

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(НИУ «БелГУ»)

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ВОЗРАСТНОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**ПОЗИТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ СУПРУГОВ КАК УСЛОВИЕ
БЛАГОПРИЯТНОГО СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
КЛИМАТА СЕМЬИ**

Выпускная квалификационная работа
обучающегося по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-
педагогическое образование
заочной формы обучения, группы 02061257
Балашовой Натальи Николаевны

Научный руководитель:
к.псх.н., доцент
Борзилова Надежда Степановна

БЕЛГОРОД 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I. Теоретические основы изучения проблемы позитивного мышления супругов и социально-психологического климата семьи	8
1.1. Проблема понятия позитивного мышления в современной психологии	8
1.2. Особенности социально-психологического климата семьи	23
1.3. Взаимосвязь позитивного мышления супругов и социально-психологического климата семьи	31
ГЛАВА II. Эмпирическое изучение влияния позитивного мышления супругов на социально-психологический климат семьи.....	36
2.1. Организация и методы исследования.....	36
2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования.....	41
2.3. Рекомендации для супругов по развитию позитивного мышления.....	82
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	86
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	91
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	97
Приложение 1. Диагностические методики в порядке их предъявления.....	97
Приложение 2. Сводные таблицы полученных данных.....	113
Приложение 3. Результаты статистической обработки данных.....	117

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы исследования. Изучение социально - психологического климата семьи всегда было актуально для общества и остаётся значимым в масштабах государства как одного из показателей благополучия населения. В декабре 2016 года Всероссийский центр изучения общественного мнения (<https://wciom.ru/>) по данным опроса 1600 россиян вышел на следующие результаты: 81% опрошенных в целом считают себя счастливыми, причем семья и дети являются основными ценностями, которые делают жителей нашей страны довольными жизнью. Исследование позитивного мышления на сегодняшний день является значимым и необходимым, поскольку оптимизм и пессимизм, как основные показатели выраженности позитивного мышления, являются важными психологическими конструктами, связанными с такими понятиями, как мотивация достижения и настойчивость, стресс и совладающее поведение и т.д. Изучение природы позитивного мышления, его психологической особенности необходимо для продвижения психологических исследований в области психологии семьи, в частности изучения влияния на социально – психологический климат семьи.

Актуальность нашей работы обуславливается тем, что позитивное мышление может оказывать влияние на различные сферы нашей жизнедеятельности, например, на особенности выстраивания взаимоотношений с социумом, в том числе на решение конфликтных ситуаций в семье. Американский психолог М. Селигман в 70-х годах XX века, создав теорию оптимизма, становится отцом позитивной психологии, а его исследования и эксперименты выводят позитивную психологию из разряда околонучных дисциплин в самостоятельный предмет для изучения. В нашей стране отношение к позитивному мышлению и позитивной психологии стало меняться в 90-х годах. Интерес к этому направлению не был масштабным, однако современное общество всё больше использует

приёмы и основы позитивного мышления в управлении, однако границы применения довольно широки и мало исследованы в России. Вклад в развитие концепции внесли Ю.М. Орлов, вводя термин саногенное мышление; Л.М. Рудина, Т.О. Гордеева стали представителями атрибутивного подхода оптимистического направления; Т.Л. Крюкова и М.С. Замышляева изучали явления оптимизма с позиции толкования разных жизненных событий. Д.А. Леонтьев внес вклад в изучение «новейшей позитивной психологии» в России.

Социально-психологическим климат семьи является следствием семейной коммуникации, то есть возникает в результате совокупности настроения членов семьи, их душевных переживаний и волнений, отношения друг к другу, к другим людям, к работе, к окружающим событиям. В отечественной психологии Т.А. Гурко систематизировала факторы удовлетворённости браком, О.А. Добрынина изучала образ счастливого брака в представлении мужчин и женщин, Т.В. Андреева, А.В. Толстова, Н.Н. Обозов, Л.А. Коростылёва рассматривали влияние личностных факторов на совместимость супругов. Благоприятный психологический климат семьи, по мнению О. А. Добрыниной, способствует установлению соматического и психического равновесия, гармонии, снижению остроты возникающих конфликтов, снятию стрессовых состояний, повышению оценки собственной социальной значимости и реализации личностного потенциала каждого члена семьи. Л. С. Колмогорова указывает, что именно позитивные установки в анализе ситуации, в планировании предстоящих действий, осмыслении жизни, влияют на достижения личности.

Большое количество работ говорит об актуальности нашей темы. Разными авторами ключевые понятия рассматривались с разных точек зрения, но аспект влияния позитивного мышления супругов на социально – психологический климат семьи в научной психологии не был объектом пристального внимания, что и определило проблему нашего исследования.

Таким образом, **проблема** нашего исследования звучит следующим образом: влияет ли и как позитивное мышление супругов на социально-психологический климат семьи?

Целью нашего исследования является решение данной проблемы.

Объект исследования: социально - психологический климат семьи.

Предмет исследования: позитивное мышление супругов как условие благоприятного социально - психологического климата семьи.

Гипотеза исследования: позитивное мышление супругов может оказывать влияние на формирование благоприятного социально-психологического климата семьи, а именно: чем чаще супруги будут воспринимать происходящие с ними жизненные события в позитивном ключе, приписывать неудачам временный характер, уметь отдаляться от чрезмерного обобщения и рассматривать негативные события в отдельной жизненной ситуации, а так же объективно воспринимать друг друга, тем гармоничнее будет социально-психологический климат семьи (удовлетворенность браком, сплоченность, эмоциональная связь, желание супругов развиваться социально, культурно и интеллектуально), и наоборот, чем менее развито позитивное мышление у супругов, тем менее гармоничны будут супружеские отношения.

Задачи:

1. Изучить разработанность в психологии проблемы позитивного мышления и социально-психологического климата семьи.
2. Изучить особенности позитивного мышления супругов.
3. Исследовать социально-психологический климат семьи.
4. Изучить особенности позитивного мышления и социально-психологического климата семей с разным стажем супружеской жизни.
5. Определить степень связи между позитивным мышлением и социально-психологическим климатом супругов.

6. Определить степень влияния позитивного мышления супругов на формирование благоприятного социально-психологического климата в семье.

7. Разработать рекомендации для супругов по развитию позитивного мышления.

Теоретической основой исследования являются положения о влиянии позитивного мышления на социально-психологические особенности личности в работах Л.С. Колмогоровой, Т.О. Гордеевой, Д.А. Леонтьева, М. Селигмана, К. Петерсона. А так же теоретико-методологические положения представителей отечественной науки изучения социально-психологического климата семьи О. А. Добрыниной, Д.В. Винникотта, Т.А. Гурко, Т.В. Андреевой, А.В. Толстовой.

Выбор методов и конкретных методик исследования для получения необходимой информации осуществлялся в соответствии с целями и задачами работы

Методы исследования:

1. организационные – сравнительный;
2. интерпретационные – структурный метод.
3. методы сбора эмпирических данных, психодиагностический;
4. обработки данных – количественный и качественный анализ данных: критерий U–Манна-Уитни, H–Крускана-Уоллиса, коэффициент корреляции r-Спирмена, множественный регрессионный анализ (МРА).

Методики исследования: опросник СТОУН-В (Т.О.Гордеева, Е.Н.Осин, В.Ю.Шевяхова); методика «Шкала семейного окружения» (Р.Х. Мус, адаптация С.Ю.Куприянова), методика «Шкала семейной адаптации и сплоченности. (FACES-3)» (Олсон Д.Х., Портнер Дж., И.Лави), тест-опросник «Удовлетворенность браком» (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко).

Выборка и база исследования: в опросе приняли участие 40 полных семей с детьми г.Белгорода (80 человек: 40 мужчин и 40 женщин), со стажем

совместной супружеской жизни от 1 до 3 лет – 24 человек, от 3 до 10 лет – 48 человек, от 10 и более – 28 человек.

Структура работы. Работа состоит из введения - 5 страниц, двух глав - 73 страницы, заключения - 4 страницы, рекомендаций – 4 страницы, списка использованных источников – 6 страницы, трех приложений – 20 страниц. Объем выпускной квалификационной работы составил 96 страниц.

ГЛАВА 1. Теоретические основы проблемы изучения позитивного мышления и социально-психологического климата семьи

1.1. Проблема понятия «позитивного мышления» в современной психологии

Исследование позитивного мышления на сегодняшний день является значимым и необходимым, поскольку оптимизм и пессимизм, как основные показатели выраженности позитивного мышления, являются важными психологическими конструктами, связанными с такими понятиями, как мотивация достижения и настойчивость, стресс и совладающее поведение и т.д. Изучение природы позитивного мышления, его психологической особенности необходимо для продвижения психологических исследований по различным направлениям и проблемам.

Проблема, поставленная перед нами, заключается в определении понятия и сущностных характеристик позитивного мышления в отечественной и зарубежной литературе.

Родовым по отношению к термину «позитивное мышление» является понятие «мышление», поэтому рассмотрим их взаимосвязи и специфику. Мышление, по мнению О.В. Ромаха, является «высшим познавательным психическим процессом. Суть данного процесса заключается в порождении нового знания на основе творческого отражения и преобразования человеком действительности» [41, с. 22].

По мнению С. Л. Рубинштейна, «мышление отражает бытие в его связях и отношениях, его многообразных опосредованиях» [26, с. 336]. Мышление как особый психологический процесс имеет ряд специфических характеристик и признаков. Первым таким признаком является обобщенное отражение действительности, поскольку мышление есть отражение общего в предметах и явлениях реального мира и применение обобщений к единичным предметам и явлениям [26].

Вторым, не менее важным, признаком мышления является опосредованное познание объективной реальности. Суть опосредованного познания, как указывает Ю.М. Орлов, заключается в том, что «мы в состоянии выносить суждения о свойствах или характеристиках предметов и явлений без непосредственного контакта с ними, а путем анализа косвенной информации» [35, с. 112].

Позитивная психология может помочь человеку осознать потребность в позитивном мышлении и самосовершенствовании, а также придать этому процессу максимально безопасный для самой личности характер. Известен афоризм И. Бонивел : «Разум дан человеку для того, чтобы разумно жить, а не для того только, чтобы он видел, что живет неразумно» [8, с. 81].

М.В. Киреева рассматривая теорию возникновения позитивного мышления, говорит, что «ряд психологических теорий рассматривает проблемы сущности, видов и механизмов мышления, возможностей его развития – это ассоциативная теория, гештальт-психология, бихевиоризм, концепция Ж. Пиаже, деятельностьная, смысловая, информационно-кибернетическая теории мышления, теория множественности интеллекта Э. Гарднера и др. При этом позитивное мышление является относительно новым, недостаточно изученным феноменом в современной психологии, а потому – оно не представлено ни в традиционных классификациях видов мышления, ни в упомянутых выше теориях мышления» [23, с 237]. Проблема воспитания позитивного мышления также ждет своего решения и поиска соответствующих психологических концепций и технологий.

Одним из основных вопросов психологии, по мнению Л. С. Выготского, является «вопрос о связи между интеллектом и аффектом». Л. С. Выготский пришел к выводу о существовании единства аффективных и интеллектуальных процессов. «Мышление и аффект представляют части единого целого – человеческого сознания, поскольку «во всякой идее содержится в переработанном виде аффективное отношение человека к действительности» [14, с.122]. Идеи Л. С. Выготского послужили основанием

для выводов о том, что между эмоциональными и интеллектуальными процессами имеется закономерная взаимосвязь, что развитие эмоций идет в единстве с развитием мышления, что существуют мотивационная и эмоциональная регуляция мышления [14].

А. Н. Леонтьев отмечает, что «в основе деятельности лежит функциональная система интегрированных и когнитивных процессов, у человека благодаря этой системе эмоции становятся «умными», а интеллектуальные процессы обретают эмоционально-образный характер, становятся смысловыми» [26, с. 11].

В 1980-х гг. психологи впервые обратились к изучению особенностей когний, характерных для психологически благополучных и неблагополучных индивидов.

Одной из тенденций современной психологии является ее интерес к позитивным аспектам человеческой жизни. Впервые эта тенденция проявила себя в 20 веке в идеях гуманистической психологии и оформилась в такое течение, как позитивная психология. Основателем и лидером данного движения принято считать М. Селигмана. Такое направление стало очень популярным и востребованным в американской психологии, что отчасти показывает действительную значимость этой проблема, а с другой стороны - менталитет американцев, придающих большое значение оптимизму и позитивному мышлению. Однако, рассмотрение вопроса оптимизма и пессимизма не ново[23].

Еще древние мыслители говорили о различной степени восприимчивости людей к приятным и неприятным впечатлениям, определяющим поведение человека. В 18 веке Г. Лейбниц ввел термин «оптимизм» для обозначения определенного способа мышления. Для Лейбница оптимизм выступал, прежде всего, как убеждение в том, что добро побеждает над злом, а Вольтер популяризировал данное понятие в своем романе. В 19 веке был введен термин «пессимизм» А. Шопенгауэром. Шопенгауэр рассматривал пессимизм в эмоциональном аспекте: для

пессимиста страдания, грусть, печаль перевешивают счастье. В современной философии проблематика оптимизма нашла отражение в работах философов-экзистенциалистов, где рассматривался вопрос о человеческом потенциале и силе вероятности прожить жизнь определенным образом. М. Хайдеггер полагал, что в основном на жизнь человека влияют две потенциальные возможности: 1) ожидания, что произойдут хорошие события, случится что-то хорошее (оптимизм) и 2) ожидание, что произойдет что-то плохое (пессимизм) [46].

До второй половины 20 века исследований оптимизма и пессимизма практически не было. В отечественной психологии в это время исследованию оптимизма и пессимизма уделялось еще меньше, чем в зарубежной. Эти исследования чаще всего проводились в русле социологии, а в качестве индикатора оптимизма использовались показатели, связанные с общей удовлетворенностью жизнью [23].

Во второй половине 20 века накопился значительный эмпирический материал, связанный с оптимизмом и умением мыслить позитивно. К примеру, Л. Тайгер полагал, что оптимизм - одна из многих адаптивных характеристик человека, сформировавшихся в ходе естественного отбора. Поскольку оптимизм предполагает размышления о грядущем, он возникает тогда, когда люди начинают предвидеть. Однако предвидеть они могут как хорошее, так и плохое. Поэтому в человеке должно было сформироваться то, что позволило бы преодолеть страх перед плохим прогнозом, парализующий волю человека. А позитивное мышление - является следующей, более высокой ступенью развития мышления личности и основано на поиске выгоды во всем, что человека окружает. Однако с точки зрения индивидуальных различий природа оптимизма не рассматривалась. Изучением этого вопроса занялся К. Петерсон. Он замечает, что на современные представления об этих явлениях оказали теории К. Левина и Дж. Келли [40]. Эти теории создали основу для современного понимания того, как ожидания (оптимистические или пессимистические) определяют

поведение человека. Оптимизм и позитивное мышление понимались как тождественные друг другу понятия. Современные российские психологи при исследовании позитивного мышления в основном опираются на уже сложившиеся в зарубежной психологии подходы и теории. Так, например, сотрудники факультета психологии МГУ имени И.В. Ломоносова под руководством Д.А. Леонтьева и Т.О. Гордеевой проводят исследования оптимистического или позитивного мышления как одной из составляющих человеческого потенциала, опираясь на подход М. Селигмана [17]. Психологи Т.Л. Крюкова и М.С. Замышляева, интегрируя различные зарубежные подходы к исследованию оптимизма и пессимизма, рассматривают эти понятия как «структурные когнитивные личностные диспозиции, включающие позитивный или негативный стиль объяснения различных событий, позитивные или негативные ожидания в конкретной ситуации в будущем, подразумевающие готовность к поведенческому акту для достижения желаемого блага и самооффективность, как веру в продуктивность собственной деятельности» [25, с. 38].

Д.А. Леонтьев говорит, что «в отечественных публикациях позитивная психология часто понимается искаженно. В последнее время стали появляться публикации, с абстрактно-теоретических позиций критикующие идейные основы позитивной психологии при поверхностном знакомстве с этим подходом и полном игнорировании главного в нем — эмпирических данных и профессиональной практики» [60, с.38].

В социологическом контексте К. Муздыбаев[4], проводя исследования оптимизма и пессимизма, опирается на подход Ч. Шейера и М. Карвера. Он рассматривает эти явления как личностные диспозиции, отражающие позитивные или негативные ожидания относительно конкретных событий или будущего в целом. Также, автор отмечает, что характер ожиданий не является единственным отличительным признаком двух типов личности, подчеркивая различия в настроении и эмоциональном состоянии. По мнению автора, эмоциональные особенности оптимистов и пессимистов являются

следствием определенного избирательного восприятия и понимания мира. Важно отметить, что К. Муздыбаев объясняет различия оптимистов и пессимистов волей к достижению целей и настойчивостью в преодолении трудностей на пути к лучшей жизни [31]. «Оптимистам присуща вера в положительные жизненные перспективы, вера в себя и свое окружение, в то время как пессимисты готовы уступать трудностям и довольствоваться малым, принимая страдание, как должное» [31, с. 88].

В последнее десятилетие в рамках направления позитивной психологии стала интенсивно разрабатываться проблематика позитивного, конструктивного, оптимистического мышления. Дж. Капрара и П. Стека рассматривают позитивное мышление как «общий латентный конструкт, объединяющий видение, объяснение и оценку прошлого, настоящего и будущего опыта индивида и обладающий большей объяснительной и предсказательной силой, чем его составляющие» [15, с.23].

Вслед за Д. Гудхарт, а также Дж. Капрарой и П. Стекой [15] мы используем термин «позитивное мышление» и выделяем три его стороны: позитивные представления о себе (самоуважение), позитивную интерпретацию текущего жизненного и прошлого опыта и позитивные ожидания, касающиеся будущего (оптимизм). Если первая составляющая подвергалась изучению начиная с 1950-х гг., то анализ второй и третьей начался значительно позже – с работ М. Селигмана и К. Петерсона, а также Ч. Карвера и М. Шейера.

Наиболее разработанной теорией взаимосвязи мышления и эмоций является теория А. Эллиса [24]. Созданная им «формула ABC» показывает, что активизирующая ситуация или событие (А) «вызывает» представления о ситуации, мысли, взгляды и т.п. (В), которые как следствие «порождают» эмоции и поведенческие реакции (С). Согласно этой модели, первично мышление, поскольку именно оно «запускает» переживание различных эмоций, эмоции выступают как результат мыслей и убеждений человека, причём важна именно интерпретация, а не сама жизненная ситуация.

Возможность разработки концепции и технологии воспитания позитивного мышления основана на указанной точке зрения о преобладании когнитивных оценок над эмоциями, в силу чего человек может использовать свои мысли, чтобы влиять на чувства. Изменяя когнитивные оценки, можно научиться иначе относиться к происходящему.

В контексте исследуемой нами проблемы особого внимания требует рассмотрение психических явлений оптимизма и пессимизма.

Ясно, что оптимизм и пессимизм, согласно Е.А. Перовой [39], проявляются в позитивном или негативном ощущении и восприятии мира, в позитивном и негативном стилях мышления. Очевидно, что оптимизм является одной из важнейших составляющих позитивного мышления и отношения к жизни наряду с активностью и уверенностью в себе.

Понятия оптимизма (лат. *optimus* – наилучший) и его противоположность пессимизма (лат. *Pessimus* – наихудший) рассматриваются, по мнению О.А. Сычева в двух направлениях. «Первое – философское понимание терминов, основанное на соотношении добра и зла в мире. Второе – социологическое или социально-психологическое, где оптимизм и пессимизм понимаются как мнения личности, отражающие позитивные или негативные ожидания относительно конкретных событий или будущего в целом»[49, с 68].

Как отечественные, так и зарубежные психологи сходятся во мнении о том, что в проблемной ситуации оптимист, человек с позитивным мышлением будет ориентирован на действие. Он стремится выработать достаточный список альтернативных стратегий решения проблемы и поведения. Пессимист, негативно мыслящий, напротив, ориентирован на состояние, в результате чего он не склонен ни искать варианты для преодоления возникшей трудности, ни активно действовать.

Наибольшее развитие данная проблема в этом направлении получила в последние двадцать-тридцать лет.

Одними из самых известных исследователей оптимистичности и пессимистичности являются американские исследователи М. Шейер и Ч. Карвер, которые определяют оптимизм и пессимизм через особенности ожиданий человека[49]. Таким образом, оптимистами они называют тех людей, которые склонны придерживаться позитивных ожиданий относительно будущего, пессимистами, более склонных к негативным ожиданиям. В своих исследованиях данные авторы выявили взаимосвязь оптимизма и пессимизма с другими индивидуальными особенностями, такими как физическое и психическое благополучие, подверженность депрессии и стрессам, широта социальных контактов. Различия между оптимистами и пессимистами авторы объясняют «наличием стабильных личностных особенностей, связанных с тенденцией к позитивным или негативным ожиданиям» [49, с 14].

Понимание данных феноменов М. Селигманом несколько отличается от предыдущих. Его теория оптимизма возникла в ходе экспериментов по изучению причин формирования «выученной беспомощности». В ходе этих экспериментов обнаруживалось, что даже в условиях очень неблагоприятной внешней среды некоторые люди оказываются очень устойчивыми к переходу в беспомощное состояние. Они сохраняют инициативу и не прекращают попыток достичь успеха. Качество, которое обеспечивает эту способность, М. Селигман связал с понятием оптимизма. По мнению М. Селигмана, суть оптимизма состоит «в особом стиле объяснения причин неудач или успехов. Именно через стиль атрибуции (объяснения) «просеивается» опыт неудач. В случае оптимистичной атрибуции значение этого опыта преуменьшается, в случае пессимизма – преувеличивается» [45, с. 304]. В соответствии с этим М. Селигман отмечает три основных параметра стиля атрибуции различающие оптимистов и пессимистов: постоянство, широта, персонализация. Постоянство описывает субъективные представления человека о том насколько стабильны причины хороших и плохих событий. Широта определяет степень охвата различных сфер жизни причинными

схемами. Персонализация характеризует склонность человека искать причины, происходящих с ним событий. Сочетание данных параметров характеризует определенный стиль атрибуции, который лежит в основе склонности человека к положительным и отрицательным ожиданиям [45].

Таким образом, авторы рассматривают оптимизм и пессимизм как положительный или отрицательный прогноз. Только М. Селигаман смещает акцент на причины этих ожиданий, которые необходимо искать в особенностях атрибутивного стиля.

Исходя из данного материала можно сформулировать ряд теоретических положений, на которых будет строиться наше понимание феноменов оптимизма и пессимизма:

– оптимизм и пессимизм понимаются как позитивные или негативные ожидания, в какой либо ситуации или в будущем;

– оптимисты и пессимисты отличаются личностными особенностями и атрибутивными стилями;

– оптимистам присуща вера в положительные жизненные перспективы, вера в себя и свое окружение, они характеризуются активным поиском решения проблемы, не «зацикливаются» на причинах своих неудач и проблем, отличаются энергичностью, твердостью духа, силой воли;

– пессимисты готовы уступать трудностям, довольствоваться малым, принимают страдания как должное, отрицают или игнорируют проблемы, характеризуются плохим, подавленным настроением, пониженной волей к жизни.

Теперь необходимо переключиться на теоретические основы изучения проблемы позитивного мышления в психологии. Согласно О.А. Сычеву, «оптимизм и пессимизм отражают не просто тот или иной стиль мышления личности, они представляют собой различную практическую ориентацию человека в мире» [51, с. 44].

В различных исследованиях посвященных проблеме позитивного мышления употребляются следующие близкие по содержанию термины:

саногенное, исцеляющее мышление, положительное, оптимистическое, конструктивное, рациональное, гармоничное, мышление с позиции надежды.

Следует подчеркнуть, что сущность позитивного мышления, проблема его формирования с древних времен интересовали человечество, науку и практику. Известно учение тибетского ламы Т. Лобсангу Рампы о влиянии мышления на жизнь человека: «мысль – это величайшая сила. И только благодаря позитивному разуму – всегда позитивному – можно пережить и преодолеть все уготованные страдания и испытания, противостоять обидам, лишениям и, вообще, выжить» [27 – 16 с.]. Согласно этому учению, негативные мысли вызывают переживание отрицательных эмоций, и не только препятствуют нормальной жизни человека, но и, являясь показателем «лености мышления», существенно задерживают духовное развитие человека. Овладение позитивным мышлением напротив, позволяет человеку быть независимым от обстоятельств, научиться управлять своими поступками и сознанием в целом. В конечном итоге, «все зависит от нашего образа мышления» [27].

Д. А. Леонтьев, стал одним из первых психологов в России, рассматривающий проблемы позитивной психологии и позитивного мышления в нашей стране. Он утверждает, что психологию нужно переориентировать на позитивные приоритеты. Социальные и поведенческие науки должны помочь понять, прежде всего, какого рода семейное воспитание позволяет детям расцветать, вырастать в здоровую личность, и как вообще сделать жизнь людей более достойной [60]. «Предпосылкой позитивной психологии, отмечают М. Селигман и М. Чиксентмихайи, выступает активизировавшийся в последнее время интерес к проблемам профилактики. Профилактическая работа как раз приходит к пониманию того, что важно не столько лечить нарушения и корректировать слабости, сколько укреплять психологические силы. Позитивные силы выполняют буферную функцию, защищая от невзгод и предупреждая развитие болезненных отклонений. Ориентированные на работу с ними наука и

практика переориентируют психологию в направлении двух забытых миссий — делать нормальных людей более сильными и продуктивными и способствовать актуализации высшего человеческого потенциала» [60, с.42].

Ю. М. Орлов, изучая позитивное мышление, вывел термин «саногенное мышление», т. е. оздоравливающее. Он стал одним из первых отечественных психологов, который определил важную связь между тем, как мы мыслим и такими характеристиками как соматическое здоровье, умение управлять мыслями, эмоциями [33]. «Противовес саногенному, патогенное мышление - это мышление бессознательное, неуместное, приводящее к превращению отрицательных эмоций в хронические, в результате чего у человека возникает длительное субъективное ощущение неблагополучия. Для саногенного мышления характерны определенные особенности. Обобщив наиболее яркие черты патогенного мышления, Ю.М. Орлов выделяет такие формы его проявления, как патогенная психологическая защита (агрессия, страх, бегство в мир фантазии); патогенный характер эмоций (обида, вина, стыд) и парадигма насильственного управления (ролевые ожидания, социальный стереотип, мщение, угрозы)» [23, с. 16].

В изучении позитивного мышления можно выделить два основных подхода: исследование диспозиционного оптимизма и пессимизма и исследование оптимизма как атрибутивного стиля. Они имеют много общих положений и могут рассматриваться как родственные и взаимодополняющие друг друга.

Мы придерживаемся второго подхода. Представителями атрибутивного подхода были М. Селигман, К.Петерсон, Л.М. Рудина, Т.О.Гордеева, Дж. Кехо и др. Основателем такого подхода был М. Селигман, поэтому все остальные авторы опирались на его положения. В основе теории каузальной атрибуции лежит постулат о том, что человек, объясняя события и поведение других людей, стремится к выяснению причин различных событий и поступков. При этом, не имея достаточной информации, он приписывает гипотетические причины. В результате научения складывается устойчивый

стиль атрибуции, отражающий представления человека о причинах происходящих с ним событий и возможности их контроля. Такого же мнения придерживается и Л.М. Рудина [42]. Оптимизм с ее точки зрения - позитивный взгляд на жизнь, уверенность в лучшем будущем. Позитивное мышление - мышление, основанное на описании событий или объектов в позитивном ключе. Другими словами, выраженность оптимизма-пессимизма позволяют сделать вывод о позитивном или негативном мышлении.

Л.М. Рудина [44] выделила 6 переменных, входящих в структуру оптимизма-пессимизма, а следовательно, позитивное или негативное мышление, т.к. оптимизм и пессимизм являются показателями выраженности позитивного или негативного мышления: время неудач, время успеха, широту неудачи, широту удачи, Я-неудачу и Я-успешность. «Время неудач» показывает, сколь постоянными испытуемый считает причины своих неудач и неприятностей. А «время успеха» определяет постоянство в объяснении хороших событий. Здесь важную роль играет такой фактор, как стабильность, имеющая отношение к объяснению причин событий, происходящих с индивидом постоянными или временными факторами, и самооценка. «Широта неудач» тесно связана с таким понятием, как пространственный пессимизм, т.е. объяснение неудачи конкретными причинами или распространение беспомощности на многие сферы деятельности. «Широта удачи» выявляет оценку оптимизма с позиции широты для хороших событий. Здесь имеет значение фактор глобальности, который характеризует степень универсальности оценки индивидом возникающих ситуаций (может иметь место чрезмерное обобщение или конкретное рассмотрение отдельных ситуаций). «Я-неудача» показывает оценку персонализации в плохих условиях (признание собственной вины в неудачах). А «Я-успешность» - персонализацию в хороших условиях (констатацию своих заслуг). Здесь следует отметить фактор интернальности - экстернальности. Интернальность-экстернальность или персонификация соответствует понятию локуса контроля и представляет собой оценку

индивидом собственной причастности к появлению той или иной ситуации[42]. В случае с неприятными событиями человек может обвинять либо себя (внутренний локус), либо других людей и обстоятельства (внешний локус). Все выше перечисленные факторы принимал во внимание М. Селигман и говорил, что каждое из этих измерений влияет на формирование эмоциональной реакции человека [44].

Опираясь также на атрибутивный подход, но беря во внимание точку зрения Дж. Кехо, можно выделить три основных варианты позитивного мышления:

1) аффирмации - это краткое позитивное утверждение, направленное на конкретный аспект вашего сознания и закладывающее новую программу, согласно которой подсознание строит свою работу и создает жизненные ситуации, соответствующие данной аффирмации по смыслу;

2) позитивный настрой - это привычка сосредоточиваться на хлопотах в связи с делами, важными для жизни человека, и отстраняться от нежелательных обстоятельств;

3) визуализация - свойство человеческого сознания, способного воспроизводить видимые и невидимые образы визуального (зрительного) ряда в своем сознании [22].

В.Н Панкратовым [34] установлено, что «светлые», позитивные мысли являются результатом сознательного управления, а негативные мысли – следствием автоматического реагирования без размышлений и волевых усилий. Доминирование тех или иных мыслей определяется человеком, в силу чего каждый является хозяином своей судьбы настолько, насколько он обладает властью над своими мыслями. Это проявляется, во-первых, в том, что человек есть то, что он о себе думает; во-вторых, образ мыслей способен породить соответствующий образ жизни; в-третьих, результат зависит от качества мыслей и, в-четвертых, «качество» жизни определяет не объективная ситуация, а субъективное реагирование на нее, проявляющееся в преобладающем стиле мышления.

Не секрет, что смысл одного и того же события меняется в зависимости от хода мыслей человека. В соответствии с этим Ю. М. Орлов вводит понятия саногенного (позитивного) и патогенного мышления. Сущность саногенного (позитивного) мышления состоит в различении вещей, зависящих от нас, от вещей, которыми мы не можем управлять. Это различие позволяет человеку в первом случае – активно изменять ситуации, а во втором – принимать ситуации такими, какие они есть, и приспосабливаться к ним, что сохраняет его психическое и физическое здоровье.

Можно утверждать, что «саногенное мышление присуще «человеку воли», а патогенное – «человеку привычки». Способность мыслить позитивно представляет собой необходимое условие проявления субъектности, а степень овладения позитивным мышлением говорит о степени внутренней свободы человека» [33, с. 155].

Позитивное мышление, по мнению К.С. Шааб, выполняет ряд важных функций в жизнедеятельности человека [55]. Во-первых, оздоровительную функцию—изменение сложившегося стиля мышления влечет переосмысление привычной жизненной позиции, видение благоприятных аспектов в каждой ситуации, а также принятие жизни такой, какая она есть. Тем самым позитивное мышление укрепляет психическое и физическое здоровье человека, способствуя дальнейшему развитию личности. Во-вторых, адаптационную функцию – позитивное мышление предполагает использование адекватных способов реагирования и поведения, что позволяет субъекту более гибко адаптироваться и приспосабливаться в современном динамичном мире, имеющем значительную степень неопределенности. В-третьих, функцию формирования активной жизненной позиции личности – позитивное мышление не позволяет личности поддаваться влиянию неблагоприятных жизненных обстоятельств и отрицательных эмоций. Оно помогает человеку стать субъектом, активным

созидателем собственной жизни, конструирующим «свою» реальность и берущим на себя контроль над происходящими событиями.

Следует подчеркнуть, что большое значение в формировании того или иного способа мышления играет период детства и значимые взрослые. Это обстоятельство указывает на необходимость развития позитивного мышления родителей, воспитателей и учителей (наиболее значимых взрослых) как носителей позитивной педагогики, которые затем обеспечат условия для воспитания позитивного мышления.

Таким образом, проблема позитивного мышления берет свое начало еще в античности. Постепенно этот вопрос охватывал все большее внимание, особенно за рубежом. Выделившись из практической психологии, позитивное мышление приобрело научный характер исследования, таким образом, реализовав один из основных принципов психологии - единства теории и практики. Анализ имеющихся исследований в области позитивного мышления позволяет сделать вывод о схожести подходов к пониманию оптимизма и пессимизма, позитивного и негативного мышления в отечественной и зарубежной психологии. В рамках наиболее популярного подхода к позитивному мышлению - атрибутивного, по М. Селигману, позитивное мышление определяется как мышление, основанное на описании событий или объектов в позитивном ключе, как привычка мыслить конструктивно. Понятия «позитивное мышление» и «саногенное мышление», «негативное мышление» и «патогенное мышление» употребляются как тождественные. Основная роль саногенного мышления – это создание условий для самосовершенствования: гармония черт, согласие с самим собой и окружающим, устранение плохих привычек, управление своими эмоциями, контроль своих потребностей. Следовательно, М. Селигман смещает акцент на причины ожиданий, которые необходимо искать в особенностях атрибутивного стиля, а Ю.М. Орлов на особенностях отношений человека к своим переживаниям. В качестве базового критерия оценки выраженности позитивного мышления используется оптимизм-пессимизм, а в качестве

показателей - время неудачи - время успеха, широта неудачи - широта удачи, Я-неудача и Я-успешность. Эти переменные составляют такие факторы, как стабильность, глобальность, интернальность - экстернальность, по которым также оценивается выраженность позитивного мышления.

1.2. Особенности социально - психологического климата семьи

Семья - сложная система взаимоотношений между супругами, родителями, детьми, другими родственниками. В совокупности эти отношения составляют микроклимат семьи, который непосредственно влияет на эмоциональное самочувствие всех ее членов, через призму которого воспринимается весь остальной мир и свое место в нем.

Социально-психологический климат по определению Смирновой И.Е. - это «эмоциональная среда, которая сложилась в процессе группового взаимодействия, и которая тесно связана со структурой и динамикой групповых процессов, целями, задачами и эффективностью» [48, с.51].

По определению О.А.Добрыниной, «социально-психологический климат семьи - интегративная характеристика, которая отражает степень удовлетворенности супругов основными аспектами жизнедеятельности семьи, общим тоном и стилем общения» [18, с 15].

Существует 2 подхода в объяснении формирования социально-психологического климата:

1. Социально-психологический климат Шнейдер Л.Б [59] связывает с групповой динамикой, проявляющейся в стадиях, которые сопровождаются тем или иным психологическим климатом и эмоциями. 3 стадии:

- адаптация (характеризуется эмоциями, которые человек переживает),
- интеграция (характеризуется эмоциями, которые человек демонстрирует),
- индивидуализация (характеризуется эмоциями, которые человек воспринимает).

В рамках этого подхода эффективность деятельности достигается за счет объединения данных составляющих динамики. Психологический комфорт достигается за счет того что:

- эмоционально взаимодействуя, человек использует все три формы, что создает ощущение безопасности в проявлении эмоций и человек безопасно вербализует информацию

- состояние комфорта создается за счет доверия. Следовательно, вербализованные эмоции не будут вытеснены за пределы группы, и этой информацией не будут шантажировать.

- возможность безопасной и эффективной рефлексии

Сысенко В.А. говорит что существует опасность того, что личности свойственно стремление к положительному психологическому климату, и в некоторых случаях ради его сохранения человек может пойти на противозаконные, нелогичные или асоциальные действия. Как следствие, не всегда положительный социально - психологический климат способствует эффективной деятельности [49].

2. Подход к социально – психологическому климату как к эмоциональной среде для отдельного человека. Здесь социально-психологический климат один из факторов влияющих на деятельность, развитие и взаимодействие личности. Он бывает:

- стимулирующий - возникает при наличии наставника или создается целенаправленно;

- пассивно-наблюдательный - развивается естественно, без осознанного формирования;

- тормозящий - когда есть чье-то влияние, направленное на обострение отношений [40].

Итог, согласно И.Е. Смирновой можно подвести к следующему: к основной сложности изучения социально-психологического климата можно отнести тот факт, что «это достаточно динамичная структура, включающая в себя множество переменных. Как следствие, - невозможно вывести какой-то

один показатель социально – психологического климата и по нему оценивать всю совокупность особенностей климата, и так же невозможно оценивать социально-психологический климат в статике, т.к. необходим определенный лонгитюд в исследовании показателей его определяющих значение социально-психологического климата складывается из оценки его основных составляющих: настроение и активность (в определенном временном срезе), открытость, присоединение, контроль, значимость, компетентность, привлекательность» [48, с. 121].

Существует четыре фактора, напрямую пересекающихся с областью становления благоприятного психологического климата в семье:

- эмоциональная привлекательность супругов.
- сходство супругов между собой.
- предпочитаемый супругами способ взаимодействия и их ведущий социальный мотив.
- особенности семейных целей, определяющие три типа деятельности: совместно-индивидуальную, совместно-последовательную и совместно-взаимодействующую (цели повышают сплоченность, когда приняты в качестве своих личных целей) [52].

Существенным элементом, по мнению Т.М. Трапезниковой, «в общей концепции социально – психологический климат является характеристика структуры его проявлений» [53, с. 45]. Это предполагает вычленение основных компонентов и тогда в структуре проявлений социально-психологический климат становится очевидным наличие двух составляющих: отношение семьи к общественным и жизненным ситуациям и отношение супругов друг к другу [53].

Э.Г. Эйдемиллер делает вывод о том, что «характерный для той или иной семьи более или менее устойчивый эмоциональный настрой принято называть психологическим климатом (синоним – психологическая атмосфера). Он является следствием семейной коммуникации, то есть, в результате совокупности настроения членов семьи, их душевных

переживаний и волнений, отношения друг к другу, к другим людям, к окружающим событиям» [60, с. 534].

Многие исследователи выделяют два типа психологического климата семьи: благоприятный и неблагоприятный. Так, Д.В. Винникотт говорит, что «благоприятный психологический климат в семье определяется следующими особенностями внутрисемейных отношений: взаимопонимание и устойчивость, сплочённость, положительное эмоциональное состояние, нравственные семейные ценности. Важное влияние на психологический климат семьи оказывает культура общения супругов между собой и с детьми, совместное семейно-бытовое самообслуживание семьи, создание семейной субкультуры. Стабилизация эмоциональных отношений зависит от равноправности её членов, индивидуальных потребностей, которые удовлетворяет брак и семейная жизнь в целом» [4, с.142]. Так, многолетние наблюдения показывают, что довольно значительной части семей присущ противоречивый психологический климат.

Кларина Л.М. [20] указывает, что важный фактор психологического климата в семье - супружеская совместимость, которая является одним из наиболее сложных феноменов семейно-брачных отношений людей. Степень этой совместимости определяет не только ее психологический климат, но и стабильность семьи, ее социальную эффективность в плане выполнения важнейшей функции - репродуктивной и воспитательной, а также психотерапевтической.

По мнению Л. М. Щеглова [58], и адаптация партнеров оценивается по уровню их совместимости, которую, в свою очередь, можно разделить на следующие виды:

- духовная, т.е. совместимость основных жизненных ценностей;
- психологическая включает совпадение или дисбаланс определенных черт характера, свойств и особенностей партнеров;
- интеллектуальная, или совместимость по индексу образования;

- семейно-ролевая, т.е. сочетание представлений каждого из партнеров о ролях мужа и жены;
- педагогическая, т.е. совпадение представлений обоих супругов о методах воспитания;
- материально-бытовая, т.е. совпадение представлений о распределении бытовых обязанностей и материальных ценностей;
- сексуальная.

Таким образом, чем больше совпадений по уровням совместимости, тем выше адаптация в супружеской паре.

Не менее важный фактор согласованность. По мнению О.Г. Прохоровой, в решении задач между партнерами по браку согласованность определяет их сработанность. При совместной деятельности в случае эффективности возникает удовлетворенность не только собой, но и партнером. Совместная деятельность в браке возникает, когда существует обмен информацией, необходимой для успешного производства, взаимного дублирования действий, содействие, поддержка, взаимоконтроль, действия и операции одного партнера зависят от одновременных или предшествовавших операций другого партнера [40].

Наибольшего различия благополучные и неблагополучные семьи достигают по следующим показателям: удовлетворенность психологической атмосферой в семье, удовлетворенность общением, наличие психологической поддержки супругов. Благоприятный психологический климат семьи способствует установлению соматического и психического равновесия, гармонии, снижению остроты возникающих конфликтов, снятию стрессовых состояний, повышению оценки собственной социальной значимости и реализации личностного потенциала каждого члена семьи.

Наиболее распространенными факторами, влияющими на успех супружеских отношений или их распад, являются личные качества партнеров и их умение решать различные проблемы, выстраивать гармоничные отношения. При отсутствии данных умений нередко возникают конфликты.

Таким образом, гармония семейных отношений согласно исследованиям О.А. Добрыниной, Т.В. Андреевой, А.В. Толстовой, Е.Б. Назаровой, Н.Н. Обозова, и др., можно выделить такие составляющие социально-психологического климата:

- эмоциональная сторона супружеских отношений;
- сходство их представлений о распределении ролей;
- сходства моделей общения предпочитаемых супругами, поведенческих особенностей;
- сексуальная совместимость;
- сходство духовных ценностей;
- степень психической и социальной зрелости партнеров;
- общий культурный уровень.
- удовлетворённость браком;
- совместимость супругов (единство ценностей, интересов, эмоциональных установок, общего стиля жизни);
- удовлетворенность общением между членами семьи;
- наличие психологической поддержки между членами семьи;
- психологическая атмосфера семьи;
- согласованность супругов в совместной деятельности; и др

Семейные отношения приобретают большую стабильность в тех случаях, когда супруги способны удовлетворить потребности и ожидания друг друга [26; 35].

Структуру взаимодействия в браке Федотова Н.Ф. можно рассматривать с точки зрения четырехкомпонентной структуры: аффективный, когнитивный, конативный (поведенческий) и физиологический компоненты. В различных видах совместной деятельности в браке включаются различные компоненты, либо один из компонентов становится ведущим. Для совместности и сработанности каждый компонент имеет различный удельный вес (объективный, независимый от желания партнеров и субъективный, значимый для них и регулируемый или не

регулируемый ими). В сработанности ведущим является поведенческий компонент. Компоненты пересекаются между собой. Так, например, пересекаемость, а точнее, взаимосвязь когнитивного и эмоционального компонентов проявляется в оценках и самооценках. Причем соотношение оценок и самооценок будет неодинаково в зависимости от качества брака. На качество брака также оказывает влияние сработанность партнеров. Сработанность есть согласованность в совместной деятельности между ее участниками. В этом определении существенными являются два признака: согласованность и деятельность. Семейное согласие определяется как единомыслие, общность точек зрения, единоподушие и дружеские отношения. В условиях решения совместных задач согласие, отражающееся в психомоторике, характеризует сработанность. Вторым признаком сработанности - эффективность деятельности. Он указывает на тот факт, что согласованность в данном случае связана не с любым видом взаимодействия людей, а с конкретной деятельностью. Работа, деятельность всегда предполагают в качестве следствия результативность, успешность, эффективность. Работа связана с производством материальных и духовных продуктов. Она оценивается по времени, качеству и в целом по эффективности, включая коэффициент полезного действия. Результат сработанности - эффективность совместной деятельности супругов. Процесс сработываемости между супругами в браке - это согласование темпа - ритмической организации партнеров, индивидуального стиля деятельности, их навыков, умений в проведении тех или иных операций, знаний своих обязанностей перед семьей [20].

При сработываемости взаимная удовлетворенность взаимодействием партнеров опосредована деятельностью. Полагаясь на автора А.А. Митрикаса, следует заметить, что «успешное выполнение индивидуальной деятельности вызывает у человека удовлетворенность. При совместной деятельности в случае ее достаточно большой успешности у партнеров возникает удовлетворенность не только собой, как при индивидуальной

деятельности, но и удовлетворенность партнером» [30, с. 67]. При успешном выполнении совместной деятельности по воспитанию детей, ведению домашнего хозяйства, распределению свободного времени и досуга у партнеров по браку возникает также удовлетворенность не только собой, но и партнером.

В условиях совместной деятельности каждый участник непрерывно получает информацию о различных сторонах и компонентах процесса взаимодействия. Эта информация, как известно, складывается из четырех видов сигналов:

- а) о других участниках деятельности,
- б) о себе (собственное участие в деятельности, достигнутые результаты, состояние),
- в) о внешних условиях деятельности,
- г) об общих итогах деятельности

При непосредственном пространственном контакте с партнером каждый из супругов получает информацию и о промежуточных итогах деятельности, и о вкладе партнера в решение общегрупповой задачи, и о том, насколько успешно (или неуспешно) разворачивается процесс взаимодействия.

При этом, как утверждает О.Г. Прохорова, «происходит оценка включенности и вклада партнера, которая соотносится с успешностью собственной деятельности. Кроме того, в семье как в реально действующей группе, сигнальная и регулятивная функции контекста ситуации взаимодействия существенно усиливаются в связи с высоким уровнем подготовленности партнеров к совместной деятельности и наличием прошлого опыта общения и взаимодействия в ситуациях» [40, с.35].

Учитывая то, что супруги находятся в постоянной материальной и морально-психологической зависимости вследствие того, что деятельность каждого оказывает существенное влияние на жизнь и деятельность партнера по браку, качество брака в значительной степени зависит от совпадений

мотивов совместной деятельности. Оптимальное сочетание феноменов совместимости и сработанности в итоге отражается на качестве семейно-брачных отношений.

Подводя итог вышеизложенному, мы можем сказать, что одним из показателей качества семейных отношений является психологический климат, который раскрывает стиль жизни семьи и характер отношений в ней. Под социально-психологическим климатом семьи понимается обобщенная интегративная характеристика семьи, которая отражает степень удовлетворенности супругов основными аспектами жизнедеятельности семьи, общим тоном и стилем отношений, т.е. совпадением социальных позиций и психологических процессов и свойств. Составляющей психологического климата является умение и желание понимать друг друга, удовлетворять потребности в равенстве, подтверждать представления друг друга о семейных ролях.

1.3. Взаимосвязь позитивного мышления супругов и социально-психологического климата семьи

Большинство жизненных ситуаций, возникающих в семейной жизни, имеют как позитивные, так и негативные стороны. Адаптироваться к реальности и её трудностям супругам помогает позитивное мышление.

Позитивное мышление, как считает Л.С. Колмогорова, определяется как «специфический вид мышления, характеризующийся положительной эмоциональной окраской, стремлением решить проблему» [24, с. 4]. Основным признаком такого вида мышления, по словам автора, являются «позитивные установки в анализе ситуации, в планировании предстоящих действий, в осмыслении семейной жизни, когда мыслительная работа по интерпретации того или иного события приводит к положительной эмоции или к изменению эмоции - с отрицательной на положительную» [24, с.6].

Исследования позитивных психологов обнаружили множество преимуществ оптимистичного взгляда на семейную жизнь. Было выявлено, что оптимисты лучше адаптируются к негативным ситуациям, возникающим в быту. Оптимизм благоприятствует целенаправленному решению проблем, чувству юмора, планам на будущее, позитивной переинтерпретации и принятию ситуации, если та не поддается контролю. Таким образом, когда речь идет о преодолении трудностей, в том числе возникающих в семье, у оптимистов есть преимущества. Следует заметить, что, по наблюдениям Т.О. Гордеевой, оптимисты не склонны отрицать существование проблемы, в то время как пессимисты часто стараются дистанцироваться от нее. Оптимисты не «прячут голову в песок» и не игнорируют угрозы их семейному благополучию: они выстраивают конструктивные взаимоотношения в семье и обычно обнаруживают потенциально серьезные проблемы достаточно рано. Оптимисты прилагают больше усилий для достижения цели и не склонны сдаваться, полагая, что с ситуацией можно успешно справиться тем или иным способом и решить возникающие конфликтные ситуации в семье. При оптимистическом (конструктивном) атрибутивном стиле успехи воспринимаются как стабильные, глобальные и контролируемые, а неудачи как временные (случайные), локальные (затрагивающие лишь небольшую часть жизни) и изменяемые (контролируемые). Оптимист видит в неудаче вызов, то есть интересную и трудную задачу, которую предстоит решить, а не опасность или угрозу. Пессимисты, в свою очередь, скорее будут ожидать провала и, как следствие, скорее будут опускать руки [17]. При пессимистическом стиле объяснения, по мнению автора, «человек рассматривает происходящие с ним негативные события как вызванные постоянными и широкими причинами (как нечто, что продлится долго и затронет большую часть его жизни) и не склонен верить, что он может их контролировать. Люди с пессимистическим стилем объяснения часто задают себе вопрос «Кто виноват?», веря, что в любой неприятности всегда кто-то виноват важно выяснить, кто именно, они склонны к обобщениям, а также

застреванию на одной-единственной возможной причине происходящего. Удачи же, напротив, воспринимаются ими как временные, случайные и, по сути, не поддающиеся контролю, от них не зависящие [17, с. 311].

В. А Сысенко утверждает, что «супруг - оптимист фокусирует свое внимание на положительной стороне бытия, видит желаемые цели как достижимые и продолжают прилагать усилия ради реализации этих целей, даже когда прогресс идет медленно или трудно. Супруги - пессимисты же, акцентирующие внимание на негативной стороне семейной жизни, находят какие-либо недостижимые цели и заранее отказываются предпринимать ради их осуществления какие-либо усилия» [49, с 65]. А потому стратегии совладания у супругов - оптимистов рациональные и эффективные, а супруги - пессимисты применяют большей частью иррациональные, непродуктивные, пассивные стратегии. Кроме того, супруги оптимисты и пессимисты, как считает Е. Ильин, отличаются по полюсу ожиданий в жизни (положительным или отрицательным), преобладающему настроению, наличию или отсутствию воли в преодолении трудностей, веры в лучшее или худшее, в себя и свое окружение, в свою [36].

К.С. Шааб считает, что «позитивное мышление дает человеку положительный заряд с жизнерадостным мироощущением, способностью воспринимать, аккумулировать доверие и распространять положительные мысли и эмоции в кругу семьи.... Радость возможностей обостряет восприимчивость позитивного качества человека к миру.... Позитивное мышление развивает внутреннюю культуру, позволяет восхищаться, наслаждаться ей...оказывает благоприятное влияние на взаимоотношения супругов» [55, с. 25].

Стремление супруга к поиску позитивного в окружающем мире и самом себе, его желание строить достойную семейную жизнь, создают условия для пробуждения способности мыслить позитивно в различных жизненных ситуациях, в частности в семейных отношениях. Актуальным такое стремление является необходимым для конструктивного решения

возникающих бытовых проблем. Исследования оптимизма Б. Фредрикаса [39] показали, что люди с позитивными установками не отрицают существование проблем, в отличие от людей с патогенным мышлением, прилагают больше усилий для достижения целей и ориентированы на успех, преодоление возникающих семейных проблем.

Таким образом, супруги с позитивным мышлением наиболее удовлетворены своим браком и процесс выстраивания их взаимоотношений и решений проблем более эффективен и продуктивен. Позитивное мышление является сильным предиктором субъективного ощущения счастья супругов, более высокой оценки ими субъективного качества жизни, они верят в роль усилий и настойчивости, получая удовольствие от решения трудных задач и преодоления трудностей.

Анализ научной литературы по проблеме исследования позволяет сделать ряд **выводов:**

- мы наблюдаем схожесть подходов к пониманию оптимизма и пессимизма, позитивного и негативного мышления в отечественной и зарубежной психологии. Понятия «позитивное мышление», «оптимистичное мышление», «саногенное мышление», и «негативное мышление» «пессимистичное мышление», «патогенное мышление» употребляются как тождественные. Основным признаком позитивного мышления являются «позитивные установки в анализе ситуации, в планировании предстоящих действий, в осмыслении семейной жизни, когда мыслительная работа по интерпретации того или иного события приводит к положительной эмоции или к изменению знака эмоции - с отрицательного на положительный;

- социально-психологический климат семьи отражает степень удовлетворенности супругов основными аспектами жизнедеятельности семьи, общим тоном и стилем отношений, т.е. совпадением социальных позиций и психологических процессов и свойств. Составляющей психологического климата является умение и желание понимать друг друга,

удовлетворять потребности в равенстве, подтверждать представления друг друга о семейных ролях;

- супруги – оптимисты верят в роль усилий и настойчивости, получая удовольствие от решения задач, и легче преодолевают трудности и семейные кризисы. Супруги - пессимисты, напротив, склонны верить в роль случая в достижении успеха, объясняя свой успех легкостью задачи и другими внешними неконтролируемыми факторами. Необходимо доказать, что позитивное мышление в значительной степени может влиять на успешность, удовлетворенность супругом браком и в целом оказывать влияние на формирование благоприятного социально-психологического климата в семье.

Глава 2. Эмпирическое исследование особенностей позитивного мышления супругов как условия благоприятного социально-психологического климата семьи

2.1. Организация и методы исследования

Теоретические положения, изложенные в первой главе, мы использовали при организации исследования особенностей позитивного мышления супругов как условия благоприятного социально – психологического климата семьи .

В данном параграфе представлено описание логики исследования, выборки испытуемых, обоснование методов исследования, способов обработки эмпирического материала.

Выборка и база исследования: в опросе приняли участие 40 полных семей с детьми г. Белгорода (80 человек: 40 мужчин и 40 женщин), со стажем совместной супружеской жизни от 1 до 3 лет – 24 человек, от 3 до 10 лет – 48 человек, от 10 и более – 28 человек.

Задачи исследования:

- 1) Изучить особенности позитивного мышления супругов.
- 2) Исследовать социально-психологический климат семьи.
- 3) Изучить особенности позитивного мышления и социально-психологического климата семей с разным стажем супружеской жизни.
- 4) Определить степень связи между позитивным мышлением и социально-психологическим климатом супругов.
- 5) Определить, степень влияния позитивного мышления супругов, на социально - психологический климат семьи.

Нами были использованы следующие методики:

- опросник СТОУН-В (Т.О.Гордеева, Е.Н.Осин, В.Ю.Шевяхова);
- методика «Шкала семейного окружения» (Р.Х. Мус, адаптация С.Ю.Куприянова);

- тест-опросник «Удовлетворенность браком» (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко);

- методика «Шкала семейной адаптации и сплоченности. (FACES-3)» (Олсон Д.Х., Портнер Дж., И.Лави).

Опросник СТОУН-В (Т.О.Гордеева, Е.Н.Осин, В.Ю.Шевяхова) предназначен для диагностики оптимизма личности, понимаемого как способность оптимистично оценивать (объяснять себе) причины различных событий, как негативного, так и позитивного характера [Приложение 1].

Методика предполагает следующие показатели:

«Стабильность», характеризует постоянство и неизменность причины.

«Контролируемость», характеризует меру управляемости воспринимаемой причины.

«Глобальность» - пространственная характеристика, позволяющая описать универсальность или конкретность причинных объяснений, склонность к чрезмерным обобщениям или, напротив, конкретному рассмотрению отдельно взятых ситуаций.

«Оптимизм в ситуации успеха» - объяснение позитивных событий внутренними и стабильными причинами.

«Оптимизм в ситуации неудач» - объяснение негативных событий наличием конкретной причины, указывает на более легкое переживание ситуации, и, напротив, объяснение негативных событий внутренними, стабильными и глобальными причинами надежно и значимо связано с показателями монополярной депрессии

«Оптимизм в межличностных» отношениях является надежным предиктором супружеской удовлетворенности. Выражается в безоценочном принятии партнера по взаимодействию. Также показывает качество и гармоничность детско-родительских отношений.

«Оптимизм ситуации достижения» является показателем к способности повышать свои способности и умения и поддерживать их на уровне [17].

Методика «Шкала семейного окружения» (Р.Х. Мус, адаптация С.Ю.Куприянов) [Приложение 1]. Шкала семейного окружения предназначена для оценки социального - психологического климата в семьях всех типов и включает показатели отношений между членами семьи и показатели личностного роста:

1. «Сплоченность». В какой степени члены семьи заботятся друг о друге, помогают друг другу; выраженность чувства принадлежности к семье.
2. «Экспрессивность». В какой степени в семье разрешено открыто действовать и выражать свои чувства.
3. «Конфликт». В какой степени открытое выражение гнева, агрессии и конфликтных взаимоотношений в целом характерно для семьи.
4. «Независимость». В какой степени члены семьи поощряются к самоутверждению, независимости к самостоятельности в обдумывании проблем и принятии решений.
5. «Ориентация на достижения». В какой степени разным видам деятельности (учебе, работе и пр.) в семье придают характер достижения и соревнования.
6. «Интеллектуально-культурная ориентация». Степень активности членов семьи в социальной, интеллектуальной, культурной и политической сферах деятельности.
7. «Ориентация на активный отдых». Насколько семье свойственны активный отдых и спорт.
8. «Морально-нравственные аспекты». Степень семейного уважения к этическим и нравственным ценностям.
9. «Организация». Насколько для семьи важны порядок и организованность (структурирование семейной деятельности, порядок, финансовое планирование, ясность и определенность семейных взглядов и обязанностей).

10. «Контроль». Степень иерархичности семейной организации, ригидности семейных правил, контроля членами семьи друг друга[59].

Опросник «Удовлетворенность браком» (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко) [Приложение 1]. Предназначен для экспресс - диагностики степени удовлетворенности – неудовлетворенности браком, а так же степени согласования – разногласия удовлетворенности браком. Испытуемые должны выразить степень своего согласия/несогласия с суждениями относительно отношений супругов, в браке. Опросник представляет собой одномерную шкалу, состоящую из 24 утверждений, относящихся к различным сферам: восприятие себя и партнера, мнения, оценки, установки и т.д. [10].

Методика «Шкала семейной адаптации и сплоченности (FACES-3)». (Олсон Д.Х., Портнер Дж., И.Лави) [Приложение 4]. FACES-3 является третьим вариантом серий шкал FACES, разработанным для оценки двух основных параметров структуры семьи: «семейной сплоченности» и «семейной адаптации».

«Семейная сплоченность» — это степень эмоциональной связи между членами семьи: при максимальной выраженности этой связи они эмоционально взаимозависимы, при минимальной — автономны и дистанцированы друг от друга. Для диагностики семейной сплоченности используются следующие показатели: «эмоциональная связь», «семейные границы», «принятие решений», «время», «друзья», «интересы и отдых».

«Семейная адаптация» - характеристика того, насколько гибко или, наоборот, ригидно способна семейная система приспосабливаться, изменяться при воздействии на нее стресса. Для диагностики адаптации используются следующие параметры: «лидерство», «контроль», «дисциплина», «правила» и «роли» в семье [35].

При выборе методик учитывалась: положительная оценка применения и надежность методики по данным ряда отечественных и зарубежных исследователей; доступность методики для изучаемого контингента;

пригодность данной методики для групповых обследований; возможность математической обработки полученных результатов.

Методы математической обработки данных включали в себя методы описательной статистики, математические методы: Н-Крускала-Уоллиса, U-Манна-Уитни), корреляционный анализ (коэффициент корреляции Спирмена) и множественный регрессионный анализ (МРА). Методы интерпретации включали количественный, качественный и сравнительный анализ.

Коэффициент ранговой корреляции Спирмена - это непараметрический метод, который используется с целью статистического изучения связи между показателями. Определяется фактическая степень параллелизма между двумя количественными рядами изучаемых признаков и дается оценка тесноты установленной связи с помощью количественно выраженного коэффициента.

Непараметрический U-критерий Манна-Уитни позволяет оценить достоверность различий в двух независимых выборках, если данные в них представлены в ранговой шкале. Данный критерий следует применять и в том случае, если данные представлены в метрических шкалах, но не укладываются в кривую нормального распределения.

Непараметрический H - критерий Крускала-Уоллиса является продолжением критерия U на большее, чем 2, количество сопоставляемых независимых выборок. Позволяет выявить степень статистических различий одновременно между несколькими выборками по какому-либо изучаемому признаку.

Множественный регрессионный анализ (МРА) направлен на изучение влияния нескольких независимых переменных (результатирующих, факторов) на одну зависимую переменную, выявление среди «независимых» переменных наиболее существенных, важных для предсказания «зависимой», а также тех, которыми можно пренебречь, исключить в дальнейшем их из анализа [32]. Математические статистические расчеты производились в программе SPSS-21.

2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования

На начальном этапе нашего исследования мы изучили позитивное мышление супругов с помощью опросника СТОУН-В (атрибутивный стиль оптимистичного мышления личности) (Т.О.Гордеева, Е.Н.Осин, В.Ю.Шевяхова). Результаты представлены на рисунке 2.2.1

Анализируя полученные данные, мы можем сказать, что выраженность общего уровня оптимизма и большинство показателей позитивного мышления находятся на среднем уровне.

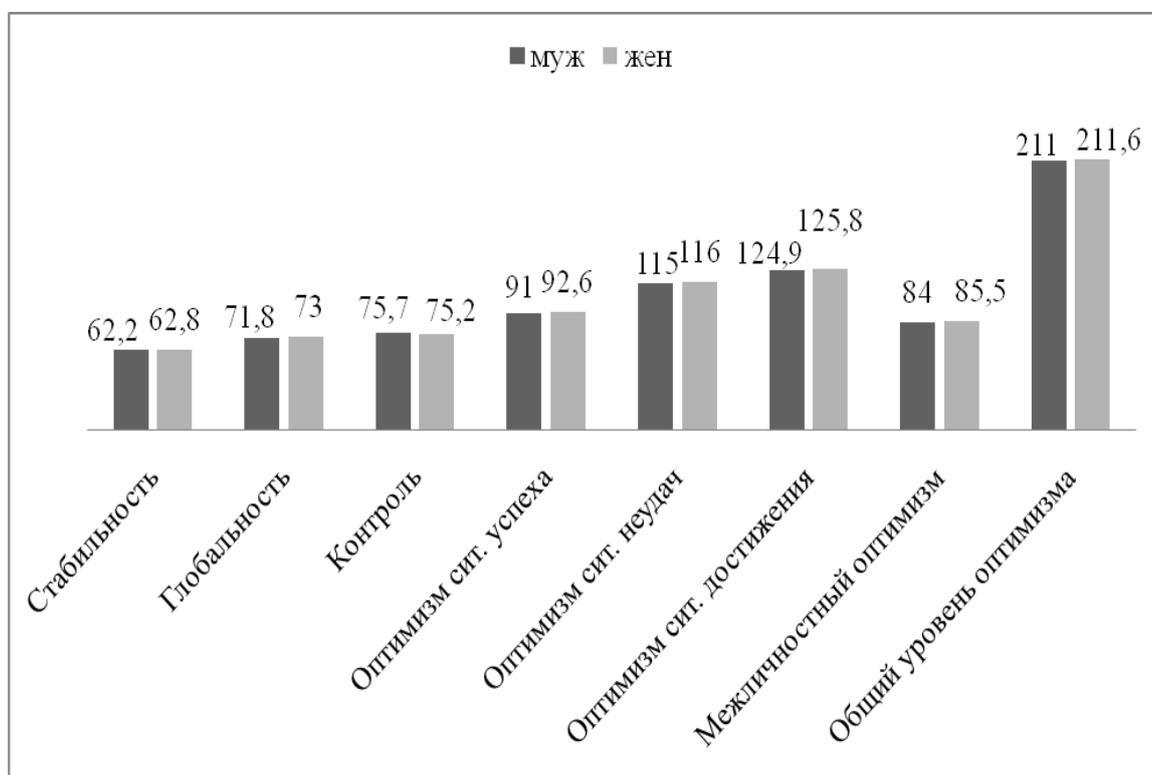


Рис.2.2.1. Гендерный аспект выраженности показателей позитивного мышления (в ср. б.)

По шкале «стабильность» мы получили практически одинаковый уровень выраженности по мужчинам ($Me_1=62,2$) и женщинам ($Me_2=62,8$). Это может говорить о том, что мужчины как и женщины способны часто и регулярно проявлять позитивное мышление в поведении, общении, взаимодействии в различных ситуациях.

Выраженность параметра «глобальность» соответствует среднему уровню, однако, у мужчин ($Me_1=71,8$) он меньше выражен, чем у женщин ($Me_2=73$). Это указывает на то, женщинам свойственно связывание позитивных ситуаций со всеми случаями их жизни, а объяснение негативных ситуаций женщины связывают с конкретным случаем. Мужчины же, напротив, склонны глобализировать ситуации, негативной направленности, обобщая их и относиться более конкретно к позитивным случаям.

Параметр «контроля», так же показывает средний уровень выраженности у обоих супругов, у мужчин ($Me_1=75,7$) и у женщин ($Me_2=75,2$) и характеризует, что в целом супруги уверены в управляемости воспринимаемой причины и предвкушают позитивные эмоциональные реакции и ожидания от будущего.

«Оптимизм в ситуации успеха» и «оптимизм в ситуации неудачи» оказался выше у женщин ($Me_2=92,6$; $Me_2=116$), чем у мужчин ($Me_1=91$; $Me_1=115$). Женщины более эмоциональны, поэтому в ситуации успеха они способны более ярко выражать эмоции по сравнению с мужчинами, которые считают, что причинами их успехов и неудач являются они сами, их действия или бездействия.

«Оптимизм в межличностных отношениях» и «ситуации достижения» выявлен выше у женщин ($Me_2=85,8$; $Me_2=125,8$), нежели у мужчин ($Me_1=84,1$; $Me_1=124,9$), что говорит о том что женщины способны проявлять в межличностных отношениях больше эмпатии, доброжелательности, и веры в себя, чувствовать партнера по общению, а в ситуации достижения оценивать личный потенциал выше, чем случайное стечение обстоятельств.

Общий уровень оптимизма (складывается из суммы шкал стабильность, глобальность и контроль) оказался практически равным в обеих группах ($Me_1=211$; $Me_2=211,6$). Следует отметить, что ранее в исследованиях наблюдались различия: женщины проявляли более высокий показатель, чем мужчины [64].

Были обнаружены статистические различия по показателям «глобальность» $U_{эмп}=486$, «оптимизм в ситуации успеха» $U_{эмп}=374$ и «оптимизм в межличностных отношениях» $U_{эмп}=456$ на высоком уровне значимости $p \leq 0,01$. Это говорит о том, что женщины чаще принимают успех и хорошие отношения с окружающими в как личное достижение. Мужчины более глобально, обобщенно принимают проблему, порой принимая успех как случайное стечение обстоятельств.

Таким образом, и мужчины и женщины общий оптимизм и основные показатели позитивного мышления проявили на среднем уровне. Обоим супругам характерна стабильность в позитивном мышлении, уверенность в управляемости воспринимаемой причины и предожидание позитивных эмоциональных реакций от будущего. Мужчины и женщины статистически различаются по показателям широты или глобальностью воспринимаемой причины, оптимистичностью в ситуации успеха и межличностных отношениях. Женщинам свойственно связывание позитивных ситуаций со всеми случаями их жизни, они принимают успех и хорошие отношения с окружающими как личное достижение Мужчины же, напротив, склонны глобализировать ситуации, негативной направленности, обобщая их и относиться более конкретно к позитивным случаям, порой принимая успех как случайное стечение обстоятельств.

Теперь рассмотрим особенности выраженности показателей позитивного мышления супругов, имеющих разный стаж семейной жизни (см. Таблица 2.2.1.)

Как мы видим из таблицы 2.2.1 общий показатель оптимизма мужей и их жен наиболее выражен в группе с малым стажем супружеской жизни до трех лет ($Me_1=213,8$; $Me_2=213,3$), по сравнению с семьями имеющими средний стаж ($Me_1=208,4$; $Me_2=210,7$) и высоким стажем супружеской жизни ($Me_1=210,7$; $Me_2=210,9$). Супруги с малым стажем наиболее позитивно настроены, имеют огромный потенциал и желание жить.

Таблица 2.2.1

Выраженность показателей позитивного мышления супругов с разным стажем семейной жизни (в ср.б.)

Показатели	Стаж супружеской жизни						Н _{ЭМП} муж	Н _{ЭМП} жен
	До 3 лет		От 3 до 10 лет		Выше 10 лет			
	муж	жен	муж	жен	муж	жен		
Стабильность	62,7	61,8	61,6	62,5	63,4	64	6,4**	9***
Глобальность	72,8	74	70,8	72,1	73,6	74,7	17,2***	19,5***
Контроль	78,3	77,5	76	76,1	73,7	72,2	23***	22***
Оптимизм в ситуации успеха	92,4	93,5	90,6	92,6	91,9	91,3	4,59	2,9
Оптимизм в ситуации неудач	117,5	115,5	114	116,1	115,2	116,1	11,5***	0,83
Оптимизм в ситуации достижения	127,3	125,4	123,5	125,3	126,4	127,5	14***	8,5***
Оптимизм межличностных отношений	83,4	86,4	83,2	85,5	85,5	86,3	8,4***	5,1
Общий оптимизм	213,8	213,3	208,4	210,7	210,7	210,9		

Примечание: *- $p \leq 0,1$; **- $p \leq 0,05$; ***- $p \leq 0,01$

«Стабильность», как постоянство причины, наиболее выражена у мужчин как и у женщин со стажем выше 10 лет супружеской жизни ($Me_1=63,4$; $Me_2=64$), по сравнению со стажем супружества до трех лет ($Me_1=62,7$; $Me_2=61,8$) и от трех до десяти лет ($Me_1=61,7$; $Me_2=62,5$). Статистический анализ данных показал значимые различия $N_{ЭМП1}=6,4$, при $p \leq 0,05$, $N_{ЭМП2}=9$, при $p \leq 0,01$. Это можно объяснить тем, что стабильность позитивного мышления со стажем супружеской жизни возрастает, как у мужчин, так и у женщин. Что может быть связано с приобретением жизненного опыта, опыта семейной жизни, постоянства взглядов, устойчивости сложившегося мнения о себе и окружающем мире, а так же законом гомеостаза, который функционирует в любой семейной системе.

«Глобальность» наиболее выражена у женщин и у мужчин со стажем выше десяти лет супружеской жизни ($Me_1=73,6$; $Me_2=74,7$). Пары со стажем до трех лет супружества ($Me_1=72,8$; $Me_2=74$) имеют средние результаты, женщины и мужчины со стажем от трех до десяти лет супружеской жизни

($Me_1=70,8$; $Me_2=72,1$) имеют меньший результат. Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп1}=17,2$, $H_{эмп2}=19,5$, при $p \leq 0,01$. Это может говорить о том, супруги со стажем от трех до десяти лет семейной жизни, часто сталкиваясь с трудностями, воспринимают проблемы более широко, а позитивным случаям приписывают разовый и случайный характер. Возможно, это связано с кризисами в семейной системе, наиболее характерными для данного стажа супружества.

Параметр «контроля» оказался наиболее мужчин и женщин до трех лет супружеской жизни ($Me_1=78,3$; $Me_2=77,5$), по сравнению с супругами от трех до десяти лет ($Me_1=76$; $Me_2=76,1$) и пар выше десяти лет супружеской жизни ($Me_1=73,7$; $Me_2=72,2$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп1}=23$, $H_{эмп2}=22$, при $p \leq 0,01$. Это может нам говорить о том, что супруги, приобретая опыт семейной жизни, начинают считать, что не все в своей жизни они могут контролировать и отчасти некоторые события, действия, дела, обязанности теряют свою управляемость по причине случайных событий или рока или стечения обстоятельств. Наибольшая выраженность данного параметра в малом стаже супружеской жизни говорит о большей способности контролировать как позитивные, так и негативные причины событий, способствуя повышению позитивного мышления.

«Оптимизм в ситуации успеха» наиболее выражен у пар с малым ($Me_1=92,4$; $Me_2=93,5$) и большим стажем супружества ($Me_1=91,9$; $Me_2=91,3$), однако, хороший показатель проявили и женщины среднего стажа семейной жизни ($Me_2=92,6$), относительно своих мужей ($Me_1=90,6$). Возможно, женщины находят объяснение позитивных событий в своих личных качествах, более устойчивых, в период кризисных моментов, таким образом, легче их, проживая, чем мужчина с тем же стажем. Относительно стажа супружества можно сказать, что позитивное восприятие ситуации успеха у супругов до трех лет, возможно связано с устойчивым стремлением к росту, положению в обществе и не испытанно большими трудностями.

«Оптимизм в ситуации неудач» оказался наиболее выражен у мужей со стажем до трех лет супружеской жизни ($Me_1=117,5$), относительно жен ($Me_2=115,5$), затем параметр оптимизма уменьшается у мужей в среднем стаже, но увеличивается у жен ($Me_1=114$; $Me_2=116,1$), и остается стабильным у женщин с большим стажем супружества ($Me_2=116,1$), а у мужчин увеличивается ($Me_2=115,2$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп1}=11,5$, при $p \leq 0,01$. У мужей имеется тенденция снижения данного показателя, относительно стажа супружеской жизни. Мужчины со стажем от трех до десяти лет семейной жизни проявили меньший оптимизм в неуспешной ситуации, возможно, из-за более частого столкновения с проблемами. Женщинам, наоборот, со стажем супружества легче проявлять оптимизм в ситуации неудачи. Возможно, это связано с большей гибкостью, женской психики.

«Оптимизм в ситуации достижения» наиболее выражен у мужей в малом стаже ($Me_1=127,3$), а у жен со стажем выше десяти лет ($Me_2=127,5$). Если у мужчин данный параметр оптимизма в среднем стаже супружеской жизни снижается ($Me_1=123,5$), относительно малого стажа супружества, то у женщин он остается на том же уровне ($Me_2=125,4$; $Me_2=125,3$) и достигает наибольшей выраженности в большом стаже семейной жизни ($Me_2=127,5$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп1}=14$, $H_{эмп2}=8,5$, при $p \leq 0,01$. Это можно объяснить тем, что для жен со стажем выше десяти лет супружества оптимизм в ситуации достижения имеет такую выраженность благодаря тому, что подрастив детей, наладив личную жизнь, женщины, наконец, могут полноценно заняться карьерой и другими собственными достижениями, они уверены в себе и оценивают свои заслуги. Для мужчин выраженность в малом стаже супружеской жизни, так же семейные отношения, скорее всего, будут играть ведущую роль: в этот период мужья приносят основной материальный доход в семью и оптимизм в ситуации достижения становится важным и таким выраженным.

«Межличностный оптимизм» наиболее выражен у супругов со стажем выше десяти лет ($Me_1=85,5$; $Me_2=86,3$), по сравнению со средним стажем ($Me_1=83,2$; $Me_2=85,5$). В малом стаже межличностный оптимизм наиболее выражен у жен, чем у мужей ($Me_1=83,2$; $Me_2=86,4$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп2}=8,4$, при $p \leq 0,01$. Тенденцию повышения показателя, можно объяснить тем, что с увеличением стажа супружеской жизни, супруги становятся более оптимистичны в безоценочном принятии партнера по общению: у них имеется проверенный круг друзей, отношения на работе и семье налажены и более стабильны, чем ранее. Это дает им возможность более оптимистично относиться к взаимодействию с окружающими.

Таким образом, супруги с разным стажем семейной жизни статистически различаются по показателям позитивного мышления «стабильность», «глобальность», «контроль», «оптимизм в ситуации неудач», «межличностный оптимизм», «оптимизм в ситуации достижения». Со стажем супружеской жизни более проявлено позитивное мышление, как у мужчин, так и у женщин. Возможно, это связано с приобретением жизненного опыта, опыта семейной жизни, постоянства взглядов, устойчивости сложившегося мнения о себе и окружающем мире, а так же законом гомеостаза, который функционирует в любой семейной системе. Супруги со стажем от трех до десяти лет семейной жизни, часто сталкиваясь с трудностями, воспринимают проблемы более широко, а позитивным случаям приписывают разовый и случайный характер. Желание контролировать события со стажем супружеской жизни имеет тенденцию снижаться. Наибольшая выраженность данного параметра в малом стаже супружеской жизни говорит о большей способности контролировать как позитивные, так и негативные причины событий, способствуя повышению позитивного мышления. Позитивное мышление в неуспешных ситуациях имеет тенденцию снижения у мужей и остается стабильным у женщин, относительно стажа супружеской жизни. Возможно, со стажем супружеской жизни мужчины становятся менее

гибкими к неуспешным ситуациям и более широко принимают проблему. Позитивный настрой в победных ситуациях наиболее характерен был для мужей малого стажа супружества и для жен в большом стаже семейной жизни. Безоценочное отношение к окружающим имеет тенденцию повышения с увеличением стажа супружеской жизни. Как правило, у супругов с большим стажем семейной жизни, отношения на работе и семье налажены и более стабильны, чем ранее. Это дает им возможность более позитивно относиться к взаимодействию с окружающими.

Перейдем к рассмотрению особенностей психологического климата семьи, изученного нами с помощью таких методик как: «Шкала семейного окружения», «Удовлетворенность браком», «Шкала семейной адаптации и сплоченности. (FACES-3)».

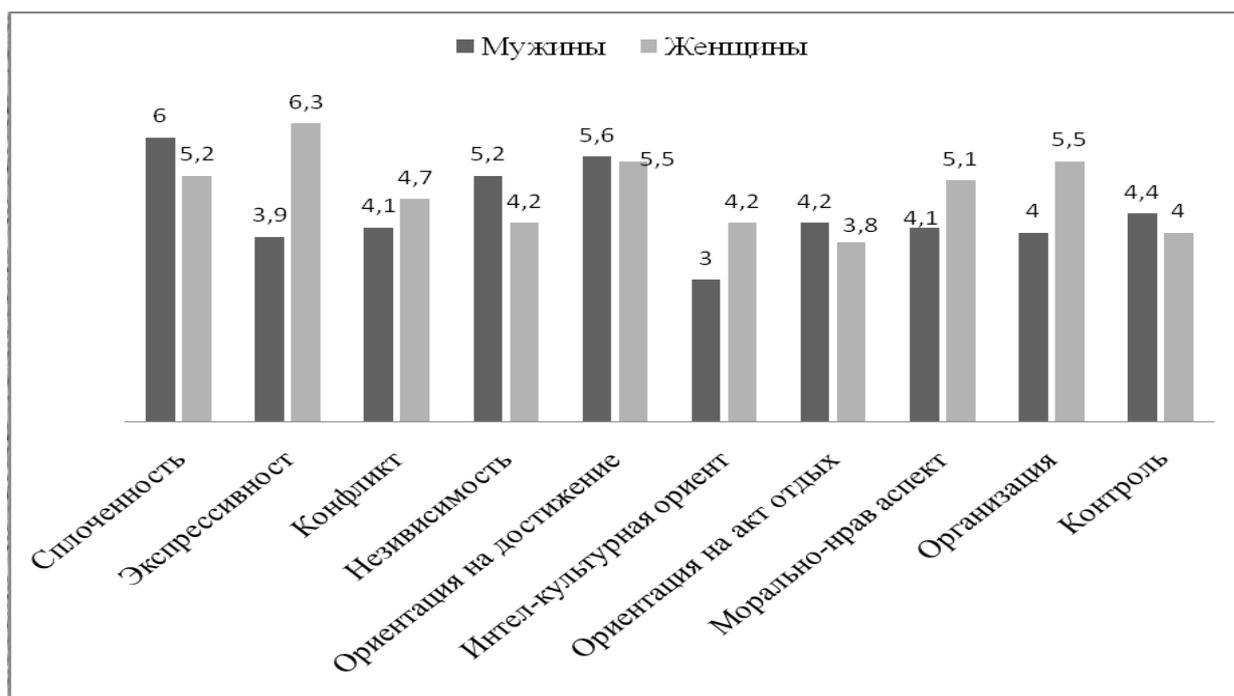


Рис.2.2.2. Выраженность показателей психологического климата семьи в гендерном аспекте; (в ср.б.)

Рассмотрим особенности показателей психологического климата семьи, изученного нами с помощью методики «Шкала семейного окружения» (Р.Х. Мус, адаптация С.Ю.Куприянов). Результаты представлены в рисунке 2.2.2.

По таким показателям как «экспрессивность» ($Me_2=6,3$; $Me_1=3,9$), «интеллектуально - культурная ориентация» ($Me_2=4,2$; $Me_1=3$), «морально – нравственный аспект» ($Me_2=5,1$; $Me_1=4,1$) и «организация» ($Me_2=5,5$; $Me_1=4$) у женщин наблюдается более высокий показатель выраженности по сравнению с мужчинами. Это указывает на ориентацию супруги на процесс семейной жизни: Женщины более эмоциональны и способны открыто выражать свои чувства, более социально активны, относятся с уважением к этическим, нравственным ценностям и положению в обществе, отвечают за порядок, структурированность, организованность и планирование деятельности в семье.

Такие показатели как «сплоченность» ($Me_1=6$; $Me_2=5,2$), «независимость» ($Me_1=5,2$; $Me_2=4,2$), «ориентация на активный отдых» ($Me_1=5,6$; $Me_2=5,5$) и «контроль» ($Me_1=4,4$; $Me_2=4$) оказался более выражен у мужчин. Это может говорить о высокой степени заботы и помощи членам семьи, поощрению к принятию самостоятельных решений, высокую ориентацию на спорт и активный отдых и создание и сохранение семейных правил. Мужчины нацелены на результат и стараются контролировать управляемость семейной системы.

С целью выявления статистических различий по психологическому климату семьи между мужьями и их женами нами был применен непараметрический статистический критерий для двух независимых выборок U-Манна-Уитни. Были обнаружены статистические различия по показателям «сплоченность» $U_{эмп}=496$, «экспрессивность» $U_{эмп}=167$, «независимость» $U_{эмп}=471$, «интеллектуально – культурная ориентация» $U_{эмп}=425$, «морально – нравственный аспект» $U_{эмп}=317$, «организация» $U_{эмп}=132$ на высоком уровне значимости $p \leq 0,01$; «конфликт» $U_{эмп}=513$, «контроль» $U_{эмп}=522$ на достоверном уровне значимости $p \leq 0,05$. Это говорит о том, что женщинам более свойственно эмоциональное выражение чувств, высокий интерес к культуре, нравственности, интеллектуальному развитию, конфликтности и

организаторским качествам. Мужчины отличаются стремлением к сплоченности, независимости и осуществлением функций контроля в семье.

Таким образом, психологический климат семьи в гендерном аспекте имеет свои особенности для мужчин характерна независимость, принадлежность семье, контроль за порядком и выполнением семейных функций; а для женщин активность в социальной, культурной сфере, нравственные ценности и положение в обществе, открытое выражение гнева и эмоций, а так же организация порядка в семье.

Интересно рассмотреть особенности показателей социально – психологического климата семьи, с разным стажем супружеской жизни.

Таблица 2.2.2

Выраженность показателей психологического климата супругов с разным стажем семейной жизни (в ср.б.)

Показатели психологического климата супругов	Стаж супружеской жизни						Н _{Эмп.} муж	Н _{Эмп.} жен
	До 3 лет		От 3 до 10 лет		свыше 10 лет			
	муж	жен	муж	жен	муж	жен		
Сплоченность	5,4	6,6	5,4	4,5	8	6,1	11,8***	14,7***
Экспрессивность	4	6,3	3,1	6,4	5,9	6	15,9***	1,05
Конфликт	3,3	2,85	4,5	5,2	3,5	4,7	9,3***	15***
Независимость	7,4	4,4	4,2	4	4,2	4	28,2***	9,8
Ориентация на достижение	5	4,8	5,5	5,7	6,5	5,5	6,6**	936
Интеллектуально-культурная ориентация.	4,3	5,7	2	3,5	5,1	4,9	26,6***	9***
Ориентация на активный отдых	4,8	5,8	3,2	3	6,5	4,5	25,6***	16,5***
Морально-нравственный аспект	4	6,1	4,1	4,9	4	5	0,399	11,05***
Организация	3,8	5,8	3,8	5,6	4,5	4,6	5,6	2,9
Контроль	4	4	4,7	4	4	3,7	12,4	3,4

Примечание: *- $p \leq 0,1$; **- $p \leq 0,05$; ***- $p \leq 0,01$

Наибольшая «сплоченность» наблюдается у супругов со стажем более десяти лет. Интересно то, как «сплоченность» меняется на протяжении супружеской жизни. Для жен с малым стажем супружества характерна «сплоченность» ($M_{e2}=6,6$), в среднем стаже выраженность «сплоченности»

меньше ($Me_2=4,5$), что может быть связано с взрослением ребенка, выходом на работу и частичным отчуждением супруги. Однако после десяти лет совместной жизни «сплоченность» у женщин значительно повышается ($Me_2=6,1$). Для мужчин сплоченность в малом и среднем стаже супружеской жизни остается стабильной ($Me_1=5,4$; $Me_1=5,4$), однако, после десяти лет супружества «сплоченность» значительно увеличивается ($Me_1=8$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп1}=11,8$, $H_{эмп2}=14,7$, при $p \leq 0,01$. В большом стаже супружеской жизни мы наблюдаем наибольшую «сплоченность». Это может говорить о том, что супруги с большим стажем супружества, более всего ощущают ценность и целостность семьи.

По шкале «экспрессивность» мы видим, что у мужчин и женщин в разном стаже супружеской жизни показатель выражен неодинаково. В стаже до трех лет семейной жизни ($Me_1=4$; $Me_2=6,3$) у жен выраженность больше чем у мужей; в стаже от трех до десяти лет супружества ($Me_1=3,1$; $Me_2=6,4$) так же у жен выраженность больше чем у мужей. В стаже выше десяти лет супружеской жизни ($Me_1=5,9$; $Me_2=6$) показатели супругов выравниваются. Причем, если для женщин со стажем супружеской жизни «экспрессивность» снижается, то для мужчин наоборот, повышается. Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп1}=17,2$, при $p \leq 0,01$. Можно сказать, что с увеличением стажа семейной жизни, мужчины действуют более открыто и способны больше выражать свои чувства. Женщины же, всегда позволяли себе действовать эмоционально, со временем, возможно, некоторые эмоции стали принимать скрытый характер.

Шкала «конфликт» носит в данной выборке неоднозначный характер, имеется тенденция повышения со стажем супружеской жизни у женщин, и снижения у мужчин. У супругов со стажем до трех лет ($Me_1=3,3$; $Me_2=2,85$) выявлена наименьшая выраженность. У мужей со стажем от трех до десяти лет конфликтность повышается ($Me_1=4,5$), а затем, от десяти лет и выше, снижается ($Me_1=3,5$). У жен со стажем от трех до десяти лет конфликтность

наиболее выражена ($Me_2=5,2$), и снижается после десяти лет супружеской жизни ($Me_2=4,7$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эм1} = 9,3$, $H_{эм2} = 15$, при $p \leq 0,01$. Более высокие показатели в среднем стаже супружеской жизни могут говорить об открытом выражении гнева и агрессии и указывают на наличие кризиса в семейной системе.

«Независимость» наиболее выражена у мужчин с малым стажем супружества ($Me_1=7,4$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эм1} = 28,2$, при $p \leq 0,01$. В среднем и большом стаже как у мужчин ($Me_1=4,2$; $Me_1=4,2$), так и у женщин ($Me_2=4$; $Me_2=4$) этот показатель снижается, относительно малого стажа. Вероятно, что со стажем супружества независимость и самоутверждение теряют свою былую важность, на смену им приходят другие ценности, супруги становятся более зависимы друг относительно друга. Выраженность данного показателя в малом стаже супружества для мужчин говорит о том, что в молодом возрасте мужья наиболее положительно относятся к самоутверждению.

«Ориентация на достижение», выражена одинаково стабильно по всей выборке, однако наиболее проявилась у мужчин со стажем супружеской жизни выше десяти лет ($Me_1=6,5$; $Me_2=5,5$), по сравнению со стажем супружества от трех до десяти ($Me_1=5,5$; $Me_2=5,7$) и стаже до трех лет семейной жизни ($Me_1=5$; $Me_2=4,8$) Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эм1} = 6,6$, при $p \leq 0,05$. Мужья со стажем супружеской жизни выше десяти лет, считают приоритетом быть лучшим в работе, достигать цели, и наверняка передают свой опыт детям являясь примером для них.

«Интеллектуально – культурная ориентация» у мужчин как и женщин наиболее выражена у супругов с большим стажем супружеской жизни ($Me_1=5,1$; $Me_2=4,9$) и у супругов с малым стажем супружества ($Me_1=4,3$; $Me_2=5,7$), а менее всего выражено у супругов со стажем семейной жизни от трех до десяти лет ($Me_1=2$ $Me_2=3,5$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эм1} = 26,6$, $H_{эм2} = 9$, при $p \leq 0,01$. Очевидно, что

активность в социальной, политической, культурной деятельности у мужчин и женщин со стажем от трех до десяти лет супружества «западает», что может быть связано с приоритетами семьи на ценности материального обеспечения семьи, возвращая и воспитание маленьких детей. И, наоборот, с взрослением детей, для супругов со стажем выше десяти лет супружеской жизни культурная, политическая сфера вновь становится актуальной и значимой.

«Ориентация на активный отдых» наиболее выражены у супругов со стажем до трех лет семейной жизни ($Me_1=4,8$ $Me_2=5,8$) и выше десяти лет супружеской жизни ($Me_1=6,5$ $Me_2=4,5$). В среднем стаже супружества этот показатель снижен ($Me_1=3,2$ $Me_2=3$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп1}=25,6$, при $p \leq 0,01$, $H_{эмп2}=16,5$, при $p \leq 0,01$. Активный спорт и отдых наиболее характерен для молодых пар и супругов воспитывающих подростков детей.

«Морально – нравственный аспект» оказался наиболее ярко выражен в малом стаже супружеской жизни ($Me_1=4$; $Me_2=6,1$) по сравнению со средним ($Me_1=4,1$, $Me_2=4,9$) и большим ($Me_1=5$, $Me_2=4$) стажем супружества, причем у мужей по всей выборке он оказался ниже относительно их жен. Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп2}=11,05$, при $p \leq 0,01$. Женщины со стажем супружеской жизни до трех лет оказались более чувствительны к уважению нравственных ценностей и положению в обществе.

«Организация» наиболее выражена у жен со стажем супружества до трех лет ($Me_2=5,8$; $Me_1=3,8$), от трех до десяти лет ($Me_2=5,6$; $Me_1=3,8$). У супругов со стажем выше десяти лет семейной жизни организация выражена практически равно у мужей и жен ($Me_2=4,6$; $Me_1=4,5$), причем, у жен это меньший показатель по стажу супружества, а у мужей больший. Возможно, некоторое снижение для женщин с высоким стажем связано с устоявшейся и состоявшейся организованностью, порядком; возможно часть обязанностей перенимают мужья. Мужья в малом и среднем стаже видят, что за порядком,

планированием, организованностью с удовольствием следят жены и, вероятно, не проявляют большой инициативы в этих вопросах.

Показатель «контроля» у супругов со стажем до трех ($Me_1=4$ $Me_2=4$) и выше десяти лет ($Me_1=4$ $Me_2=3,7$) выражен как у мужчин так и у женщин. В среднем стаже ($Me_1=4,7$; $Me_2=4$) мужья больше жен стремятся контролировать семейные правила, их исполнение.

Таким образом, показатели психологического климата семьи имеют свои особенности в зависимости от стажа супружеской жизни. Так, «сплоченность» наиболее выражена у семей со стажем до трех и выше десяти лет супружеской жизни. Мужья, имеющие большой стаж супружеской жизни отличаются большей принадлежностью к семье. Это может быть связано с пониманием, что именно в семье можно получить и реализовать поддержку, любовь близких, испытать радость бытия. «Экспрессивность» со стажем супружеской жизни имеет тенденцию увеличиваться у мужей. С увеличением стажа семейной жизни, мужчины действуют более открыто и способны больше выражать свои чувства. Супруги со средним стажем супружеской жизни отличаются меньшей выраженностью показателей психологического климата семьи, но большей выраженностью конфликтности как открытого проявления гнева может говорить о наличии кризиса в семейной системе. Активный отдых, активность в социальной, политической, культурной деятельности у мужчин и женщин со стажем от трех до десяти лет супружества «западает», что может быть связано с приоритетами семьи на ценности материального обеспечения семьи, рождения и воспитания маленьких детей. И, наоборот, с взрослением детей, для супругов со стажем выше десяти лет супружеской жизни спорт, культурная, и политическая сфера вновь становится актуальной и значимой.

Обратимся к описанию следующего показателя социально-психологического климата семьи изученного нами с помощью методики «Удовлетворенность браком» (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко,). Полученные данные отображены на рисунке 2.2.3.

«Скорее неудовлетворенность» высказали меньшее количество мужей и жен ($Me_1=6\%$; $Me_2=8\%$). Эти супруги во многом не удовлетворены семейной жизнью, в их браке часто случаются скандалы, ссоры.

«Частичная удовлетворенность» считается переходной формой брака и была характерна больше женам, нежели мужьям ($Me_1=12\%$; $Me_2=18\%$). Женщины оказались более критичны к внутрисемейным отношениям. Можно сказать, что супругам не все нравится в своих партнерах, и они стремятся «переделать» их под себя.

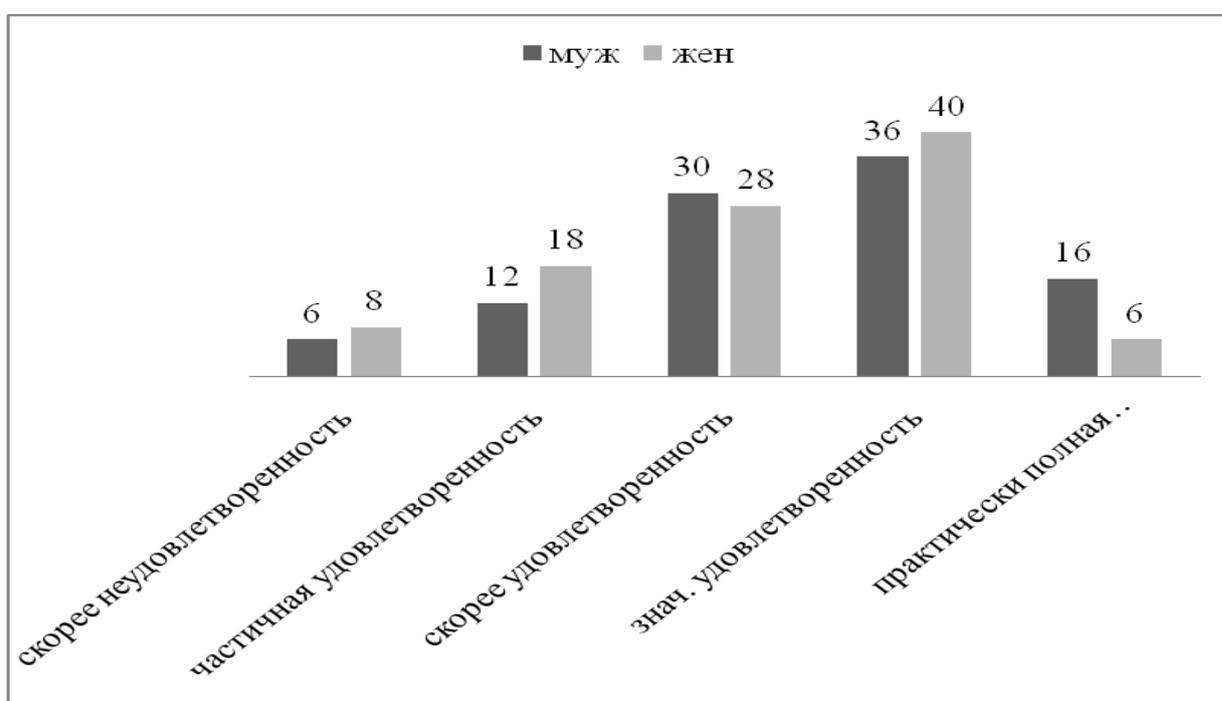


Рис.2.2.3. Распределение супругов по уровням удовлетворенности браком в гендерном аспекте (в %)

«Скорее удовлетворенность» выражена практически равно у мужчин и женщин ($Me_1=30\%$; $Me_2=28\%$). Это значит, супруги одинаково стабильно указывают на наличие и положительных моментов в браке и наличие разногласий и недовольства в отношениях в семье.

«Значительная удовлетворенность» незначительно отличается у мужчин и женщин ($Me_1=36\%$; $Me_2=40\%$). В целом, обоим супругам имеют образ счастливого брака и их отношения носят стабильный характер. В жизни

супругов много светлых моментов и общество партнера доставляет другому партнеру удовольствие.

«Практически полная удовлетворенность» наиболее ярко наблюдается у мужей ($Me_1=16\%$; $Me_2=6\%$). Мужчины считают, что супружеские отношения приносят скорее радость и удовлетворение, взаимопонимание и высоко ценят значимость супруги в своей жизни.

Статистический анализ с целью выявления статистических различий по показателю оптимизма между мужьями и их женами нами был применен непараметрический статистический критерий для двух независимых выборок U-Манна-Уитни. По мужчинам и женщинам не было выявлено значимых различий по показателям «удовлетворенности браком». Есть и мужчины и женщины, которые практически одинаково удовлетворены или неудовлетворены браком.

Таким образом, значительно и практически полностью удовлетворены своим браком 52% мужей и 48% жен. Эти супруги чаще испытывают друг к другу позитивные чувства (любовь, доверие). В их отношениях больше присутствует взаимопонимание и согласие. Треть супругов «скорее удовлетворены» браком и имеют ряд проблем и трудностей в семейных отношениях. Также есть некоторые вещи, которые супругам хотелось бы изменить в своей семейной жизни. К переходной форме брака отнесли свои отношения супруги с нестабильным характером в отношениях.

Рассмотрим удовлетворенность супружеской жизнью в зависимости от ее стажа.

«Скорее неудовлетворенность» высказали мужья и их жены в малом стаже супружеской жизни ($Me_1=14\%$; $Me_2=14\%$), в среднем стаже супружества ($Me_1=8,3\%$; $Me_2=8,3\%$). Данные пары, возможно, более других конфликтуют, не все благополучно с эмоциональной и общей психологической поддержкой друг друга. Не высказали неудовлетворенности супруги со стажем выше десяти лет.

Выраженность показателей удовлетворенности браком супругов с разным стажем семейной жизни (в %)

Показатели удовлетворенности браком	Стаж супружеской жизни					
	До 3 лет		От 3 до 10 лет		Свыше 10 лет	
	муж	жен	муж	жен	муж	Жен
Скорее неудовлетворенность	14%	14%	8,3%	8,3%	0%	0%
Частичная удовлетворенность	0%	0%	37,5%	29%	0%	11%
Скорее удовлетворенность	14%	14%	25%	20,8%	22%	0%
Значительная удовлетворенность	42%	30%	16%	29%	66%	22%
Практически полная удовлетворенность	30%	42%	12,5%	12,5%	11%	66%

«Частичная удовлетворенность» была наиболее характерна для супругов среднего стажа супружества ($Me_1=37,5\%$; $Me_2=29\%$), по сравнению с большим стажем супружеской жизни, которую проявили только женщины ($Me_1=0\%$; $Me_2=11\%$). Супруги с малым стажем семейной жизни не высказали «частичной удовлетворенности». Для среднего стажа супружества переходная форма брака наиболее характерна, поскольку именно этот стаж семейной жизни наиболее трудный, кризисный, связанный с преодолением проблем для обоих супругов.

«Скорее удовлетворенность» более проявили супруги среднего ($Me_1=25\%$; $Me_2=20,8\%$) и малого стажа супружеской жизни ($Me_1=14\%$; $Me_2=14\%$). В большом стаже супружества «скорее удовлетворенность» была характерна только для жен ($Me_2=22\%$). Супруги среднего стажа супружеской жизни часто могут быть счастливы в семейной жизни, однако, имеют множество претензий друг к другу и разногласий по поводу воспитания детей, ведения хозяйства и других семейных забот.

«Значительная удовлетворенность» хорошо проявилась во всех стажах супружеской жизни: в малом ($Me_1=42\%$; $Me_2=30\%$), среднем ($Me_1=16\%$; $Me_2=29\%$), большом ($Me_1=66\%$; $Me_2=22\%$) стажах супружества. Для мужей

со стажем выше десяти лет супружества, наиболее характерна «значительная удовлетворенность» браком, поскольку все основные трудности, связанные с воспитанием маленьких детей, становлением семьи уже позади, и жизнь наполняется новыми светлыми моментами.

«Практически полная удовлетворенность» наблюдается больше всего у супругов с малым ($Me_1=30\%$; $Me_2=42\%$), и у жен с большим ($Me_1=11\%$; $Me_2=66\%$) стажами супружеской жизни. С увеличением стажа супружеской жизни повышается знание супругов друг о друге, быт обычно налажен и, оглядываясь на свой семейный путь, супруги понимают его ценность и, возможно, по - другому смотрят на временные трудности.

С целью определения статистических различий по показателям удовлетворенностью браком супругов имеющих разный стаж семейной жизни, нами был применен непараметрический статистический критерий для трех независимых выборок Н-Крускала-Уоллиса. Были обнаружены статистические различия по показателям «удовлетворенность браком» $H_{ЭМП}$ муж=4,9, при $p=0,1$, $H_{ЭМП}$ жен=4,2, при $p=0,1$. Это говорит нам о том, что «удовлетворенность браком» со стажем имеет следующую тенденцию: в малом стаже супружества наблюдается «значительная» и «практически полная удовлетворенность» в браке, затем в среднем стаже супружества удовлетворенность резко снижается до «частичной», свойственной супругам в кризисные годы брака. Со стажем выше десяти лет семейной жизни «удовлетворенность браком» вновь «значительная» и «практически полная», что возможно связано с опытом супружеской жизни, с наличием свободного времени и с большей эмоциональной близостью супругов.

Таким образом, супруги со стажем семейной жизни до трех лет и со стажем выше десяти лет супружества проявили «значительную» и «практически полную удовлетворенность» в браке. Молодые супруги еще не обременены большими трудностями, имеют свободное время для реализации внесемейных целей, высоко ценят близость и значимость партнера по браку. Супруги с большим стажем семейной жизни через большинство трудностей

уже прошли и ценят полученный опыт. Супруги со стажем от трех до десяти лет семейной жизни часто могут быть счастливы в семейной жизни, однако, имеют множество претензий друг к другу и разногласий по поводу воспитания детей, ведения хозяйства и других семейных забот.

Рассмотрим особенности показателей психологического климата семьи, изученного нами с помощью методики «Шкала семейной адаптации и сплоченности. (FACES-3)» (Олсон Д.Х., Портнер Дж., И. Лави). Результаты представлены в рисунке 2.2.4.

Как мы видим, у мужчин оказались выше такие показатели как «лидерство» ($Me_1=5,1$ $Me_2=4,2$), «правила» ($Me_1=4,4$ $Me_2=4$). Мужья предпочитают быть лидерами в семье и чтут правила в супружеской жизни.

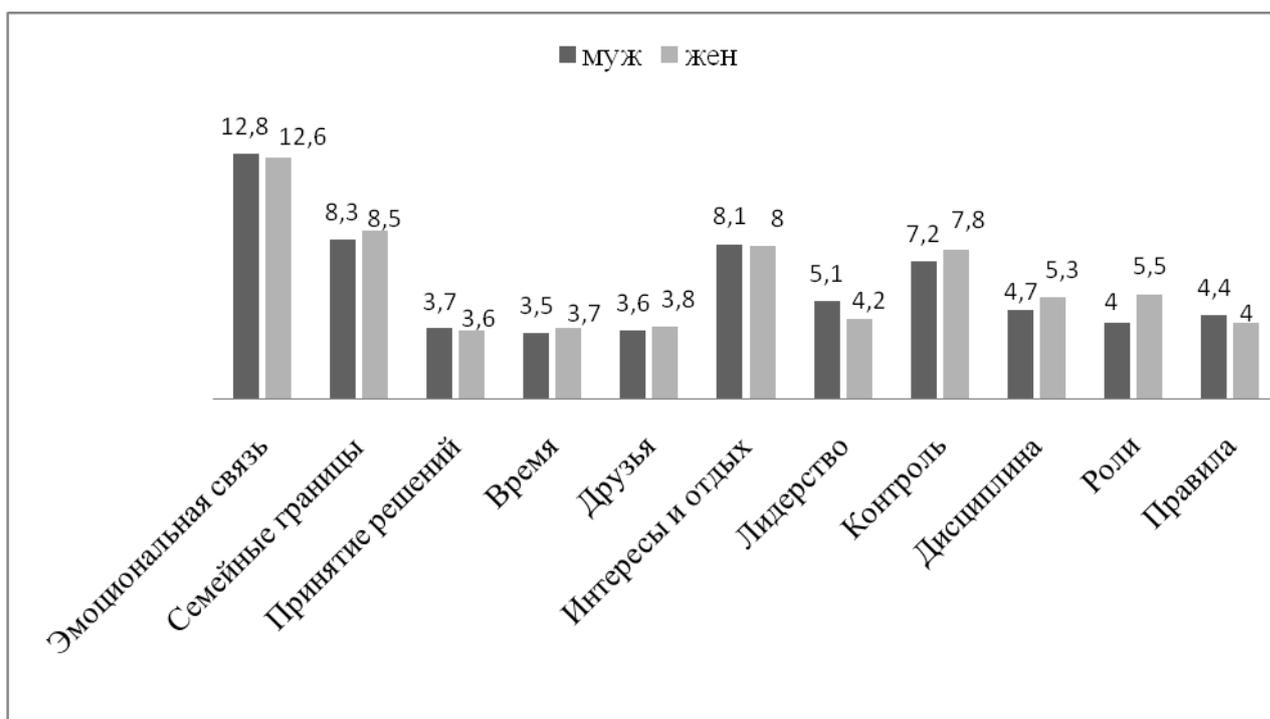


Рис.2.2.4. Выраженность показателей семейной адаптации и сплоченности в гендерном аспекте; (в ср.б.)

Женщинам были свойственны показатели такие как, «контроль» ($Me_1=7,2$; $Me_2=7,8$) и «роли» ($Me_1=4$; $Me_2=5,5$). Для женщин было более характерно, воспитание детей и контроль за семейной системой, а так же распределение ролей в семейной системе.

Такие показатели как «эмоциональная связь» ($Me_1=4,4$; $Me_2=4$), «семейные границы» ($Me_1=8,3$; $Me_2=8,8$), «принятие решений» ($Me_1=3,6$; $Me_2=3,7$), «время» ($Me_1=3,5$ $Me_2=3,7$), «друзья» ($Me_1=3,6$ $Me_2=3,8$), «интересы и отдых» ($Me_1=8,1$; $Me_2=8$) у мужей и жен выражены практически одинаково. Это может говорить о том, что супруги одинаково высоко ценят близость и единство в семье, возможность принятия совместных решений, совместное времяпрепровождение, как дома, так и вне семейного очага - на природе, с друзьями, в культурно- массовых мероприятиях, играх, путешествиях и т.д.

С целью выявления статистических различий по показателям сплоченности и семейной адаптации между мужьями и их женами нами был применен непараметрический статистический критерий для двух независимых выборок U-Манна-Уитни. Были обнаружены статистические различия по показателям «контроль» $U_{эмп}=462$, «роли» $U_{эмп}=132$ на высоком уровне значимости $p \leq 0,01$ «лидерство» $U_{эмп}=500$, «правила» $U_{эмп}=533$ на достоверном уровне значимости $p \leq 0,05$. Это говорит о том, что по показателям семейной адаптации и сплоченности женам наиболее характерны ответственность за порядок в семейной системе и распределение ролей в семье. Мужья предпочитают быть лидерами в семье и чтут правила в супружеской жизни.

Таким образом, супруги одинаково обладают общей системой супружеских ценностей. В их семьях высокая удовлетворенность по шкалам: эмоциональная связь, интересы и отдых, совместное время. Супруги имеют семьи с общими интересами, совместным отдыхом, общими друзьями и времяпрепровождением. Для мужчин наиболее характерным оказалось быть главным, и создавать правила в семье. Для женщин характерным было ответственность за порядок в семейной системе и распределение ролей в семье.

Теперь рассмотрим особенности выраженности показателей семейной адаптации и сплоченности супругов, имеющих разный стаж семейной жизни (см. Таблица 2.2.4.).

«Эмоциональная связь» оказалась наиболее выражена у супругов со стажем больше десяти лет супружеской жизни ($Me_1=13,6$; $Me_2=12,7$), по сравнению со средним ($Me_1=12,8$; $Me_2=12,3$) и малым ($Me_1=12,9$; $Me_2=12,6$) стажами супружества. Статистический анализ данных показал значимые различия $N_{эмпл1}=5,8$, при $p \leq 0,05$, $N_{эмпл2}=9,8$ при $p \leq 0,01$ по данному показателю. Возможно, для пар с большим стажем супружества наиболее характерно обращение друг к другу за помощью и осознание того что супруги являются самыми близкими членами семьи.

Таблица 2.2.4

Выраженность показателей семейной адаптации и сплоченности супругов с разным стажем семейной жизни (в ср.б.)

Показатели семейной адаптации и сплоченности	Стаж супружеской жизни						N _{эмпл муж}	N _{эмпл. жен}
	До 3 лет		От 3 до 10 лет		свыше 10 лет			
	муж	жен	муж	жен	муж	Жен		
Эмоциональная связь	12,9	12,6	12,8	12,3	13,6	12,7	5,8**	9,8***
Семейные границы	8,3	8,1	7,9	8,2	9,2	9,2	7,5**	5,4
Принятие решений	4,2	3,6	4,2	3,4	4,4	3,9	14,5***	7,1***
Время	4,4	4,2	4,5	4,4	3,6	3,7	1,2	4,6
Друзья	3,6	3,8	3,5	3,7	3,9	4,1	6,6**	7,4**
Интересы и отдых	8,1	8	8	7,9	8,4	8,2	5,4	6,4
Лидерство	5,2	4,2	4,8	4,2	6,5	4,5	27***	76
Контроль	7,2	7,8	7,2	7,7	7,2	7,9	12,9	0,2
Дисциплина	4,6	5,2	4,8	5,5	6,7	7,7	12***	16,9***
Роли	4	5,5	4	5,4	4,5	4,6	5,6	2,9
Правила	4,4	4	4,5	4	4	4,2	12,3***	1,4
Сплоченность	41,5	40,3	40,1	40	43,1	40,5		
Адаптация (гибкость)	25,4	26,7	25,3	26,8	28,9	28,9		

Примечание: *- $p \leq 0,1$; **- $p \leq 0,05$; ***- $p \leq 0,01$

«Семейные границы» так же наиболее выражены у супругов с большим стажем супружеской жизни ($Me_1=9,2$; $Me_2=9,2$), по сравнению со средним ($Me_1=8,2$; $Me_2=7,9$) и малым ($Me_1=8,3$; $Me_2=8,1$) стажами супружества. Статистический анализ данных показал значимые различия $N_{эмпл1}=7,5$, при $p \leq 0,05$ по данному показателю. Это может говорить о том, что мужчины большим стажем супружеской жизни считают, что их члены семьи наиболее близки друг с другом, их быт больше связан с жизнью семейной системы.

«Принятие решений» одинаково ярко выражено по всему стажу семейной жизни: в малом ($Me_1=4,2$; $Me_2=3,6$), в среднем ($Me_1=4,2$; $Me_2=3,4$), стажах супружеской жизни, но наиболее выражен в большом ($Me_1=4,4$; $Me_2=3,9$) стаже супружеской жизни. Причем, у мужей этот показатель наиболее выражен. Статистический анализ данных показал значимые различия $N_{эмп1}=14,5$, $N_{эмп2}=7,1$ при $p \leq 0,01$. Это говорит о том что, супруги с большим стажем семейной жизни больше советуются друг с другом. Следовательно, семьи со стажем выше десяти лет супружеской жизни чаще принимают во внимание мнение партнера при принятии каких-либо решений в семейных вопросах.

«Время» наиболее выражено у супругов в среднем ($Me_1=4,4$; $Me_2=4,2$) и малом ($Me_1=4,5$; $Me_2=4,4$) стажах супружеской жизни, относительно мужей и жен со стажем более десяти лет супружества ($Me_1=3,6$; $Me_2=3,7$). Супруги большого стажа семейной жизни, несмотря на то, что ценят близость и семейный быт, не так много, как может быть хотелось бы, проводят времени вместе, возможно это связано с занятостью в трудовой деятельности или другими причинами.

«Друзья» как показатель принятия товарищей других членов семей наиболее выражен у супругов со стажем более десяти лет супружеской жизни ($Me_1=3,6$; $Me_2=3,7$), относительно среднего ($Me_1=3,6$; $Me_2=3,7$) и малого ($Me_1=3,6$; $Me_2=3,7$) стажей супружества. Статистический анализ данных показал значимые различия $N_{эмп1}=6,6$, $N_{эмп2}=7,4$ при $p \leq 0,05$. Супруги с большим стажем семейной жизни чаще одобрительно относятся к друзьям других членов семьи.

«Интересы и отдых» одинаково ярко выражены в малом ($Me_1=8,1$; $Me_2=8$), среднем ($Me_1=8$; $Me_2=7,9$) и большом ($Me_1=8,4$; $Me_2=8,2$) стажах супружеской жизни. Видно, что не зависимо от стажа семейной жизни супруги стараются вместе проводить время в праздничные и выходные дни, с учетом интересов других членов семьи.

«Лидерство» наиболее выражено у супругов с большим стажем семейной жизни ($Me_1=6,5$; $Me_2=4,5$), по сравнению со средним стажем супружества ($Me_1=4,8$; $Me_2=4,2$), и относительно выражен в малом стаже супружества ($Me_1=5,2$; $Me_2=4,2$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп1}=27$ при $p \leq 0,01$. У мужей, этот показатель выше, чем у жен в малом и большом стаже супружества. У супругов со средним стажем семейной жизни, вероятнее всего, лидерство периодически переходит от супруга к супруге, а в малом и большом стаже супружества, определенно, муж является главным.

«Контроль» и «правила» одинаково ярко выражены по всему стажу семейной жизни: в малом стаже супружества ($Me_1=7,2$; $Me_2=7,8$; $Me_1=4,4$; $Me_2=4$), в среднем стаже супружества ($Me_1=7,2$; $Me_2=7,7$; $Me_1=4,5$; $Me_2=4$) и в большом стаже супружеской жизни ($Me_1=7,2$; $Me_2=7,9$; $Me_1=4$; $Me_2=4,2$). Можно сказать, что в наших семьях супруги контролируют семейную систему, чтут семейные правила и традиции, позволяя некоторым из них периодически изменяться.

Дисциплина оказалась наиболее выражена в семьях с большим стажем супружеской жизни ($Me_1=6,7$; $Me_2=7,7$), по сравнению с малым стажем супружества ($Me_1=4,6$; $Me_2=5,2$); и средним стажем супружеской жизни ($Me_1=4,8$; $Me_2=5,5$). Статистический анализ данных показал значимые различия $H_{эмп1}=12$, $H_{эмп2}=16,9$, при $p \leq 0,01$. Мы видим тенденцию увеличения данного показателя со стажем супружеской жизни. Это может говорить о том, что вопросы порядка в семье у супругов с большим стажем семейной жизни наиболее актуальны, и, поскольку супруги со стажем выше десяти лет семейной жизни имеют подросших детей, родители будут учитывать их мнение при установлении правил и наказаний.

Сплоченность как интегративный показатель наиболее выражен в стаже супружества более десяти лет ($Me_1=43,1$; $Me_2=40,5$), для среднего стажа супружества ($Me_1=40,1$; $Me_2=40$) и для малого стажа супружества ($Me_1=41,5$; $Me_2=40,3$). Супруги с большим стажем семейной жизни наиболее

эмоционально объединены, привязаны друг к другу и ведут себя более согласованно.

Адаптация (гибкость) семейной системы наиболее показательна в большом стаже супружеской жизни ($Me_1=28,9$; $Me_2=28,9$) по сравнению со средним ($Me_1=25,3$; $Me_2=26,8$) и малым ($Me_1=25,4$; $Me_2=26,7$) стажами семейной жизни. Это говорит о том, что семьи со стажем выше десяти лет супружеской жизни способны легче приспосабливаться и изменяться под воздействием стрессоров таких как смена семейных ролей и правил, регулирующих взаимоотношения.

Таким образом, показатели психологического климата семьи имеют свои особенности в зависимости от стажа супружеской жизни. Для супругов со стажем выше десяти лет семейной жизни наиболее характерно обращение друг к другу за помощью и осознание того что супруги являются самыми близкими членами семьи, одобрительное отношение к друзьям других членов семьи, принятие во внимание мнение партнера каких-либо решениях в семейных вопросах. Супруги с большим стажем семейной жизни наиболее эмоционально объединены, привязаны друг к другу и ведут себя более согласованно. Возможная смена лидера наблюдается только в большом стаже семейной жизни. Вопросы порядка и дисциплины в семье, наиболее выражены так же только у супругов с большим стажем семейной жизни, поскольку они имеют подростков детей и учитывают их мнение при установлении правил и наказаний. Как следствие, адаптация наиболее выражена в семьях со стажем выше десяти лет супружеской жизни. Именно они способны легче приспосабливаться и изменяться под воздействием стрессоров, таких как смена семейных ролей и правил, регулирующих взаимоотношения.

С целью выявления связей между показателями позитивного мышления и показателями социально-психологического климата был использован коэффициент ранговой корреляции r -Спирмена. Матрица значений корреляционного анализа представлена в приложении 5.

В общем, по всем показателям используемых методик было обнаружено 42 значимых корреляционных связей, из них 38 положительных (прямых) и 4 отрицательных (обратных) корреляционных связей. Наглядно корреляционные связи представлены на рис. 2.2.5

Анализ показал наличие связей между показателем позитивного мышления «стабильность мужчин» и показателями социально-психологического климата семьи «сплоченность мужчин» ($r=0,688$, $p\leq 0,01$), «конфликт женщин» ($r=-0,357$, $p\leq 0,05$), «удовлетворенностью браком женщин» ($r=0,565$, $p\leq 0,01$). Стабильное позитивное мышление мужчин связано с их пониманием ценности и целостности семьи. Отрицательная связь с конфликтностью женщин, может говорить о том, что жены, проявляя негативные эмоции, могут влиять на проявление позитивного мышления у своих супругов: чем более конфликтна жена, тем менее стабильно проявляется оптимизм у мужа. И, наоборот, если жена не проявляет конфликтную позицию, это способствует проявлению стабильности в позитивном мышлении мужчины. «Удовлетворенность браком женщин» так же имеет положительную связь со «стабильностью мужчин»: стабильное проявление позитивного мышления у мужа связано с удовлетворенностью отношениями супруги.

«Стабильность женщин» как постоянство проявления позитивного мышления, положительно связана со «сплоченностью женщин» ($r=0,542$, $p\leq 0,01$), «интеллектуально-культурной ориентацией женщин» ($r=0,401$, $p\leq 0,05$), «удовлетворенностью браком женщин» ($r=0,571$, $p\leq 0,01$). Стабильное проявление позитивного мышления у жены значимо связано с пониманием целостности семьи и удовлетворенностью отношениями с супругом, желанием женщины быть культурно и социально значимой

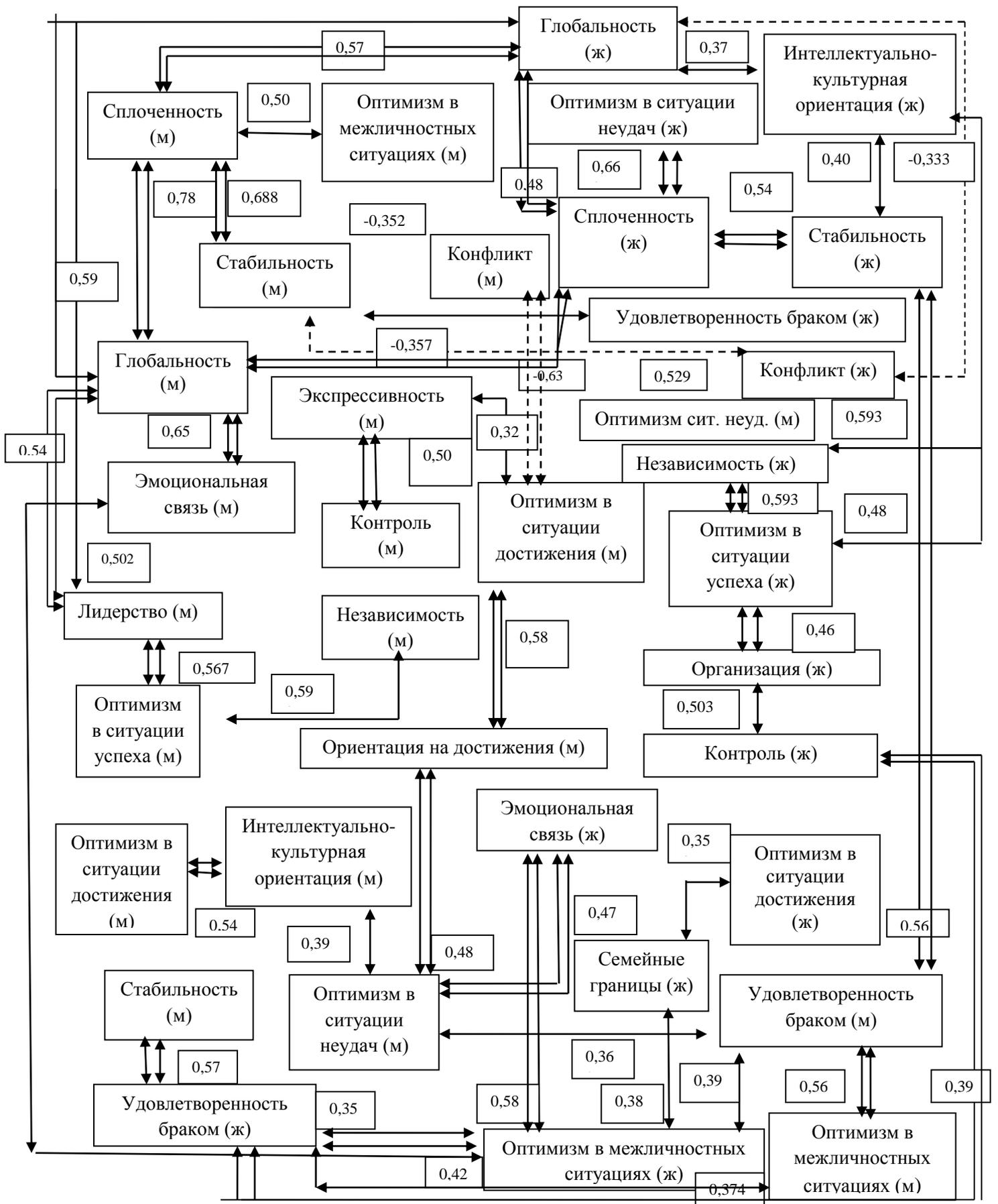


Рис.2.2.5. Корреляционная плеяда связей между исследуемыми показателями

(Примечание: ==при $p \leq 0,01$ положительной== при $p \leq 0,01$ отрицательной; -при $p \leq 0,05$ положительной; при --- при $p \leq 0,05$ отрицательной;)

Большое число корреляций имеет шкала «глобальность мужчин», которая связана со «сплоченностью мужчин» ($r=0,780$, $p\leq 0,01$), «сплоченностью женщин» ($r=0,567$, $p\leq 0,01$), «эмоциональной связью мужчин» ($r=0,657$, $p\leq 0,01$), «лидерством мужчин» ($r=0,502$, $p\leq 0,01$). На наш взгляд, такая связь очевидна, т.к. параметр «глобальности», являясь пространственной характеристикой, указывает на универсальность или конкретность существующих причин. Т.о. при высоком параметре позитивного мышления глобальности, супруг уже связывает позитивную ситуацию со всеми ситуациями в своей жизни, следовательно, чем выше был данный параметр, тем выше такие показатели благоприятного социально-психологического климата у мужчин как «сплоченность», «эмоциональная связь», «лидерство». Так же, была обнаружена значимая связь глобальности мужчин с принадлежностью к семье женщин. Это говорит о том, что супруга может способствовать развитию и проявлению позитивного мышления у мужа, поскольку семья является целостной системой.

Параметр «глобальность женщин» оказался связан со «сплоченностью мужчин» ($r=0,551$, $p\leq 0,01$), «сплоченностью женщин» ($r=0,486$, $p\leq 0,01$), «интеллектуально-культурной ориентацией женщин» ($r=0,373$, $p\leq 0,05$), «лидерством мужчин» ($r=0,567$, $p\leq 0,05$). Можно сказать, что связывая позитивные ситуации со всеми случаями своей жизни, женщина так же применяет их в семье, что влияет на ее принадлежность семье, семейную сплоченность супруга и его лидерские качества. Отрицательная корреляционная связь с «конфликтом женщин» ($r=-0,333$, $p\leq 0,05$), говорит о том, что у женщин при повышении параметра оптимизма глобальности конфликтность снижается. Что так же способствует благоприятному социально-психологическому климату.

«Контроль мужчин» оказался связан с «экспрессивностью мужчин» ($r=0,626$, $p\leq 0,01$). Можно сказать, что чем лучше мужья контролируют ситуацию, тем легче им открыто выражать свои эмоции.

У жен показатель «контроля» был связан с «организацией женщин» ($r=0,503$, $p\leq 0,01$), «удовлетворенностью браком женщин» ($r=0,392$, $p\leq 0,05$). Значимая взаимосвязь «контроля» и «организации» говорит о том, что возможность супруги контролировать ситуации будет повышать её организаторские способности в семье. Достоверная положительная взаимосвязь с удовлетворенностью браком женщин свидетельствует о том, что женщине важно контролировать ситуации в своей жизни и семье для того чтобы быть довольной отношениями в целом.

Значимая связь «оптимизма в ситуации успеха мужчин» с «лидерством мужчин» ($r=0,567$, $p\leq 0,01$) говорит о взаимном положительном влиянии этих факторов друг на друга: позитивное мышление в успешной ситуации влечет за собой проявление лидерской позиции мужей в семье. А так же, при проявленной лидерской позиции мужа его оптимизм в ситуациях, связанных с достижениями повышается.

У жен «оптимизм в ситуации успеха» оказался связан с другими показателями социально-психологического климата: с «независимостью женщин» ($r=0,593$, $p\leq 0,01$), «организацией женщин» ($r=0,466$, $p\leq 0,01$), «интересами и отдыхом женщин» ($r=0,481$, $p\leq 0,01$). При проявленном позитивном мышлении в успешной ситуации будет повышаться их самоутверждение, способность организовывать семейный досуг и отдых.

«Оптимизм в ситуации неудачи мужчин» оказывает положительное воздействие на «ориентацию на достижения мужчин» ($r=0,484$, $p\leq 0,01$), «интеллектуально-культурную ориентацию мужчин» ($r=0,390$, $p\leq 0,05$), «удовлетворенностью браком мужчин» ($r=0,360$, $p\leq 0,05$), «эмоциональной связью женщин» ($r=0,479$, $p\leq 0,01$). Отрицательная связь с «конфликтом женщин» ($r=-0,529$, $p\leq 0,01$), говорит о том, что при высоком оптимизме в ситуации неудачи мужчины, жены менее конфликтны, менее проявляют агрессию в семье.

При повышении «оптимизма в ситуации неудачи женщин» будет увеличиваться «сплоченность женщин» ($r=0,663$, $p\leq 0,01$). Ситуации неудач в

супружестве могут проявляться в частности в кризисах семьи, и то, как в сложившейся ситуации жена проявляет оптимизм, будет в итоге определять женскую сплоченность.

Так же анализ показал наличие связи между «оптимизмом в ситуации достижения женщин» и «семейными границами женщин» ($r=0,358$, $p\leq 0,05$). Чем больший оптимизм в ситуации достижения покажет женщина, тем легче ей проявлять гибкость в отношении семейных границ.

Показатель «оптимизма в ситуации достижения мужчин» оказался связан с «интеллектуально-культурной ориентацией мужчин» ($r=0,542$, $p\leq 0,01$), «ориентацией на достижение мужчин» ($r=0,584$, $p\leq 0,01$). Отрицательная корреляция с «конфликтом мужчин» ($r=0,-630$, $p\leq 0,01$) говорит об обратной связи данных показателей: при высокой конфликтности мужа оптимизм в ситуации достижения окажется низким.

При анализе «межличностного оптимизма женщин» обнаружили следующие положительные корреляционные связи: с «эмоциональной связью мужчин» ($r=0,355$, $p\leq 0,05$), «эмоциональной связью женщин» ($r=0,581$, $p\leq 0,01$), «удовлетворенностью браком мужчин» ($r=0,392$, $p\leq 0,05$), «удовлетворенностью браком женщин» ($r=0,425$, $p\leq 0,01$), «семейными границами женщин» ($r=0,389$, $p\leq 0,05$). Поскольку межличностный оптимизм является надежным предиктором удовлетворенности в отношениях с окружающими, эти связи вполне значимы и объяснимы: при проявлении позитивного мышления у женщин в общении, эмоциональная близость будет повышаться у мужчин и у женщин, а так же будет увеличиваться удовлетворенность браком мужчин и женщин.

«Межличностный оптимизм мужчин» оказался связан со «сплоченностью мужчин» ($r=0,501$, $p\leq 0,01$), «удовлетворенностью браком мужчин» ($r=0,565$, $p\leq 0,01$) и «удовлетворенностью браком женщин» ($r=0,374$, $p\leq 0,05$). Иными словами, безоценочное принятие партнера будет надежно укреплять мужскую сплоченность в браке и удовлетворенность супружескими отношениями не только мужей, но и жен.

Таким образом, восприятие любых событий в позитивном ключе у жены значимо связано с пониманием целостности семьи и удовлетворенностью отношениями с супругом, желанием женщины быть культурно и социально значимой. Связывая позитивные ситуации со всеми случаями своей жизни, женщина так же применяет их в семье, что влияет на ее принадлежность семье, семейную сплоченность супруга и его лидерские качества. Ситуации неудач в супружестве могут проявляться в частности в кризисах семьи, и то, как в сложившейся ситуации жена проявляет оптимизм, будет в итоге определять женскую сплоченность. Супруга может способствовать развитию и проявлению позитивного мышления у мужа, поскольку семья является целостной системой. Говоря о мужчине, мы можем сказать, что стабильное позитивное мышление мужчин связано с их пониманием ценности и целостности семьи, глобальность мужчин повышает принадлежность к семье женщин. Оптимизм мужчин в общении с окружающими будет надежно укреплять мужскую сплоченность в браке и удовлетворенность супружескими отношениями не только мужей, но и жен.

Для подтверждения нашей гипотезы и данных, полученных в результате корреляционного анализа, мы провели множественный регрессионный анализ с целью углубленного изучения полученных взаимосвязей между позитивным мышлением супругов и социально – психологическим климатом семьи [Приложение 3]. Наглядно результаты представлены в табл. 2.2.5.

Характеристики социально – психологического климата мы отнесли к зависимым переменным, а показатели позитивного мышления – к независимым переменным, т.е. при определенных показателях позитивного мышления будет формироваться определенный социально - психологический климат мужчин и женщин. В результате проведенного множественного регрессионного анализа было получено 23 регрессионные модели (по количеству зависимых переменных социально - психологического климата мужчин и женщин). По показателям социально-психологического климата:

«сплоченность мужчин», «сплоченность женщин», «экспрессивность мужчин», «конфликт мужчин», «конфликт женщин» «независимость мужчин», «независимость женщин», «ориентация на достижение мужчин», «ориентация на достижение женщин», «интеллектуально – культурная ориентация мужчин», «интеллектуально – культурная ориентация женщин», «ориентация на активный отдых мужчин», «организация женщин», «эмоциональная связь мужчин», «эмоциональная связь женщин», «интересы и отдых мужчин», «интересы и отдых женщин», «лидерство мужчин», «дисциплина мужчин», «роли женщин», «удовлетворенность браком мужчин», «удовлетворенность браком женщин». В модель вошли показатели позитивного мышления такие как: «глобальность мужчин», «глобальность женщин» «стабильность мужчин» «стабильность женщин», «контроль мужчин» «контроль женщин», «оптимизм ситуации неудач женщин», «оптимизм ситуации неудач мужчин» «оптимизм ситуации достижения мужчин», «оптимизм ситуации достижения женщин», «оптимизм ситуации успеха мужчин», «оптимизм ситуации успеха женщин» «межличностный оптимизм мужчин», «межличностный оптимизм женщин».

В анализ полученных моделей были включены только значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи, показатели позитивного мышления супругов (независимые переменные), уровень p значимости которых являлся статистически значимым.

Рассмотрим результаты влияния позитивного мышления супругов на показатели психологического климата супругов.

При анализе модели по характеристике «сплоченность мужчин» мы обнаружили, что по показателям: «глобальность мужчин» ($r=0,780$, и $\beta=0,570$, при $p \leq 0,05$), «межличностный оптимизм мужчин» ($r=0,501$, и $\beta=0,428$, при $p \leq 0,01$) были получены значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи. Этот результат дает нам основание утверждать, что данные показатели оказывают влияние на формирование такой характеристики, как «сплоченность мужчин».

Таблица 2.2.5

Множественный регрессионный анализ показателей позитивного мышления и показателей социально - психологического климата семьи

Показатели позитивного мышления	Величина корреляц. связи r	Стандарт. коэфф. β	Критерий Стьюдента t	Уровень значимости p
Показатели психологического климата семьи				
Сплоченность муж				
Глобальность м	0,780***	,570	2,082	,005***
Межличностный оптимизм м	0,501***	,428	2,588	,010***
Сплоченность жен				
Стабильность ж	0,542***	,472	2,013	,050**
Оптимизм ситуации неудач ж	0,663***	,762	2,808	,031**
Экспрессивность муж				
Контроль муж	0,626***	,555	2,551	,001***
Конфликт муж				
Оптимизм ситуации достижения муж	-0,630**	-,800	-2,594	,016**
Независимость жен				
Оптимизм ситуации успеха жен	0,593**	,617	2,290	,032**
Ориентация на достижение муж				
Оптимизм ситуации успеха муж	0,551***	,761	2,784	,010***
Межличностный оптимизм жен	0,321**	,521	2,108	,046**
Интеллектуально – культурная ориентация муж				
Глобальность муж	0,502***	,471	2,109	,046**
Стабильность муж		,567	2,690	,010***
Межличностный оптимизм жен		,523	2,650	,010***
Интеллектуально – культурная ориентация жен				
Глобальность жен	0,373**	,572	2,080	,043**
Стабильность жен	0,401**	,524	2,080	,049**
Ориентация на активный отдых муж				
Оптимизм ситуации достижения муж	0,584***	,692	3,553	,002***
Оптимизм ситуации неудач муж	0,484**	,482	2,137	0,43**
Организация жен				
Оптимизм ситуации успеха жен	0,466**	,900	2,237	,035**
Контроль жен	0,503***	,824	2,846	,009***

Примечание: *- $p \leq 0,1$; **- $p \leq 0,05$; ***- $p \leq 0,01$.

В регрессионную модель по характеристике «сплоченность женщин» вошли следующие показатели позитивного мышления: «стабильность женщин» ($r=0,542$, и $\beta=0,472$, при $p \leq 0,05$), «оптимизм ситуации неудач

женщин» ($r=0,663$, и $\beta=0,762$, при $p\leq 0,05$). Это дает нам возможность утверждать, что на такой показатель психологического климата как «сплоченность женщин» оказывает влияние частота проявления позитивного мышления женщин и оптимизм при попадании в трудные ситуации.

При анализе модели по характеристике «экспрессивность мужчин» мы обнаружили, что по показателям: «контроль мужчин» ($r=0,626$, и $\beta=0,555$, при $p\leq 0,01$) «оптимизм ситуации неудач женщин» ($r=0,459$, и $\beta=0,320$, при $p\leq 0,1$) были получены значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи. На основании этого мы можем сказать, что на открытое выражение эмоций у мужчин будет влиять их способность контролировать ту или иную ситуацию. Так же, чем более оптимистично жена воспринимает неуспех, тем легче мужчине выражать свои эмоции.

В регрессионную модель по характеристике «конфликт мужчин» вошел показатель «оптимизм ситуации достижения мужчин» ($r=-0,630$, и $\beta=-0,800$, при $p\leq 0,01$). отрицательный регрессионный β -коэффициент говорит о том, что при позитивном мышлении мужчин в ситуации связанной с достижениями, их конфликтность снижается. Чем выше проявится позитивное мышление в способности повышать свои умения и поддерживать их, тем меньше, соответственно, недовольства и конфликтов у мужей.

По характеристике «конфликт женщин» вошли показатели «контроль женщин» ($r=-0,380$, и $\beta=-0,541$, при $p\leq 0,1$) и «оптимизм ситуации неудач мужчин» ($r=-0,529$, и $\beta=-0,546$, при $p\leq 0,1$). На основании этого мы можем сказать, что открытое выражение гнева жен будет зависеть от того насколько контролируемы ею ситуации, а так же от того насколько ее супруг позитивно ведет себя в неуспешных ситуациях.

При анализе модели по характеристике «независимость мужчин» мы обнаружили, что по показателю «оптимизм ситуации достижения мужчин» ($r=0,432$, и $\beta=0,369$, при $p\leq 0,1$) был получен значимый регрессионный β -коэффициент и корреляционная связь по показателю «глобальность женщин» ($\beta=0,417$, при $p\leq 0,1$), получен значимый регрессионный β -коэффициент, но

подтверждается корреляционной связью. Поощрение самостоятельности у мужчин связано с тем, насколько они позитивно мыслят в ситуациях связанными с достижениями. Чем более оптимистично мужья относятся к своим победам, тем больше они поощряют самоутверждение и самостоятельность в принятии решений.

В регрессионную модель по характеристике «независимость женщин» вошли следующие показатели позитивного мышления: «оптимизм ситуации успеха женщин» ($r=0,456$, и $\beta=0,529$, при $p\leq 0,1$), «глобальность женщин» ($r=0,593$, и $\beta=0,617$, при $p\leq 0,05$). Этот результат дает нам возможность утверждать, что от того как проявляют жены оптимизм в удачных ситуациях, и насколько широко они его принимают, будет зависеть то насколько они поощряют самоутверждение и самостоятельность в принятии решений других членов семьи.

При анализе модели по характеристике «ориентация на достижения мужчин» мы обнаружили, что по показателям: «оптимизм ситуации успеха мужчин» ($r=0,551$, и $\beta=0,761$, при $p\leq 0,01$), «оптимизм ситуации неудач мужчин» ($r=0,459$, и $\beta=0,593$, при $p\leq 0,1$), «межличностный оптимизм» ($r=0,321$, и $\beta=0,521$, при $p\leq 0,05$) выявлены значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи. Этот результат дает нам возможность утверждать, что от того, как позитивно настроены мужья в успешных и неуспешных ситуациях, насколько они проявляют оптимизм в отношениях с окружающими, будет в итоге зависеть то, как проявится характер достижений и соревнования мужей в работе и семейной жизни.

По характеристике «ориентация на достижения женщин» мы обнаружили значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи по показателям «оптимизм ситуации успеха женщин» ($r=0,456$, и $\beta=0,659$, при $p\leq 0,1$), «межличностный оптимизм женщин» ($r=0,377$, и $\beta=0,594$, при $p\leq 0,1$). Этот результат дает нам возможность утверждать, что то, насколько жены позитивно мыслят в ситуациях успеха и отношениях с

окружающими, будет зависеть характер достижений и соревнования жен в работе и семейной жизни.

В регрессионную модель по характеристике «интеллектуально – культурная ориентация мужчин» вошли следующие показатели позитивного мышления: «глобальность мужчин» ($r=0,502$, и $\beta=0,471$, при $p\leq 0,05$) «стабильность мужчин» ($r=0,380$, и $\beta=0,567$, при $p\leq 0,1$), «межличностный оптимизм женщин» ($r=0,459$, и $\beta=0,593$, при $p\leq 0,1$). Этот результат дает нам возможность утверждать, что чем более проявится универсальность и постоянство позитивного мышления, тем более мужья могут себя проявить в социальной, культурной и политической сферах.

По характеристике «интеллектуально–культурная ориентация женщин» были обнаружены значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи по показателям: «глобальность женщин» ($r=0,373$, и $\beta=0,672$, при $p\leq 0,05$), «стабильность женщин» ($r=0,401$, и $\beta=0,524$, при $p\leq 0,05$). Этот результат дает нам возможность утверждать, что чем более у женщин проявится универсальность и постоянство позитивного мышления, тем более они могут себя проявить в социальной, культурной и политической сферах. Хотелось бы заметить, что для обоих супругов это общая тенденция. Т. е. для активности в социальной, культурной и политической сферах обоим супругам характерно проявлять стабильность и глобальность позитивного мышления.

При анализе модели по характеристике «ориентация на активный отдых мужчин» мы обнаружили, что по показателям: «оптимизм ситуации достижения мужчин» ($r=0,584$, и $\beta=0,692$, при $p\leq 0,01$), «оптимизм ситуации неудач мужчин» ($r=0,484$, и $\beta=0,482$, при $p\leq 0,05$) имеются значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи. Этот результат дает нам возможность утверждать, что позитивное мышление в достижениях и неуспешных ситуациях мужчин будут оказывать влияние на устремленность мужей к спорту и активному отдыху с семьей.

В регрессионную модель по характеристике «организация женщин» вошли следующие показатели позитивного мышления: «оптимизм ситуации успеха женщин» ($r=0,466$, и $\beta=0,900$, при $p\leq 0,05$), «контроль женщин» ($r=0,484$, и $\beta=0,482$, при $p\leq 0,01$). Этот результат дает нам возможность утверждать, что чем более позитивно мыслит жена в успешных ситуациях и контролирует процесс, тем лучше сможет женщина справляться порядком и планированием в семье.

Таким образом, на формирование благоприятного психологического климата у мужчин оказали влияние: «глобальность мужчин», «стабильность мужчин», «контроль мужчин», «оптимизм ситуации неудач женщин», «оптимизм ситуации неудач мужчин», «оптимизм ситуации достижения мужчин», «оптимизм ситуации успеха мужчин», «межличностный оптимизм мужчин», «межличностный оптимизм женщин». На формирование благоприятного психологического климата у женщин оказали влияние: «стабильность женщин», «глобальность женщин», «оптимизм ситуации успеха женщин», «оптимизм ситуации неудач женщин», «оптимизм ситуации неудач мужчин», «контроль женщин», «межличностный оптимизм женщин». Хотелось бы отметить, что у супругов имеются показатели позитивного мышления другого супруга, которые оказывают влияние на их семейный психологический климат.

Рассмотрим результаты влияния позитивного мышления супругов на показатели семейной сплоченности и адаптации супругов.

По характеристике «эмоциональная связь мужчин» были обнаружены значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи по показателям: «глобальность мужчин» ($r=0,657$, и $\beta=0,913$, при $p\leq 0,01$), «межличностный оптимизм женщин» ($r=0,355$, и $\beta=0,792$, при $p\leq 0,05$). Этот результат дает нам возможность утверждать, что универсальность использования позитивного мышления мужей и их оптимистический настрой в отношениях с окружающими, оказывают влияние на ощущение близости и единства в семейных отношениях у мужчин.

При анализе модели по характеристике «эмоциональная связь женщин» мы обнаружили, что по показателям позитивного мышления таким как: «оптимизм ситуации неудач мужчин» ($r=0,479$, и $\beta=0,720$, при $p\leq 0,05$), «межличностный оптимизм женщин» ($r=0,581$, и $\beta=0,913$, при $p\leq 0,05$) были получены значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи. Этот результат дает нам возможность утверждать, что оптимистический настрой в отношениях с окружающими жен, равно как и позитивное мышление супруга при попадании в кризисную (неуспешную) ситуацию, оказывает влияние на эмоциональную связь жены. Иными словами, для ощущения близости в семье женщинам важно самим проявлять оптимистический настрой в отношениях с окружающими, и чтобы супруг позитивно ощущал себя в кризисные моменты (таким образом, женщина чувствует себя более защищенной).

В регрессионную модель по характеристике «семейные границы женщин» вошли следующие показатели позитивного мышления: «межличностный оптимизм женщин» ($r=0,389$, и $\beta=0,641$, при $p\leq 0,05$) «оптимизм ситуации достижения женщин» ($r=0,358$, и $\beta=0,720$, при $p\leq 0,05$). Этот результат дает нам возможность утверждать, что позитивное мышление в отношениях с окружающими и в ситуации достижения жен оказывает влияние на гибкость семейной границы женщин.

При анализе модели по характеристике «интересы и отдых мужчин» мы обнаружили, что по показателям позитивного мышления таким как «стабильность мужчин» ($r=0,424$, и $\beta=0,507$, при $p\leq 0,1$), «глобальность мужчин» ($r=0,463$, и $\beta=0,706$, при $p\leq 0,1$) были получены значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи. Этот результат дает нам возможность утверждать, что стабильность и глобальность использования позитивного мышления у мужчин, будет положительно влиять на совместное времяпрепровождение.

В регрессионную модель по характеристике «интересы и отдых женщин» вошел такой показатель позитивного мышления как «оптимизм

ситуации успеха женщин» ($r=0,481$, и $\beta=0,867$, при $p \leq 0,05$). Этот результат дает нам возможность утверждать, что позитивный настрой в успешных ситуациях положительно влияет на частый совместный отдых, проведение досугов и праздников в кругу семьи.

При анализе модели по характеристике «лидерство мужчин» мы обнаружили, что по показателям позитивного мышления таким как: «глобальность мужчин» ($r=0,502$, и $\beta=0,731$, при $p \leq 0,05$), «глобальность женщин» ($r=0,591$, и $\beta=0,573$, при $p \leq 0,05$), «оптимизм ситуации успеха мужчин» ($r=0,567$, и $\beta=0,681$, при $p \leq 0,05$) получены значимые регрессионные β -коэффициенты и корреляционные связи. Этот результат дает нам возможность утверждать, что универсальность использования позитивного мышления как мужей, так и жен, а так же оптимизм мужчины в успехе, будут положительно сказываться на лидерских качествах мужа.

В регрессионную модель по характеристике «дисциплина мужчин» вошел такой показатель позитивного мышления как «межличностный оптимизм мужчин» ($r=0,568$, и $\beta=0,413$, при $p \leq 0,1$). Этот результат дает нам возможность утверждать, что чем лучше мужчина использует позитивное мышление в отношениях с окружающими, в том числе своей семьей, тем более конструктивно мужья могут использовать дисциплину как систему поощрений и наказаний.

При анализе модели по характеристике «роли женщин» мы обнаружили, что по показателю позитивного мышления «межличностный оптимизм женщин» ($r=0,480$, и $\beta=0,490$, при $p \leq 0,1$) получен значимый регрессионный β -коэффициент и корреляционная связь. Этот результат дает нам возможность утверждать, чем более женщина использует позитивное мышление в отношениях с окружающими, тем конструктивнее она может распределить роли в семье.

Таким образом, на формирование показателей сплоченности и адаптации семьи у мужчин оказали влияние следующие показатели позитивного мышления: «глобальность мужчин», «глобальность женщин»,

«стабильность мужчин», «межличностный оптимизм женщин», «оптимизм ситуации успеха мужчин». На формирование показателей сплоченности и адаптации семьи у женщин оказали влияние следующие показатели позитивного мышления: «оптимизм ситуации неудач мужчин», «межличностный оптимизм женщин», «оптимизм ситуации достижения женщин», «оптимизм ситуации успеха женщин».

Рассмотрим результаты влияния позитивного мышления супругов на удовлетворенность браком.

В регрессионную модель по характеристике «удовлетворенность браком мужчин» вошли следующие показатели позитивного мышления: «стабильность женщин» ($r=0,565$, и $\beta=0,866$, при $p \leq 0,01$) «межличностный оптимизм женщин» ($r=0,392$, и $\beta=0,539$, при $p \leq 0,05$) «оптимизм ситуации неудач мужчин» ($r=0,360$, и $\beta=0,630$, при $p \leq 0,05$) «межличностный оптимизм мужчин» ($r=0,565$, и $\beta=0,478$, при $p \leq 0,05$). Этот результат дает нам возможность утверждать, что стабильность как постоянство позитивного мышления жены, мужской оптимизм при неудаче и в межличностном отношении будет положительно влиять на удовлетворенность браком мужчин. Иными словами, чем чаще жена связывает позитивные ситуации со всеми ситуациями в своей жизни, тем больше она обладает способностью конструктивно решать с мужем значимые семейные проблемы и вопросы, что и оказывает влияние на удовлетворенность браком мужчины. Так же, то насколько оптимистично или пессимистично воспринимает муж свои неудачи, и, то насколько безоценочно он настроен в общении с супругой, будет в итоге влиять на его удовлетворенность семейными отношениями.

При анализе модели по характеристике «удовлетворенность браком женщин» мы обнаружили, что по показателям позитивного мышления таким как: «стабильность мужчин» ($r=0,571$, и $\beta=0,731$, при $p \leq 0,05$) «контроль женщин» ($r=0,392$, и $\beta=0,573$, при $p \leq 0,05$) «межличностный оптимизм мужчин» ($r=0,374$, и $\beta=0,634$, при $p \leq 0,05$) «межличностный оптимизм женщин» ($r=0,425$, и $\beta=0,741$, при $p \leq 0,05$). Этот результат дает нам

возможность утверждать, что стабильность как постоянство проявления позитивного мышления у мужа, возможность супруга контролировать сложившиеся ситуации и безоценочное позитивное восприятие в общении супругов оказывают положительное влияние на удовлетворенность браком жены.

Таблица 2.2.6

Множественный регрессионный анализ показателей позитивного мышления и показателей социально - психологического климата семьи

Показатели семейной сплоченности и адаптации				
Эмоциональная связь муж				
Глобальность муж	0,657***	,913	2,764	,010***
Межличностный оптимизм жен	0,355**	,792	2,489	,014**
Эмоциональная связь жен				
Оптимизм ситуации неудач муж	0,479**	,720	2,353	,028**
Межличностный оптимизм жен	0,581***	,913	2,764	,011**
Семейные границы жен				
Межличностный оптимизм жен	0,389**	,641	2,506	,020**
Оптимизм ситуации достижения жен	0,358**	-,702	-2,689	,013**
Интересы и отдых жен				
Оптимизм ситуации успеха жен	0,481**	,867	2,671	,014**
Лидерство муж				
Глобальность муж	0,502***	,631	2,158	,042**
Глобальность жен	0,591***	,573	2,218	,037**
Оптимизм ситуации успеха муж	0,567***	,681	2,694	,013**
Удовлетворенность браком муж				
Стабильность жен	0,565***	,866	3,265	,003***
Межличностный оптимизм жен	0,392**	,539	2,152	,042**
Оптимизм ситуации неудач муж	0,360**	,630	2,172	,040**
Межличностный оптимизм муж	0,565***	,478	2,295	,031**
Удовлетворенность браком жен				
Стабильность муж	0,571***	,631	2,158	,042**
Контроль жен	0,392**	,573	2,218	,037**
Межличностный оптимизм муж	0,374**	,634	2,698	,013**
Межличностный оптимизм жен	0,425**	,641	2,735	,011**

Примечание: *- $p \leq 0,1$; **- $p \leq 0,05$; ***- $p \leq 0,01$.

Таким образом, восприятие любых событий в позитивном ключе, умение рассматривать негативные события в конкретной жизненной ситуации, восприятие успеха как частого проявления в своей жизни у супругов будет положительно влиять на совместное времяпрепровождение,

совместный отдых, проведение досугов и праздников в кругу семьи. Открытое выражение гнева жен будет зависеть от того насколько контролируемы ею ситуации, а так же от того насколько ее супруг приписывает своим неудачам временный характер. От того как супруги воспринимают свои победы: приписывают ли они им случайный и временный характер или считают личным достижением, будет зависеть то, насколько супруги поощряют самоутверждение и самостоятельность в принятии решений других членов семьи. Безоценочное позитивное восприятие брачного партнера в общении оказывает влияние на конструктивное использование мужьями дисциплины в семье, распределение ролей женами, а так же на удовлетворенность браком обоих супругов.

В результате нашего исследования гипотеза о том, что позитивное мышление супругов может оказывать влияние на формирование благоприятного социально-психологического климата семьи, а именно: чем чаще супруги будут воспринимать происходящие с ними жизненные события в позитивном ключе, приписывать неудачам временный характер, уметь отдаляться от чрезмерного обобщения и рассматривать негативные события в отдельной жизненной ситуации, а так же объективно воспринимать друг друга, тем гармоничнее будет социально-психологический климат семьи (удовлетворенность браком, сплоченность, эмоциональная связь, желание супругов развиваться социально, культурно и интеллектуально), и наоборот, чем менее развито позитивное мышление у супругов, тем менее гармоничны будут супружеские отношения наша гипотеза свое подтверждение. Данное исследование требует дальнейшего детального изучения в контексте подключения большего по количеству и разнообразному составу выборки испытуемых, разных типов семей по стажу супружеской жизни, количеству детей, территории проживания семьи, достатка, жизненных ценностей, личностных особенностей супругов и т.д.

2.3. Рекомендации супругам по развитию позитивного мышления

По результатам исследования нами были разработаны рекомендации по развитию позитивного мышления у супругов. Каждый человек имеет свои особенности: темперамент, характер, уровень оптимизма, воспитанности и т.д. Все эти особенности могут влиять на развитие способности к позитивному мышлению. Организованная работа в этом направлении может не только обогатить эмоциональный опыт супругов, но и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки во взаимоотношениях и психологическом климате в целом. В рамках нашего исследования были предложены некоторые рекомендации, адресованные супругам:

1. Настройтесь на позитив в целом. Иногда нам доводится своими негативными мыслями, словами, программировать себя на худшее развитие событий, повторяя такие высказывания, как «опять мне не повезет», «это я не смогу сделать», «а если у меня не получится?». Получается так, что с самого начала мы лишаемся всего светлого, положительного, сами же своими мыслями прогоняя от себя удачу. Пускай неудача никогда Вас не тормозит, ведь имеется множество возможностей достигнуть нужного результата. Если всегда воспринимать проблемы в Вашей жизни, как обязательность, а не просто случайность, то избавиться от пессимистичного настроения будет очень и очень трудно. Ведь пессимистами считаются те люди, которые часто применяют такие слова в своей повседневной жизни, как «никогда» и «всегда» и относят их ко всем негативным случаям своей жизни.

2. Пусть Ваша семья станет «оплотом» позитива, взаимоуважения и теплоты. Какие бы ситуации не возникали в работе, учебе, не позволяйте им разрушать то, что вы создавали в семье. Пусть семья остается тем местом, где Вы всегда найдете взаимопонимание, поддержку и любовь. Относитесь сами к этому чувству бережно и вы заметите, что Ваши близкие ответят Вам тем же.

3. Постарайтесь избегать общения с людьми-пессимистами, ведь через некоторое время вы увидите, как ваше внутреннее состояние ухудшается изо дня в день все больше и больше, а так гляди, и можно дойти до депрессивного состояния. Поэтому крайне важно стремиться к общению с людьми, обладающими положительным зарядом — оптимистами по жизни, ведь это не только доброта, позитив, но и стремление помочь близким в трудных ситуациях. Получается, что команда позитивномыслящих всегда движется вперед, помогая друг другу – ведь они не знают преград у себя на пути.

3. Принимайте друг друга такими какие Вы есть. Крайне сложно перевоспитать взрослого человека, сложившуюся личность, если сам человек не стремится к развитию. Однако можно всегда обратить своё внимание и внимание партнёра на его светлые, позитивные стороны. Так человек может почувствовать свою значимость, неповторимость, раскрыть в себе новые горизонты позитива.

4. Воспитывайте в себе уважение при общении: нельзя начинать разговор с прямого доказательства своей правоты, с навязывания своей точки зрения. Сначала необходимо выслушать другого человека и попытаться его понять. Нужно всего лишь изменить свое отношение к окружающему миру и всему, что в нем происходит. Стоит пробовать заменить негатив на позитив. Лишь после этого можно легко находить решение проблем, причем разной степени сложности.

5. Перестаньте заниматься «самобичеванием». Отличить пессимиста от оптимиста достаточно просто, стоит лишь узнать, кого именно он обвиняет в своих неудачах. Позитивно настроенный человек всегда считает, что все плохое, что происходит у него — случается у каждого, и ничего страшного в этом нет, в то время как пессимист винит всех окружающих а также себя в том числе, в случившихся с ним неурядицах. Людям с пессимистическим настроением и заниженной самооценкой достаточно трудно решить возникшую проблему, на которой они застревают. Оптимисты же, напротив,

постоянно оставляют себе право на ошибку. Сделайте для себя правило, в котором требуется хвалить самого себя за какие-либо достижения, оставляя себе право на ошибку. Уважайте и цените собственную семью, которая сможет поддержать в любую трудную минуту.

6. Слушайте всей семьей классическую музыку. Склонность к депрессиям напрямую связана с работой полушарий нашего головного мозга, в котором нет слаженности. Существует много методов и техник, которые улучшают работу мозга. Для этого применяют медитацию, точечный массаж, развитие координации движений. Ученые уже давно сделали выводы о благотворном влиянии классической музыки на наше настроение, улучшающее нашу память и другие важные функции организма. А такое полезное и позитивное занятие позволит развить Вам общие интересы, культуру семьи, внести новые краски и моральные ценности.

7. Наслаждайтесь жизнью. Путешествуйте всей семьей, не отстраняйтесь от близких и любимых людей. Совместные жизненные цели будут способствовать сплочению Вашей семьи и развитию Ваших отношений в позитивном ключе.

8. Улыбайтесь как можно чаще! Искренняя улыбка человека может доказать всем окружающим о Ваших доброжелательных намерениях, притягивая к себе людей. Улыбаться стоит даже тогда, когда у Вас плохое настроение даже тогда, когда нет настроения. Вы заметите, что через некоторое время эта улыбка превратится в настоящую, а настроение станет лучше. Уже давно ни для кого не секрет, что оптимисты намного реже болеют, а если заболевают – значительно быстрее справляются с недугом, а также живут намного дольше, чем пессимисты.

9. При наличии желания развивать в себе позитивное мышление, желательно не допускать деструктивных мыслей. Необходимо заменить деструктивные мысли конструктивными т.е переходить к поиску решения проблемы. Нужно перестать винить близких в своих проблемах и всем жаловаться. При негативном мышлении, как только возникает проблема, мы

ее с трудностью переносим, проговаривая: «Ну вот, снова». Именно этим словом «снова» мы, не подозревая ни о чем, программируем превращение случая на повторение неудачи.

10. В семейных отношениях необходимо уметь прощать, мириться, верить своему супругу. Поскольку семья является целостной системой, супруги напрямую зависят от настроения друг друга, чувствуют изменения, происходящие с личностью близкого человека. Поэтому, все-таки стоит начать изменяться самому в лучшую сторону. Супруг(а) обязательно «заразится» Вашим позитивом, стремлением, возможно это даже станет одной из любимых тем, обсуждаемых на досуге. Всегда приятно будет наблюдать, как меняетесь Вы и Ваш любимый человек в лучшую сторону. Так позвольте себе это!

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основным признаком позитивного мышления являются позитивные установки в анализе ситуации, в планировании предстоящих действий, в осмыслении семейной жизни, когда мыслительная работа по интерпретации того или иного события приводит к положительной эмоции или к изменению знака эмоции – с отрицательного на положительный.

Социально-психологический климат семьи отражает степень удовлетворенности супругов основными аспектами жизнедеятельности семьи, общим тоном и стилем отношений, т.е. совпадением социальных позиций и психологических процессов и свойств. Составляющей психологического климата является умение и желание понимать друг друга, удовлетворять потребности в равенстве, подтверждать представления друг друга о семейных ролях.

Мы выяснили, что позитивное мышление мужчин и женщин имеет свои особенности: женам свойственно связывание позитивных ситуаций со всеми случаями их жизни, они принимают успех и хорошие отношения с окружающими как личное достижение, мужа же, напротив, склонны преувеличивать ситуации, негативной направленности, обобщая их и относиться более конкретно к позитивным случаям, порой принимая успех как случайное стечение обстоятельств. Супруги со стажем семейной жизни выше десяти лет более часто проявляют позитивное мышление и безоценочное отношение к окружающим, что связано с приобретением жизненного опыта, опыта семейной жизни, постоянства взглядов, устойчивости сложившегося мнения о себе и окружающем мире, а так же с законом гомеостаза, который функционирует в любой семейной системе. Супруги со стажем семейной жизни от трех до десяти лет, часто сталкиваясь с трудностями, воспринимают проблемы более широко, а позитивным случаям приписывают разовый и случайный характер.

Психологический климат семьи так же имеет свои особенности у мужчин и женщин, так мужчины отличаются поощрением независимости, контролированием порядка и высокой принадлежностью к семье. Женщинам наиболее свойственна активность в социальной, культурной сфере, поддержание нравственных ценностей и положения в обществе. Жены, в отличие от мужей чаще проявляют открытое выражение гнева и эмоций, а так же организуют порядок в семье. Психологический климат семьи имеет свои особенности в зависимости от стажа супружеской жизни. Так, «сплоченность» наиболее выражена у семей со стажем до трех и выше десяти лет супружеской жизни. Мужья, имеющие большой стаж супружеской жизни отличаются большей принадлежностью к семье и экспрессивностью. Это может быть связано с пониманием, что именно в семье можно получить и реализовать поддержку, любовь близких, испытать радость бытия. С увеличением стажа семейной жизни, мужчины действуют более открыто и способны больше выражать свои чувства. Супруги со средним стажем супружеской жизни отличаются большей выраженностью конфликтности, открытого проявления гнева, что говорит о наличии кризиса в семейной системе. Активный отдых, активность в социальной, политической, культурной деятельности у мужчин и женщин со стажем от трех до десяти лет супружества «западает», что может быть связано с приоритетами семьи на ценности материального обеспечения семьи, рождения и воспитания маленьких детей. С взрослением детей, для супругов со стажем выше десяти лет супружеской жизни спорт, культурная, и политическая сфера вновь становится актуальной и значимой.

Супруги со стажем семейной жизни до трех лет и со стажем выше десяти лет супружества проявили «значительную» и «практически полную удовлетворенность» в браке. Молодые супруги еще не обременены большими трудностями, имеют свободное время для реализации внесемейных целей, высоко ценят близость и значимость партнера по браку. Супруги с большим стажем семейной жизни через большинство трудностей

уже прошли и ценят полученный опыт. Супруги со стажем от трех до десяти лет семейной жизни имеют множество претензий друг к другу и разногласий по поводу воспитания детей, ведения хозяйства и других семейных забот.

При исследовании «семенной сплоченности и адаптации» были выявлены различия между мужьями и женами. Для мужчин наиболее характерным оказалось быть главой семьи, создавать правила в семье. Для женщин характерной была ответственность за порядок в семейной системе и распределение ролей в семье. «Сплоченность» наиболее выражена у семей со стажем до трех и выше десяти лет супружеской жизни: супруги стараются вместе проводить время в праздничные и выходные дни, с учетом интересов других членов семьи, контролируют семейную систему, чтут семейные правила и традиции, позволяя некоторым из них периодически изменяться. Для супругов со стажем выше десяти лет семейной жизни наиболее характерно обращение друг к другу за помощью и осознание того что супруги являются самыми близкими членами семьи, одобрительное отношение к друзьям других членов семьи, принятие во внимание мнение партнера каких-либо решениях в семейных вопросах. Супруги с большим стажем семейной жизни наиболее эмоционально объединены, привязаны друг к другу и ведут себя более согласованно.

В процессе нашего исследования были выявлены корреляционные связи между показателями позитивного мышления супругов и социально-психологического климата семьи. Мы обнаружили 42 значимых корреляционных связей, из них 38 положительных (прямых) и 4 отрицательных (обратных). Результаты корреляционного анализа позволили нам утверждать что, восприятие любых событий в позитивном ключе у жены значимо связано с пониманием целостности семьи и удовлетворенностью отношениями с супругом, желанием женщины быть культурно и социально значимой. Связывая позитивные ситуации со всеми случаями своей жизни, женщина так же применяет их в семье, что позитивно связано с семейной сплоченностью супруга. Ситуации неудач в супружестве могут проявляться в

частности в кризисах семьи, и то, как в сложившейся ситуации жена проявляет оптимизм, будет в итоге определять женскую сплоченность. Позитивное восприятие событий мужчин связано с их пониманием ценности и целостности семьи, а так же повышает женскую сплоченность. Принятие партнера таким, какой он есть будет надежно укреплять мужскую сплоченность в браке и удовлетворенность супружескими отношениями не только мужей, но и жен.

Множественный регрессионный анализ показал 23 регрессионные модели (по количеству зависимых переменных социально - психологического климата мужчин и женщин). Такой результат говорит нам о том, что восприятие любых событий в позитивном ключе, умение рассматривать негативные события в конкретной жизненной ситуации, восприятие успеха как частого проявления в своей жизни у супругов будет положительно влиять на совместное времяпрепровождение, совместный отдых, проведение досугов и праздников в кругу семьи. Открытое выражение гнева жен будет зависеть от того насколько контролируемы ею ситуации, а так же от того насколько ее супруг приписывает своим неудачам временный характер. От того как супруги воспринимают свои победы: приписывают ли они им случайный и временный характер или считают личным достижением, будет зависеть то, насколько супруги поощряют самоутверждение и самостоятельность в принятии решений других членов семьи. Безоценочное позитивное восприятие брачного партнера в общении оказывает влияние на конструктивное использование мужьями дисциплины в семье, распределение ролей женами, а так же на удовлетворенность браком обоих супругов.

Результаты нашего исследования и статистическая обработка данных позволили нам подтвердить гипотезу о том, что позитивное мышление супругов может оказывать влияние на формирование благоприятного социально-психологического климата семьи, а именно: чем чаще супруги будут воспринимать происходящие с ними жизненные события в позитивном ключе, приписывать неудачам временный характер, уметь отдаляться от

чрезмерного обобщения и рассматривать негативные события в отдельной жизненной ситуации, а так же объективно воспринимать друг друга, тем гармоничнее будет социально - психологический климат семьи (удовлетворенность браком, сплоченность, эмоциональная связь, желание супругов развиваться социально, культурно и интеллектуально), и наоборот, чем менее развито позитивное мышление у супругов, тем менее гармоничны будут супружеские отношения.

Наше исследование требует дополнительной проверки на большей по объему выборке испытуемых с подключением дополнительных показателей таких, количество детей в семье, тип семьи, возраст родителей, их ценности, личностные особенности, этно-культурная принадлежность и т.д.

На основе проведенного исследования были разработаны рекомендации супругам по развитию позитивного мышления. Следовательно, в ходе исследования были выполнены все намеченные задачи, цель достигнута, гипотеза подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алешина, Ю.Е. Удовлетворенность браком и межличностное восприятие в супружеских парах с различным стажем семейной жизни Ю.Е.Алешина / Автореф.дис - М.: МГУ. - 2005. – 263 с.
2. Алешина, Ю.Е. Цикл развития семьи: Исследования и проблемы / Ю.Е. Алешина // Вестник Московского университета. Психология. Сер.14. - 2007. - № 2. - С.60-72.
3. Андреева, Г.М. Общение и оптимизация совместной деятельности. / Г.М. Андреева.– М.: МГУ. - 1987. – 302 с.
4. Аракелян, К.Н. Внутрисемейные факторы виктимизации личности / К.Н Аракелян, А.В. Шаболтас // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. – 2015. - № 1. – С. 50 – 55.
5. Баз, Л.Л. Способ оценки взаимодействия в диаде: На примере решения супругами совместной задачи / Л.Л. Баз // Психологический журнал. – 2004. - № 4. - С.109-117.
6. Баландина, Л.Л. Удовлетворенность браком в системе родительско-детских и супружеских отношений / Л.Л. Баландина // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. – 2014. - № 1. – С. 125 – 136.
7. Белоус, Е.В. Взаимосвязь удовлетворенности браком с факторами совместимости супругов / Е.В. Белоус // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. – 2011. – № 1. – С. 94 – 103.
8. Бонивелл, И. Ключи к благополучию: Что может позитивная психология / И. Бонивелл.- М.: Время. - 2009. – 338 с.
9. Вагапова, А.Р Семейная идентичность супругов и их оценка степени удовлетворенности браком / А.Р Вагапова, С.А. Перова // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования.

Психология развития. – 2015. - № 1. – С. 72 – 76.

10. Валдин, В. Гармония брака. / В. Валдин. - Минск. - 2007. - 126 с.
11. Витек, К. Проблемы супружеского благополучия./ К. Витек- М.: Педагогика. - 2008. - 144 с.
12. Волкова, А.Н. Социально-психологические факторы семейной совместимости / А.Н.Волкова: Автореф. дисс. - Л.: ЛГУ. - 1987. - 19 с.
13. Вольтер, Избранные сочинения / Вольтер - М.: Рипол Классик. - 1997. - 848с
14. Выготский, Л. С. Мышление и речь / Л.С. Выготский.– 5-е изд., исп. – М.: Лабиринт. - 1999. – 351 с.
15. Гасанова, Д. И. Саногенное мышление в структуре личности / Д.И. Гасанова // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. – 2013. - № 3. – С. 12 – 17.
16. Гордеева, Т. О. Диагностика оптимизма как стиля объяснения успехов и неудач: опросник СТОУН. М. / Т. О Гордеева, Е. Н Осин, В. Ю Шевяхова.- М.:Смысл, 2009. – 451 с.
17. Гордеева, Т.О. Психология мотивации достижения / Т.О. Гордеева.- М.: Смысл, Академия, 2006. – 336 с.
18. Добрынина, О.А. Проблемы формирования благоприятного социально-психологического климата семьи / О.А Добрынина – Новокузнецк, Ново - 2006. – 380 с.
19. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин - СПб: Питер. - 2001. - 752с.
20. Кашапова, А.А. Удовлетворенность браком молодых супругов / А.А. Кашапова // Международный журнал экспериментального образования– 2014. - № 6. – С. 87 – 88.
21. Кесельман, Л.Е. Межгенерационный сдвиг индивидуального оптимизма/пессимизма в современном российском обществе. Л.Е. Кесельман, М.Г Мацкевич // Журнал социологии и социальной антропологии. - 2007. - № 2. - С. 12-19.

22. Кехо Дж. Подсознание может все! / Дж. Кехо - Минск: Попурри. - 2012. - 224с.
23. Киреева, М.В. Проблема позитивного мышления в отечественной и зарубежной психологии [ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС] / Киреева М.В., Грибанова О.Н.// Науковедение: электрон. науч. журн. - 2014. - №4. – Режим доступа - <http://www.naukovedenie.ru/pdf/2014/4/414.pdf>
24. Колмогорова, Л. С., Позитивное мышление в свете отечественных и зарубежных исследований / Л.С. Колмогорова, М. В. Лычева // Вестник Барнаульского государственного педагогического университета, серия «Психолого-педагогические науки» - Барнаул. 2006. - № 6. - С. 4-10.
25. Крюкова, Т.Л. Оптимизм / пессимизм в совладающем поведении субъекта: межпоколенческий аспект [Текст]/ Т.Л. Крюкова //Психологическое исследование: теория, методология, практика: материалы II Сибирского психологического форума, Томск, 30 нояб. - 1дек. 2007 г.: ТГУ, – Томск, 2007. - С. 236 – 242
26. Леонтьев, А. А. Предисловие. Философия психологии: Из научного наследия / А.А.Леонтьев – М. : Изд-во МГУ. - 1994. – 285 с.
27. Леонтьев, Д.А. Позитивная психология – повестка дня нового столетия / Д.А. Леонтьев // Журнал Высшей школы экономики Т.9 №4 2012. с.36 - 58
28. Лобсанг Рампа Т. За пределами 1/10 /. Лобсанг Рампа – Киев: «София». - 2004. – 192 с.
29. Мещеряков, Б. Г. Большой психологический словарь / Б.Г. Мещеряков – М.: Прайм-Еврознак. - 2003. – 672 с.
30. Митрикас, А.А. Семья как ценность: состояние и перспективы ценностного выбора в странах Европы / А.А. Митрикас –М.: СОЦИС. - 2004. - № 5. - С. 65-73.
31. Муздыбаев, К. Оптимизм и пессимизм личности (опыт социолого-психологического исследования) / К. Муздыбаев //

Психологический журнал. - 2003. - № 12.- С. 87-96.

32. Наследов, А.Д. Математические методы психологических исследований. Анализ и интерпретация данных: учебное пособие / А.Д. Наследов. – СПб.: Речь, 2004. – 392 с.

33. Обозов, Н.Н. Психологические факторы регуляции межличностных отношений в семье / Н.Н. Обозов, Е. Ю Тимошенко // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия социология. - 2008. - № 3. - С.6-21.

34. Олифинович, Н.И. Психология семейных кризисов / Н.И. Олифинович, Т.А. Зинкевич-Куземкин, Т.Ф. Велента – СПб.:Речь, 2007. – 360с.

35. Орлов, Ю. М. Восхождение к индивидуальности / Ю. М. Орлов – М.: Просвещение. - 1991. – 287 с.

36. Орлов, Ю.М. Саногенное мышление / Ю.М. Орлов - М.: Просвещение. - 2000. – 231 с.

37. Панкратов, В. Н. Психотехнология управления собой (практическое руководство) / В.Н. Панкратов – М.: ТЦ «Сфера». - 1998. – 128 с.

38. Парыгин, Б.Д. Социально-психологический климат коллектива: пути и методы изучения / Б.Д. Парыгин - М.: - 1988 - 407с.

39. Перова, Е. А. Оптимизм как одна из составляющих субъективного благополучия / Е. А. Перова, С. Н Ениколопов // Вопросы психологии. - 2009. - № 1. - С. 51-57.

40. Прохорова, О.Г. Любовь, брак, семья: жизнь без ошибок / О.Г. Прохорова - СПб.: КАРО. - 2008. – 336 с.

41. Ромах, О. В. Позитивное мышление в интеллектуально-культурологическом аспекте / О.В. Ромах, М. В. Лапухина // Аналитика культурологии –М.: 2004. - № 1. – С. 21 – 23.

42. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн– СПб. : Питер. - 2006. – 713 с.

43. Рудина, Л.М. Формирование конструктивного мышления как повышение адаптивности индивида в современном мире / Л.М. Рудина - М.: МосГУ, - 2013. – 89 с.
44. Свеницкий, А.Л. Краткий психологический словарь / А.Л. Свеницкий . – Ростов н/д: «Феникс». - 1998. – 512 с.
45. Селигман, М. Как научиться оптимизму. Советы на каждый день / М. Селигман- М.: Вече. - 2000. - 432с.
46. Селигман, М. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман - М.: София. - 2006. - 368с.
47. Семенов, И. Тенденции психологии развития мышления, рефлексии / И. Семенов – М. : Воронеж: МОДЭК. - 2000. – 64 с.
48. Смирнова, И.Е. Социально-психологический климат и эмоциональное выгорание / И.Е. Смирнова // Армия и общество. – 2013. - № 5. – С. 1 – 5.
49. Сысенко, В.А. Психодиагностика супружеских взаимоотношений: Научно-методическое пособие в помощь работникам социальных служб / В. А Сысенко. - М.: НИИ семьи. - 1998 - 487с.
50. Сысенко, В.А. Устойчивость брака: проблемы, факторы и условия / В.А. Сысенко - М.: - 2001. - 210 с.
51. Сычев, О.А. Психология оптимизма / О.А. Сычев - Бийск: БПГУ им. В.М. Шукшина. - 2008. – 69 с.
52. Терехин, В.А. Психологические аспекты качества семейно-брачных отношений / В.А. Терехин // РЭГ. - 2000. - № 12. – С. 33 – 35.
53. Трапезникова, Т.М. Определение согласованности семейных ценностей и ролевых установок в супружеской паре / Т.М. Трапезникова // Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. - СПб.: Питер. - 2000. - С. 486 - 497.
54. Федотова, Н.Ф. Ролевые ожидания мужа и жены, их регулятивное воздействие на развитие супружеских отношений / Н.Ф. Федотова // Семья и личность (психолого-педагогические, социальные и психологические

проблемы): Тезисы докладов всесоюзной конф.; г. Гродно. - М.: - 1991. - С.100 - 104.

55. Хайдеггер, М. Время и бытие / М. Хайдеггер - М.: Республика. - 1993. - 440с.

56. Харчев, А.Г. Современная семья и её проблемы / А.Г. Харчев - М. - 2009. - 217 с.

57. Шааб, К. С. Позитивное мышление как условие долголетия / К.С. Шааб // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2016. - № 6. – С. 23 – 25.

58. Шилова, Л.С. Характер проведения семейного досуга и удовлетворенность браком / Л.С. Шилова – М.:Речь - 2008. - С.129 - 135.

59. Шнейдер, Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. - М.: Апрель Пресс, «ЭКСМО – Пресс». - 2000. – 267 с.

60. Эйдемиллер, Э.Г. Психология и психотерапия семьи. - СПб.: Питер. - 2001. - 656 с.

61. Эйдемиллер, Э.Г. Семейная психотерапия. - Л.: Медицина. - 1990. - 192 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Диагностические методики в порядке их предъявления

1. Опросник СТОУН-В (Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, Ю.В. Шевяхова)

Предназначен для диагностики атрибутивного оптимизма личности, понимаемого как способность оптимистично оценивать (объяснять себе) причины различных событий, как негативного, так и позитивного характера.

Методика предполагает следующие показатели:

«Стабильность», характеризует постоянство и неизменность причины.

«Контролируемость», характеризует меру управляемости воспринимаемой причины.

«Глобальность» - пространственная характеристика, позволяющая описать универсальность или конкретность причинных объяснений, склонность к чрезмерным обобщениям или, напротив, конкретному рассмотрению отдельно взятых ситуаций.

«Оптимизм в ситуации успеха» - объяснение позитивных событий внутренними и стабильными причинами.

«Оптимизм в ситуации неудач» - объяснение негативных событий наличием конкретной причины, указывает на более легкое переживание ситуации, и, напротив, объяснение негативных событий внутренними, стабильными и глобальными причинами надежно и значимо связано с показателями монополярной депрессии

«Оптимизм в межличностных» отношениях является надежным предиктором супружеской удовлетворенности. Выражается в безоценочном принятии партнера по взаимодействию. Также показывает качество и гармоничность детско-родительских отношений.

«Оптимизм ситуации достижения» является показателем к способности повышать свои способности и умения и поддерживать их на высоком уровне Испытуемому предлагается представить себе каждую ситуацию и сформулировать причину, которая привела к возникновению такой ситуации, записав ее вербальную формулировку. Затем причину ситуации предлагается оценить по двум из трех параметров атрибутивного стиля – постоянства (стабильности), широты (глобальности) и контролируемости (контроля).

В анкете перечислены двадцать четыре события-ситуации.

Инструкция: ответьте на вопросы о каждом событии следующим образом: 1) представьте себе живо и наглядно каждое событие так, как будто оно происходит прямо сейчас, даже если кажется, что эта ситуация не из вашей жизни; 2) подумайте, какова основная причина произошедшей ситуации, если бы подобное произошло с вами, и напишите развернутый ответ; 3) для двух вопросов, которые следуют за вашим ответом, обведите кружочком цифру от 1 до 6, которая обозначит ваш ответ. Старайтесь избегать средних ответов.

СИТУАЦИИ

1. Вы получили прибавку к заработной плате.

«Это произошло потому, что _____
(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я получил(а) прибавку к зарплате:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной

2. Проект, за который Вы отвечали, провалился.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой проект провалился, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

3. Друг/подруга благодарит вас за поддержку в трудное для него/нее время.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой друг поблагодарил меня, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

4. Товарищи по работе не воспринимают ваши новые идеи.

«Это связано с тем, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой мои идеи не воспринимаются, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

5. Поклонник (поклонница) приглашает Вас на свидание.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой Вас пригласили на свидание, связана:

Только с этой

конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мной

6. Вы выступаете с важным докладом, и аудитория реагирует на Ваше выступление негативно.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я получил(а) негативную реакцию на свое выступление:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мной

7. Вы подарили другу/подруге подарок, который ему/ей необычайно понравился.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой другу понравился подарок, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мной

8. В течение некоторого времени Вы безуспешно пытались найти работу.

«Это связано с тем, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я безуспешно пытался(лась) найти работу, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мной

9. Вы встречаете знакомого, который разговаривает с Вами враждебно.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой знакомый разговаривает со мной враждебно, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

10. Вы идете на свидание, и оно проходит неудачно.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой свидание прошло неудачно,

связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мной

11. Вы не можете сделать всю работу, которую должны были выполнить к определенному сроку.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я не выполнил(а) работу:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мной

12. Вы претендуете на место/позицию, о котором давно мечтали (например, важная работа, аспирантура и т.п.), и получаете его.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я получил(а) это место, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мной

13. Вы получили негативный отзыв от уважаемого коллеги.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я получил(а) негативный отзыв,

связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мной

14. Разговаривая по телефону с другом (подругой), вы поссорились.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой мы поссорились, связана:

Только с этой

конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

15. Вы заработали крупную сумму денег.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я заработал(а) много денег:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируема мной

16. Вы сдаете важный экзамен и проваливаетесь.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я провалился(лась) на экзамене, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной

17. Вы встречаете друга/подругу, который(ая) делает вам комплимент по поводу того, как Вы выглядите.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой друг (подруга) сделал(а) мне комплимент:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной

18. Вы не получили ожидаемого повышения.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я не получил(а) ожидаемого повышения, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной

19. Ваш друг давно не звонил Вам.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину). Причина, по которой друг давно мне не звонил, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина: Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной

20. Вас сняли с важной должности.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой меня сняли с важной должности:

Больше никогда Будет существовать не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной

21. Вы успешно сдали важный экзамен.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я успешно сдал(а) важный экзамен, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

22. Ваш сын (дочь) принес(ла) из школы неудовлетворительную оценку.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой мой сын (дочь) принес неудовлетворительную оценку:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной

23. Вы получаете престижную награду.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой я получил(а) награду, связана:

Только с этой конкретной ситуацией 1 2 3 4 5 6 Со всеми ситуациями в моей жизни

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной

24. На вечеринке гости в один голос расхваливают блюдо, которое Вы приготовили сами.

«Это произошло потому, что _____

(укажите одну главную причину)

Причина, по которой гости расхваливают блюдо:

Больше никогда не возникнет 1 2 3 4 5 6 Будет существовать всегда

Эта причина:

Находится вне моего контроля 1 2 3 4 5 6 Полностью контролируется мной

КЛЮЧ К ОПРОСНИКУ СТОУН-В.

Перед началом обработки обратные пункты (помечены в таблице «обр.») инвертируются: восходящая шкала 1 2 3 4 5 6 переводится в нисходящую 6 5 4 3 2 1 по формуле: Инвертированный Балл = 7 – Оригинальный Балл. Далее суммируются пункты по каждому из параметров: стабильность (С), глобальность (Г), контроль (К). Общий показатель оптимизма получается путем суммирования баллов по шкалам стабильности, глобальности и контроля. Пункты суммируются также по типу ситуации: ситуации успеха (У) и неудачи (Н), а также по сферам: сфера достижений (Д) и межличностная сфера (М).

№ вопроса	№ утверждения	Обрат. пункты	Параметр	Ситуация	Сфера
1	1.		С	У	Д
	2.		К	У	Д
2	3.	обр.	Г	Н	Д
	4.	обр.	С	Н	Д
3	5.		Г	У	М
	6.		С	У	М
4	7.	обр.	Г	Н	М
	8.	обр.	С	Н	М
5	9.		Г	У	М
	10.		К	У	М
6	11.	обр.	С	Н	М
	12.		К	Н	М
7	13.		Г	У	М
	14.		К	У	М
8	15.	обр.	Г	Н	Д
	16.		К	Н	М
9	17.	обр.	Г	Н	М
	18.	обр.	С	Н	М
10	19.	обр.	Г	Н	М
	20.		К	Н	Д
11	21.	обр.	С	Н	Д
	22.		К	У	Д
12	23.		Г	У	Д
	24.		К	Н	М
13	25.	обр.	Г	Н	М
	26.		К	Н	М
14	27.	обр.	Г	Н	М
	28.	обр.	С	У	Д
15	29.		С	У	Д
	30.		К	У	Д
16	31.	обр.	Г	Н	Д
	32.		К	Н	Д
17	33.		С	У	Д
	34.		К	У	Д

18	35.	обр.	Г	Н	Д
	36.		К	Н	Д
19	37.	обр.	Г	Н	М
	38.		К	Н	М
20	39.	обр.	С	Н	Д
	40.		К	Н	Д
21	41.		Г	У	Д
	42.		С	У	Д
22	43.	обр.	С	Н	Д
	44.		К	Н	Д
23	45.		Г	У	Д
	46.		К	У	Д
24	47.		С	У	Д
	48.		К	У	Д

Нормы по опроснику получены на выборке студентов 4–5 курсов различных специальностей (N=279), средний возраст – 22 года, равное соотношение мужчин и женщин.

Шкала	Среднее	Ст. откл.
Общий показатель оптимизма	211,1	21,19
Параметр стабильности	61,9	7,71
Параметр глобальности	72,8	9,76
Параметр контроля	76,5	11,92
Оптимизм в ситуациях успеха	92,7	12,94
Оптимизм в ситуациях неудачи	118,4	14,48
Оптимизм в ситуациях достижения	125,3	13,95
Оптимизм в межличностных ситуациях	85,9	10,39

2. ОПРОСНИК ШСО (Р.Х. Мус, адаптация С.Ю.Куприянова).

Социально-психологический климат семьи – это те правила поведения, которые сложились в семье и которые влияют на взаимоотношения в ней. Некоторые семейные правила устанавливаются открыто, другие правила скрытые, они обычно выводятся из повторяющихся ситуаций, которые происходят в семье. Скрытые правила очень сильны, так как они устанавливаются негласно и создают ощущения загадочности.

Правила показывают, что в семье можно делать, а что нельзя, что считается хорошим и плохим, т. е. они представляют собой элемент семейной идеологии, который и формирует социальный климат семьи.

Назначение.

Шкала семейного окружения предназначена для оценки социально-психологического климата в семьях всех типов.

В основе ШСО лежит оригинальная методика *famil Environmental Skale (FES)*, предложенная Р.Н Моос в 1974 г. Основное внимание тут уделяется измерению и описанию: А) отношений между членами семьи (*показатели отношений*), Б) направлениями личностного роста, которым в семье придается особое значение (*показатели личностного роста*), В) основной организационной структуре семьи (*показатели, управляющие семейной системой*). В нашей стране методика адаптирована С.Ю Куприяновым (1985).

Инструкция

В этом опроснике 90 утверждений. Вам предстоит решить, какие из этих утверждений верны в отношении вашей семьи, какие верны. Делайте все пометки в бланке для ответов (табл.). Если вы находите, что утверждение верно или в основном верно в отношении

вашей семьи, поставьте знак «х» в клеточке, обозначенной буквой «В» (верно). Если вы считаете, что утверждение неверно или в основном неверно, поставьте знак «х» в клеточке, обозначенной буквой «Н» (неверно).

Вам может показаться, что некоторые утверждения являются верными в отношении одних членов семьи и неверными в отношении других. Если члены семьи разделяются по данному утверждению на две равные половины, решите для себя, верно или неверно утверждение описывает семью в целом.

Опросник

1. Члены нашей семьи оказывают реальную помощь и поддержку друг другу.
2. Члены нашей семьи часто скрывают свои чувства.
3. В нашей семье мы часто ссоримся
4. В нашей семье мы не очень часто делаем что-либо самостоятельно (отдельно от других членов).
5. Мы считаем это важным – быть лучшим в любом деле, которое делаешь.
6. Мы часто говорим о политических и социальных проблемах.
7. Мы проводим большую часть выходных дней и вечеров дома.
8. Члены нашей семьи довольно часто смотрят передачи на морально-нравственные темы.
9. Вся деятельность нашей семьи довольно тщательно планируется.
10. в нашей семье редко кто-то командует.
11. Мы часто дома «убиваем» время.
12. В своем доме мы говорим все, что хотим.
13. члены нашей семьи редко открыто сердятся.
14. В нашей семье очень поощряется независимость.
15. Жизненный успех (продвижение в жизни) очень важен в нашей семье.
16. Мы редко ходим на лекции, спектакли, концерты.
17. Друзья часто приходят к нам в гости.
18. Мы считаем, что семья не несет ответственности за своих членов.
19. Мы, как правило, очень опрятны и организованны.
20. Число правил, которым мы следуем в нашей семье, невелико.
21. Мы вкладываем много энергии в домашние дела.
22. трудно «разрядиться» дома, не расстроив кого-нибудь.
23. Члены нашей семьи могут настолько разозлиться, что швыряют вещи.
24. В нашей семье мы обдумываем свои дела в одиночку.
25. Для нас не очень важно, сколько зарабатывает человек.
26. В нашей семье считается очень важным узнавать о новых вещах, событиях, фактах.
27. Никто в нашей семье не занимается активно спортом, бегом трусцой, игрой в бадминтон и т.д.
28. мы часто говорим на нравственные темы.
29. В нашем доме часто трудно бывает найти вещь, которая требуется в данный момент.
30. У нас есть один член семьи, который принимает большинство решений.
31. В нашей семье существует чувство единства.
32. Мы рассказываем друг другу о своих личных проблемах.
33. члены нашей семьи редко выходят из себя.
34. В нашей семье мы уходим и приходим, когда захотим.
35. в любом деле мы верим в соревнование, наш девиз «Пусть победит сильнейший».
36. Мы не очень интересуемся культурной жизнью.
37. Мы часто ходим в кино, театр, туристические походы, на спортивные мероприятия и т. д.
38. высокая нравственность не является уделом нашей семьи.
39. Быть пунктуальным в нашей семье очень важно.
40. В нашем доме все делается по раз и навсегда заведенному порядку.
41. Мы редко вызываемся добровольно, когда что-то нужно сделать дома.

42. если нам хочется что-то сделать экспромтом, мы часто тут же собираемся и делаем это.
43. Члены нашей семьи часто критикуют друг друга.
44. В нашей семье очень мало тайн.
45. Мы всегда стремимся делать дело так, чтобы в следующий раз получилось намного лучше.
46. У нас редко бывают интеллектуальные дискуссии.
47. Все в нашей семье имеют одно или несколько хобби.
48. У членов семьи строгие понятия о том, что правильно и что неправильно.
49. В нашей семье все часто меняют мнение о домашних делах.
50. В нашей семье предается большое значение соблюдению правил.
51. Мы стараемся делать все во имя сплоченности нашей семьи.
52. Если у нас в семье начнешь жаловаться, кто-то обычно расстроится.
53. Члены нашей семьи иногда могут ударить друг друга.
54. Члены нашей семьи обычно полагаются сами на себя, если возникает какая-то проблема.
55. Членов нашей семьи мало волнует продвижение по работе, школьные отметки и т.д.
56. Кто-то нашей семье играет на музыкальном инструменте.
57. Члены нашей семьи принимают мало участия в развлекательных мероприятиях.
58. Мы убеждены, что существуют некоторые вещи, которые надо принимать на веру.
59. Члены нашей семьи содержат свои комнаты в порядке.
60. в семейных решениях все имеют равное право голоса.
61. В нашей семье очень слабо развит дух коллективизма.
62. В нашей семье открыто обсуждаются денежные дела и оплата счетов.
63. Если в нашей семье возникают разногласия, мы изо всех сил стараемся «сгладить углы» и сохранить мир.
64. Члены нашей семьи усиленно поощряют друг друга отстаивать свои права.
65. В нашей семье мы очень стремимся к успеху.
66. Члены семьи часто ходят в библиотеку.
67. Члены семьи иногда посещают курсы или берут уроки по своим интересам и увлечениям (помимо школы).
68. В нашей семье у каждого свои понятия о том, что правильно и что неправильно.
69. Обязанности каждого в нашей семье четко определены.
70. В нашей семье мы можем делать, что хотим.
71. Мы редко по – настоящему ладим друг с другом.
72. В нашей семье мы обычно следим за тем, что говорим друг другу.
73. Члены семьи часто пытаются быть в чем-то выше или превзойти один другого.
74. В нашем доме трудно побыть одному, чтобы это кого-нибудь не обидело.
75. «Делу-время, потехе-час»- таково правило нашей семьи.
76. Смотреть телевизор в нашей семье важнее, чем читать.
77. Члены семьи часто выходят в свет.
78. Наша семья придерживается строгих моральных правил.
79. В нашей семье с деньгами обращаются не очень бережно.
80. В нашей семье царит правило: «Всяк сверчок знай свой шесток!»
81. В нашей семье всем уделяется достаточно много времени и внимания.
82. В нашей семье часто возникают спонтанные дискуссии (экспромты).
83. В нашей семье мы считаем, что повышением голоса ничего не добьешься.
84. В нашей семье не поощряется, чтобы каждый высказывался сам за себя.
85. Членов нашей семьи часто сравнивают с другими людьми в отношении того, как они успевают на работе или в школе.
86. В нашей семье по-настоящему любят музыку, живопись, литературу.
87. Главная форма развлечения у нас - смотреть телевизор или слушать радио.

88 Члены нашей семьи верят в торжество справедливости.

89. В нашей семье посуда моется сразу после еды.

90. В нашей семье немного проходит безнаказанно.

Интерпретация и обработка данных

ШСО включает десять шкал, каждая из которых представлена десятью пунктами, имеющими отношение к характеристике семейного окружения. Краткое описание шкал.

А. Показатели отношений между членами семьи

1. *Сплоченность (С)*. В какой степени члены семьи заботятся друг о друге, помогают друг другу; выраженность чувства принадлежности к семье.

2. *Экспрессивность (Э)*. В какой степени в семье разрешается открыто действовать и выражать свои чувства.

3. *Конфликт (К-т)*. В какой степени открытое выражение гнева, агрессии и конфликтных взаимоотношений в целом характерно для семьи.

Б. Показатели личностного роста

4. *Независимость (Н)*. В какой степени члены семьи поощряются к самоутверждению, независимости к самостоятельности в обдумывании проблем и принятии решений.

5. *Ориентация на достижения (ОД)*. В какой степени разным видам деятельности (учебе, работе и пр.) в семье придают характер достижения и соревнования.

6. *Интеллектуально-культурная ориентация (ИКО)*. Степень активности членов семьи в социальной, интеллектуальной, культурной и политической сферах деятельности.

7. *Ориентация на активный отдых (ОАО)*. Насколько семье свойственны активный отдых и спорт.

8. *Морально-нравственные аспекты (МНА)*. Степень семейного уважения к этическим и нравственным ценностям и положениям.

9. *Организация (О)*. Насколько для семьи важны порядок и организованность (структурирование семейной деятельности, финансовое планирование, ясность и определенность семейных правил и обязанностей).

10. *Контроль (К-л)*. Степень иерархичности семейной организации, ригидности семейных правил и процедур, контроля членами семьи друг друга.

При обработке данных исследования для каждой шкалы высчитывается показатель, который получают путем сложения учитываемых ответов по всем пунктам соответствующей шкалы. Затем высчитываются средние показатели для всех членов семьи и высчитывается семейный профиль, который сравнивается со средними значениями нормативного профиля (табл.). Также может быть определен показатель несовместимости семьи (ПНС), характеризующий выраженность диссонанса в восприятии семейного климата членами семьи.

Бланк регистрации ответов ШСО

(знаком «х» помечены пункты, учитываемые при подсчете баллов по соответствующим шкалам)

В	х	х		х	х	х		х	х	х
№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Н			х				х			
В	х	х	х	х	х		х		х	
№	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Н						х		х		х
В	х					х		х		х
№	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Н		х	х	х	х		х		х	
В	х	х	х		х		х		х	х
№	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Н				х		х		х		
В		х		х	х		х			х
№	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Н	х		х			х		х	х	
В	х	х		х		х		х	х	х
№	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
Н			х		х		х			
В		х	х	х	х	х	х	х	х	
№	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
Н	х									х
В		х	х		х		х	х		х
№	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
Н	х			х		х			х	
В	х	х	х			х		х	х	х
№	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
Н				х	х		х			
	С	Э	К-Т	Н	ОД					

средние значения FES (американские семьи) и ШСО (российские семьи)

Шкалы		США, n = 285		Россия, n -100	
		М	q	М	q
1	С	6,36	1,86	6,45	1,36
2	Э	5,43	1,49	6,18	1,17
3	К-Т	4,65	2,05	3,20	1,56
4	Н	6,67	1,23	4,35	1,25
5	ОД	5,64	1,66	5,46	1,44
6	ИКО	6,15	1,98	6,08	1,39
7	ОАО	6,19	1,66	4,37	1,50
8	МНА	4,55	2,15	5,72	1,09
9	О	5,27	2,03	5,13	1,65
10	К-Л	4,80	1,84	3,93	1,27

Примечание: n – количество испытуемых, М – среднее значение по группе, q – стандартное отклонение.

3. ТЕСТ-ОПРОСНИК УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ БРАКОМ (Авторы: В.В.Столин, Т.Л.Романова, Г.П.Бутенко)

Тест-опросник удовлетворенности браком предназначен для экспресс-диагностики степени удовлетворенности-неудовлетворенности браком, а также степени согласования-рассогласования удовлетворенности браком у той или иной социальной группы. Опросник представляет собой одномерную шкалу, состоящую из 24 утверждений, относящихся к различным сферам: восприятия себя и партнера, мнения, оценки, установки и т.д.

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

Вопросы теста:

1. Когда люди живут так близко, как это происходит в семейной жизни, они неизбежно теряют взаимопонимание и остроту восприятия другого человека:
 - а) верно,
 - б) не уверен,
 - в) неверно.
2. Ваши супружеские отношения приносят Вам:
 - а) скорее беспокойство и страдание,
 - б) затрудняюсь ответить,
 - в) скорее радость и удовлетворение.
3. Родственники и друзья оценивают Ваш брак:
 - а) как удавшийся,
 - б) нечто среднее,
 - в) как неудавшийся.
4. Если бы Вы могли, то:
 - а) Вы бы многое изменили в характере Вашего супруга (Вашей супруги),
 - б) трудно сказать,
 - в) Вы бы не стали ничего менять.
5. Одна из проблем современного брака в том, что все "придается", в том числе и сексуальные отношения:
 - а) верно,
 - б) трудно сказать,
 - в) неверно.
6. Когда Вы сравниваете Вашу семейную жизнь с семейной жизнью Ваших друзей и знакомых, Вам кажется:
 - а) что Вы несчастнее других,
 - б) трудно сказать,
 - в) что Вы счастливее других.
7. Жизнь без семьи, без близкого человека — слишком дорогая цена за полную самостоятельность:
 - а) верно,
 - б) трудно сказать,
 - в) неверно.
8. Вы считаете, что без Вас жизнь Вашего супруга (Вашей супруги) была бы неполноценной:
 - а) да, считаю,
 - б) трудно сказать,
 - в) нет, не считаю.
9. Большинство людей в какой-то мере обманываются в своих ожиданиях относительно брака:
 - а) верно,

- б) трудно сказать,
в) неверно.
10. Только множество различных обстоятельств мешает подумать Вам о разводе:
а) верно,
б) не могу сказать,
в) неверно.
11. Если бы вернулось время, когда Вы вступали в брак, то Вашим мужем (женой) мог бы стать:
а) кто угодно, только не теперешний супруг (супруга),
б) трудно сказать,
в) возможно, что именно теперешний супруг (супруга).
12. Вы гордитесь, что такой человек, как Ваш супруг (супруга), рядом с Вами:
а) верно,
б) трудно сказать,
в) неверно.
13. К сожалению, недостатки Вашего супруга (супруги) часто перевешивают его достоинства.
а) верно,
б) затрудняюсь сказать,
в) неверно.
14. Основные помехи для счастливой супружеской жизни кроются:
а) скорее всего в характере Вашего супруга (супруги),
б) трудно сказать,
в) скорее, в Вас самих.
15. Чувства, с которыми Вы вступали в брак:
а) усилились,
б) трудно сказать,
в) ослабли.
16. Брак притупляет творческие возможности человека:
а) верно,
б) трудно сказать,
в) неверно.
17. Можно сказать, что Ваш супруг (супруга) обладает такими достоинствами, которые компенсируют его недостатки:
а) согласен,
б) нечто среднее,
в) не согласен.
18. К сожалению, в Вашем браке не все обстоит благополучно с эмоциональной поддержкой друг друга:
а) верно,
б) трудно сказать,
в) неверно.
19. Вам кажется, что Ваш супруг (супруга) часто делает глупости, говорит невпопад, неуместно шутит:
а) верно,
б) трудно сказать,
в) неверно.
20. Жизнь в семье, как Вам кажется, не зависит от Вашей воли:
а) верно,
б) трудно сказать,
в) неверно.
21. Ваши семейные отношения не внесли в жизнь того порядка и организованности,

которых Вы ожидали:

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

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

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

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

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

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

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

Обработка результатов

Если выбранный испытуемым вариант ответа совпадает с ключевым (эти ответы приводятся ниже), то данный испытуемый получает 2 балла. Если он избрал промежуточный вариант ответа (вариант «б») — 1 балл. За ответ, не совпадающий ни с ключевым, ни с промежуточным, испытуемый получает 0 баллов. Далее подсчитывается суммарный балл по всем ответам. Возможный диапазон тестового балла - от 0 до 48 баллов. Высокий балл говорит об удовлетворенности браком.

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

Интерпретация

0-16 баллов — полная неудовлетворенность;

17-22 балла — значительная неудовлетворенность;

23-26 баллов — скорее неудовлетворенность, чем удовлетворенность.

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

29-32 балла — скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность.

33-38 баллов — значительная удовлетворенность.

39-48 баллов — практически полная удовлетворенность

4. Опросник семейной сплоченности и адаптации FACES-3 (Олсон Д.Х., Портнер Дж., И.Лави).

Шкала семейной адаптации и сплоченности (FACES-3) представляет собой один из наиболее известных стандартизированных опросников, предназначенных для оценки семейной структуры. Авторами данного опросника являются Д. Х. Олсон, Дж. Портнер и И. Лави.

Описание методики

Методика состоит из списка утверждений (от 1 до 20). Задача испытуемого заключается в том, чтобы дважды оценить каждое утверждение по степени его выраженности, используя пятибалльную шкалу:

- почти никогда — 1,
- редко — 2,
- время от времени — 3,

часто — 4,
почти всегда — 5.

В первом случае задача испытуемого оценить реальное семейное функционирование, во втором — идеальное, то есть такое, каким хотелось бы его видеть.

Обработка и интерпретация результатов

1. *Определение типа структуры семьи.* При обработке подсчитывается количество баллов, полученных при суммировании четных и нечетных утверждений. Количество баллов, полученное при суммировании нечетных пунктов, определяет уровень семейной сплоченности, четных — уровень семейной адаптации. Тип семейной системы определяется двумя параметрами — суммарными оценками по шкалам сплоченности и семейной адаптации в соответствии с нормами оценок, стандартизированных на различных выборках (табл. 1).

2. *Определение уровня удовлетворенности семейной жизнью.* Разница между идеальными и реальными оценками по двум шкалам (сплоченности и адаптации) определяет степень удовлетворенности испытуемого семейной жизнью. В настоящее время не существует никаких эмпирических норм для определения оценки расхождения идеального и осознаваемого. Высокая оценка расхождения указывает на низкую семейную удовлетворенность. Расхождение должно быть рассчитано для каждого индивидуума по сплоченности и адаптации, а общая оценка может быть получена в результате сложения этих двух оценок. Обратная зависимость полученных результатов является оценкой семейной удовлетворенности.

ФИО _____

Возраст _____

Инструкция

Вариант А. Опишите Вашу реальную семью (супруги и дети). Прочитайте следующие высказывания и оцените их с помощью представленной шкалы.

Вариант Б. Теперь оцените эти высказывания с точки зрения идеальной семьи, то есть такой, о которой Вы мечтаете.

Утверждение	1 почти никогда	2 редко	3 время от времени	4 часто	5 почти всегда
1. Члены нашей семьи обращаются друг к другу за помощью					
2. При решении проблем учитываются предложения ребенка					
3. Мы с одобрением относимся к друзьям других членов семьи					
4. При установлении правил поведения учитывается мнение ребенка					
5. Нам нравится делать что-то всей семьей					
6. В нашей семье лидер (т. е. главный человек) может меняться)					
7. Члены нашей семьи более близки друг с другом, чем с посторонними					
8. Способы выполнения					

различных дел в нашей семье могут изменяться					
9. Члены нашей семьи любят проводить свободное время вместе					
10. Наказания обсуждаются родителями вместе с детьми					
11. Члены нашей семьи чувствуют, что мы очень близкие друг другу люди					
12. В нашей семье дети могут принимать самостоятельные решения					
13. Когда семья собирается куда-то вместе, никто из нас этого не пропускает					
14. Правила в нашей семье могут изменяться					
15. Нам легко представить себе, куда можно направиться всей семьей.					
16. Домашние обязанности могут переходить от одного члена семьи к другому					
17. Мы советуемся друг с другом при принятии решений.					
18. Мы точно знаем, кто у нас в семье самый главный.					
19. Единство очень важно для нашей семьи.					
20. Мы всегда знаем, какие обязанности в домашнем хозяйстве закреплены за каждым членом семьи					

К расширенным возможностям методики следует отнести исследования более частного уровня, а именно диагностических параметров шкал сплоченности и адаптации.

Оценка параметров шкалы FACES-3

Диагностические параметры	№ утверждений	Шкала
Эмоциональная связь	1,11,19	Семейная сплоченность
Семейные границы	5,7	
Принятие решений	17	
Время	9	
Друзья	3	
Интересы и отдых	13, 15	
Лидерство	6,18	Семейная адаптация
Контроль	2, 12	
Дисциплина	4,10	
Роли	8,16,20	
Правила	14	

Нормы оценок и средние показатели для FACES-3
(Шкала семейной адаптации и сплоченности)

Основные параметры	Группы семей					
	Зрелые супружеские пары		Семьи с подростками		Молодые супружеские пары	
	X	SD	X	SD	X	SD
Сплоченность	39,8	5,4	37,1	6,1	41,6	4,7
Адаптация	24,1	4,7	24,3	4,8	26,1	4,2
Сплоченность						
	ранг	%	ранг	%	ранг	%
Разобщенный	10-34	16,3	10-31	18,6	10-36	14,9
Разделенный	35-40	33,8	32-37	30,3	37-42	37,2
Связанный	41-45	36,3	38-43	36,4	43-46	34,9
Сцепленный	46-50	13,6	44-50	14,7	47-50	13,0
Адаптация						
	ранг	%	ранг	%	ранг	%
Ригидный	10-19	16,3	10-19	15,9	10-21	13,2
Структурный	20-24	38,3	20-24	37,3	22-26	38,8
Гибкий	25-28	29,4	25-29	32,9	27-30	32,0
Хаотичный	29-50	16,0	30-50	13,9	31-50	16,0

Примечание. X — средние показатели; SD — стандартные отклонения от средних.

Приложение 2

Сводные таблицы полученных данных

Таблица 1.

Данные исследования позитивного мышления супругов в семьях с разным стажем супружеской жизни (ср.б.)

Стабильно сть		Глобально ть		Контроль		ОПТИМИЗМ В ситуации успеха		ОПТИМИЗМ В ситуации неудач		ОПТИМИЗМ В ситуации достижени я		ОПТИМИЗМ В МЕЖЛИЧНОС ТНЫХ ситуациях		стаж
м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	
65	65	74	76	77	77	94	95	120	118	130	128	85	88	1
63	61	73	74	77	78	92	92	116	115	125	123	83	87	1
63	62	72	74	81	78	95	96	119	118	129	126	85	87	1
63	60	71	75	78	76	93	94	118	115	128	126	82	85	1
61	61	70	73	79	78	89	91	115	112	126	125	83	85	1
64	62	73	71	79	76	94	95	118	120	129	127	85	89	1
62	62	73	75	77	77	90	91	117	111	124	123	81	84	2
63	59	72	66	77	76	92	98	113	99	122	119	84	80	2
62	63	73	74	75	76	91	94	116	116	124	124	84	87	2
61	62	70	71	76	76	90	91	115	115	125	126	84	85	2
64	65	72	73	77	77	92	93	114	114	127	125	87	84	2
60	61	70	71	75	76	90	92	113	113	128	129	88	87	2
58	59	69	72	74	74	88	90	112	118	120	122	80	82	2
60	61	70	71	77	77	91	92	116	116	122	124	82	84	2
61	61	72	73	77	77	91	93	115	115	124	128	84	85	2
62	63	70	70	75	76	90	94	114	119	122	129	84	88	2
63	63	71	73	77	77	91	93	113	116	123	128	83	87	2
62	62	70	70	76	76	90	92	112	118	125	127	84	88	2
57	61	68	70	74	74	88	90	110	115	119	126	83	85	2
65	64	74	74	77	77	92	94	117	117	124	124	87	84	2
63	63	71	72	75	75	92	94	114	114	126	122	85	83	2
61	63	69	71	76	76	90	91	115	115	125	124	86	82	2
64	65	73	74	77	77	91	92	116	116	124	124	85	83	2
61	62	70	73	75	76	90	91	114	118	125	123	82	84	2
58	60	68	71	74	74	90	91	112	115	119	125	80	85	2
59	60	69	71	76	75	88	91	113	118	123	126	84	87	2
64	65	72	73	77	77	92	95	114	114	120	120	80	82	2
60	62	70	70	76	76	90	92	115	119	125	127	83	86	2
63	64	71	72	77	76	92	95	118	118	124	125	83	86	2
65	65	73	74	77	77	91	95	116	116	125	128	84	87	3
63	64	76	75	75	74	93	92	119	118	129	130	87	88	3
64	66	75	77	73	70	92	91	116	116	130	130	85	86	3
63	64	74	75	72	71	94	90	117	117	128	129	88	88	3
63	65	73	75	73	72	90	92	114	118	126	127	85	87	3
64	64	74	74	75	71	91	93	115	117	125	128	87	88	3
62	64	73	75	74	70	89	91	113	114	124	126	86	89	3
66	65	74	75	70	72	91	92	114	115	125	126	85	84	3
64	63	73	74	72	70	90	93	115	114	128	128	84	85	3

Примечание:

Стаж семьи:

1-супруги со стажем до трех лет семейной жизни;

2- супруги со стажем от трех до десяти лет семейной жизни;

3-супруги со стажем от десяти лет и выше семейной жизни

Данные исследования психологического климата семьи в семьях с разным стажем супружеской жизни (ср.б.)

Сплоченность		Экспрессивность		Конфликт		Независимость		Ориент. на достижения		Интеллектуально-культурный ориент		Ориент на активные отцы		Моральные нравств		организ		контроль		Стаж сем	
м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж		
7	6	5	6	3	2	7	4	6	6	5	6	6	7	5	6	4	6	3	5	1	
6	7	3	7	3	2	6	5	4	4	4	5	5	6	4	6	4	7	5	5	1	
7	7	4	5	2	3	8	5	6	6	4	7	4	5	5	6	3	5	3	3	1	
6	6	4	8	4	1	7	4	5	6	5	4	4	6	4	7	4	5	5	4	1	
5	6	5	7	4	4	7	4	5	5	4	5	5	5	3	5	5	6	4	4	1	
7	7	3	5	3	4	7	5	6	6	4	4	6	5	3	6	4	6	4	4	1	
5	6	4	5	4	4	8	4	4	4	4	8	4	6	4	7	3	6	4	3	1	
8	6	3	8	7	6	3	5	6	7	0	5	4	2	4	6	4	5	5	4	2	
6	5	3	7	4	5	5	6	7	6	3	4	4	5	6	5	5	6	4	5	2	
4	5	2	5	3	4	4	2	4	5	2	5	4	4	5	5	4	6	4	5	2	
7	5	4	8	4	5	4	3	6	7	1	3	3	2	5	6	4	6	5	4	2	
4	2	3	6	4	5	5	2	4	4	2	1	2	2	3	4	4	6	5	3	2	
3	3	2	6	5	6	5	7	7	6	2	4	2	3	2	4	2	5	5	3	2	
8	6	3	8	7	6	3	5	6	7	0	5	4	2	4	6	4	5	5	4	2	
6	5	3	7	4	5	5	6	7	6	3	4	4	5	6	5	5	6	4	5	2	
4	5	2	5	3	4	4	2	4	5	2	5	4	4	5	5	4	6	4	5	2	
7	5	4	8	4	5	4	3	6	7	1	3	3	2	5	6	4	6	5	4	2	
4	2	3	6	4	5	5	2	4	4	2	1	2	2	3	4	4	6	5	3	2	
3	3	2	6	5	6	5	7	7	6	2	4	2	3	2	4	2	5	5	3	2	
8	6	3	8	7	6	3	5	6	7	0	5	4	2	4	6	4	5	5	4	2	
6	5	3	7	4	5	5	6	7	6	3	4	4	5	6	5	5	6	4	5	2	
4	5	2	5	3	4	4	2	4	5	2	5	4	4	5	5	4	6	4	5	2	
7	5	4	8	4	5	4	3	6	7	1	3	3	2	5	6	4	6	5	4	2	
4	2	3	6	4	5	5	2	4	4	2	1	2	2	3	4	4	6	5	3	2	
3	3	2	6	5	6	5	7	7	6	2	4	2	3	2	4	2	5	5	3	2	
8	6	3	8	7	6	3	5	6	7	0	5	4	2	4	6	4	5	5	4	2	
6	5	3	7	4	5	5	6	7	6	3	4	4	5	6	5	5	6	4	5	2	
4	5	2	5	3	4	4	2	4	5	2	5	4	4	5	5	4	6	4	5	2	
7	5	4	8	4	5	4	3	6	7	1	3	3	2	5	6	4	6	5	4	2	
4	2	3	6	4	5	5	2	4	4	2	1	2	2	3	4	4	6	5	3	2	
3	3	2	6	5	6	5	7	7	6	2	4	2	3	2	4	2	5	5	3	2	
8	6	3	8	7	6	3	5	6	7	0	5	4	2	4	6	4	5	5	4	2	
6	5	3	7	4	5	5	6	7	6	3	4	4	5	6	5	5	6	4	5	2	
4	5	2	5	3	4	4	2	4	5	2	5	4	4	5	5	4	6	4	5	2	
7	5	4	8	4	5	4	3	6	7	1	3	3	2	5	6	4	6	5	4	2	
4	2	3	6	4	5	5	2	4	4	2	1	2	2	3	4	4	6	5	3	2	
3	3	2	6	5	6	5	7	7	6	2	4	2	3	2	4	2	5	5	3	2	
3	2	3	4	6	7	3	2	4	5	2	2	3	2	4	3	4	6	5	4	2	
6	6	3	6	5	5	4	4	5	5	2	3	4	3	4	5	3	6	5	4	2	
7	6	6	7	4	6	4	4	6	6	1	4	3	4	4	5	4	5	4	3	2	
6	7	5	6	5	4	4	4	5	5	3	3	4	3	4	5	4	5	5	4	2	
7	6	4	5	4	5	4	4	6	6	2	4	3	4	4	4	3	6	5	4	2	
9	6	8	5	4	4	7	4	6	4	5	5	6	6	4	5	5	1	4	1	2	
7	6	8	7	4	8	6	5	7	7	3	2	7	3	4	5	4	5	4	5	3	
9	6	8	5	4	4	7	4	6	4	5	5	6	6	4	5	5	8	4	4	3	
7	6	5	7	2	3	6	5	7	7	3	2	7	3	4	5	4	5	4	5	3	
9	5	4	5	4	4	7	4	6	4	5	5	6	6	4	5	5	1	4	1	3	
7	6	6	7	4	8	6	5	7	7	7	8	7	3	4	5	4	5	4	5	3	
9	6	4	5	4	4	7	4	6	4	5	5	6	6	4	5	5	7	4	4	3	
7	8	4	7	2	3	6	5	7	7	8	7	7	3	4	5	4	5	4	5	3	
9	6	8	5	4	4	7	4	6	4	5	5	6	6	4	5	5	8	4	4	3	
7	6	5	7	2	3	6	5	7	7	3	2	7	3	4	5	4	5	4	5	3	

Примечание: стаж семьи: 1-супруги со стажем до трех лет семейной жизни; 2- супруги со стажем от трех до десяти лет семейной жизни; 3-супруги со стажем от десяти лет и выше семейной жизни.

Таблица 3.

Данные исследования сплоченности и адаптации в семьях с разным стажем супружеской жизни (ср.б.)

Семейная сплоченность												Семейная адаптация										Стаж сем.жизн
Эмоцион. связь		Семейн. границы		Принятие решен.		Время		Друзья		Инт. и отдых		Лидерство		Контроль		Дисциплина		Роли		Правила		
м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	
13	14	9	10	5	5	4	5	4	5	8	10	7	4	7	9	4	6	4	6	3	5	1
14	15	8	9	4	5	3	5	5	5	10	8	7	5	8	8	4	4	4	7	5	5	1
13	15	7	9	4	4	4	5	4	4	9	8	6	5	6	8	6	2	3	5	3	3	1
13	13	8	10	4	4	5	4	3	4	8	8	6	4	7	8	4	4	4	5	5	4	1
13	13	8	9	4	4	4	3	4	4	8	9	7	4	6	7	2	2	5	6	4	4	1
14	14	10	10	4	4	4	4	4	4	9	9	7	5	8	8	4	6	4	6	4	4	1
12	14	7	8	4	4	3	4	3	4	8	9	7	4	6	7	4	4	3	6	4	3	2
14	14	10	9	4	4	4	4	5	4	10	9	3	5	9	9	4	4	4	5	5	4	2
13	13	8	10	3	4	4	3	4	5	8	9	5	6	5	6	6	4	5	6	4	5	2
12	13	7	8	3	3	4	3	3	4	8	7	4	2	7	7	4	2	4	6	4	5	2
14	13	9	7	4	3	3	4	4	5	8	8	4	3	7	6	4	6	4	6	5	4	2
12	10	7	9	3	2	2	3	4	3	7	7	5	2	8	9	8	8	4	6	5	3	2
12	12	7	6	4	5	3	3	3	3	8	8	5	7	7	8	2	4	2	5	5	3	2
14	13	9	8	4	5	4	4	4	4	10	8	3	5	8	9	2	4	4	5	5	4	2
13	13	8	8	3	2	3	4	3	3	8	7	5	6	8	8	6	6	5	6	4	5	2
12	13	7	8	3	3	2	3	3	3	7	8	4	2	7	9	6	6	4	6	4	5	2
13	13	10	8	3	3	4	4	4	4	9	8	4	3	7	8	4	6	4	6	5	4	2
12	10	8	10	4	4	2	4	3	3	8	7	3	2	6	7	4	4	4	6	5	3	2
10	9	6	7	3	4	1	2	3	4	6	5	5	6	7	6	3	4	2	5	5	3	2
14	13	8	8	4	3	4	5	4	4	8	8	3	5	7	6	4	5	4	5	5	4	2
13	12	9	10	2	2	4	4	3	3	8	8	5	6	6	7	2	5	5	6	4	5	2
12	13	8	9	3	2	3	4	3	4	7	8	4	2	8	8	4	5	4	6	4	5	2
14	12	9	8	2	2	3	4	3	3	9	8	4	3	8	8	3	4	4	6	5	4	2
12	9	8	9	3	2	3	2	3	3	7	8	5	2	8	8	5	5	4	6	5	3	2
10	10	7	7	4	2	4	4	3	3	6	7	5	7	7	7	3	3	2	5	5	3	2
10	9	8	8	4	3	3	3	3	4	7	7	3	4	7	8	4	6	4	6	5	4	2
12	12	8	9	4	3	4	4	3	3	7	6	4	4	8	9	5	5	3	6	5	4	2
14	13	9	8	4	4	5	4	3	4	8	8	4	4	7	8	3	3	4	5	4	3	2
12	15	7	9	3	4	4	3	4	4	8	9	4	4	8	9	4	6	4	5	5	4	2
14	13	9	8	4	5	5	4	3	3	8	9	4	4	7	8	6	7	3	6	5	4	2
14	12	9	7	5	5	5	4	4	3	8	8	8	4	7	8	5	6	5	1	4	2	3
14	13	9	7	5	4	3	3	4	4	8	8	6	5	7	8	4	8	4	5	4	5	3
13	12	10	9	4	3	3	4	3	4	8	9	7	4	6	7	8	9	5	8	4	4	3
14	13	10	10	4	3	4	4	4	4	9	9	6	5	8	8	7	9	4	5	4	5	3
13	13	10	9	5	5	4	5	4	4	9	9	7	4	7	8	8	8	5	1	4	4	3
13	12	8	7	4	4	3	4	4	4	8	7	6	5	8	8	7	7	4	5	4	5	3
14	12	9	7	4	3	4	2	4	5	8	7	6	4	6	7	7	8	5	7	4	4	3
14	15	9	9	4	4	3	4	4	5	9	9	6	5	9	9	8	7	4	5	4	5	3
13	14	8	7	4	4	3	3	3	5	7	8	7	5	8	9	7	6	3	5	5	3	3

Примечание:

Стаж:

1-супруги со стажем до трех лет семейной жизни;

2- супруги со стажем от трех до десяти лет семейной жизни;

3-супруги со стажем от десяти лет и выше семейной жизни

Данные исследования удовлетворенности браком (в ср.б.)

Стаж супр.жизн и	мужья	значение	жены	значение
1	30	4	30	4
1	28	3	27	3
1	30	4	40	6
1	28	3	30	4
1	30	4	29	4
1	30	4	30	4
1	30	4	33	5
2	28	3	34	5
2	32	4	37	5
2	33	5	35	5
2	29	4	31	4
2	29	4	23	2
2	19	2	27	3
2	26	2	23	2
2	29	4	30	4
2	25	2	24	2
2	37	5	40	6
2	38	5	36	5
2	29	4	31	4
2	36	5	42	6
2	29	4	29	5
2	30	4	37	5
2	29	4	32	4
2	27	3	34	5
2	32	4	29	4
2	35	5	41	6
2	30	4	35	5
2	15	1	16	1
2	29	4	34	5
2	37	5	40	6
2	31	4	38	5
2	28	3	30	4
2	42	6	32	4
2	33	5	37	5
2	37	5	37	5
2	28	3	32	4
3	23	2	29	4
3	40	6	40	6
3	33	5	45	6
3	37	5	41	6
3	37	5	40	5
3	43	6	45	6
3	38	5	37	5
3	40	6	40	6
3	39	6	46	6

Примечание: тип семьи: 1-супруги со стажем до трех лет семейной жизни; 2- супруги со стажем от трех до десяти лет семейной жизни; 3-супруги со стажем от десяти лет и выше семейной жизни Тип семьи по результатам тестирования: 1-неблагополучная семья; 2-скорее, неблагополучная семья; 3-переходная; 4-корее, благополучная семья; 5-благополучная; 6-абсолютно, благополучная семья

Результаты статистической обработки данных

Таблица 5.

Корреляционная матрица исследуемых показателей позитивного мышления супругов и социально-психологического климата семей с разным стажем супружеской жизни (ср.б.)

Спирмен	стабМ	СтабЖ	ГлобМ	глобЖ	КонтрМ	контрЖ	Оптсит.успе хМ	Оптсит.успе хЖ	Оптсит.дости жМ	Опт сит.достижЖ	Оптситнеуд М	Оптситнеуд Ж	межличоптМ	Межличопт Ж
удовлбр м	0,169	0,565*	0,135	,149	0,14	,193	0,05	,235*	,136	,190	0,360*	0,242	,565**	,392*
удовлбр ж	0,571*	0,282	0,171	,176	0,172	,392*	-0,108	,238	,183	,138	0,191	0,239	,374*	,425*
сплочМ	0,688*	0,251	0,780*	0,575*	0,019	,298*	0,063	0,079	0,039	0,079	0,164	,308*	0,501*	,274
сплочЖ	0,261	0,542*	0,567*	,486**	-0,027	0,202	-0,19	,210	0,289	,346*	0,663*	0,239	0,21	,215*
экспрес М	0,16	0,023	0,208	0,278	0,626*	0,278	0,094	0,147	0,320*	0,267	0,003	0,081	0,213	,230*
экспрес Ж	0,124	0,08	0,101	0,104	-0,176	0,172	-0,123	,111	0,053	,023	0,199	0,145	-0,094	,292
конфлМ	-0,004	0,108	-0,011	0,114	-0,065	0,252	0,065	0,037	0,012	-0,630*	-0,290	0,078	0,025	-0,218
конфлЖ	-0,357*	-0,235	-0,240	-0,333*	0,185	-0,212	-0,185	-0,413*	-0,172	-0,107	-0,529*	0,148	0,211	-,007
незавМ	0,087	,197	0,045	,052	0,096	,102	0,119	0,198	0,143	0,281	0,151	0,05	0,211	,167
незавЖ	0,115	0,131	,020	0,171	0,221	0,274	-0,154	0,593*	0,176	,264	0,072	0,114	0,197	,107
оаоМ	-0,225	-0,029	0,172	,307*	-0,12	0,086	0,042	0,142	0,02	0,204	0,042	-0,016	-0,128	0,22
оаоЖ	0,208	,415**	0,094	0,26	-0,124	0,201	0,061	,449**	0,063	,421**	0,066	0,251	0,166	,543*
икоМ	0,209	0,144	0,502*	0,590*	-0,061	0,219	-0,047	0,256	-0,04	0,197	0,206	0,134	-0,078	0,247
икоЖ	,210	0,401*	0,117	0,373*	0,029	0,137	-0,001	,049	0,184	,106	0,247	0,073	,221	,141
мнаМ	-0,188	0,203	0,102	0,264	-0,095	,237	0,01	0,102	0,09	0,21	0,265	0,164	-0,003	0,275
мнаЖ	0,123	0,168	0,209	,255	0,091	0,022	-0,218	0,134	-0,055	,344*	0,184	0,008	0,106	0,273
оргМ	-0,072	0,061	0,159	0,087	,037	0,058	0,014	0,095	0,047	0,284	-0,134	0,224	0,083	0,27
оргЖ	-0,06	0,091	0,039	0,161	-0,26	,503*	-0,11	,466**	0,158	0,195	-0,102	0,2	-0,164	,212
эмсвм	0,227	0,195	0,657*	,179	-0,006	,117	0,026	,260	0,187	,315*	0,009	0,094	0,118	,355*

			*											
эмсвж	,149	0,175	0,105	,378*	0,153	0,172	0,013	,301*	,319*	,231	0,479*	0,07	,235*	,581*
семгрм	0,078	0,216	0,09	0,076	0,035	0,137	0,126	0,092	0,008	,228	,252	,041	,256	,144
семгрж	0,165	,028	,181	0,202	,035	,141	,103	,289	,117	,358*	,031	,261	,193	,389*
пррешм	0,135	,109	-0,012	,144	0,147	,080	0,03	,231	0,271	0,211	0,278	,0125	0,275	,212
пррешж	0,166	-0,043	0,138	0,005	0,053	0,039	0,156	0,046	0,182	0,118	-0,071	0,072	0,241	0,176
временя	0,019	0,209	0,068	,143	0,23	0,154	-0,13	0,228	0,106	0,289	0,171	0,256	0,217	,242
временж	0,197	0,147	0,081	0,037	0,09	0,049	0,131	0,217	0,14	0,086	0,051	0,013	0,06	0,06
друзм	0,062	-0,125	0,13	0,073	-0,045	0,103	0,112	0,156	0,12	0,145	-0,117	0,069	0,072	0,154
дружж	-0,001	,346*	0,098	0,036	0,121	0,007	0,132	0,136	0,154	0,019	0,211	0,205	0,161	0,198
интиом	0,253	0,26	-0,097	0,168	0,23	,290	0,225	0,279	0,053	0,282	0,06	0,018	0,129	,180
интиож	0,022	0,137	-0,042	0,179	0,074	0,145	0,481*	0,121	0,041	,310*	-0,023	0,202	0,052	,233
лидм	0,173	0,104	0,502*	0,591*	0,184	0,058	0,567*	0,245	0,175	0,188	0,025	0,221	0,234	0,241
лидж	0,052	0,198	-0,062	0,153	0,152	0,049	0,036	-0,107	0,063	-0,151	-0,019	0,103	0,074	0,034
контрм	0,29	0,072	-0,11	0,278	0,174	0,203	-0,049	,195	,212	,145	0,08	0,086	0,162	,097
контрж	0,161	0,184	0,014	,377*	0,134	0,177	0,073	0,077	0,004	0,058	0,231	0,046	0,052	0,169
дисм	0,225	0,171	0,129	0,144	0,097	0,164	0,136	0,098	0,172	0,135	0,036	0,175	0,064	0,201
дисж	0,018	0,135	0,169	0,203	0,055	0,006	,149	0,131	0,040	0,137	0,114	0,043	0,222	0,008
ролим	0,018	0,157	0,013	0,139	0,044	0,051	0,243	0,045	0,126	0,112	0,282	0,162	0,179	0,122
ролиж	0,03	0,032	0,28	0,167	,1 97	0,071	,157	0,102	0,033	-0,004	0,002	0,065	0,055	0,033
правила м	0,155	0,138	0,162	0,126	0,005	0,116	0,131	0,004	0,009	0,071	0,012	0,078	-0,205	0,037
правила ж	0,058	0,091	0,199	0,062	0,117	0,024	0,113	0,206	0,27	0,251	0,203	0,085	0,223	0,269

Примечание: *. Корреляция значима на уровне $p \leq 0.05$ **. Корреляция значима на уровне $p \leq 0.01$

стабМ-стабильность мужчин; стабЖ-стабильность женщин;
глобМ-глобальность мужчин; глобЖ-глобальность женщин;
контрМ-контроль мужчин; контрЖ-контроль женщин;
Оптсит.успехМ- оптимизм ситуации успеха мужчин; Оптсит.успехЖ- оптимизм ситуации успеха женщин;
ОптситдостижМ -оптимизм ситуации достижения мужчин; ОптситдостижЖ- оптимизм ситуации достижения женщин;
ОптситнеудМ оптимизм ситуации неуспеха мужчин –ОптситнеудЖ- оптимизм ситуации неуспеха женщин;
межличоптМ- оптимизм в межличностных отношениях мужчин; - межличоптЖ оптимизм в межличностных отношениях женщин;
удовлбр м-удовлетворенность браком мужчин; удовлбрж- удовлетворенность браком женщин
сплочм-сплоченность мужчин; сплочж-сплоченность женщин
экспрм-экспрессивность мужчин, экспрж-экспрессивность женщин
конфлм-конфликт мужчин; конфлж-конфликт женщин
незавм-независимость мужчин; незавж-независимость женщин
оаоМ-ориентация на активный отдых мжчин; оаоЖ-ориентация на активный отдыхженщин

икоМ- интеллектуально-культурная ориентация мужчин; икоЖ- интеллектуально-культурная ориентация женщин
 мнаМ- морально-нравственный аспект мужчин; мнаЖ- морально-нравственный аспект женщин
 оргм-организация мужчин; оргж-организация женщин;
 контрМ-контроль мужчин; контроль женщин;
 эмсвМ-эмоциональная связь мужчин; эмоциональная связь женщин;
 семгрм-семейные границы мужчин; семейные границы женщин;
 пррешм-принятие решений мужчин; принятие решений женщин;
 времям-время мужчин; времяж-время женщин;
 друзм-друзья мужчин; друзж-друзья женщин;
 интиом-интересы и отдых мужчин; интиож-интересы и отдых женщин;
 лидм-лидерство мужчин; лидж- лидерство женщин;
 дисм-дисциплина мужчин; дисж- дисциплина женщин;
 ролим-роли мужчин; ролиж-роли женщин
 правилам-правила мужчин; правила женщин

**Результаты множественного регрессионного анализа по показателям
 позитивного мышления супругов и социально-психологического климата
 семьи (ср.б.)**

Модель	Нестандартизированные коэффициенты		Стандартизированные коэффициенты	Т	Знач.
	В	Стандартная ошибка	Бэта		
Зависимая переменная: сплочЖ					
стабМ	,147	,191	,311	,769	,450
стабЖ	,289	,145	-,066	2013	,042
глобМ	-,041	,194	-,083	-,213	,833
глобЖ	-,080	,134	-,176	-,593	,559
контрМ	-,087	,141	-,187	-,614	,545
контрЖ	-,041	,117	-,097	-,347	,732
успехМ	-,293	,161	-,500	-1,818	,082
успехЖ	,387	,155	,867	2,671	,014
неудачаМ	,097	,145	,145	,565	,565
неудачаЖ	,291	,148	,762	2,808	,031
оптдостижМ	,100	,101	,290	,988	,333
оптдостижЖ	-,093	,101	-,245	-,916	,369
межличчоптМ	-,038	,111	-,081	-,345	,733
межличчоптЖ	,111	,119	,245	,933	,361
Зависимая переменная: сплочМ					
стабМ	,214	,256	,246	,833	,413
стабЖ	-,014	,205	-,013	-,066	,948
глобМ	,345	,165	,570	2,082	,041
глобЖ	-,106	,227	-,109	-,469	,644
контрМ	,120	,192	,141	,626	,537
контрЖ	-,178	,163	-,233	-1,095	,285
успехМ	,363	,216	,337	1,680	,106
успехЖ	-,069	,216	-,064	-,322	,751
неудМ	,034	,192	,041	,176	,862
неудЖ	-,018	,120	-,020	-,150	,882
достижМ	-,204	,137	-,324	-1,490	,150
достижЖ	,043	,128	,058	,337	,739
межличМ	,349	,151	,628	2,558	,008
межличЖ	-,037	,150	-,041	-,245	,809
Зависимая переменная: экспрМ					
стабМ	-,066	,285	-,118	-,230	,820
стабЖ	-,032	,225	-,051	-,141	,889

глобМ	,137	,290	,235	,474	,640
глобЖ	,198	,201	,372	,984	,335
контрМ	,345	,145	,555	2,551	,003
контрЖ	,045	,175	,091	,255	,801
успехМ	,079	,241	,115	,329	,745
успехЖ	,116	,232	,184	,499	,623
неудачаМ	-,300	,217	-,572	-1,384	,180
неудачаЖ	-,033	,101	-,098	-,328	,746
оптдостижМ	,041	,151	,101	,269	,790
оптдостижЖ	,039	,152	,087	,255	,801
межличоптМ	-,003	,166	-,006	-,019	,985
межличоптЖ	-,198	,178	-,372	-1,113	,277
Зависимая переменная: конфлМ					
стабМ	-,152	,227	-,225	-,668	,511
стабЖ	-,150	,179	-,199	-,838	,411
глобМ	,315	,131	,631	2,158	,842
глобЖ	,313	,160	,573	2,218	,537
контрМ	-,032	,169	-,049	-,192	,850
контрЖ	-,093	,140	-,155	-,665	,513
успехМ	,375	,145	,681	2,694	,113
успехЖ	-,181	,185	-,237	-,981	,337
неудачаМ	,051	,173	,080	,295	,771
неудачаЖ	-,090	,081	-,219	-,117	,275
оптдостижМ	-,261	,141	-,800	-2,594	,016
оптдостижЖ	-,125	,171	-,632	-1,594	,118
межличоптМ	-,153	,133	-,224	-1,151	,262
межличоптЖ	,248	,142	,383	1,748	,494
Зависимая переменная: незавЖ					
стабМ	,007	,111	,211	,769	,450
стабЖ	-,025	,051	-,066	-,232	,819
глобМ	-,014	,134	-,023	-,223	,533
глобЖ	-,080	,134	-,176	-,593	,559
контрМ	-,087	,141	-,187	-,614	,545
контрЖ	-,041	,117	-,097	-,347	,732
успехМ	-,293	,161	-,500	-1,818	,082
успехЖ	,387	,155	,867	2,671	,014
неудачаМ	,097	,145	,145	,565	,565
неудачаЖ	-,045	,068	-,157	-,669	,510
оптдостижМ	,100	,101	,290	,988	,333
оптдостижЖ	-,093	,101	-,245	-,916	,369
межличоптМ	-,038	,111	-,081	-,345	,733
межличоптЖ	,111	,119	,245	,933	,361
Зависимая переменная: орнадостМ					
стабМ	,037	,121	,511	,469	,150
стабЖ	,135	,151	,255	-,232	,818
глобМ	-,041	,194	-,083	-,213	,833
глобЖ	-,080	,134	-,176	-,593	,559
контрМ	-,087	,141	-,187	-,614	,545
контрЖ	-,041	,117	-,097	-,347	,732
успехМ	,293	,551	,761	2,784	,010
успехЖ	,387	,155	,867	2,671	,014
неудачаМ	,097	,145	,145	,565	,565
неудачаЖ	-,045	,068	-,157	-,669	,510
оптдостижМ	,100	,101	,290	,988	,333
оптдостижЖ	-,093	,101	-,245	-,916	,369

межличоптМ	-,038	,111	-,081	-,345	,733
межличоптЖ	,211	,220	,521	2,108	,046
Зависимая переменная: икоМ					
стабМ	,124	,191	,567	2,690	,010
стабЖ	,235	,121	,466	-,232	,213
глобМ	,141	,502	,471	2,019	,046
глобЖ	-,080	,134	-,176	-,593	,559
контрМ	-,087	,141	-,187	-,614	,545
контрЖ	-,041	,117	-,097	-,347	,732
успехЖ	,087	,105	,867	,671	,614
неудачаМ	,097	,145	,145	,565	,565
неудачаЖ	-,045	,068	-,157	-,669	,510
межличоптМ	-,038	,111	-,081	-,345	,733
межличоптЖ	,111	,119	,245	,933	,361
Зависимая переменная: икоЖ					
стабМ	,214	,256	,246	,833	,413
стабЖ	-,014	,205	,524	2,080	,049
глобМ	,245	,165	,270	12,082	,141
глобЖ	,206	,227	,572	2,078	,043
контрМ	,120	,192	,141	,626	,537
контрЖ	-,178	,163	-,233	-1,095	,285
успехМ	,363	,216	,337	1,680	,106
успехЖ	-,069	,216	-,064	-,322	,751
неудМ	,034	,192	,041	,176	,862
неудЖ	-,018	,120	-,020	-,150	,882
достижМ	-,204	,137	-,324	-1,490	,150
достижЖ	,043	,128	,058	,337	,739
межличМ	,049	,151	,028	,558	,508
межличЖ	,037	,150	-,041	-,245	,809
Зависимая переменная: оаоМ					
стабМ	-,066	,285	-,118	-,230	,820
стабЖ	-,032	,225	-,051	-,141	,889
глобМ	,137	,290	,235	,474	,640
глобЖ	,198	,201	,372	,984	,335
контрМ	,145	,095	,355	1,551	,503
контрЖ	,045	,175	,091	,255	,801
успехМ	,079	,241	,115	,329	,745
успехЖ	,116	,232	,184	,499	,623
неудачаМ	,300	,217	,572	1,384	,180
неудачаЖ	-,033	,101	-,098	-,328	,746
оптдостижМ	,241	,251	,692	3,553	,002
оптдостижЖ	,039	,152	,087	,255	,801
межличоптМ	,003	,166	,006	,019	,985
межличоптЖ	-,198	,178	-,372	-1,113	,277
Зависимая переменная оргЖ					
стабМ	-,044	,212	-,092	-,210	,836
стабЖ	-,077	,167	-,142	-,459	,650
глобМ	,373	,215	,737	1,738	,096
глобЖ	-,145	,149	-,315	-,975	,340
контрМ	,143	,157	,302	,913	,371
контрЖ	-,143	,130	-,336	-1,102	,282
успехМ	-,211	,179	-,353	-1,181	,250
успехЖ	,026	,172	,047	,150	,882
неудачаМ	,163	,161	,359	1,014	,321
неудачаЖ	,000	,075	,001	,002	,998

оптдостижМ	,010	,112	,030	,093	,927
оптдостижЖ	-,030	,112	-,078	-,267	,792
межличоптМ	-,215	,123	-,442	-1,741	,095
межличоптЖ	,164	,132	,355	1,243	,227
Зависимая переменная: ЭмсвМ					
стабМ	,045	,141	,157	,269	,750
стабЖ	,235	,151	066	,232	,819
глобМ	,387	,194	,913	2,764	,010
глобЖ	-,080	,134	-,176	-,593	,559
контрМ	-,087	,141	-,187	-,614	,545
успехЖ	,187	,125	,267	1,671	,414
неудачаМ	,097	,145	,145	,565	,565
неудачаЖ	-,045	,068	-,157	-,669	,510
межличоптМ	-,038	,111	-,081	-,345	,733
межличоптЖ	,138	,159	,792	2,489	,014
Зависимая переменная: ЭмсвЖ					
стабЖ	,073	,160	,088	,455	,652
глобЖ	,298	,131	,424	2,284	,030
контрЖ	-,057	,110	-,088	-,520	,607
успехЖ	,411	,142	,496	1,398	,507
неудачаМ	,161	,479	,720	2,353	,028
оптдостижЖ	,000	,135	,001	,003	,998
межличоптЖ	-,001	,165	-,001	-,005	,996
Зависимая переменная: семгрЖ					
стабМ	,160	,204	,309	,784	,441
стабЖ	-,018	,161	-,030	-,110	,913
глобМ	-,364	,207	-,668	-1,759	,092
глобЖ	-,005	,144	-,009	-,033	,974
контрМ	-,167	,151	-,327	-1,103	,282
контрЖ	,049	,125	,107	,391	,700
успехМ	-,036	,172	-,056	-,208	,837
успехЖ	,199	,166	,340	1,203	,241
неудачаМ	,095	,155	,194	,612	,547
неудачаЖ	-,023	,072	-,074	-,324	,749
оптдостижМ	,236	,108	,625	2,187	,039
оптдостижЖ	,291	,108	,702	2,689	,013
межличоптМ	-,001	,119	-,003	-,012	,990
межличоптЖ	,319	,127	,641	2,506	,020
Зависимая переменная: лидМ					
стабМ	-,152	,227	-,225	-,668	,511
стабЖ	-,150	,179	-,199	-,838	,411
глобМ	,215	,231	,302	,931	,361
глобЖ	,213	,160	,329	1,329	,197
контрМ	-,032	,169	-,049	-,192	,850
контрЖ	-,093	,140	-,155	-,665	,513
успехМ	,315	,132	,681	2,694	,013
успехЖ	-,181	,185	-,237	-,981	,337
неудачаМ	,051	,173	,080	,295	,771
неудачаЖ	-,090	,081	-,219	-1,117	,275
оптдостижМ	,161	,120	,327	1,338	,194
оптдостижЖ	-,089	,121	-,164	-,734	,471
межличоптМ	,153	,143	-,224	1,151	,262
межличоптЖ	,148	,142	,283	1,148	,294
Зависимая переменная: удовлбрМ					
стабМ	-,707	,471	-,542	-1,501	,147

стабЖ	1,304	,372	,891	3,505	,003
глобМ	,619	,478	,450	1,294	,209
глобЖ	-1,084	,332	-,866	-3,265	,003
контрМ	-,083	,349	-,065	-,239	,813
контрЖ	-,623	,289	-,539	-2,152	,042
успехМ	-,579	,398	-,358	-1,457	,159
успехЖ	,170	,382	,116	,445	,660
неудачаМ	,777	,358	,630	2,172	,040
неудачаЖ	-,115	,167	-,145	-,689	,498
оптдостижМ	,229	,249	,241	,919	,368
оптдостижЖ	-,242	,250	-,232	-,969	,343
межличоптМ	-,630	,275	-,478	-2,295	,031
межличоптЖ	,373	,294	,298	1,269	,217
Зависимая переменная: удовлбрЖ					
стабМ	-,070	,549	-,058	-,127	,900
стабЖ	,404	,433	,298	,932	,361
глобМ	,441	,557	,346	,792	,436
глобЖ	-,190	,387	-,164	-,492	,627
контрМ	,204	,407	,172	,502	,621
контрЖ	,115	,337	644	2,145	,037
успехМ	,084	,463	,056	,181	,858
успехЖ	-,029	,445	-,021	-,065	,948
неудачаМ	-,280	,417	-,245	-,671	,509
неудачаЖ	-,006	,195	-,008	-,029	,977
оптдостижМ	-,230	,290	-,261	-,793	,436
оптдостижЖ	,666	,291	,687	2,286	,032
межличоптМ	,284	,320	,634	2,698	,013
межличоптЖ	,594	,342	512	2,735	,011

Примечание:

стабМ-стабильность мужчин; стабЖ-стабильность женщин;

глобМ-глобальность мужчин; глобЖ-глобальность женщин;

контрМ-контроль мужчин; контрЖ-контроль женщин;

Оптсит.успехМ- оптимизм ситуации успеха мужчин; Оптсит.успехЖ- оптимизм ситуации успеха женщин;

ОптситдостижМ -оптимизм ситуации достижения мужчин; ОптситдостижЖ- оптимизм ситуации достижения женщин;

ОптситнеудМ оптимизм ситуации неуспеха мужчин –ОптситнеудЖ- оптимизм ситуации неуспеха женщин;

межличоптМ- оптимизм в межличностных отношениях мужчин; - межличоптЖ оптимизм в межличностных отношениях женщин;

удовлбр м-удовлетворенность браком мужчин; удовлбрж- удовлетворенность браком женщин

сплочм-сплоченность мужчин; сплочж-сплоченность женщин

экспрм-экспрессивность мужчин, экспрж-экспрессивность женщин

конфлм-конфликт мужчин; конфлж-конфликт женщин

незавм-независимость мужчин; незавж-независимость женщин

оаоМ-ориентация на активный отдых мжчин; оаоЖ-ориентация на активный отдыхженщин

икоМ- интеллектуально-культурная ориентация мужчин; икоЖ- интеллектуально-культурная ориентация женщин

мнаМ- морально-нравственный аспект мужчин; мнаЖ- морально-нравственный аспект женщин

оргм-организация мужчин; оргж-организация женщин;

контрМ-контроль мужчин; контроль женщин;

эмсвМ-эмоциональная связь мужчин; эмоциональная связь женщин;

семгрм-семейные границы мужчин; семейные границы женщин;

пррешм-принятие решений мужчин; принятие решений женщин;

времяж-время мужчин; времяж-время женщин;

друзм-друзья мужчин; дружж-друзья женщин;

интиом-интересы и отдых мужчин; интиож-интересы и отдых женщин;

лидм-лидерство мужчин; лидж- лидерство женщин;

дисм-дисциплина мужчин; дисж- дисциплина женщин;

ролим-роли мужчин; ролиж-роли женщин

правилам-правила мужчин; правила женщин