имеют только то общее, что обозначают что-то положительное, ценное. В другом же смысле они различаются между собой [3, c.19].

Каждый человек тем или иным путем пытается достичь счастья. Поиск счастья является центральной, системообразующей категорией в жизни личности. Однако на разных жизненных этапах, в том числе и в молодом возрасте, счастье ассоциируется (точнее подменяется) его деятельностным признакам (приподнятое настроение, осуществления желаний, материальное благополучие, состояние комфорта и т.п.). Мнимое счастье формирует желания, мечты личности, оформляется в смысложизненных целях. Человек прилагает немало усилий для достижения этих целей, объединенных идеей достижения счастливого бытия.

Проблема поиска счастья возникает заново для каждого поколения, поскольку молодежь имеет свои ориентиры, собственные доминирующие ценности, что составляет систему представлений о счастье, в значительной мере отличных от тех, что имеют предыдущие поколения. С этим связана ключевая проблема изучения данного феномена, так как добиться результата сегодня, обобщив все имеющиеся научные разработки в этом поле не означает, что данная теория будет актуальна в будущем. Таким образом, можно сделать вывод, что проблематика «счастья» крайне динамическая и требующая постоянного внимания и исследования категория, исходя из сегодняшних реалий.

На современном этапе развития общества постоянно растут требования к каждому его члену, при чем дифференциации по половому признаку не наблюдается, перед человеком стоит множество жизненных задач. Важными чертами современных мужчин и женщин считают активность, интеллектуальность, креативность, лидерство, но быстрый ритм жизни, потоки информации вызывают стрессовое состояние и повышают уровень тревожности. В таких условиях счастье кажется возможным и недоступным одновременно [10, c.69-71].

Поскольку счастье для мужчин и женщин – многокомпонентная модель идеального будущего, полезно знать, на какие ценности опирается это воображаемое счастливое бытие, для того чтобы понять вектор возможного развития общества. Духовные ценности, которые лежат в основе понятия счастья, создают комплекс морально-этических взглядов и установок, которые в определенный момент, по мере продолжения жизнедеятельности, становятся господствующими, наиболее актуализирующимися для того или иного общества. Сегодня приходится сталкиваться с тем, что многие люди не понимают, что ощущение счастья зависит не столько от достижения определенных благ, сколько от внутренней, духовной способности человека быть счастливым. Современный мир формирует в индивиде идеал счастья сквозь призму желания иметь и получать. Это навязывается еще молодым людям в качестве жизненно важной цели.

Общество сегодня все больше характеризуется как бездуховное, аморальное и материально обусловленное. Социум культивирует в индивиде такие качества, как индивидуализм, эгоизм, предприимчивость, стремление к успеху любой ценой.

Исходя из вышесказанного, можно заключить, что современные как мужчины, так и женщины часто не осознают свои глубинные потребности, вследствие чего истинные желания подменяются искусственными, навеянными массовой культурой и ближайшим окружением. По этому поводу еще философ Дарий писал, что далеко не все то, к чему стремятся люди, заслуживает того, чтобы его стоило стремиться. В конце концов начинается погоня за призрачным счастьем, которое к настоящему не имеет никакого отношения. Таким образом, в течение жизни, передвигаясь от цели к цели в поиске счастья, человек в итоге свыкается с осознанием того, что оно (счастье) так и не пережитое, не прочувствованное. Исходя из приведенного утверждения, возникает необходимость в уточнении понимания людьми сущности счастья.

Социально-психологические условия и настроения, кризисы и войны в социуме порождают депрессивные настроения и апатию, чувство «выученной беспомощности», когда человек перестает верить во всякую возможность достижения счастья. Несмотря на способность человека адаптироваться как к положительным, так и негативным жизненным переживаниям, привыкание к таким реалиям происходит не всегда. Следовательно, на оценку удовлетворенности жизнью напрямую влияет доминирующее эмоциональное состояние, поскольку оно рассматривается в качестве непосредственного индикатора ощущения субъективного благополучия. Общество должно быть заинтересовано в сохранении психологического здоровья детей, подростков и молодежи не зависимо от пола, в формировании у них этого ощущения, которое станет кирпичиком фундамента будущего благополучия того окружения, в котором они живут [15, c. 10].

Представление человека о счастье заложены в его личностной системе ценностей и выражают отношение к миру. Существует множество интерпретаций и его счастье составляющих, поскольку на все существующие представления о их сущности накладывают отпечаток этнокультурные характеристики того или иного народа. Счастье является идеалом бытия, и отличия этого идеала прослеживается как на индивидуальном уровне, так и на макроуровнях в разрезе этносов и эпох. Поэтому само понятие счастья является и остается многогранным, наполненным множеством смыслов, и отражает культурные, психологические, экономические и социальные доминанты, существующие в том или ином социуме.

Большинство ученых придерживаются точки зрения, что счастье в основном зависит от качеств человека и его характера. Действительно счастливые люди владеют внутренним локусом контроля, оптимизмом, высокой самооценкой. Кроме того, на счастье, как на субъективное благополучие индивида значительное влияние оказывают такие личностные черты, как экстраверсия и нейротизм; когнитивные процессы и характеристики личности (особенности ценностно-мотивационной сферы, наличие жизненных целей, идентичности); этнические и культурные отличия. Именно личностные особенности каждого отдельно взятого индивида, а не гендерные отличия зачастую становятся основополагающими для ощущения счастья.

В данном аспекте, исходя из цели и задач данного исследования, нужно поднять вопрос о формировании представлений о счастье у мужчин и женщин. Целесообразно начать данное рассмотрение в контексте семейно-брачных отношений с точки зрения социально-психологической позиции.

 Исследуя различные подходы к интерпретации понятия «удовлетворенность браком» и ощущения счастья в нем, было обнаружено, что в психологической науке нет единой концепции понятийного аппарата данного вопроса в рамках семейной психологии, а также существуют определенные разрозненные факторы, влияющие на удовлетворенность супругов браком. Вступая в брак, человек стремится обогатить, наполнить свою жизнь новым содержанием. Люди надеются на то, что после того, как они поженятся, их жизнь станет лучше и интереснее. Эти надежды лежат в основе создания будущей семьи. Когда надежды начинают таять, появляется реальная угроза браку [7, c. 112].

В социологической науке существует следующая интерпретация понятия удовлетворенности браком, как характеристики «субъективной оценки каждым из супругов характера их взаимоотношений». Семья при этом рассматривается с точки зрения ее собственных динамических изменений, аналогичным процессам в малой группе. Часто употребимыми синонимами термина «удовлетворенность браком» являются «успешность брака», «сплоченность семьи», «совместимость супругов» и тому подобное [23, c. 144].

Стабильность брака, удовлетворенность браком и ощущение себя счастливым в браке являются достаточно связанными характеристиками, отражающими различные уровни отношений супругов:

* Первым, самым общим, является уровень устойчивости брака, то есть юридическая сохранность брака (отсутствие развода).
* Вторым уровнем выступает уровень «приспособления в браке», «адаптированности супругов».
* Третий уровень является наиболее глубоким. Это уровень «успеха» или «успешности» брака, который характеризуется совпадением ценностных ориентаций супругов [29, c. 87-88].

Супружеская удовлетворенность браком есть не что иное, как субъективное восприятие людьми характера взаимодействий в паре сквозь призму социокультурных норм и эффективности функционирования семьи в плане удовлетворения индивидуальных потребностей супруга. Так, в одном из исследований были выделены три блока факторов, влияющих на качество семейных отношений.

В психологическом исследовании семьи и супругов основной акцент ставится на изучении именно удовлетворенности браком. Большинство специалистов определяют ее как внутреннюю субъективную оценку, отношения супругов к собственному браку. Наиболее полное определение именно удовлетворенности браком дает С.И. Голод: «Удовлетворенность браком, очевидно, складывается как результат адекватной реализации представления (образа) о семье, сложившегося в сознании человека под влиянием встреч с различными событиями, составляющими его опыт (действительный или символический) в данной сфере деятельности» [12, c.70].

Важными индикаторами удовлетворенности/неудовлетворенности браком является качество семейных отношений, которое выражается в уровне эмоциональных отношений, содержании и частоте общения, совместном отдыхе; участие супругов в исполнении семейных обязанностей; материальное обеспечение семьи и участие жены и мужа в этом процессе; наличие детей, отношение к ним и участие супругов в их воспитании; роль сексуальных отношений; отношение к разводу и разрушению аттракции, а также наличие или отсутствие внебрачных отношений.

Однако нельзя сбрасывать со счетов гендерный аспект в ощущении счастья, в этом отношении необходимо актуализировать влияние культорологического фактора и гендерных стереотипов, которые непосредственно влияют на формирование устойчивого чувства счастья [4, c.50-52].

В последнее время популярность приобретает еще одна форма счастья – самореализация, однако с небольшой поправкой: для женщины значимее если при этом есть семья и любящий муж. Чтобы мужчина чувствовал себя счастливым, ему необходимо общение с друзьями (в баре, во время спортивных развлечений или рыбалки) не менее двух раз в неделю. К такому выводу пришли ученые Оксфордского университета. Вместе с тем у него должна быть любящая и понимающая жена, которая делает мужчину счастливым.

В последнее время в психологической науке приобретает популярность изучение, рассмотрение и понимание счастья сквозь аксиопсихологические аспекты. В строгом философском толковании счастье в рамках данного подхода отождествляется с понятием «эвдемонизм» - этическим направлением, которое трактует счастье, блаженство в качестве мотива и цели всех человеческих устремлений [16, c.195]. Сторонники евдемонизма (Е. Дюринг, Л. Фейербах, А. Шефстбери и др.) считали счастливым того человека, духовные и телесные способности которого могут беспрепятственно развиваться, благодаря всестороннему развитию. Эвдемонизм может иметь различные оттенки: быть грубым, брутальным (чувственное удовольствие) или утонченным (удовольствие от высших чувств); может иметь в виду единичное удовольствие (гедонизм) или общую пользу (утилитаризм). Заметим, что в историко-научной перспективе психология развивалась в контексте философского знания, где проблемы счастья нашли свое отражение в противоборстве двух основных этико-психологических концепций счастья - гедонизма и эвдемонизма. Наиболее полно идеи эвдемонизма в их первоначальном варианте выражены в учении Эпикура, для которого стремление к удовольствию является основой нравственного поведения, а именно удовольствие высшим благом. Идея счастья-эвдемонии лежит и в основе этической концепции Аристотеля, согласно которой состояние счастья-блаженства как высшего совершенства предполагает стремление человека соответствовать своему предназначению («даймону») или «подлинному Я», которое обретается путем развития всех потенций, заложенных не только в видо-типовых особенностях человека, но уникальным образом представлены в каждом человеческом индивиде [29, c. 39-40].

 Итак, идеи гедонизма и эвдемонизма определили два основных вектора в становлении психологии счастья. Первые получили развитие в бихевиоризме, психоанализе и даже основали отдельное направление психологии - гедонистическое, другие - нашли отражение во многих современных теориях личности - гуманистической, экзистенциональной и позитивной психологии, в частности, в представлениях про полноценно функционирующую личности К. Роджерса, личностную идентичность Э. Эриксона, самоактуализацию А. Маслоу, личностную выраженность А. Уотермана, психологическую теорию субъективного благополучия Э. Динера и др., концепцию аутентичного счастья М. Селигмана и т.д. [33, c.71].

В широком смысле счастье - это эмоциональное состояние (эмоция), при котором человек испытывает внутреннюю удовлетворенность условиями своего существования, полноту и осмысленность жизни, и осуществление своего назначения; осознание позитивности контекста собственного существования.

По нашему мнению, счастье является ценностной категорией, отражает удовлетворенность желанным; безграничную радость бытия.

 В общем, психологическое определение исследуемого феномена связано с пониманием его как ощущения полноты бытия, радости и удовлетворенности жизнью, лежащих в основе оптимального, здорового и эффективного функционирования личности [3, c.25].

Синонимами термина «счастье» являются: большая радость или удовлетворение, благополучие, благодать, блаженство, удовлетворенность жизнью, наслаждение, удача.

 Отметим, что до 60-х годов XX века затронутая проблематика находилась вне поля зрения научной психологии. Ее систематическое исследование в психологической науке началось в последние десятилетия, прежде всего в гуманистической и позитивной психологии. В частности, в рамках гуманистической психологии стоит отметить представление А. Маслоу о самоактуализации и учение о смысле жизни Франкла [16, c.197].

 Так, А. Маслоу обнаружил, что ситуации самоактуализации встречаются в жизни всех людей. Краткие моменты в самоактуализации личности Маслоу назвал «вершинными переживаниями», т.е., другими словами, - это особенно радостные и волнующие моменты в жизни человека; обобщение лучших моментов человеческого существования, счастливейших моментов жизни, экстаза, огромной радости, блаженства. «Вершинные переживания» вызываются сильным чувством любви, под воздействием шедевров искусства, в религиозном экстазе и др., когда мир представляется целостно, человек забывает о своем «Я», оказывается вне времени и пространства, остро ощущает позитивные ценности окружающей среды - истину, добро, красоту, справедливость и тому подобное. Главное, что в такие моменты человек в значительной степени чувствует себя самим собой, а также решительным и целеустремленным, ответственным, надежным, спонтанным, честным, самодостаточным, творческим [27, c. 59].

 Проблема смысла жизни неоднократно поднималась в экзистенциональной философии, психологии и психотерапии XX века, таких ее направлениях, как философский иррационализм (С. Кьеркегор), философия жизни (В. Дильтхей), феноменология (Э. Гуссерль), экзистенциальные направления (Н. Гайдеггер, Ж.П. Сартр, К. Ясперс), русской религиозной философии (П. Флоренский, Л. Шестов), философской антропологии, психоанализе, логотерапии и др.

В. Франкл в контексте собственного подхода к логотерапии противопоставлял обретение смысла чувственному удовлетворению. Он отрицал учение 3. Фрейда о доминирующей роли принципа удовольствия в психической жизни человека, считая удовольствие не целью, а следствием удовлетворенности человеческих желаний. По его мнению, человек стремится не к счастью-удовольствию, а к смыслу. Последнее рассматривается ученым, как основа настоящего счастья [12, c. 56]. В. Франкл выделил три пути реализации смысла: деятельность, переживание ценности, страдания. В контексте жизненных ценностей А. Ленгле предлагает такие трактовки понятия смысла:

 1. Выполнять задание, которое стоит перед тобой. Речь идет про ту единственную ценность, которая в конкретной ситуации должна рассматриваться как наивысшая.

2. Смысл - дитя свободы.

3. Смысл - это возможность.

4. Видеть смысл означает постичь целое.

5. Смысл - это всегда островок безопасности в океане бытия.

6. Смысл на все времена - его мы не постигнем. Гибкость.

7. Смысл нельзя выдумать.

8. Смысл может найти любой человек, при условии способности принимать решения.

 9. Смысл является средством ориентации к полноценной жизни [7, с. 14-20].

Следовательно, рассуждения о смысле жизни выражают социальную, психологическую и нравственную сущность человека. Они вытекают из человеческого стремления не просто жить, но и проектировать свою жизнь, признавать его социально оправданным и целесообразным.

 Из пространства предлагаемых обществом ценностей человек выбирает - предпочитает, отказывается, борется «за» или «против», взвешивает собственные ценности. «Ценности - это не то, за что платим, а то, ради чего живем» [9, с 36]. Только в ходе авторского, субъектного, выстраданного собственно личностью выбора любая общественная ценность становится индивидуальной. За этим иногда нелегким выбором - эмоциональное отношение человека к окружающей среде и самому себе. Он ищет смысл жизни, который представляет собой «чувство ценности чего-либо для «Я» [ 8, с. 516].

По К.А. Абульхановой, «смысл жизни - это своеобразное чувство своей субъектности, возможности творчества жизни, это - не только когнитивное образование, а переживание личностью своей включенности в жизненные структуры, причастности к общественным ценностям, полноты своего самовыражения, интенсивности взаимодействия с жизнью» [1, с. 16]. Смысл дает человеку силы жить, то есть он является источником энергии. В такой ипостаси смысл направлен в будущее. Чем больше человек находит смысла своему существованию, тем длиннее перспектива, тем больше планов и тем на более высокие цели человек склонен претендовать. Другими словами, наличие смысла предполагает большое будущее. Смысл выступает своеобразным оправданием прожитой жизни. Здесь смысл - ретроспективный. Человек рассматривает свое прошлое с позиций жизненного смысла и оценивает, «зря прошла жизнь или нет». В данном случае реализуется ценностный характер смысла, смысл жизни выступает как определенный идеал для сравнения [3, с 108].

 Как представляется, в свете темы дипломного исследования целесообразно обратиться и к идеалу. Рассуждая об идеале как предпосылке смысла жизни и счастья, мы имеем в виду возможность его достижения, хотя и не абсолютную, что объясняется его внутренней природой. Идеал, как и цель, существует в пределах возможного и достижимого. Если бы идеал был бесконечно далеким и недостижимым, то жизнь и стремления превратились бы в бессодержательную игру, цель перестала быть целью, а личность лишилась бы надежды на лучшее. Поэтому признание достижимости идеала дает импульс к деятельности и, определяя ее целеустремленность и перспективу, придает жизни определенный смысл и наполняет индивида чувством счастья [44, c. 121].

 Одним из аргументов в пользу выделения позитивной психологии как дисциплины была необходимость развертывания собственно-психологических исследований счастья. Позитивная психология со своего зарождения в конце прошлого века поставила цель изучить пути и возможности достижения человеком хорошей и достойной жизни, процветания. Главным в позитивной психологии был вопрос операционализации и измерения счастья. После длительных дискуссий за условную меру счастья была принята характеристика «субъективного благополучия», связанная с удовлетворенностью жизнью и положительными эмоциями. Для измерения счастья были созданы Шкала удовлетворенности жизнью Динера, Шкала счастья Фордиса, аффективный баланс Брендберна и др.

Эмпирические исследования подтверждают взаимосвязь удовлетворенности различными сферами жизни индивида - социальной, сексуальной, личностной, семейной, межличностной, трудовой, образовательной с благополучием, с одной стороны, и психологическим дистрессом, - с другой, и идею о том, что на полноту ощущения человеком счастья влияют принадлежность к религии, досуг, удовлетворенность трудом, чувство юмора, искусство, занятия спортом, социальные нормы и тому подобное [36, c.12 ].

 Г. Эммонс с позиций «целевого» подхода обобщил свои исследования и труды других авторов о соотношении собственных устремлений человека и его благополучия. Он рассматривал индивидуальные различия в контексте мотивации личности, учитывая при этом концепцию духовности. В частности, подтвердилась его уверенность в том, что, когда люди ориентируют свою жизнь на достижение духовных результатов, им свойственно переживать его как настоящее, цельное и осмысленное. Майерс и Динер показывают, что личность - это основная детерминанта длительного счастья и благополучия. Проведенный мета-анализ (Г. Копер) исходит из гипотезы о том, что целенаправленные стремления отражают дополнительные влияния личности на жизненное благополучие. Майерс и Динер пришли к выводу, что существует три принципа, которые должны приниматься во внимание в теории счастья:

1) благодаря адаптации индивида влияние жизненных событий кратковременно;

2) жизненные события должны интерпретироваться в пределах мировоззрения соответствующей культуры, которая рассматривает их как источники страдания или возможности для роста;

3) цели и ценности людей могут вносить вклад в общий уровень счастья [10, с. 89].

Последний принцип лежит в фокусе ряда исследований Г. Эммонса.

 Концепция «аутентичного счастья» Селигмана рассматривается как идентификация, развитие наиболее сильных сторон личности и использование их в жизни. Автор показал, что для ощущения подлинного счастья необходимо обращаться к сильным сторонам собственной личности. Аспектами аутентичного счастья, по мнению ученого, являются: «семейный круг», «индивидуальный уровень» счастья, «объективное качество жизни», «субъективное качество жизни» [53, c.149-150].

 М. Селигман отмечает, что счастье включает в себя одновременно два типа переживаний: удовольствие и удовлетворенность. Первое - имеет сильный чувственно-эмоциональный компонент (экстаз, восторг, оргазм и т. п.) и в нем не задействованы когнитивные процессы. Другое - возникает тогда, когда мы занимаемся любимым делом, что не обязательно предполагает сильные чувства, зато важным является полное увлечение такой деятельностью, когда мы растворяемся в ней, сталкиваясь при этом с сильными сторонами нашей личности.

 В постсоветской психологии исследования разных аспектов проблемы счастья проводят ученые И.А. Джидарьян, Д.А. Леонтьев, В.А Петровский, А.И. Шапиро и др.

 Оценка собственной жизни в плоскости счастливая-несчастливая определяется осознанным выполнением личностью своей жизненной программы, реализация которой воспринимается ею как жизненный успех. Успех - цель достигнута, что имеет смысл для личности. Счастье - удовольствие от собственно процесса в реализации успеха. Каждый следующий жизненный успех является толчком, трансформирует личность и влияет на его ценности, жизненные цели и способы их достижения. Они могут частично видоизменяться, дополняться, меняться кардинально. Завершенная трансформация влияет на те факторы, которые личность будет считать для себя успехом на определенном жизненном отрезке. Оценка собственной жизни как счастливое-несчастливое возможное для личности в вертикальном временном измерении при условии владения ею диалогичностью в контактировании с интра - и экстрапространствами. Стабильной остается готовность личности к изменениям. Ведущими эмоциями является удивление, интерес перед многогранностью внутренней жизни и его внешним проявлением. Отношение к жизни как к тайне, которую интересно раскрывать [6, c. 67].

 Такой подход к жизненному успеху личности в значительной степени соответствует постнеклассическом уровне развития психологии, поскольку не все можно измерить, с точностью рассчитать, предусмотреть [5, с. 124]. Описывая стратегию жизненного успеха, А.В. Иващенко и Н.А. Щербакова отмечают, что она:

* предусматривает индивидуальное решение своей жизненной судьбы, наличие внутреннего самоконтроля, чувства ответственности за свою жизнь, поступки, поведение;
* состоит в творческом постижении ценности своей жизни, что проявляется в интересе, увлеченности, удовлетворенности и постоянном поиске индивидуальной стратегии;
* предоставляет возможность каждому человеку изменить свою жизнь, улучшить ее, создав для этого условия, которые пока что отсутствуют [2, с. 73].

 Отметим, что притязания жизненного успеха предусматривают самоуважение, высокую аутосимпатию, устойчивую ценностно-смысловую сферу, наличие смысложизненных ориентаций, положительный эмоциональный фон собственного прошлого, настоящего и будущего; отсутствие переживания хронического стыда, сверхтребований и преследований самого себя, сверхобощенности, абсолютизации оппозиции «все–ничего», «всегда – никогда», «хорошее – плохое», «публичного самосознания», то есть восприятие себя как социального объекта, развития идентичности по негативному сценарию, эффекта неузнаваемости себя во взрослом возрасте [5, с. 132].

 Для того, чтобы доказательства жизненного успеха начали работать на человека, он должн согласовать свою внутреннюю жизнь со своим настоящим Я, которое является положительным априори, тогда наступают соответствующие изменения в виде жизненного успеха в его внешней жизни. Для осуществления этого нужен ряд последовательных шагов: осознание смысла своей жизни, формулирование его главной цели, отход от своего „детского Я", здоровое чувство собственного достоинства, самоуважение, способность согласиться с собой, другими, своей жизнью, как бы она до сих пор не развивалось, поддержание собственной честности и естественности, развитие харизмы [40, c. 37].

Толкование феномена счастья не лишено разночтений. Даже те, кто согласен, что счастье - это удовлетворенность жизнью, могут колебаться между разными интерпретациями этой удовлетворенности - конкретной и абстрактной, объективной и субъективной, реальной и идеальной, широкой и узкой. Смысл жизни, являясь следствием смыслового характера социальной деятельности, является психологическим фундаментом счастья. В свою очередь, последнее выполняет функцию психологического стимула жизни [48, c. 302-303].

Смысл жизни, программируя человеческую деятельность, задает каждому акту поведения конкретный вектор и содержание, выражает их целеустремленность. Смысл жизни раскрывается как критерий мировоззренческой и нравственной зрелости личности, связанный с мерой общественной ценности, значимости жизнедеятельности субъекта. Понятие счастья обладает особой рефлексией, поскольку для того, чтобы сполна быть счастливым, нужно не только чувствовать счастье, но и осознавать это ощущение в контексте его условий. Достижения истинного счастья и осмысленной жизни свидетельствует о непрерывном личностном росте в процессе социального бытия, в котором мы видим активную сознательно-творческую деятельность способа собственного бытия [29, c. 16].

Уровень человеческого счастья подвержен серьезным влияниям из вне, чаще всего на его уровень влияют стереотипы о счастье, семейном благополучии и т.д. именно несовпадение с этими «базовыми» принципами может влиять на уровень счастья индивида. Такие стереотипные взгляды на счастье часто является причиной семейных неурядиц, разводов, разрушения аттракции, поскольку у супругов могут не совпадать представления о браке и семье, семейные роли, и тому подобное. Они могут помешать в выборе пары – адекватному пониманию и восприятию особенностей, потребностей, взглядов и прав противоположного пола.

Таким образом, можно сделать вывод, что проблематика «счастья» носит междисциплинарный характер. Данное обстоятельство продиктовано сложностью исследуемой категории. Необходимо отметить, что «счастье» рассматривается в философии, эстетики и конечно же психологии. В рамках семейно-брачных отношений проблематика представления о счастье в гендерном аспекте рассмотрена явно недостаточно, это порождает достаточно много дискуссий и несогласованность в направлениях эмпирических исследований. Среди наиболее значимых компонентов в понимании «счастья» в ракурсе семейно-брачных отношений следует считать аттракцию двух супругов. Также решающее значения для ощущения себя счастливым в браке является конфортность, эмоциональная близость и т.д. Необходимо акцентировать внимание на том, что на формирование счастья человека в значительной степени влияют как эндогенные факторы (личностные качества, темперамент, характерологические особенности и т.д.), так и экзогенные факторы (социальное положение, уровень доходов, взаимоотношения с окружающими и т.д.)

# Глава 2. ЭМПЕРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СЧАСТЬЕ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКТОР БЛАГОПОЛУЧИЯ БРАЧНО-СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

## 2.1. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Для данного исследования была подобрана выборка, которая позволит реализовать поставленные задачи и цели работы. Исходя из того, что работа представляет собой сравнение испытуемых по гендерному аспекту в ракурсе брачных отношений в исследовании приняли участие 30 супружеских пар. Общее количество респондентов - 60 человек.

Для удобства проведения сравнительного анализ выборка была разделена по возрастным категориям:

18-25 лет;

26-35 лет;

36-45 лет.

Количественное распределение испытуемых с учетом гендерного аспекта представлены на гистограмме 2.1.(рисунок 2.1)

Рисунок 2.1.

Возрастное распределение испытуемых с учетом гендерного аспекта

9

17

4

14

12

4

18-25

26-35

36-45

Мужчины

Женщины

Анализ возрастного разброса, исходя из гендерных показателей аспекта свидетельствует, что удельный вес женщин более «молодого возраста» несколько преобладает. Средний возраст по всей выборке – 28,3 года. Средний возраст по группе женщин составляет 24,7 года, в то время как по группе мужчин составляет 30,1.

Исходя из того, что в дипломном исследовании особую актуальность приобретают социальные характеристики выборки, нами были собраны первичные данные относительно уровня образования испытуемых, места жительства, уровня доходов.

Сразу отметим, что 100% испытуемых проживает в городе, поэтому останавливаться на данной характеристике не имеет смысла.

По уроню образования испытуемые распределились следующим образом гистограмма 2.2 (рисунок 2.2.).

Рисунок 2.2.

Распределение испытуемых по уровню образования

Данная характеристика может быть важной при анализе результатов, так как в отдельных теоретических разработках указывалось, что уровень образования положительно коррелирует с ощущением счастья.

Довольно интересные результаты были получены при анализе уровня доходов. Здесь необходимо отметить, что очень ярко выразились отличия по гендерному признаку, так как при сборе первичной информации испытуемые указывали не фиксированные суммы, а определяли уровень своего благосостояния. Именно субъективная оценка уровня своего благосостояния отразилась в представленном распределении гистограмме 2.3 (рисунок 2.3.).

Рисунок 2.3.

Уровень доходов испытуемых

3

12

7

6

2

0

3

12

9

6

Низкий

Ниже среднего

Средний

Выше среднего

Высокий

Мужчины

Женщины

Характер видимых отличий может находиться в плоскости социальных стереотипов, а именно общественных предствалений о том, что мужчина является «кормильцем семьи», поэтому мужчины в данном социальном аспекте могут испытывать некоторый дискомфорт, их стремление к высокому заработку вызывает повышение уровня притязаний и как следствие субъективная оценка своего дохода у мужчин ниже по-показателям, чем у женщин.

Таким образом, выборка в исследовании полностью отображает его специфику. Расчет репрезентативности выборки не проводился, поэтому экстраполяция результатов на генеральную совокупность затруднена.

Для достижения поставленных задач, и проверки гипотезы исследования был подобран соответственный психодиагностический инструментарий:

* Опросник ПЭА (А.Н. Волковой);
* Опросник «Шкала любви и симпатии» (З.Рубин, модификация Л.Я. Гозман, Ю.Е. Алешина);
* Тест-опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко);
* Оксфордский опросник счастья (OHI, Oxford Happiness Inventory).

Данный психодиагностический инструментарий позволяет оценить присущий человеку уровень счастья, а сопоставить оценить влияние уровня субъективного ощущения счастья на удовлетворенность браком и взаимоотношения в паре.

Рассмотрим психодиагностический инструментарий более детально, исходя из особенностей шкал.

*Опросник ПЭА (А.Н. Волковой* [67]*.*

Опросник предназначен для оценки степени понимания, эмоциональной привлекательности и уважения партнеров в браке.

Опросник состоит из 45 утверждений, которые касаются взаимоотношений между партнерами в браке. В текст опросника заложены три шкалы: понимание, эмоциональное притяжение и авторитетность (уважение). Каждая шкала включает по 15 вопросов-утверждений.

*Опросник «Шкала любви и симпатии» (З.Рубин, модификация Л.Я. Гозман, Ю.Е. Алешина*[68]*.* Шкалы: шкала любви, шкала симпатии, общий уровень эмоциональных отношений в диаде.

Тест предназначен для определения, что преобладает во взаимоотношениях: любовь или симпатия.

Изначально шкалы любви и симпатии З.Рубина представляли собой 2 набора высказываний, в каждый из которых входило 13 пунктов, затем по мере работы над созданием методики количество утверждений было уменьшено до 9. При составлении шкал опросника З.Рубин исходил из определенных теоретических представлений о внутренней структуре измеряемых феноменов.

В частности, важными для измерения представлялись три компонента любви: привязанность, забота и степень интимности отношений.

Шкала симпатии регистрирует: степень уважения, степень восхищения и степень воспринимаемого сходства объекта оценки с респондентом.

В окончательный вариант методики, адаптированной Л.Я.Гозманом и Ю.Е.Алешиной, включены 14 пунктов.

*Тест-опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко)* [69]*.* Тест предназначен для экспресс-диагностики степени удовлетворенности-неудовлетворенности браком. Опросник представляет собой одномерную шкалу, состоящую из 24 утверждений, относящихся к различным сферам: восприятия себя и партнера, мнения, оценки, установки и т.д. Данная методика не только констатирует картину существующих супружеских отношений, но и дает возможность понимания субъективного мира, исследуемого во всей его сложности.

*Оксфордский опросник счастья (OHI, Oxford Happiness Inventory*[70]*.* Методика Оксфордский опросник счастья предназначена для измерения уровня счастья человека в целом.

Опросник применялся в большинстве проводившихся в Оксфорде исследований.

В научных концепциях было установлено, что счастье — единый фактор человеческого опыта, однако оно состоит по крайней мере из 3-ех, отчасти независимых, показателей: удовлетворенности жизнью, положительных эмоций и отсутствия отрицательных эмоций.

Для обработки результатов исследования применяются методы первичной и вторичной статистической обработки.

Первичные методы статистической обработки:

Среднее значение:



Дисперсионный анализ [71, c. 562]. Дисперсионный анализ в исследовательских работах выполняет несколько существенных функций: во-первых, показывает, насколько частные значения отклоняются от средней величины. Следует иметь ввиду, что когда мы оперируем средними значениями для описания результатов, указание отклонения необходимо, для полного понимания сущности значений. Во-вторых, данное значение используется для ряда других расчетов, в том числе для вычисления линейной корреляции. Вычисляется по формуле:



Где:

- выборочная дисперсия

- частное значение показателя в выборке

- среднее значение по показателю

N – количество значений в выборке

Линейная корреляция [71, c. 578]. Данный показатель позволяет утверждать, как один показатель влияет на другой. Например, влияние уровня успеваемости подростков на уровень агрессивности.

Коэффициент линейной корреляции по Пирсону вычисляется по такой формуле:



Где:

- корреляция по Пирсону;

- частное значение показателя по первому сравниваемому признаку;

- частное значение показателя по второму сравниваемому признаку;

 - средние значения по сравниваемым признакам соответственно;

 - дисперсии по показателям соответственно;

N – количество значений в выборке

t-критерия Стьюдента [71, c. 568]. При выполнении исследований любого уровня зачастую появляется необходимость сравнения средних величин между собой.

При использовании данного критерия прежде всего необходимо определить степень погрешности исследования, но нужно помнить, что уровень погрешности на уровне 5% для любого научного исследования, включая диссертацию, является приемлемым. Итак, данный критерий вычисляется по следующей формуле:



t – критерий Стьюдента;

- средние значения по показателям методики

- отклонение от выборочного среднего, вычисляется путем деления значения дисперсии на количество значений.

Таким образом, психодиагностический инструментарий и методы статистической обработки полученных результатов позволяют в полной мере реализовать поставленные задачи и достигнуть цель работы.

## 2.2. Удовлетворенность браком как ведущий фактор благоприятных брачно-семейных отношений

Рассматривая ощущения счастья с точки зрения гендерного аспекта, необходимо понимать, что ведущую роль в субъективном ощущении счастья всегда играет удовлетворенность браком индивида, которая в данном случае может быть рассмотрена с двух позиций: первая – благополучие брака оказывает непосредственное влияние на ощущение себя человеком счастливым; вторая – ощущения человеком себя счастливым позволяет привнести в брак положительные эмоции, стабильность и как следствие повысить уровень удовлетворенности и благополучия последнего.

Наверняка никто не сможет отрицать тот факт, что именно ощущения счастья в семье, эмоциональной стабильности и благополучия, является основой стабильных и прочных брачно-семейных отношений. Для установления зависимости ощущения себя счастливым человеком и удовлетворенности браком проанализируем уровень счастья испытуемых при помощи методики Оксфордский опросник счастья (OHI, Oxford Happiness Inventory) в разрезе социальных факторов, а именно:

* Гендерного аспекта;
* Уровня образования;
* Уровня доходов.

Рассмотрим особенности ощущения себя счастливым в процентном соотношении (рисунок 3.1.)

Рисунок 3.1.

Результаты исследования уровня счастья по методике Оксфордский опросник счастья (OHI, Oxford Happiness Inventory)

В рамках настоящего исследования не последнюю роль играют социальные факторы, поэтому вызывает интерес гендерное распределение по данному критерию (рисунок 3.2.)

Рисунок 3.2.

Особенности гендерного распределения по методике Оксфордский опросник счастья (OHI, Oxford Happiness Inventory)

Из приведенных выше данных следует, что женщины в целом ощущают себя более счастливыми, однако, чтобы утверждать данный факт необходимо провести математико-статистическую обработку полученных данных. Это даст возможность подтвердить или опровергнуть выдвинутые нами предположения. В данном случае целесообразно применить критерий Стьюдента, который позволит сравнить средние показатели по двум группам выборки и оценить степень статистической значимости различий.

Отметим, что в данном случае расчеты будут проведены с вероятностью допустимой статистической ошибки в 5%, данная вероятная ошибка является вполне допустимой для научных исследований. Для заданного числа степеней свободы, критическое значения t-критерия Стьюдента равно 2,002. Эмпирическое значение в данном случае приобретает значение 2,031 – это позволяет утверждать, что различия между средними значениями выборки по гендерному признаку можно считать статистически достоверными. Отсюда, можно утверждать, что женщины ощущают себя более счастливыми нежели мужчины.

На уровень счастья также оказывают влияния ряд других факторов, в настоящем исследовании мы прибегнем к анализу двух таких факторов – уровень доходов и образования.

Рассмотрим данные факторы сквозь призму гендерных аспектов и ощущения себя счастливым человеком.

Исходя из приведенных данных (рисунок 3.3.), можно сделать выводом о том, что уровень образования имеет непосредственное влияние на уровень счастья. При чем, чем выше уровень образования, тем чаще люди ощущают себя счастливыми. В данном случае имеет место быть прямая пропорциональная зависимость. Однако исходя из того, что в данном случае был проведен качественный анализ (во внимание принимались анкетные данные испытуемых) не представляется возможным провести статистический анализ полученных результатов.

Рисунок 3.3.

Уровень «счастья» испытуемых в разрезе уровня образования

Рисунок 3.4.

Уровень «счастья» испытуемых в разрезе субъективной оценки их уровня доходов

Анализ результатов показал, что субъективная оценка своего уровня доходов непосредственно влияет на уровень счастья испытуемых в равной мере как для мужчин, так и для женщин. Следует отметить, что в данном случае также, как и в предыдущем отмечается прямая пропорциональная зависимость. т.е. чем выше уровень доходов, тем выше уровень счастья. Также необходимо отметить, что в данном случае зависимость еще более очевидна, но, как и в случае с уровнем образования качественный анализ анкетных данных не позволяет провести математико-статистический анализ. Именно математико-статистический анализ мог бы окончательно подтвердить выдвинутые тезисы. В данный момент мы можем только оперировать качественным анализом анкет испытуемых, но в то же время даже данный анализ дает колоссальный материал для фиксации, обработки и осмысления.

В данном ракурсе имеет большое значение удовлетворенность браком испытуемых, для данного исследования была использована методика «Тест-опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко)». Результаты исследования при помощи данной методики размещены на рисунке 3.5.

Рисунок 3.5.

Удовлетворенность браком испытуемых по методике «Тест-опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко)» (количественный анализ по выборке)

Результаты, полученные по данной методике, позволяют говорить о том, что разброс данных свидетельствует о случайности выборки. Результаты, полученные по уровню удовлетворенности браком, создают возможность осуществить корреляционный анализ и установить взаимосвязь между уровнем удовлетворенности браком и уровнем ощущения себя счастливым человек.

Коэффициент линейной корреляции по указанным показателям равен 0,79. Данный факт свидетельствует о наличии довольно сильной прямой зависимости. Т.е. статистически подтвержденная прямая пропорциональная зависимость позволяет утверждать, что чем выше уровень счастья у человека, тем выше у него уровень удовлетворенности браком. И наоборот, чем выше удовлетворенность браком, тем выше уровень счастья. К сожалению, данный метод математико-статистической обработки не позволяет установить первичность признака, который можно считать отправной точкой. В данном случае целесообразно рассмотреть гендерные отличия. Процентные соотношения по уровню удовлетворенности браком в разрезе гендерного аспекта представлены на рисунках 3.6. и 3.7.

Рисунок 3.6.

Распределение мужчин по уровню удовлетворенности браком

 Рисунок 3.7.

Распределение женщин по уровню удовлетворенности браком

Исходя из полученных данных можно сделать вывод о том, что среди женщин наблюдается большая степень удовлетворенности браком. Об этом свидетельствует больший процент женщин, результаты которых относятся к категория «скорее благополучный брак», «благополучный брак», «абсолютно благополучный брак». Однако проведенный анализ при помощи t-критерия Стьюдента отвергает последнее утверждение. Эмпирическое значение критерия 1,093. что меньше чем критическое значение в 2,002. Это свидетельствует о том, что между средними значениями показателей по двум группам выборки не имеют статистически значимых различий. Это значит, что уровень удовлетворенности браком и у мужчин, и у женщин в целом находится на одном уровне.

Таким образом, были установлены уровни счастья и удовлетворенности браком, также был проведен качественный анализ зависимости уровня счастья испытуемых от уровня доходов и уровня образования. Было установлено, что оба эти фактора имеют прямое влияние на уровень ощущения себя счастливым. При помощи линейной корреляции по Пирсону установлена прямая пропорциональная зависимость между уровнем счастья и удовлетворенностью браком. Выявлены статистически значимые различия между группами выборки по уровню счастья (женщины ощущают себя более счастливыми, нежели мужчины), в то же время по уровню удовлетворенности статистически значимых различий между мужчинами и женщинами выявлено не было.

## 2.3. Анализ влияния социально-психологических факторов на ощущение счастья в браке

Данная часть исследования влияния на уровень удовлетворенности браком и уровня счастья таких социально-психологических факторов как уровень понимания между партнерами, эмоциональное притяжение, уважение, любви и симпатии.

Рассмотрим данные категории независимо друг от друга в разрезе гендерного аспекта с последующим сравнительного анализа.

Итак, рассмотрим полученные показатели по «шкале любви и симпатии (рисунок 3.8.)

 Рисунок 3.8.

Показатели по методике «Шкала любви и симпатии»

Как видно из представленных результатов по группе мужчин показатели более высокие по шкале симпатии, это свидетельствует о том, что для мужчин характерна более высокая степень уважения, степень восхищения и степень воспринимаемого сходства по отношению к своей спутнице. Среди группы женщин наблюдаются более высокие показатели по шкале любви, что дает основания говорить о том, что для них в большей степени характерны привязанность, забота и более высокая степень интимности отношений. Также у женщин более выражен общий уровень эмоциональности отношений.

При помощи t-критерия Стьюдента было установлено, что между указанными группами выборки (средними значениями по данной методике) присутствуют статистически значимые отличия (эмпирическое значение критерия 2,034).

Также для установления социально-психологических особенностей была применена методика ПЭА. Исходя из того. Что данная методика представлена 3 шкалами целесообразно рассмотреть показатели по ним отдельно в разрезе гендерного аспекта.

Результаты по шкале «понимание» представлены на рисунке 3.9.

Рисунок 3.9.

Распределение испытуемых по шкале «понимание» методики ПЭА (%)

По данной шкале отмечается значительный перевес в сторону высокого уровня у женщин, в данном случае имеет место статистически значимое различие между группами выборки (эмпирическое значение критерия Стьюдента равно 2,076). Это значит, что для женщин в большей степени нежели для мужчин характерно высокое понимание супруга, женщины не затрудняются в интерпретации его поведения, мыслей, чувств и намерений и легко могут учитывать их при общении с ним. В то время как мужчины характеризуются непониманием, отсутствием ясной картины личности партнера, затруднением в интерпретации, объяснении ее мыслей, чувств, поступков.

Также показательны результаты по шкале эмоциональное притяжение (рисунок 3.10.).

 Рисунок 3.10.

Распределение испытуемых по шкале «эмоциональное притяжение» методики ПЭА (%)

В данном случае, обозначенные результаты также наглядно иллюстрируют отличия, продиктованные непосредственно гендерными признаками. Следует отметить, что данные отличия являются статистически значимыми, хотя отличия не такие явные как в случае со шкалой «понимание» (эмпирическое значение критерия Стьюдента равно 2,011). Эти данные свидетельствуют о том, что для женщин чаще всего характерно привлекательность партнера, желание общаться, иметь с ним дело, ощущение терапевтического воздействие контакта на субъект (характеристики от авторов методики). В то время как у мужчин часто отмечаются сложности в общении у партнеров, чувство усталости друг от друга.

Несколько выпадающие результаты были получены по шкале «авторитетность» (рисунок 3.11.)

 Рисунок 3.11.

Распределение испытуемых по шкале «авторитетность» методики ПЭА (%)

42

54

58

46

Мужчины

Женщины

Низкий уровень

Высокий уровень

По данной шкале высокие результаты демонстрируют именно мужчины, это свидетельствует о том, что мужчины в большей степени прислушиваются к своему партнеру, также это демонстрирует насколько партнер принимается как личность, насколько мужчины разделяют мировоззрение, интересы, мнения партнера и принимает их как эталон. В тоже время женщины чаще, присуще презрение и неуважение к партнеру. По данной шкале отличия в процентных соотношениях не такие убедительные как по предыдущим (понимание и эмоциональное притяжение). Также средние значения по группам выборки нельзя считать статистически значимыми – эмпирическое значение критерия Стьюдента меньше критического и равно 1,097, в то время как для заданного уровня вероятности допустимой ошибки и числа степеней свободы критическое значение критерия – 2,002. Это говорит о том, что по данному компоненту отличий по гендерному признаку не обнаружено. Отличия, которые демонстрируются в процентных соотношениях, являются следствием дисперсионного разброса данных.

Проведенный корреляционный анализ влияния рассмотренных социально-психологических факторов на уровень счастья испытуемых дал такие результаты (таблица 3.1.)

Таблица 3.1.

Результаты корреляционного анализа влияния социально-психологических факторов на уровень счастья

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фактор | Мужчины | Женщины |
| 1 | Шкала любви | 0,41 | 0,69 |
| 2 | Шкала симпатии | 0,37 | 0,44 |
| 3 | Понимание | 0,63 | 0,72 |
| 4 | Эмоциональное притяжение | 0,57 | 0,66 |
| 5 | Авторитетность | 0,33 | 0,37 |

В ходе корреляционного анализа была установлена прямая зависимость между уровнем счастья и рассмотренных социально-психологических факторов. Однако не каждый фактор в равной степени влияет на уровень счастья. Так «любовь», в случае с мужчинами не является определяющим фактором, в то время как для женщин была установлена, довольна сильная прямо-пропорциональная зависимость. «Симпатия» не является определяющей для уровня счастья, коэффициенты корреляции по данной шкале даже не превышают 0,5, это свидетельствует о том, что взаимосвязь минимальна или вовсе отсутствует. Шкала «понимание» дает возможность оценить, насколько партнеры могут входить в доверительный контакт и разделять взгляды друг друга. Эти качества имеют довольно сильное влияние на уровень счастья, как у мужчин, так и у женщин. Эмоциональное притяжение также оказывает прямое влияние на уровень счастья испытуемых, полученные коэффициенты корреляции позволяют утверждать данный факт. Как ни странно, но авторитетность, т.е. взаимоуважение не оказывает существенного влияния на уровень счастья испытуемых, по данной шкале зафиксированы самые низкие показатели линейной корреляции.

Анализ полученных результатов свидетельствует о том, что для женщин рассмотренные социально-психологические факторы являются более значимыми в формировании уровня счастья нежели для мужчин. Об этом свидетельствуют более весомые коэффициенты линейной корреляции, которые в отдельных случаях приближаются к 1.

Также, необходимо проанализировать влияние социально-психологических факторов на уровень удовлетворенности браком. Результаты корреляционного анализа представлены в таблице 3.2.

Таблица 3.2.

Результаты корреляционного анализа влияния социально-психологических факторов на уровень удовлетворенности браком

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фактор | Мужчины | Женщины |
| 1 | Шкала любви | 0,54 | 0,73 |
| 2 | Шкала симпатии | 0,64 | 0,61 |
| 3 | Понимание | 0,72 | 0,71 |
| 4 | Эмоциональное притяжение | 0,59 | 0,73 |
| 5 | Авторитетность | 0,58 | 0,62 |

Корреляционный анализ социально-психологических факторов с одной стороны и удовлетворенностью браком с другой, демонстрирует наличие прямой корреляционной зависимости. Необходимо подчеркнуть, что во всех случаях была получена значимая величина коэффициента корреляции, это свидетельствует о том, что все исследованные социально-психологические факторы имеют прямое влияние на удовлетворенность браком. Как и в случае с уровнем счастья, данные социально-психологические факторы более значимы именно для женщин.

Таким образом, исследование социально-психологических факторов показал наличие отличий в разрезе гендерного аспекта, это свидетельствует о том, что мужчины и женщины в разной степени оценивают важность данных факторов для своей жизни. данный тезис подтверждается математико-статистическими данными. Также, необходимо акцентировать внимание на том, что изученные социально-психологические факторы оказывают прямое влияние на формирование уровня счастья и уровень удовлетворенности браком как в группе мужчин, так и в группе женщин, хотя для группы женщин данные факторы более значимы.

**2.4. Основные рекомендации современным семейным парам в создании и поддержании счастливых и гармоничных брачно-семейных отношений**

 Семья является необходимым элементом социальной структуры человеческого общества, важным институтом социализации личности.

Отношения мужчины и женщины кроят в себе намного больше, чем просто животные инстинкты. От наших отношений с партнёром зачастую зависит не только наш уровень счастья, но и уровень благополучия и успеха в жизни. Счастливый человек смотрит на мир совсем иначе, поступает иначе и ведет иной образ жизни, чем несчастный. Доказано, что счастливые люди достигают наибольшего успеха в работе, в жизни в целом. Но, что же надо делать, чтобы достичь полной гармонии и понимания в жизни? В наших отношениях? В нашем браке?

Построение отношений между мужчиной и женщиной это трудный и долгий процесс. Слияние двух совершенно разных личностей. Разности характера, жизни и поведения, влекут за собой большие трудности.

Многие браки создаются на почве минутных вспышек эмоций, страстей и банальной симпатии. Что через некоторое время приводит к непониманию между партерами и вследствие чего возникает ненависть и распад брака.

В данной работе мы проанализировали тонкости в создание крепких отношений.

Исходя из наших исследований можно прийти к следующим выводам:

• Различные потребности относительно счастья у мужчин и женщин

• Различные потребности относительно счастливого брака у мужчин и женщин

Различие в наших потребностях можно назвать одной из основных проблем браков. Не понимание желаний партнеров зачастую влечет за собой ссоры и скандалы, которые в свою очередь медленно разрушают эмоциональную связь между партнерами, и ведут к распаду брака.

 Так же различное понимание счастья у мужчин и женщин сильно сказывается на их благополучие в браке.

Исходя из статистических данных, мы сделали выводы, что:

• Высокий уровень образования дает ощущения счастья, как мужчинам, так и женщинам

• Высокий уровень дохода делает мужчин более счастливыми, нежели женщин с тем же уровнем доходов

• Высокий уровень удовлетворенности в браке дает ощущение счастья, как мужчинам, так и женщинам

На удовлетворенность в браке влияет много факторов, мы рассмотрели основные, разделив их значимость по гендерному признаку. Так мы получили, что:

• Симпатия, уважение партнера наиболее необходимо мужской части населения

• Чувственность, близость, любовь наиболее важна женщинам

• Понимание наиболее важно для женщин, они затрудняются в интерпретации поведения партнера, его мыслей, чувств и намерений и легко могут учитывать их при общении с ним

• Для женщин очень важно желание общаться, иметь дело с партнером, ощущать терапевтическое воздействие контакта на субъект.

• Мужчины часто начинают испытывать усталость и чувство надоедания друг другу

• Мужчины стараются прислушиваться к своей супруге, разделяют ее мировоззрение, интересы, мнения и принимает их как эталон

• Женщине чаще, присуще презрение и неуважение к партнеру

Исходя из этого, мы видим, что мужчины и женщины по-разному оценивают важность данных факторов.

Так же следует понимать, что есть прямая связь между ощущением счастья и ощущением счастья в семье.

Исходя из всего перечисленного можно дать следующие рекомендации:

1. В поисках спутника жизни, опирайтесь на вашу эмоциональную близость, схожесть интересов. Старайтесь искать близких вам по уровню образованности и достатку партнеров. Это лишит вас многих проблем во время создания брачно-семейных отношений.

2. Гармоничные и счастливые брачно-семейные отношения бессмысленны и неэффективны, если партнеры недостаточно развиты как личности или не стремятся к всестороннему развитию. Личностное развитие, залог эффективных и гармоничных отношений.

3. Научитесь понимать и принимать своего партнера. Каждый из нас обладает совершенно индивидуальным рядом качеств и особенностей в характере. Научитесь понимать особенности вашего партнера.

4. Обсуждение положительных и отрицательных сторон характера друг друга, поможет вам укрепить взаимопонимание в браке.

5. Научитесь понимать, слушать и не осуждать партнера по браку, тогда вы придите к гармонии и счастью в брачно-семейных отношениях.

Эмпирическое исследование основных показателей ощущения счастья в браке мужчин и женщин позволяет утверждать, что представление о счастье имеют гендерные отличия, также следует отметить, что на ощущения счастья в браке влияют различные факторы, среди них следует выделить: гендерные отличия, субъективную оценку уровня собственного дохода, а также психологические детерминанты. Было установлено, что мужчины и женщины в разной степени оценивают важность данных факторов для своей жизни. Для женщин рассмотренные социально-психологические факторы являются более значимыми в формировании уровня счастья, нежели для мужчин. Необходимо отметить, что выдвинутые тезисы подтверждены математико-статистическими показателями и коэффициентами.

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На сегодняшний день существуют несколько основных парадигм в исследовании феномена счастья. На сегодняшний момент не существует консолидированной точки зрения относительно понимания данного феномена, также отсутствует обобщенный категориальный аппарат. Необходимо акцентировать внимание, что все это стало следствием междисциплинарности предмета изучения. Следует отметить, что на современном этапе развития психологии и философии, можно говорить о том, что изучение феномена счастья и его составляющих является результатом положительного позиционирования личности, переживание ею успехов или достижений в ее жизни, гармонии в личной жизни, реализации собственного потенциала и прочее. Учитывая вышесказанное, счастье сказывается прежде всего на качестве жизни личности, гармонии в личной жизни, переживания успехов или достижений, реализации собственного потенциала, данные обстоятельства и определяют актуальность данного исследования.

Теоретические изыскания позволяют говорить о том. что семья является необходимым элементом социальной структуры человеческого общества, важным институтом социализации личности. Негативные тенденции развития современной семьи (увеличение количества разводов по психологическим мотивам, уменьшение рождаемости, неудовлетворенность браком и др.) вызывают беспокойство специалистов различных отраслей науки, а также актуализируют практические социально-психологические исследования закономерностей функционирования современной семьи, эффективных форм и методов психологической помощи современной семье. Это обусловлено, прежде всего тем, что благополучие семьи не только дает возможность в полной мере находиться в зоне психологического комфорта, но и дает возможность для самореализации, в том числе в ракурсе ощущения себя счастливым человеком.

Прочность и стабильность семейных отношений, а, значит, и факт удовлетворенности супругов отношениями в семье, фактически полностью зависит от социально-экономических и социально-психологических условий в обществе. Значительное увеличение темпа жизни, постоянное возрастание требований общества к человеку, его способностям, возможностям, знаниям и умениям создает значительное психологическое напряжение и как следствие повышенный уровень тревожности.

Исследуя различные подходы к интерпретации понятия «удовлетворенность браком», было обнаружено, что в психологической науке нет единой концепции понятийного аппарата семейной психологии, а также существуют определенные факторы, влияющих на удовлетворенность супругов браком. Вступая в брак, человек стремится обогатить, наполнить свою жизнь новым содержанием. Люди надеются на то, что после того, как они поженятся, их жизнь станет лучше и интереснее. Эти надежды лежат в основе будущей семьи. Когда надежды начинают таять, появляется реальная угроза браку. В психологическом исследовании семьи и супругов основной акцент ставится на изучении именно удовлетворенности браком. Большинство специалистов определяют ее как внутреннюю субъективную оценку, отношения супругов к собственному браку. Наиболее полное определение именно удовлетворенности браком дает С.И. Голод: «Удовлетворенность браком, очевидно, складывается как результат адекватной реализации представления (образа) о семье, сложившегося в сознании человека под влиянием встреч с различными событиями, составляющими его опыт (действительный или символический) в данной сфере деятельности» [72].

Исследование показало, что уровни счастья и удовлетворенности браком различны среди мужчин и женщин. Также был проведен качественный анализ зависимости уровня счастья испытуемых от уровня доходов и уровня образования. Было установлено, что оба эти фактора имеют прямое влияние на уровень ощущения себя счастливым. При помощи линейной корреляции по Пирсону установлена прямая пропорциональная зависимость между уровнем счастья и удовлетворенностью браком с одной стороны и социально-психологическими факторами с другой. Исследование социально-психологических факторов показал наличие отличий в разрезе гендерного аспекта, это свидетельствует о том, что мужчины и женщины в разной степени оценивают важность данных факторов для своей жизни.

1. В результате проведенного эмпирического исследования. Была достигнута цель работы, а именно проанализированы основные достижения психологической науки относительно счастья и удовлетворенности браком мужчин и женщин, установлены взаимосвязи социально-психологических факторов на ощущения счастья и удовлетворенностью браком. В ходе эмпирического исследования были выполнены поставленные задачи, а именно: раскрыты основные новейшие научные подходы относительно понимания феномена счастья, подвергнуты анализу теоретические исследования гендерных отличий относительно удовлетворенности брачно-семейными отношениями у современных мужчин и женщин, определены уровни субъективного ощущения счастья в брачной паре и выявлены уровени удовлетворенности браком, проведен математико-статистический анализ.

В работе выдвинута гипотеза относительно того, что уровень счастья и удовлетворенность браком имеют отличия в рамках гендерного аспекта, а социально-психологические факторы оказывают непосредственное влияние на субъективное ощущение счастья человеком и его удовлетворенность брачно-семейными отношениями. Исходя из полученных результатов, можно считать, что гипотеза подтвердилась полностью.

В качестве перспектив дальнейших исследований можно считать проведение сравнительного анализа удовлетворенности браком исходя из типа темперамента брачного партнера и других личностных характеристик, углубить анализ влияния социальных факторов на удовлетворенность браком и субъективного ощущения счастья.

# Список использованной литературы

1. Авдулова Т.П. Гендерная социализация и структура общения в отрочестве//http://psystudy.com/index.php/num/2009n5-7/220-avdulova7
2. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование: 2-е изд.- М.: Класс, 1999. – 288с.
3. Алешина Ю.Е. Удовлетворенность браком и межличностное восприятие в супружеских парах с различным стажем семейной жизни. – М.: Аспект Пресс, 1995. – 250 с.
4. Альперович В.С. Проблемы старения: демография, психология, социология. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2007. – 302 с.
5. Анастази А. Дифференциальная психология. Индивидуальные и групповые различия в поведении/ Пер. с англ. – М.: Апрель Пресс, Эксмо-Пресс, 2001. – 752 с.
6. Андреева Г.М. Социальная психология. Учебник для высших учебных заведений. – М.: Аспект Пресс, 2001. – 290 с.
7. Андреева Т.В. Семейная психология: Учебное пособие. – СПб.: Речь, 2004. – 244 с.
8. Аргайл М. Психология счастья. 2-е изд. СПб, Питер, 2003
9. Баранова Т.С. Теоретические модели социальной идентификации личности// Социальная идентификация личности. – М.: Институт социологии РАН, 1993. – С.35-46
10. Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А. Социальная психология личности: учебное пособие для вузов. – М.: Аспект Пресс, 2001. – 301с.
11. Бендас Т.В. Гендерная психология: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2006. – 431с.
12. Бодалев А.А., Столин В.В., Аванесов В.С. Общая психодиагностика. – СПб.: Речь, 2006. – 12с., 443 с.,
13. Бодалев В.В., Столин А.А., Аванесов В.С. Общая психодиагностика. – СПб.: Речь, 2000. – 443 с.
14. Бошданова И.Ф. Женщины в науке: вчера, сегодня, завтра// Социологические исследования. – 2004. - № 1. – С. 103-111
15. Воронина О.А., Клименкова Т.А. Гендер и культура// Женщины и социальная политика (гендерный аспект)/ Под ред. З.А. Хоткиной. – М.: Наука, 1992. – С.10-12.
16. Гонтарь Ю.С. Андрогиния как современное направление гендерного исследования студентов факультета социально-культурной деятельности МГУКИ//Вестник МГУКИ № 1. – 2012. – С. 193-198
17. Джидарьян И.А. Представление о счастье в российском менталитете. СПб, Алетейя, 2001
18. Джидарьян И.А. Психология счастья и оптимизма. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. – 268 с.
19. Джидарьян И.А. Счастье в представлениях обыденного сознания. // Психологический журнал. 2000. т. 21. №2.
20. Джидарьян И.А. Счастье и его типологические характеристики. - М, 2000.
21. Додонов Б. И. Эмоция как ценность. – М.: Политиздат, 1977. – 272 с.
22. Зацепин В.И. Счастье как проблема социальной психологии. - Львов, 1999.
23. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. – СПб: Питер, 2001. – 752 с: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
24. Каримова А.Р. Взаимосвязь гендерных особенностей и стрессоустойчивости личности//Вестник ВЭГУ № 6, 2013. – С. 55-60
25. Клецина И.С. Гендерная социализация: Учебное пособие. – СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 1998. – 403 с.
26. Клецина И.С. Практикум по гендерной психологии/под ред. И.С. Клециной. – СПб.: Питер, 2003. – 479 с.
27. Костикова И.В. и др. Введение в гендерные исследования: Учеб. пособие для студентов вузов/Костикова И.В и др. под общ. ред. И.В. Костиковой. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Аспект Пресс, 2005. – 255с.
28. Кроник А.А., Ахмеров Р.А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А.А. Кроник, Р.А. Ахмеров. – М. : Смысл, 2003. – 284 с.
29. Круглянская Л.Я. Гендерные архетипы как фактор формирования поведенческих стратегий субъекта административной культуры/диссерт. на соск. ученой степени канд. культурологии – СПб., 2014. – 176 с.
30. Куликов Л. В. Здоровье и субъективное благополучие личности Психология здоровья. – СПб., 2000.
31. Куликов Л.В., Дмитриева М.С., Долина М.Ю., Иванов О.В., Розанова М.А., Тимошенко Т.Г. Факторы психологического благополучия личности // Теоретические и прикладные вопросы психологии: Матер. Юбилейной конф. "Ананьевские чтения – 97". Вып. 3. Ч.1. Изд-во СПбГУ – СПб. : 1997. – С. 342-350.
32. Луковцева А.К. Психология и педагогика. Курс лекций. – М.: КДУ, 2008. – 203 с.
33. Маккоби Э. Два пола: растем порознь, живем вместе: Перевод с англ. – Тверь: Открытое общество, 2002. – 307 с.
34. Малкина-Пых И.Г. Гендерная терапия: справочник практического психолога. – М.: Аспект Пресс, 2009. – 522 с.
35. Маслоу А. Самоактуализация. Психология личности. Тексты. - М.: Мысль, 1982
36. Нырков А.В. Технологии счастья, - М.: Олма-пресс, 2000
37. Овсяник О.А. Социально-психологическая адаптация женщин второго периода взрослости: Автореф. дис. доктора психол. наук. – М.: Ульяновский государственный университет, 2013. – 37 с.
38. Побережная О. Андрогинная проекция гендерного универсума личности//Докса. - №15. – 2010. – С.113-119
39. Поливаева Н.П., Красова Е.Ю. Социально-психологические проблемы российской семьи: Пособие. – Воронеж, 1999. – 95 с.
40. Попов Б.Н. Взаимосвязь категорий счастья и смысла жизни. М.: Мысль, 1986. – 37 с.
41. Психологический словарь / Под ред. Зинченко В.П., Мещерякова Б.Г. - М., 7.1998.
42. Рассел Б. Завоевание счастья. – М.: «Российский писатель», 2015. – 114 с.
43. Ремонтова А.А. Особенности профессионального становления студентов с различными типами гендерной идентичности//Известия ВГПУ, 2013, № 3. – С.67-70
44. Розанов В. Цель человеческой жизни // Розанов В. Смысл жизни. М., 1994.
45. Селигман М. Э. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни / Перев. с англ. – М.: Издательство «София», 2006. – 368 с.
46. Созонтов А.Е. Гедионистический и эвдомонистический подходы к проблеме психологического благополуччя / А.Е. Созонтов // Вопросы психологи. – 2006. – №4. – С.105-114.
47. Татаркевич В. О счастье и совершенстве человека. - М.: Мысль, 1998.
48. Татаркевич В. О счастье и совершенстве человека. – М.: Прогресс, 1981. – 368 с.
49. Турутина Е.С. Андрогинность как выражение антропологического смысла любви в гендерной деконструкции отечественного философско-культурологического дискурса//Вестник ТГПУ. 2006, № 7. – С. 98-105
50. Фесенко П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: Автореферат дисс. … канд.псих.н.: 19.00.01 / П.П. Фесенко. – М.: – 2005. –35с.
51. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп: Учебное пособие. – М.: Институт психотерапии, 2002. – 339 с.
52. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Наука, 1990
53. Фромм Э. Бегство от свободы; Человек для себя. – М., 2000. – 435 с.
54. Хамитов Н. Философия и психология пола. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2001. – 373 с.
55. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (психология развития и возрастная психология). – М.: ГАРДАРИКИ, 2005. – 349 с.
56. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) // Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко. – Психологическая диагностика. – 2005. – №3. – С. 34-56.
57. Шишлова Е.Э. Психологическая и философская рефлексия феномена андрогинна как «постгендера»//
58. Шнейдер Л.Б. Семейная психология: Учебное пособие для вузов. 2-е изд. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2006. – 768 с.
59. Эммонс Р. Психология высших устремлений: мотивация и духовность личности. / Под ред. Д.А. Леонтьева. - М, 2004
60. Юнг К.Г. Анима и Анимус // Психология бессознательного. М.: Канон, 1994. С. 253-274.
61. Юнг К.Г. Психологические типы. Перевод С. Лорие/ под ред. В. Зеленского. – СПб.: Азбука, 2001. – 307с.
62. Ядов В.А. Социальные и социально-психологические механизмы формирования социальной идентичности// психология самосознания: Хрестоматия. – Самара: Барах-М, 2000. – С. 589-601.
63. Ярская-Смирнова Е.Р. Социокультурная репрезентация гендерных отношений// Социокультурный анализ гендерных отношений. – Саратов: СГУ, 1998. – 117-124.
64. Ryff C. D., Singer B. A Рositive health agenda for the new millennium // Personality and Social Psychology Review. 2000. Vol. 4. – Рp. 6–14.
65. Концепция любви Э. Фромма // revolution.allbest.ru/philosophy/00343458\_0.html
66. Проблема аттракции в психологии семейно-брачных отношений. // [www.studfiles.ru/preview/2165387/page:50/](http://www.studfiles.ru/preview/2165387/page%3A50/)
67. Опросник ПЭА // [www.gurutestov.ru/test/388/](http://www.gurutestov.ru/test/388/)
68. Опросник «шкала любви и симпатии» (З.Рубин, модификация Л.Я.Гозман, Ю.Е.Алешина)
69. Тест-опросник удовлетворенности браком // <http://www.studfiles.ru/preview/5247815/>
70. Оксфордский опросник счастья (OHI, Oxford Happiness Inventory) // <http://psihogrammatika.ru/?p=951>
71. Учебное пособие: Психология Немов Р С Книга 3 Психодиагностика //
72. [http://www.bestreferat.ru/referat-271202.html](http://www.bestreferat.ru/referat-271202.html%20)
73. Голод С.И. Семья и брак: историко-социологический анализ // <http://www.twirpx.com/file/1354834/>