В. И. Долгова, О. А. Кондратьева, Н. В. Крыжановская, И. С. Хохлова

Развитие когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений

Актуальность развития психологически безопасных внутрисемейных отношений вызвана недостаточной когнитивной приспособленностью каждого члена семьи к различным социальным ситуациям. Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность развития когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений.

Методы исследования: теоретические – анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, моделирование и целеполагание; эмпирические – эксперимент, тестирование по составленному нами опроснику для исследования уровня сформированности когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений и «Тест-опроснику удовлетворенности браком» В.В. Столина, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко; статистические – анализ эффективности формирующего эксперимента с помощью критерия хи-квадрат, корреляционного анализа Спирмена.

В результате проведенного эксперимента выявлено, что в процессе проведения целевой психолого-педагогической программы развития когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений уровень развития названного компонента повышается ($\chi^2 = 12,56$; $p < 0,05$), а вместе с ним растет уровень удовлетворенности браком ($\chi^2 = 12,56$; $p < 0,05$). Между показателями сформированности когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений и удовлетворенности браком выявлена положительная статистически достоверная связь ($r = 0,99$; $p < 0,01$).

Ключевые слова: психологическая безопасность, семья, родители, дети, семейные отношения, когнитивное развитие, удовлетворенность браком

Ссылка для цитирования:

Долгова В. И., Кондратьева О. А., Крыжановская Н. В., Хохлова И. С. Развитие когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений // Перспективы науки и образования. 2020. № 2 (44). С. 327-341. doi: 10.32744/pse.2020.2.26

V. I. DOLGOVA, O. A. KONDRATIEV, N. V. KRYZHANOVSKAYA, I. S. KHOKHLOVA

The development of the cognitive component of psychologically safe intra-family relations

The relevance of the development of psychologically safe intra-family relations is caused by the insufficient cognitive adaptiveness of each family member for various social situations. The research objective is to theoretically substantiate and experimentally verify the effectiveness of the development of the cognitive component of psychologically safe intra-family relations. The purpose was achieved sequentially through theoretical, diagnostic, formative, control-generalizing and resultative stages.

Research methods: theoretical methods include the analysis, synthesis and generalization of psychological and pedagogical literature, modeling and goal setting; empirical methods include an experiment, testing according to the questionnaire compiled by the authors to study the level of formation of the cognitive component of psychologically safe intra-family relations and "Marriage Satisfaction Test Questionnaire" by V.V. Stolin, T.L. Romanova, G.P. Butenko; statistical methods include mathematical analysis of the effectiveness of the forming experiment using Pearson's chi-squared test, Spearman correlation analysis.

As a result of the experiment, it was found that in the process of carrying out the targeted psychological and pedagogical program for the development of the cognitive component of psychologically safe intra-family relations, the level of development of this component increases ($\chi^2 = 12,56$; $p < 0,05$), and along with it the level of satisfaction with marriage increases ($\chi^2 = 12,56$; $p < 0,05$). A positive statistically significant relationship was found between the indicators of the cognitive component of psychologically safe intra-family relationships and satisfaction with marriage ($r = 0.99$; $p < 0.01$).

Key words: psychological safety, family, parents, children, family relationships, cognitive development, marriage satisfaction.

For Reference:

Dolgova, V. I., Kondratiev, O. A., Kryzhanovskaya, N. V., & Khokhlova, I. S. (2020). The development of the cognitive component of psychologically safe intra-family relations. *Perspektivy nauki i obrazovania – Perspectives of Science and Education*, 44 (2), 327-341. doi: 10.32744/pse.2020.2.26

Введение

Психологическую безопасность внутрисемейных отношений определяют качественные характеристики семьи, обеспечивающие возможности и способности этой системы к самосохранению, устойчивому развитию и защите ее от внутренних и внешних угроз.

Методологическую основу исследования психологической безопасности внутрисемейных отношений составили: системная методология, основные положения общей теории систем в их применении к психологической проблематике; фундаментальные общенаучные принципы психологии: единства сознания и деятельности, детерминизма, системности, развития, внешней и внутренней детерминации психических явлений.

Согласно названной методологии, психологическая безопасность внутрисемейных отношений представляет собой неоднозначно детерминированную сложную систему, характеризующуюся множеством переменных линейных и нелинейных процессов, что существенно ограничивает применение традиционных аналитических подходов. Последние предполагают декомпозицию систем на соответствующие подсистемы, детальный анализ которых позволит сделать вывод о функционировании системы в целом. Это невозможно осуществить при изучении предмета представляемого исследования, поскольку внутрисемейные отношения как система не сводятся к простой сумме свойств составляющих ее элемент. Семейная система является открытой, непрерывная динамика ее элементов сказывается на трансформации структуры семейной системы в целом и отдельных ее подсистем. Это неестественная система, искусственная, навязанная, созданная объективными социальными условиями и субъективными предпочтениями индивидов. С одной стороны, ее ограничивают внешние рамки нормативно-ценностных систем, культурные традиции, законодательная база, с другой стороны, каждый член семьи имеет свободу воли и выбора. Супруги входят как элементы в конкретную нелинейную социальную систему, способную саморазрушиться или самоорганизоваться. В этой системе внутрисемейных отношений проявляется как независимость каждой личности, так и ее взаимозависимость от других членов семьи, формируется новая общность, единство, самоорганизующаяся дифференцированная система. Ведущие системообразующие связи этой системы осуществляют когнитивные компоненты.

Развитие конкретного когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений предполагает развитие когнитивных свойств личности каждого субъекта этих отношений, развитие когнитивных процессов, связанных с поиском и выбором цели взаимодействия, способами достижения целей и логической оценкой уровней сложности решаемых в семье задач.

В личностной сфере семейного человека можно выделить следующие когнитивные новообразования: ощущение себя членом семьи на новом уровне самопознания, повышение интереса к переживаниям и чувствам других ее членов, стремление к самоутверждению, формирование Я-концепции и развитие рефлексии.

Я-концепция включает потребности познать себя как личность (свои возможности, особенности, свое сходство с родными людьми, свою неповторимость). Когнитивный аспект Я-концепции – это образ своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости, своего характера.

Самопознание индивидуальности – это познание человеком самого себя через рефлексию, общение с окружающими людьми, познание своих психических сфер, таких как саморегуляция, эмоционально-волевая, мотивационная, интеллектуальная, посредством механизмов научного самопознания. В результате самопознания человек получает представления о собственной индивидуальности, о психических сферах, которые влияют на его поведение человека и стимулируют дальнейшее развитие.

Особенности развития когнитивного компонента определяют: овладение процессом образования понятий как высшей формой интеллектуальной деятельности, ведущей к новым способам поведения; способность устанавливать максимальное количество смысловых связей, возможность оперировать значениями и смыслами, соединяя воображение и мышление.

Рост когнитивных новообразований дает возможность более глубокого осмысления взаимосвязей членов семьи, способствует ускорению мыслительных процессов, влияет на коммуникативные способности, расширяя семейную среду общения.

С точки зрения когнитивных психологических концепций, внутрисемейные отношения можно рассматривать как механизм выбора определенной формы поведения. Чтобы сделать выбор, надо обратиться к процессу мышления, иными словами, главным принципом в построении программы развития когнитивного компонента, ее акцентом должно быть приложение усилий к осознанию участниками программы сути психологически безопасных внутрисемейных отношений посредством использования доступных инструментов когнитивного развития: восприятия, памяти, формирования понятий, воображения и логики.

Теоретическую основу исследования составили следующие научные концепции и положения: социокультурные и психологические теории культуры; методологические и теоретические положения психологии личности, сформулированные в отечественной и зарубежной психологии; психологическая теория деятельности; основные идеи уровневого подхода в психологических исследованиях; психологические теории развития и возрастной психологии, педагогической психологии; психологические концепции и теории практической психологии образования; основные положения экспериментальной психологии, психодиагностики, а также организации эмпирических психологических исследований.

Предлагаемое исследование проведено с опорой на традиционное понимание структуры поведения человека, в которой выделены когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты:

- когнитивный компонент отражает степень понимания проблемы взаимоотношений и способность адекватно проявлять поведение в каждой конкретной ситуации;
- эмоциональный компонент отражает отношение к собеседнику, способность чувствовать его переживания и правильно их отражать;
- поведенческий компонент отражает алгоритмы действий, направленных на преодоление той или иной проблемы во взаимоотношениях с учетом имеющихся знаний (сформированного когнитивного компонента) и желания преодолеть дискомфорт в отношениях (сформированного эмоционального компонента).

На уровень психологически безопасных внутрисемейных отношений влияют в системе все названные составляющие: когнитивный компонент этих отношений (знание, представление о процессах семейных отношений), эмоциональный компонент (развитие правильного вектора эмоций во внутрисемейных отношениях, обучение рефлексии) и поведенческий компонент (отработка стратегий поведения в различного

рода ситуациях семейных отношений). Названное влияние может быть вызвано недостаточной когнитивной приспособленностью личности к разным ситуациям, что и порождает нарушение психологически безопасных внутрисемейных отношений.

Развитие когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений зависит от того опыта, который способствует формированию знаний и представлений о них на разных этапах своего становления [4; 14; 15]. В процессе перехода на новый, более высокий уровень семья переживает сложное кризисное время, связанное не только с решением бытовых проблем, но и с другими аспектами семейной жизни. К первому варианту можно отнести возникновение проблем семейной жизни как следствие проживания личного кризиса одним из супругов. Часто, проживая свой кризис, супруги делают выводы и стараются что-то изменить как в личной, так и в семейной жизни. Ко второму варианту можно отнести любое значимое для супругов событие, влекущее изменения в укладе семьи, например, появление ребенка, поступление в школу или вуз, освоение новых образовательных технологий (в том числе цифровых, информационных и коммуникационных), переходный возраст детей или уход значимого человека из семьи [5; 13].

Наибольшая часть браков распадается в течение 1-2 лет совместной жизни, когда партнеры просто не выдерживают бытовых трудностей, часто это связано с негибкостью супругов, нежеланием идти на компромисс.

Следующим критическим возрастом для семейной жизни является 3-5 лет. В это время у супругов часто рождаются дети или активно строится карьера, порой люди пытаются совмещать это, а трудности влияют семейный климат. Физическое и психологическое напряжение в семье вызывает отчуждение партнеров друг от друга. В данный период романтическая влюбленность должна перерасти в дружбу между супругами и сделать их единомышленниками.

На 7-9 году совместной жизни наступает очередной кризис, связанный с привыканием партнеров друг к другу. Привыкание связано с тем, что жизнь более стабилизирована, дети подрастают. Часто супруги разочаровываются, глядя на то, как они живут сейчас, и сравнивая это с тем, как они представляли семейную жизнь в мечтах. Супругам становится скучно, они жаждут нового общения, ощущений, впечатлений.

Если супруги проходят кризис, то следующий может их ждать через 16-20 лет брака. Он часто усугублен кризисом среднего возраста у супругов. Партнеры пугаются, что все уже сделано, достигнуто, завершено и впереди нет ничего интересного или же, наоборот, сделано слишком мало.

Также кризисным периодом называют время, когда взрослые дети покидают родительский дом. Супруги лишаются ведущей деятельности – воспитания ребенка, они снова учатся жить вдвоем. Партнер, который занимался лишь детьми и домом, переживает сильнейший кризис и нуждается в определении новых жизненных задач [24]. В российском обществе этот кризис не так ярко выражен, так как родственные узы очень сильны и семьи общаются, даже после физического разделения.

Психологи отмечают важный аспект семейных взаимоотношений: необходимо не только уметь извиняться, но и принимать извинения. Привычка обижаться на партнера по несколько дней или заставлять его чувствовать себя виноватым может привести к расколу отношений, так как подобное поведение быстро надоедает. Если супругу необходимо время и он еще не готов к перемирию и адекватному общению, необходимо сказать об этом прямо. Считается, что кризис семейной жизни в первую очередь касается общения между супругами [16; 27].

Психологически безопасные внутрисемейные отношения, комфортная атмосфера в семье обеспечивают всем ее членам хорошее самочувствие и гармоничное взаимодействие друг с другом [19; 30]. Все семьи сталкиваются с трудностями, проблемами и кризисами, но те, в которых преобладают психологически безопасные внутрисемейные отношения, даже в столь сложные периоды жизни способны общаться и действовать с членами семьи во взаимном уважении. Все члены таких семей стараются сотрудничать для достижения семейных целей, помогать друг другу и поддерживать [1; 8]. В семьях с позитивными взаимоотношениями можно заметить, что каждый человек в семье ценен, важен и уважаем, коммуникация является двусторонней, все стараются понять и учитывать мнение друг друга, взрослые распределяют ответственность и заботу о детях [12; 34].

Если взаимные права и обязанности согласованы супругами, то семейную жизнь можно считать удачной. Каждый партнер имеет собственное представление о правах и обязанностях каждого члена семьи, свой взгляд на «хорошего мужа» или «хорошую жену». Обязанностями считают то, что ожидается, а часто и требуется от партнера в браке. Из этого можно сделать вывод, что обязанности вытекают из социальных брачных ролей мужа и жены, следующих из их взаимодействия в семейной системе. Если роли распределены, а права и обязанности данных ролей согласованы, то взаимодействие в семье облегчается и становится успешным [2].

Учет взаимных интересов, понимание душевных переживаний партнера по браку, одинаковая реакция на различные жизненные ситуации – все это является фундаментом эффективности супружеского сотрудничества, согласия и кооперации [20; 29]. Посредством этого развивается супружеское и внутрисемейное взаимодействие, супруги устанавливают и согласовывают границы и оговаривают варианты и способы взаимодействия с миром, не входящим в семейную систему.

Целостность этой системы определяется уровнем удовлетворенности браком, в основном этот критерий опирается на социальные представления о стабильности брака. Также важным параметром удовлетворенности являются схожесть взглядов супругов по важным жизненным и семейным вопросам, их субъективная оценка брака, открытость, возможность подтвердить самооценку, сотрудничество, активный транзактный обмен, ситуативная адекватность [3; 38].

К нарушению целостности семьи ведут самые распространенные причины семейных конфликтов: различие супружеских оценок одного и того же факта, проживание стресса вне семейной системы, преодоление трудностей, непонимание вследствие разговора на разных уровнях, отсутствие возможности побыть одному, неумение дарить и принимать подарки, отсутствие желания или неумение просить и отсутствие «командной игры» [22; 28]. Нельзя умолчать и о ситуациях, входящих в список недопустимых и непростительных в семейной системе, часто влекущих за собой полный разрыв отношений: измены, ложь, отсутствие доверия, любой вид зависимости, любой вид насилия, эгоизм и непонимание [17; 40].

Каждый человек индивидуален, каждый имеет субъективные взгляды, мнения и цели, невозможно найти другого человека, у которого они будут абсолютно такими же [18, 36]. Неудивительно, что и партнеры по браку по-разному смотрят на разные жизненные ситуации. В таком случае супругам необходимо найти общее решение, оно может быть альтернативным или компромиссным, но если этого не сделать, то зародится конфликт [7; 32].

Здесь необходимо обратиться к вопросу об основах семейных отношений, о том, без чего семья не будет существовать. На этих основах и образуются психологически безопасные внутрисемейные отношения [21; 26; 35]. К ним относят любовь, доверие, уважение, общие цели и виденье, согласованность ценностей, взаимную поддержку, взаимопонимание, служение друг другу, умение вести себя в конфликте и решать его. Знание этих основ имеет системообразующее значение для психологически безопасных внутрисемейных отношений, и поэтому когнитивный компонент системы названных отношений является первым и основополагающим компонентом в процессе проявления любых поведенческих паттернов.

Проведенный анализ когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений позволил сделать необходимые обобщения относительно принципов, педагогических условий, психологических факторов, механизмов, форм, методов и технологий его развития.

Принципы: научности, индивидуализации, личностно-ориентированного подхода. Педагогические условия: обоснование структуры когнитивного компонента; выявление критериев и уровней развития когнитивного компонента; осознание членами семьи значимости когнитивного компонента; использование интерактивных технологий. Психологические факторы развития когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений определяются, во-первых, личностью конкретного члена семьи (субъективные факторы), а во-вторых, совокупностью всех членов семейной группы (объективно-субъективные факторы). В качестве субъективных факторов выступают: активность каждого члена семьи, индивидуально-типологические особенности, индивидуальный стиль деятельности, «Я-концепция» личности, ценностные ориентации и ценностные отношения, установка на сохранение семьи во всех ее проявлениях (когнитивном, эмоционально-оценочном и поведенческом). Объективно-субъективные факторы – направленность семейной деятельности на социально значимые цели, общий ценностный стандарт, совместимость, сплоченность, организованность, сотрудничество, осуществление индивидуального и дифференцированного подхода. Механизмы: рефлексия, эмпатия, идентификация, аттракция. Основные формы и методы: лекционные занятия с активной обратной связью, проблемные беседы; ролевые игры и практические упражнения.

Материалы и методы исследования

Исследование психологически безопасных семейных отношений проходило в четыре этапа.

- Первый (начальный) этап – поисково-подготовительный – включал в себя: выбор темы работы, определение объекта и предмета, формулировку гипотезы, изучение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.
- Второй этап – теоретический – включал анализ психолого-педагогических исследований, выявление генетических, морфологических, функциональных и структурных особенностей когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений.
- Третий этап – практический – включал констатирующий эксперимент (проведение составленного теста на выборке, проведение теста удовлетворенности

браком на той же выборке, доказательство их взаимозависимости с помощью корреляционного анализа Спирмена), формирующий эксперимент (проведение психолого-педагогической программы) и контрольный этап – вторичную диагностику.

- Четвертый этап – обобщающий – включал обработку и анализ полученных результатов, интерпретацию данных, доказательство выдвинутой гипотезы, выводы, разработку рекомендаций.

Использованы теоретические методы: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы. К методам эмпирического исследования относим: изучение литературы, документов и результатов деятельности, наблюдение, опрос, оценивание (метод экспертов или компетентных судей), тестирование.

Был составлен стандартизированный опросник, предназначенный для измерения уровня сформированности у супругов когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений. В него были включено 50 вопросов относительно семейного уклада, разрешения супружеских конфликтов, распределения обязанностей, семейных функций и ролей в семье. Использовались прямые тестовые вопросы, на каждый из которых предлагалось несколько вариантов ответа, и задания на соотнесение (соответствие).

Также использовался тест-опросник удовлетворенности браком В.В. Столина, Т.Л. Романоваой, Г.П. Бутенко.

Математическая статистика осуществлялась посредством критерия хи-квадрат Пирсона и корреляционного анализа Спирмена (критерии применялись для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых).

В исследовании принимали участие мужчины и женщины, состоящие в браке, с разным стажем семейной жизни, бездетные и имеющие детей разных возрастов.

В выборку вошли работники и сотрудники пожарно-спасательных частей (N=40), имеющие разные звания (младший сержант, сержант, старший сержант, старшина, лейтенант, старший лейтенант) и занимающие разные должности (пожарный боевого расчета, водитель пожарной машины, командир отделения, инспектор отдела кадров и воспитательной работы, инспектор отделения надзорной деятельности, инспектор отдела организации службы, подготовки и пожаротушения).

Все респонденты состоят в браке от нескольких месяцев до 20 лет (средний возраст семейной жизни – 12 лет). У каждой семьи свои семейные правила, совершенно по-разному распределены семейные роли и разными путями идет реализация семейных функций.

Среди участников программы были выявлены активные люди (предпочитающие участвовать всегда и во всем, помогать, содействовать и организовывать, старающиеся почерпнуть больше информации) и пассивные (чаще всего это пожарные с семейным стажем 7-12 лет, предпочитающие спокойный и размеренный ритм жизни и такого же рода проведение свободного времени). Имелись участники, заявлявшие, что его супруг – полная его противоположность, и желавшие обсудить варианты решения конфликта в таком варианте союза: один крайне активен, второй пассивен. Также были представлены члены конфликтных семей и семей более психологически благополучных, а также участники, проживающие кризисные моменты (утрата значимого близкого родственника, уход ребенка из семьи и пр.).

Результаты исследования и их обсуждение

Констатирующий эксперимент

Результаты констатирующего эксперимента подтвердили необходимость коррекции знаний и умений: преобладали низкие (42,5%), средние (37,5%) и очень низкие (12,5%) уровни когнитивного развития психологически безопасных внутрисемейных отношений. Анализ результатов проведенной диагностики уровня удовлетворенности браком не противоречил предыдущим: 35% испытуемых переживают неблагополучные отношения, 22,5% – скорее неблагополучные, 12,5% – переходные и выше.

Мы предположили, что между этими показателями есть прямая (линейная) зависимость, и доказали это с помощью корреляционного анализа Спирмена.

Следовательно, часть гипотезы оказалась подтверждена: уровень сформированности когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений был достаточно низким. Учитывая его зависимость от уровня удовлетворенности браком, мы решили провести программу развития когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений и доказать ее эффективность с помощью не только составленного опросника, но и надежной, валидной методики.

Формирующий эксперимент

Программа прошла апробацию на базе ФГКУ «Первый отряд Федеральной противопожарной службы по Челябинской области». В ней приняли участие 40 человек в возрасте от 20 до 50 лет.

Целью программы являлось повышение уровня развития когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений.

Программа раскрывает основные направления достижения цели: структуру, функции, виды семьи, супружеские и семейные роли, удовлетворенность браком, конфликты и тактики их разрешения, бесконфликтное общение, ревность, измены и детско-родительские отношения [9, 10, 25].

На первом и последнем занятиях программы проводились диагностика уровня развития когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений.

В процессе реализации программы проведено 24 занятия.

1. Структура семьи (лекция).
2. Жизненный цикл семьи (лекция).
3. Виды любви (лекция, дискуссия, диалог).
4. Функции семьи (лекция, работа в группах по составлению списка своих семейных функций и расстановка их в порядке приоритетности, дискуссия).
5. Семейные мифы (разоблачение мифов и предрассудков в процессе проживания кейс-ситуаций, групповой дискуссии и диалога).
6. Семейные правила (обсуждение примеров семейных правил, составление списка семейных правил, нахождение оптимального варианта).
7. Супружеское соглашение, его цели, правила и последствия (лекция).
8. Удовлетворенность браком (диалог, дискуссия).

9. Социально-психологический климат в семье (лекция, обсуждение).
10. Супружеская совместимость (лекция, диагностика совместимости в паре (по желанию)).
11. Виды брака (лекция).
12. Супружеские конфликты (лекция, дискуссия, работа в группах).
13. Виды конфликтов (лекция, обсуждение).
14. Причины супружеских конфликтов (лекция, диалог, дискуссия).
15. Нарушение семейной коммуникации (диалог, дискуссия).
16. Тактики разрешения семейных конфликтов (лекция, обсуждение, ролевая игра).
17. Ревность (лекция).
18. Типы ревности и варианты работы с ними (лекция, диалог, обсуждение).
19. Супружеские измены: феномен, виды (лекция).
20. Причины супружеских измен (лекция, диалог, дискуссия).
21. Кризисы семейной жизни, их особенности и последствия (лекция, диалог).
22. Рекомендации по преодолению кризисов семейной жизни и обсуждение кейс-ситуаций, подготовленных слушателями (диалог, дискуссия).
23. Детско-родительские отношения, их типы и выбор приоритетного варианта (лекция, дискуссия).
24. Детско-родительские отношения: анализ проблемных для слушателей вопросов и обсуждение оптимального варианта (лекция, диалог, дискуссия).

Занятия сопровождались диалогом со слушателями, ответами на вопросы и диагностикой достижения целей занятий.

После каждой диагностики проводился анализ полученных результатов, с опорой на который можно было осуществить оперативную коррекцию программы в соответствии с теми или иными особенностями и потребностями членов группы [33].

Проведение программы не требовало дополнительных материалов, кроме лекций, бумаги, цветных карандашей (для удобства ведущего можно использовать проектор с экраном). Она проста и удобна в применении для психолога.

Контрольный эксперимент

Результаты проведения нашего опросника для определения уровня сформированности когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений представлены на рисунке 1.

Рисунок 1 Результаты диагностики уровня сформированности когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений

Из представленной диаграммы видим, что уровень сформированности когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений изменился. Участников с очень низким уровнем стало меньше: их количество сократилось с 12,5% до 2,5%. Показатель низкого уровня в результате проведения программы уменьшился на 20%: с 42,5% до 22,5%. Обследуемые, которые имели начальные знания в области психологически безопасных внутрисемейных отношений, закрепили их на более научной, а не интуитивной основе. Респондентов, у которых уровень сформированности когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений достигает среднего значения, после проведения программы стало больше (40% вместо 37,5%). Процент диагностируемых с высоким уровнем сформированности когнитивного компонента до проведения программы был равен 7,5%. После проведения разработанной программы он заметно увеличился и стал равен 30%. Это может свидетельствовать о том, что предлагаемая в рамках психолого-педагогической программы информация была усвоена на достаточно качественном уровне. При первичной диагностике никто из обследуемых не продемонстрировал очень высокого уровня сформированности когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений. После же проведения программы этот уровень зафиксирован у 5% слушателей.

Опираясь на сравнение результатов первичной и вторичной диагностик по составленному нами опроснику, можно сделать вывод, что общий уровень сформированности когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений возрос. Данный факт подтвержден статистически с помощью непараметрического критерия хи-квадрат Пирсона: $\chi^2 = 12,56$ ($p < 0,05$).

На рисунке 2 представлены результаты диагностики по тест-опроснику удовлетворенности браком.

Рисунок 2 Результаты диагностики уровня удовлетворенности браком

Сравнение результатов, представленных на диаграмме, подтверждает повышение уровня удовлетворенности браком. Количество семей, оценивающих свои отношения в браке как неблагоприятные, уменьшилось с 35% до 7,5%, из чего мы можем сделать вывод, что испытуемые пересмотрели свой взгляд на семейные отношения и дали им более высокую оценку. Показатель «скорее неблагоприятных отношений» немного увеличился (до 25%) за счет перехода испытуемых с более низкого уровня. Значит, оценка семейных отношений участниками программы улучшилась. Количество респондентов, оценивающих отношения как «переходные», снизилось с 12,5% до 5%, а число участников, чьи семейные отношения характеризуются как «скорее благоприятные», увеличилось с 12,5% до 30%.

ятные», увеличилось более чем в два раза: с 12,5% до 30%. Количество испытуемых с оценкой своих отношений как благоприятных не изменилось (17,5% до и после проведения программы). «Абсолютно благоприятными» свои семейные отношения после участия в психолого-педагогической программе стали считать 15% обследуемых, в то время как при первичной диагностике этот показатель был равен нулю. Из сказанного можно сделать вывод, что программа развития когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений позитивно повлияла на изменение уровня удовлетворенности браком.

Данный факт подтвержден статистически с помощью непараметрического критерия хи-квадрат Пирсона: $\chi^2 = 17,34$ ($p < 0,05$). Можно сделать вывод, что программа была проведена успешно и уровень удовлетворенности браком повысился благодаря занятиям и упражнениям программы.

Исходные данные и расчет с помощью коэффициента корреляции r-Спирмена представлены в табл. 1 и 2.

Таблица 1

Показатели для расчета коэффициента корреляции r-Спирмена

№ п/п	№ испытуемого	Балл по когнитивному компоненту	Балл по удовлетворенности браком
1	39	16	18
2	15	16	18
3	5	18	18
4	22	18	19
5	14	20	19
6	1	22	19
7	9	24	20
8	24	24	20
9	37	26	20
10	10	28	21
11	27	30	21
12	2	32	21
13	32	32	21
14	28	34	22
15	31	34	23
16	8	36	23
17	20	36	23
18	13	38	24
19	21	38	25
20	33	38	25
21	18	40	25
22	38	40	26
23	3	42	26
24	7	42	27
25	36	42	27
26	26	44	27
27	4	46	28

28	19	46	29
29	6	48	30
30	30	48	30
31	35	48	30
32	40	52	31
33	16	54	31
34	23	56	33
35	25	58	35
36	12	60	35
37	34	60	36
38	11	64	36
39	29	66	37
40	17	70	38

Таблица 2

Результаты расчета по коэффициенту корреляции r-Спирмена

	Балл по когнитивному компоненту	Балл по удовлетворенности браком
Балл по когнитивному компоненту	1,000	,997**
Балл по удовлетворенности браком	,997**	1,000

****.** Корреляция значима на уровне 0.01 (2-сторонняя).

Результаты расчета коэффициента ранговой корреляции Спирмена также свидетельствуют об успешности проведенной психолого-педагогической программы.

Несмотря на многочисленные научные исследования проблем семейных взаимоотношений [11; 31; 37] и семейного благополучия [6; 23; 39], представленная работа сохраняет свою оригинальность, которая обеспечивается авторской программой развития когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений, использованием авторского опросника и сочетанием его с известной валидной методикой «Тест-опросник удовлетворенности браком» В.В. Столина, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко, проверкой эффективности формирующего эксперимента с помощью критерия хи-квадрат и корреляционного анализа Спирмена.

Заключение

В результате проведенного эксперимента подтвердилось выдвинутое предположение, что в процессе проведения целевой психолого-педагогической программы развития когнитивного компонента психологически безопасных внутрисемейных отношений уровень сформированности названного компонента повысится, а вместе с ним повысится и уровень удовлетворенности браком.

Психологическая помощь семье состоит в том, чтобы изменить существующую систему сложившихся, закрепленных в сознании установок одного или обоих брачных партнеров и освоить новые способы реагирования как на жизненные ситуации, так и на других членов семьи.

REFERENCES

1. Moskvicheva N.L., Rean A.A., Kostromina S.N., Grishina N.V., Zinovieva E.V. Life models of young people: ideas about the future family and the model broadcast by parents. *Psychological Science and Education*, 2019, 24 (3), 5-18. (in Russ.)
2. Pankratova E.V., Khasbulatova O.A. The concept of the quality of family life in sociology: a gender aspect. *Woman in Russian society*, 2018, 1 (86), 43-52. (in Russ.)
3. Rogach O.V., Frolova E.V., Ryabova T.M. Modernization of school education in the assessments of the parental public. *Perspectives of science and education*, 2019, 4, 183-193. (in Russ.)
4. Rostovskaya T.K., Kaliev T.B., Zavyalova N.B., Bezverbny V.A. Prevention of violence as a factor in family safety: Russian and Kazakh experience. *Woman in Russian society*, 2018, 1 (86), 78-88. (in Russ.)
5. Smoleva E.O. Large families in the region: exclusion mechanisms and stereotypes. *Sociological journal*, 2019, 25 (2), 116-137. (in Russ.)
6. Sychev O.A. Marital attribution as a factor in satisfaction with relationships in couples with different lengths of family life. *Siberian Psychological Journal*, 2016, 59, 172-187. (in Russ.)
7. Aardema F., Wong S.F. Feared possible selves in cognitive-behavioral theory: An analysis of its historical and empirical context, and introduction of a working model. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 2020, 100479.
8. Balcells-Balcells A., Gine C., Guardia-Olmos J., Summers J., Mas J. Impact of supports and partnership on family quality of life. *Research in Developmental Disabilities*, 2019, 85, 50-60.
9. Bentley E., Millman Z., Thompson E., Demro C., Schiffman Ja. High-risk diagnosis, social stress, and parent-child relationships: A moderation model. *Schizophrenia Research*, 2016, 174(1-3), 65-70.
10. Bozhenko E. Adult child-parent relationships: On the problem of classification. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2011, 30, 2011, 1625-1629.
11. Catalano H., Catalano C. The importance of the school-family relationship in the child's intellectual and social development. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 2014, 128, 406-414.
12. Crocetti E., Meeus W. "Family Comes First!" Relationships with family and friends in Italian emerging adults. *Journal of Adolescence*, 2014, 37, 8, 1463-1473.
13. Dolgova V., Kondratyeva O., Golieva G., Rokitskaya Ju, Khokhlova I. Study on harmonization degree between spouses in solving family life issues. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, 2019, LXXVI -SCTCMG 20, 729-736.
14. Dolgova V.I., Rokickaya Y.A., Volchegorskaya E.Y., Yemelyanova E.E., Uvarina N.V. A study of psychological readiness of parents to educate children in a foster family. *International Journal of Environmental and Science Education*, 2016, 11(15), 8592-8598.
15. Dolgova V.I., Vasilenko E.A., Kapitanets E.G., Kondratieva O.A., Zhakupova Y.T. Features of social and psychological adaptation of teenagers from foster families in school. *Man in India*, 2017, 97(7), 61-69.
16. Egorychev A.M., Mardakhaev L.V., Akhtyan A.G., Shimanovskaya Ya.V., Archakov R.A., Bykovskaya T.E. Traditional russian family as a basis for sustainable development of the state and society. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 2019, 8(2), 168-175.
17. Gallo A., Wertz C., Kairis S., Blavier A. Exploration of relationship between parental distress, family functioning and post-traumatic symptoms in children. *European Journal of Trauma & Dissociation*, In press, corrected proof, Available online, 2018.
18. Humbad M., Donnellan M., Iacono W., McGue M., Burt S. Is spousal similarity for personality a matter of convergence or selection? *Personality and Individual Differences*, 2010, 49(7), 827-830.
19. Ivankina L.I., Berestneva O.G., Shelekhov I.L. View of young people of the modern russian society on predominant values of partnership in marriage (on the basis of survey). *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2015, 166, 2-6.
20. Kiel E., Kalomiris A. Current themes in understanding children's emotion regulation as developing from within the parent-child relationship. *Current Opinion in Psychology*, 2015, 3, 11-16.
21. King R.B., Rosa E.D. Are your emotions under your control or not? Implicit theories of emotion predict well-being via cognitive reappraisal. *Personality and Individual Differences*, 2019, 1381, 177-182.
22. Li X., Liu Q. Parent-grandparent coparenting relationship, marital conflict and parent-child relationship in Chinese parent-grandparent coparenting. *Children and Youth Services Review*, 2020, 109, 104733.
23. Luka T.L., Wanga M.P., Leungb L.T., Chen J., Wu Y., Lam T.H., Ho S.Y. Perceived family relationship quality and use of poly-tobacco products during early and late adolescence. *Addictive Behaviors*, 2018, 85, 38-42.
24. Machdalena S. The Terms Usage of Family Relationships in Russian and Indonesian (Bali) Societies as a Reflection of the Culture of the Two Nations. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 2014, 154(28), 486-488.
25. Messer E., Greiner M., Beal S., Eismann E., Eiler-Sims P. Child adult relationship enhancement (CARE): A brief, skills-building training for foster caregivers to increase positive parenting practices. *Children and Youth Services Review*, 2018, 90, 74-82.
26. Ocampo A., Restubog S., Liwag M., Lu W.L., Petelczyc C. My spouse is my strength: Interactive effects of perceived organizational and spousal support in predicting career adaptability and career outcomes. *Journal of Vocational Behavior*, 2015, 108, 165-177.

27. Priest J., Woods S., Maier C., Parker E., Roush T. The Biobehavioral Family Model: Close relationships and allostatic load. *Social Science & Medicine*, 2015, 142, 232-240.
28. Repetti R., Wang S. Effects of job stress on family relationships. *Current Opinion in Psychology*, 2017, 13, 15-18.
29. Romero-Ruiz K., Echeverri-Sánchez L., Peña-Plata Ju., Vásquez-Giraldo S., Bran-Piedrahita L. Information and Communication Technologies Impact on Family Relationship. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2017, 237(21), 30-37.
30. Runcan P.-L. The time factor: does it influence the parent-child relationship?! *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2012, 33, 2012, 11-14.
31. Sapin M., Widmer E., Iglesias K. From support to overload: Patterns of positive and negative family relationships of adults with mental illness over time. *Social Networks*, 2016, 47, 59-72.
32. Selvarajan T., Singh B., Cloninger P. Role of personality and affect on the social support and work family conflict relationship. *Journal of Vocational Behavior*, 2016, 94, 39-56.
33. Shkurko T. Socio-psychological Needs of Parents and Characteristics of Relationships in Family. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 2014, 146, 25, 477-48.
34. Strizhova E.N., Dolgova V.I., Rokitskaya Ju.A., Shayakhmetova V.K., Golieva G.Yu. Influence of the psychological characteristics of an individual on the choice of the style of romantic relationships. *Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 2017, 9(11), 2200–2203.
35. Sweller J., Paas F. Should self-regulated learning be integrated with cognitive load theory? *A commentary Learning and Instruction*, 2017, 51, 85-89.
36. Tan T., Major D., Marn T., Na E., Jackson A. Adopted children's country of origin and post-adoption parent-child relationship quality: Findings from the United States National Survey of Adoptive Parents (NSAP). *Children and Youth Services Review*, 2015, 48, 117-125.
37. Urquiza A., Timmer S. Parent-Child Interaction Therapy: Enhancing Parent-Child Relationships. *Psychosocial Intervention*, 2012, 21(2), 145-156.
38. Vandermeer M., Kotelnikova Yu., Simms L., Hayden E. Spousal Agreement on Partner Personality Ratings is Moderated by Relationship Satisfaction. *Journal of Research in Personality*, 2018, 76, 22-31.
39. Wu W., Stephens M., Du M., Wang B. Homeownership, family composition and subjective wellbeing. *Cities*, 2019, 84, 46-55.
40. Xuan X., Chen F., Yuan C., Zhang X., Wang Yu. The relationship between parental conflict and preschool children's behavior problems: A moderated mediation model of parenting stress and child emotionality. *Children and Youth Services Review*, 2018, 95, 209-216.

Информация об авторах

Долгова Валентина Ивановна
(Россия, Челябинск)

Профессор, доктор психологических наук, декан
факультета психологии
Южно-Уральский государственный гуманитарно-
педагогический университет
E-mail: 23a12@list.ru

Кондратьева Ольга Александровна

(Россия, Челябинск)

Доцент, кандидат психологических наук, заведующая
кафедрой теоретической и прикладной психологии
Южно-Уральский государственный гуманитарно-
педагогический университет
E-mail: sobolevaoo@cspu.ru

Крыжановская Надежда Васильевна

(Россия, Челябинск)

Доцент, кандидат педагогических наук, заместитель
декана факультета психологии
Южно-Уральский государственный гуманитарно-
педагогический университет
E-mail: kriganovskayanv@cspu.ru

Хохлова Ирина Станиславовна

(Россия, Челябинская область, г. Златоуст)

Психолог отделения Федеральной противопожарной
службы (ФПС) государственной противопожарной
службы (ГПС) по медико-психологическому
обеспечению отдела медико-психологического
обеспечения
Управление материально-технического обеспечения
Главного управления МЧС России по Челябинской
области
E-mail: paviris@mail.ru

Information about the authors

Valentina I. Dolgova

(Russia, Chelyabinsk)

Professor,
Doctor of Psychology,
Dean of the Faculty of Psychology
South Ural State Humanitarian Pedagogical University
E-mail: 23a12@list.ru

Olga A. Kondratyeva

(Russia, Chelyabinsk)

Associate Professor,
PhD in Psychological Sciences, Head of the Department
of Theoretical and Applied Psychology
South Ural State Humanitarian Pedagogical University
E-mail: sobolevaoo@cspu.ru

Nadezhda V. Kryzhanovskaya

(Russia, Chelyabinsk)

Associate Professor,
PhD in Pedagogical Sciences,
Deputy Dean of the Faculty of Psychology
South Ural State Humanitarian Pedagogical University
E-mail: kriganovskayanv@cspu.ru

Irina S. Khokhlova

(Russia, Chelyabinsk region, Zlatoust city)

Psychologist of the department
of the Federal Fire Service (FFS)
of the State Fire Service (GFS) for medical and
psychological support of the department of medical and
psychological support
Logistics Department of the Main Directorate of the
Ministry of Emergencies of Russia in the Chelyabinsk
Region
E-mail: paviris@mail.ru