

Заключение. Проведенный теоретический анализ исследований проблем стресса показал, что характерной особенностью деятельности при решении рабочих задач является периодическое возникновение проблемных (сложных, нестандартных) ситуаций и воздействие неблагоприятных, экстремальных экологических и информационных факторов, которые приводят к развитию психической напряженности и психологического стресса.

Данные теоретико-экспериментальных исследований, представленные в работе, отражают основные направления и некоторые итоги изучения эмоционального стресса и механизмов психической регуляции этого состояния, личностной детерминации стрессового процесса, методов его преодоления и ряда других аспектов стрессоустойчивости, жизнестойкости, которые должны быть предметом дальнейших исследований и обсуждений. Командиру исследуемого подразделения были даны рекомендации по развитию уровня жизнестойкости и стрессоустойчивости военнослужащих по призыву.

Список использованной литературы:

1. Немов, Р.С. Психология / Р.С. Немов. – 5-е изд. – Москва: ВЛАДОС, 2005. – 687 с.
2. Бодров, В.А. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы / В.А. Бодров. – Москва: Институт психологии РАН, 1995. – 256 с.

Матошко Н.В. (Научный руководитель – Кухтова Н.В.,
канд. психол. наук, доцент)

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ У ЖЕНЩИН ПОСЛЕ РАЗВОДА

Введение. Развитие человека максимально продуктивно происходит в семье, так как именно в ней происходит воздействие на ребенка, на то, каким он станет в будущем, на его место в социуме. Однако изменения социальной ситуации, развитие семьи или одного из ее участников может спровоцировать за собой преобразование всей системы внутрисемейных связей и сформировать условия, приводящие к зарождению семейных кризисов, которые имеют свои закономерности развития, свою феноменологию. Особое внимание среди кризисных ситуаций в семье занимает развод, так как является последствием напряженного развития взаимоотношений между членами семьи, стрессовой ситуации, угрожающей психологическому равновесию одного или обоих партнеров, и самое горькое – детей.

Статистические данные в РБ на 2018 год составляет 33152 разводов и 60714 число браков [6, с. 65]. Практически 50% супружеских пар пережили бракоразводный период. Пиковая насыщенность данного процесса приходится на возрастную группу 25-29 лет. Психологически развод в европейской семье – это не просто распад брачных отношений, это дестабилизация всего жизненного уклада.

Причинами расторжения брака могут быть не только тревожность в определенный кризисный отрезок времени и напряженность отношений, но также много и других, как прямых, так и косвенных (казалось бы, не имеющих к распаду семьи никакого отношения) проблем. Принимая во внимание многоаспектность самого процесса развода, включенность в него большого количества условий, сам развод еще основательно не исследован. Можно перечислить особо известные

имена ученых, которые занимались вопросами разводов: К. Аронс, К. Витек, М. Кент, Г. Крайг, А. Маслоу, Э. Тийт, А.Г. Харчев, М.Л. Цеханович, Д.М. Чечот и др.

Индикатором нарушения адаптации женщин после развода являются тревога и эмоциональная напряженность, которая впоследствии трансформируется в различные патологические состояния. В связи с предоставленной информацией смысл исследования заключается в рассмотрении взаимосвязи эмоциональных переживаний женщин в ситуации развода.

Материал и методы. Эмпирические материалы, полученные в ходе изучения 26 разведенных женщин в возрасте от 30 до 47 лет.

Методики: опросник «Личностная шкала проявления тревоги» (Дж. Тейлор, адаптация Т.А. Немчина), диагностика состояния агрессии – опросник Басса-Дарки, методика «Измерение чувства вины и стыда» (Test of Self-Conscious Affect, TOSCA) [6, с. 229].

Результаты и их обсуждение. Результаты изучения личностной тревоги показали, что 38% женщин имеют высокий уровень тревожности, что свидетельствует об изменениях когнитивной оценки окружающего и себя. Участницы данной группы обладают высокой эмоциональностью, заниженной самооценкой. Они чувствительны к критике, боятся говорить свое мнение и выражать чувства. Им сложно работать в стрессовых ситуациях, такие люди испытывают потребность в признании. Могут отмечаться физические проявления тревожности. У остальных 52% испытуемых средние показатели, что позволяет судить об их спокойном эмоциональном состоянии, умеренной самооценкой. Но они так же могут чувствовать беспричинное беспокойство, когда для этого нет видимых причин.

Результаты опросника Басса-Дарки показали, что 31% испытуемых имеют низкий уровень агрессии, что свидетельствует о присутствии таких черт личности, как конформность и пассивность. У оставшихся 69% женщин уровень агрессии в норме.

Результаты обработки методики «Измерения чувства вины и стыда» показали, что 65% женщин испытывают чувство вины. Эти данные свидетельствуют о тенденции к негативной самооценке относительно поведения в конкретных ситуациях. Вина переживается как состояние дискомфорта, связанное с нарушением нравственных и правовых норм, которые существующих в обществе. Вина, являясь эмоцией самоотношения или самооценочной эмоцией, выступает в качестве внутреннего регулятора. Рассмотрев результаты индекса чувства стыда, видно, что у 46% респондентов заниженный показатель, а у 19% завышенный. Заниженные данные свидетельствуют о том, что возможно скрыто завышенное чувство стыда. Исходя из этого, следует, что 65% женщин испытывают отрицательно окрашенное чувство, объектом которого является какой-нибудь поступок или качество субъекта. Для возникновения чувства стыда нужны реальные или предполагаемые свидетели того, за что стыдно. В отсутствии свидетелей этого не возникает, но может возникать чувство вины. Полученные данные позволяют предположить, что женщинам после развода, испытывая эти спектры чувств, сложно построить отношения и гармонизировать себя в новом статусе жизни.

Далее был проведен корреляционный анализ среди женщин после развода, представленный в таблице.

Таблица 1 – Корреляционный анализ

		Возраст	Тревога	Агрессив- ность	Враждеб- ность	Вина	Стыд
Возраст	PearsonCorrelation	1	,258	-,140	,175	,022	,515**
	Sig. (2-tailed)		,204	,496	,393	,915	,007
	N	26	26	26	26	26	26
Тревога	PearsonCorrelation	,258	1	,216	,620**	-,106	,525**
	Sig. (2-tailed)	,204		,290	,001	,607	,006
	N	26	26	26	26	26	26
Агрессив- ность	PearsonCorrelation	-,140	,216	1	,398*	,015	-,029
	Sig. (2-tailed)	,496	,290		,044	,941	,887
	N	26	26	26	26	26	26
Враждеб- ность	PearsonCorrelation	,175	,620**	,398*	1	-,033	,392*
	Sig. (2-tailed)	,393	,001	,044		,873	,048
	N	26	26	26	26	26	26
Вина	PearsonCorrelation	,022	-,106	,015	-,033	1	,220
	Sig. (2-tailed)	,915	,607	,941	,873		,280
	N	26	26	26	26	26	26
Стыд	PearsonCorrelation	,515**	,525**	-,029	,392*	,220	1
	Sig. (2-tailed)	,007	,006	,887	,048	,280	
	N	26	26	26	26	26	26

На основе этого анализа видно, что наибольшие корреляционные связи наблюдались по показателю «враждебность» с тревогой ($r = 0,62$, при $p \leq 0,01$), агрессией ($r = 0,398$, при $p \leq 0,05$) и стыдом ($r = 0,392$, при $p \leq 0,05$). Так при выражении враждебности разведенные женщины проявляют тревогу, агрессию и стыд.

Враждебность как «отношение» возникает в процессе взаимосвязи с ее объектом и затем задает предвзятость восприятия новых объектов. В данном исследовании участницами были женщины после развода. Их индивидуальная картина мира искажена опытом прошлого брака, и возникновение враждебности при взаимоотношении со следующим партнером, может вызвать, исходя из корреляционных связей, чувства тревоги, агрессии и стыда. Что негативно отразится на построении новой семьи. Вызванные чувства приводят к проявлениям социально неодобряемых форм поведения: плохие отношения, нетерпимом отношении друг к другу, разрушительные действия, лживость и так далее. В связи с вышеизложенным необходимо разработать коррекционную программу на снижение враждебности, так как при ее уменьшении, будет заметно ослабление и невроза, тревоги, агрессии и стыда.

Заключение. Теоретический анализ показал, что развод равносителен переживаниям смерти близких людей. В связи с увеличением количества разводов, внимание этому вопросу следует уделять более пристально. Статистически можно утверждать, что разведенные женщины имеют определенные эмоциональные переживания: чувства вины, стыда, тревожности, враждебности, агрессии, поэтому в качестве

помощи была использована коррекционная программа, направленная на снижение этих чувств и обучение способам противостояния этим состояниям.

Список использованной литературы:

1. Андреева, Т.В. Семейная психология: учебное пособие / Т.В. Андреева. – СПб.: Речь, 2004. – 244 с.
2. Анзорг, Л.С. Дети и семейный конфликт: учебное пособие / Л.С. Анзорг. – М.: Просвещение. 1987. – 200 с.
3. Видра, Д. Помощь разведенным родителям и их детям: от трагедии к надежде: изд. института психотерапии / Д. Видра. – М., 2000. – 218 с.
4. Дементьева, И.Ф. Развод и дети / И.Ф. Дементьева. – Москва: Государственный научно-исследовательский институт семьи и воспитания, 2000. – 48 с.
5. Дружинин, В.Н. Психология семьи: 3-е изд. / В.Н. Дружинин. – СПб.: Питер, 2012. – 176 с.
6. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: учеб. пособие: в 2-кн. / Е.И. Рогов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 384 с.
7. Статистический ежегодник Республики Беларусь: Белстат, 26.09.2019 – номер регистрации 03/722-р., Минск, 2019. – 472 с.

Медведская Т.В. (Научный руководитель – Милашевич Е.П., старший преподаватель)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

**МОТИВЫ СОЗДАНИЯ СОВРЕМЕННОЙ СЕМЬИ
И УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ БРАКОМ**

Введение. На каждом этапе развития общества, когда происходит переоценка ценностей, возрастает интерес к проблемам семьи, морали, духовности. В то же время, в изменившихся условиях жизни современных белорусов, семья как уникальный посредник между интересами личности и общества, оказалась в центре общественных преобразований. Устойчивость брачно-семейных отношений в современном мире приобретает особое значение, поскольку сегодняшняя жизнь, с ее стрессами и экономическими трудностями, не способствует стабильности и гармонии в супружеских отношениях [1].

Проблему удовлетворенности браком, уровня совместимости супругов рассматривали психологи и социологи Л.Б. Шнейдер, О.А. Добрынина, А.Н. Евсеева, О.С. Сермягина, А.Н. Волкова, Н.В. Смирнова, В.А. Сысенко, А.Н. Баранов, Н.В. Смирнов, О.Г. Прохорова, Т.А. Гурко, С.В. Ковалев, Х. Шельский, В.В. Кришталь, Н.Н. Обозов и А.Н. Обозова, М.С. Мацковский.

Одним из значимых аспектов исследования супружеских отношений является изучение мотивационно-потребностной и ценностной сферы партнеров. В структуре ценностного пространства личности большое значение имеет становление семейного сценария человека, реализация смыслов и ценностей семейной жизни, взаимосвязь установок и поведения, что позволит прогнозировать развитие семейной коммуникации и роли семьи как социальной общности [2]. Особую роль в данном процессе играют мотивы создания новой ячейки общества, которые выступают несомненным фундаментом для построения успешных брачно-семейных отношений. Такие исследователи как А.Н. Волкова, С.И. Голод, Л.В. Карцева, Т.М. Трапезникова считают, что изменение брачных отношений,