

УДК 159

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ В СЕМЬЕ

Бредихина Светлана Константиновна,

Магистрант 3 курса, факультета психологии,

Белгородского государственного национального исследовательского университета.

Россия, г. Белгород

E-mail: bsk28@mail.ru

Шарапов Алексей Олегович,

Доцент кафедры общей и клинической психологии

Белгородского государственного национального исследовательского университета.

Россия, г. Белгород

Аннотация

Данная статья посвящена характеристике явления психологического благополучия в семье. На основе теоретического анализа работ отечественных и зарубежных исследователей семьи и брака авторами раскрыто содержание понятия психологическое благополучие, выявлены особенности этого состояния в контексте семейных отношений, проанализированы факторы психологического благополучия в семье.

Ключевые слова: психологическое благополучие, семья, личностные качества, социальные характеристики, межличностная адаптация, аспекты адаптации.

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN THE FAMILY

Svetlana K. Bredihina

Belgorod State National Research University.

Russia, Belgorod

Aleksey O. Sharapov

Associate Professor of the Department of General and Clinical Psychology

Belgorod State National Research University.

Russia, Belgorod

ABSTRACT

This article is devoted to the characteristics of the phenomenon of psychological well-being in the family. Based on the theoretical analysis of the works of domestic and foreign researchers of family and marriage, the authors reveals the content of the concept of psychological well-being, identifies the features of this state in the context of family relations, analyzes the factors of psychological well-being in the family.

Keywords: psychological well-being, family, personal qualities, social characteristics, interpersonal adaptation, aspects of adaptation.

В современном мире вопросы семейного благополучия являются предметом исследования в разных отраслях научного знания: педагогика, социология, философия. Но особое внимание вопросам семейного благополучия, безусловно, уделяется в разных отраслях психологической науки. Научная новизна работы определяется систематизацией представлений о психологическом благополучии в семье.

Цель данной работы заключается в характеристике явления психологического благополучия в семье.

Для достижения поставленной цели использовался метод теоретического анализа литературы.

Научно - методологической базой исследования явились работы отечественных и зарубежных исследователей семьи и брака.

Важность изучения психологического благополучия в семье на современном этапе отражена в исследованиях А.В. Москвитиной [6], Позовой [9], Э.Т. Резяповой [11], Г.Р. М.В. Сапоровской [12], А.А. Сизовой [13], Ю.А. Токаревой [14] и др.

Актуальность обозначенной темы связана с рядом негативных тенденций, которые охватили институт семьи в последнее время и способствовали повышению неудовлетворенности браком, распаду уже созданных семей и нежеланием людей создать семью. Это требует детального изучения факторов, обеспечивающих психологическое благополучие личности в семье [3].

Для рассмотрения психологического благополучия в семье целесообразно обратиться к характеристике понятия психологическое благополучие. Мы берем за основу определение Р. Мэя, который рассматривает психологическое благополучие, как интегральное системное состояние человека или группы, которое представляет собой сложную взаимосвязь физических, психологических, культурных, социальных и духовных факторов и отражает восприятие и оценку человеком своей самореализации с точки зрения пика потенциальных возможностей [7].

И отечественные, и зарубежные исследователи отмечают приобретенный характер психологического благополучия и активность субъекта в качестве необходимого условия его достижения.

Психологическое благополучие в семье определяется спецификой отношений супругов, особенности которых выступают определяющим моментом для переживания состояния благополучности и результатом психологической адаптации.

Исследования С.В. Ильинского экспериментально доказали связь психологического благополучия в семье с личностными качествами супругов и их социальными характеристиками [4].

Важной особенностью изучения психологического благополучия в семье является наличие субъективных и объективных факторов. Основное внимание в психологических исследованиях уделено субъективным факторам. Субъективное переживание семейного благополучия связано с осознанием человеком успешности своего поведения и деятельности, удовлетворенностью отношениями и межличностными связями.

Обобщение практического изучения супружеских отношений, выполненное Т. В. Андреевой, позволило выделить следующие компоненты психологического благополучия в семье.

Личностные и супружеские факторы. Среди них в первую очередь, следует выделить физическую, интеллектуальную, сексуальную привлекательность, положительную установку к супругу, эмоционально непринужденную коммуникацию, согласованность ценностных ориентаций.

Базирующаяся на взаимной любви эмоциональная удовлетворенность супружескими отношениями, взаимное уважение границ и психологического пространства друг друга, наличие доверия.

Выстраивание эффективного конструктивного общения, сопровождающегося рефлексией и эмпатией.

Ролевое и ценностное совпадение [1].

Основопологающим фактором, определяющим благополучие семьи, в работах М. Д. Власова рассматривается психологический климат. От него существенно зависит уровень удовлетворенности человека взаимоотношениями с другими людьми, возможность психологически свободной деятельности, наличия личной точки зрения [2]. Психологический климат семьи зависит от желания пары совместно проводить время, развиваться в одном направлении, вступать в без оценочное обсуждение, эмоциональной и физической удовлетворенности браком, совпадения представлений о социальных супружеских ролях и реального положения вещей, ценностно - ориентировочного единства. Это делает устойчивыми отношения супругов, нивелирует возникающие конфликты, повышает уровень доверительности в отношениях.

Психологическому благополучию семьи способствует удовлетворенность браком, о чем свидетельствуют исследования Л.Б. Шнейдер [15]. Это напрямую связано с притязаниями человека и реализацией своих планов. Даже минимальное удовлетворение своих притязаний снижает психологический дискомфорт и конфликты, деструктивно влияющие на отношения.

Существенное влияние на психологическое благополучие семьи оказывает жизненный опыт супругов. Не исключением является детский опыт, связанный с восприятием отношений в родительской семье, способов решения конфликтов, постановки целей и т.д., что подробно охарактеризовано в работах Н.Г. Новак [8]. Эта модель отношений, не важно, насколько она конструктивна и созидательна, с большой вероятностью реализуется в созданной человеком семье.

Важным фактором психологического благополучия в семье является межличностная адаптация, включающая следующие аспекты [10]:

эмоциональный;
когнитивный;
поведенческий.

Основой эмоционального аспекта психологического благополучия в семье является доверительное, эмоционально близкое межличностное общение супругов. Когнитивный аспект психологического благополучия связан с взаимным познанием супругов, которое способствует установлению взаимопонимания и осознанию причин, побуждающих те или иные проявления личности супруга. Поведенческий аспект психологического благополучия в семье связан с реализацией модели поведения в семье, способствующей её укреплению.

Исследователи семьи единодушны в оценке психофизиологической совместимости в качестве сильнейшего фактора, от которого зависит благополучие семьи. Сложно говорить о психологическом благополучии семей, в которых супруги имеют рассогласованные установки, полярные ценностные ориентации, ритмы жизни и прочие проявления личности. Это существенно дестабилизирует психологический климат семьи и нарушает адаптацию людей друг к другу, о чем пишет А.Ю. Маленова [5].

Характер ценностных ориентаций и уровень образования и культуры супругов неоспоримо важны для благополучного самоощущения супругов в семье. Близкое содержание и иерархическое расположение ценностей способствует пониманию супругами друг друга и конструктивному взаимодействию между ними. Схожий уровень образования и культуры отражает некую идентичность интеллектуального развития, что также способствует взаимопониманию людей.

Таким образом, психологическое благополучие в семье напрямую зависит от отношений супругов. Их специфика отражается на переживании состояния благополучности психологической адаптации людей друг к другу. Факторами психологического благополучия в семье являются разные виды совместимости, базирующаяся на взаимной любви эмоциональная удовлетворенность супружескими отношениями, соблюдение границ психологического пространства, доверие, уважение, конструктивное общение, ролевое и ценностное совпадение.

Список литературы

1. Андреева Т. В. Семейная психология: Учеб. Пособие. СПб.: Речь, 2004. 244 с.
2. Власова М. Д. Факторы психологического благополучия семьи // Молодой ученый. 2019. № 49 (287). С. 545- 547.
3. Гаджибабаева Д.Р. Социально-психологические факторы обеспечивающие благополучие в молодой семье // Семья и дети в современном мире. Сборник материалов Международной научно-практической конференции. Под общей и научной редакцией В.Л. Ситникова. 2019. С. 220-224.
4. Ильинский С.В. Факторы психологического благополучия семьи // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия «Психология». 2017. № 1 (21). С. 76 - 92.
5. Маленова А.Ю., Федотова Е.Е. Связь представлений о себе и о семье в контексте психологического благополучия молодежи молодежь в новом тысячелетии:

- проблемы и решения // Материалы II Всероссийской научно-практической конференции. 2019. С. 54-59.
6. Москвитина А.В., Попова Л.Н. Психологическое здоровье и эмоциональное благополучие семьи // Приоритетные направления развития науки и образования. 2014. № 3 (3). С. 148-149.
 7. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье. М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. 240 с.
 8. Новак Н.Г. Факторы, определяющие психологическое благополучие юношей и девушек, переживших ненормативный кризис родительской семьи // Инновационные образовательные технологии. 2013. № 3 (35). С. 64-68.
 9. Позова Г.Р. Психологическое благополучие многодетных семей // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2016. № 5-4. С. 133-136.
 10. Приходько Е. В. Адаптация как объект научного исследования: психолого-педагогический анализ // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2017. Т. 2. С. 534-536.
 11. Резяпова Э.Т. Психологические особенности сохранения и благополучия семьи // Трибуна молодого ученого - 2018. Сборник научных трудов. 2018. С. 92-95.
 12. Сапоровская М.В. Эмоциональное выгорание и психологическое благополучие женщин в семье // Вестник Костромского государственного университета. 2018. Т. 24. № 4. С. 68-73.
 13. Сизова А.А. Удовлетворенность браком и психологическое благополучие, как корреляты здоровья в семье В сборнике: Психология здоровья и болезни: клинико-психологический подход // Материалы X Юбилейной Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Курск, 2020. С. 167-171.
 14. Токарева Ю.А. Психологическое благополучие семьи как фактор внутреннего капитала России // Человеческий капитал в обновлении России. Материалы конференции. Под ред. М.Н. Денисевич. 2014. С. 142-145.
 15. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений: Курс лекций / Л. Б. Шнейдер. М.: Апрель-пресс: ЭКСМО-пресс, 2000. 498 с.

References

1. Andreeva T. V. Family psychology: Studies. Stipend. St. Petersburg: Speech, 2004. 244 p.
2. Vlasova M. D. Factors of psychological well-being of the family // Young scientist. 2019. No. 49 (287). pp. 545- 547.
3. Hajibabayeva D.R. Socio-psychological factors ensuring well-being in a young family // Family and children in the modern world. Collection of materials of the International Scientific and Practical Conference. Under the general and scientific editorship of V.L. Sitnikov. 2019. pp. 220-224.
4. Ilyinsky S.V. Factors of psychological well-being of the family // Bulletin of the Samara Humanitarian Academy. Series "Psychology". 2017. No. 1 (21). pp. 76 - 92.
5. Malenova A.Yu., Fedotova E.E. The connection of ideas about oneself and family in the context of psychological well-being of youth youth in the new millennium: problems and

- solutions // Materials of the II All-Russian Scientific and Practical Conference. 2019. pp. 54-59.
6. Moskvitina A.V., Popova L.N. Psychological health and emotional well-being of the family // Priority directions of development of science and education. 2014. No. 3 (3). pp. 148-149.
 7. May R. The art of psychological counseling. How to give and gain mental health. Moscow: EKSMO-Press, 2002. 240 p.
 8. Novak N.G. Factors determining the psychological well-being of boys and girls who survived the abnormal crisis of the parental family // Innovative educational technologies. 2013. No. 3 (35). pp. 64-68.
 9. Pozova G.R. Psychological well-being of large families // Actual problems of humanities and natural sciences. 2016. No. 5-4. pp. 133-136.
 10. Prikhodko E. V. Adaptation as an object of scientific research: psychological and pedagogical analysis // Scientific and methodological electronic journal "Concept". 2017. Vol. 2. pp. 534-536.
 11. Rezyapova E.T. Psychological features of the preservation and well-being of the family // Tribune of the young scientist - 2018. Collection of scientific papers. 2018. pp. 92-95.
 12. Saporovskaya M.V. Emotional burnout and psychological well-being of women in the family // Bulletin of Kostroma State University.. 2018. Vol. 24. No. 4. pp. 68-73.
 13. Sizova A.A. Satisfaction with marriage and psychological well-being as correlates of health in the family In the collection: Psychology of health and disease: clinical and psychological approach // Materials of the X Anniversary All-Russian scientific and practical conference with international participation. Kursk, 2020. pp. 167-171.
 14. Tokareva Yu.A. Psychological well-being of the family as a factor of the internal capital of Russia // Human capital in the renewal of Russia. Conference materials. Edited by M.N. Denisevich. 2014. pp. 142-145.
 15. Schneider L.B. Psychology of family relations: A course of lectures / L. B. Schneider. M.: April-press: EKSMO-press, 2000. 498 p.