

---

# Удовлетворенность браком в семьях с разными уровнями эмпатии супругов

Зотова Раиса Анатольевна  
Zotova Raisa Anatolievna

директор, Институт Повышения квалификации и Профессиональной Переподготовки  
«Высшая Школа Практической Психологии и Бизнеса», Москва;

Кондратюк Оксана Евгеньевна  
Kondratyuk Oksana Evgenievna

генеральный директор, ООО "ОЕК-Холдинг", Москва;

Цветкова Наталья Афанасьевна  
Tsvetkova Natalia Afanasievna

кандидат психологических наук, доцент, кафедра развития личности,  
факультет педагогики и психологии,  
Московский Педагогический Государственный Университет, Москва.

**Аннотация:** В современных семьях, когда из всех функций семьи на первый план выступают психотерапевтическая (обеспечивающая стремление мужчины и женщины получить в семье эмоциональную поддержку и психологическую защиту) и фелицитивная (обеспечивающая стремление каждого из супругов к счастью), эмпатия становится необходимым компонентом супружеского общения – такого общения, которое способствует удовлетворенности браком и в значительной степени гарантирует его стабильность.

Исследование, проведенное на 45 московских парах с длительностью брака от 1 до 5 лет показало, что зависимость уровня удовлетворенности браком от эмпатийности супругов носит сложный, нелинейный характер.

Эмпатия представляет собой ценнейший инструмент, с помощью которого человек может осуществлять познание индивидуальности другого человека, предвосхищать проявления его индивидуальных особенностей и тем самым оказывать на него определенное воздействие.

Американский семейный терапевт К. Роджерс подчеркивал, что пребывание в состоянии эмпатии – это способность воспринимать внутренний мир другого человека, сохраняя его эмоциональные и смысловые оттенки, то есть как будто становясь на время другим человеком, но не теряя при этом ощущение «как будто» [1]. Один человек временно живет жизнью другого, деликатно присутствует в ней, но при этом не оценивает ее и не осуждает. Во время подобного «перевоплощения», можно ощутить радость или боль и воспринять причины их возникновения так, как их воспринимает другой человек.

---

С точки зрения К.Роджерса, тот, кто дорожит семьей и стремится сохранить не только отношения, но и чувства, должен уметь примерять все происходящее с партнером на себя, чтобы сначала понять, чем руководствовался партнер в своем поведении, а потом давать его действиям оценку.

Если один или оба супруга занимают эгоцентрическую позицию, в семье появляются конфликтные ситуации, разочарованность и неудовлетворенность. Склонный к эгоцентризму партнер, не обладая способностью к эмпатии и не будучи способным сопереживать своему супругу и проникать в его эмоциональный мир, игнорирует его интересы, желания, намерения [2].

В современных семьях, когда из всех функций семьи на первый план выступают психотерапевтическая (обеспечивающая стремление мужчины и женщины получить в семье эмоциональную поддержку и психологическую защиту) и фелицитивная (обеспечивающая стремление каждого из супругов к счастью), эмпатия становится необходимым компонентом супружеского общения – такого общения, которое способствует удовлетворенности браком и в значительной степени гарантирует его стабильность.

Общение в благополучной (стабильной, способной гибко реагировать на внутрисемейные и внешние изменения) семье характеризуется рядом признаков: открытостью – способностью и возможностью обсуждения различных тем; интимностью – значимостью и глубиной обсуждаемой информации; доверием супругов друг другу и ожиданием взаимного доверия; высоким уровнем эмпатии – умением чувствовать и понимать друг друга; конструктивностью – способностью находить взаимоприемлемые решения; рефлексивностью – умением «помыслить за другого»; избеганием оценочных суждений [3].

Несмотря на активный интерес исследователей к изучению проблемы качества межличностного взаимодействия и общения супругов, как важного фактора успешности функционирования брака и повышения удовлетворенности браком, ряд важных вопросов остаются не раскрытыми. К их числу относится, например, проблема взаимосвязи удовлетворенности браком с эмпатией.

В проведенном нами эмпирическом исследовании уровня удовлетворенности браком в парах с разными уровнями эмпатии супругов приняли участие 45 семейных пар, проживающих в Москве, с длительностью брака от 1 года до 5 лет. Возраст испытуемых – от 20 до 35 лет. Исследование удовлетворенностью браком проводилось с помощью методики В.В. Столина, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко [4], которая представляет собой одномерную шкалу, состоящую из 24 утверждений, относящихся к различным сферам: восприятия себя и партнера, мнения, оценки, установки, и позволяет выделить среднегрупповые значения удовлетворенности браком в соответствии с 7 уровнями личной удовлетворенности каждого из супругов (абсолютно неблагополучная семья; неблагополучная семья; скорее неблагополучная семья; переходная семья; скорее благополучная семья; благополучная семья; абсолютно благополучная семья).

Среднегрупповые показатели удовлетворенности браком в исследуемых супружеских парах приведены на рисунке 1, из которого видно, что у мужчин показатель удовлетворенности браком ( $38,1 \pm 6,1$ ) выше, чем у женщин ( $35,9 \pm 9$ ). Этот результат соотносится с данными других авторов, выявивших, что в российских семьях удовлетворенность браком у мужчин имеет более высокий уровень, чем у женщин [5].

Процентное распределение выраженности степени удовлетворенности браком в супружеских парах приведено в таблице 1. Из таблицы видно, что чаще всего и мужчины, и женщины оценивают свои семьи как абсолютно благополучные (56% среди мужчин и 48% среди женщин) и благополучные семьи (34% среди мужчин и 33% среди женщин). Абсолютно неблагополучные семьи

встречаются только в выборке женщин (3,5%); у мужчин такие случаи отсутствуют.

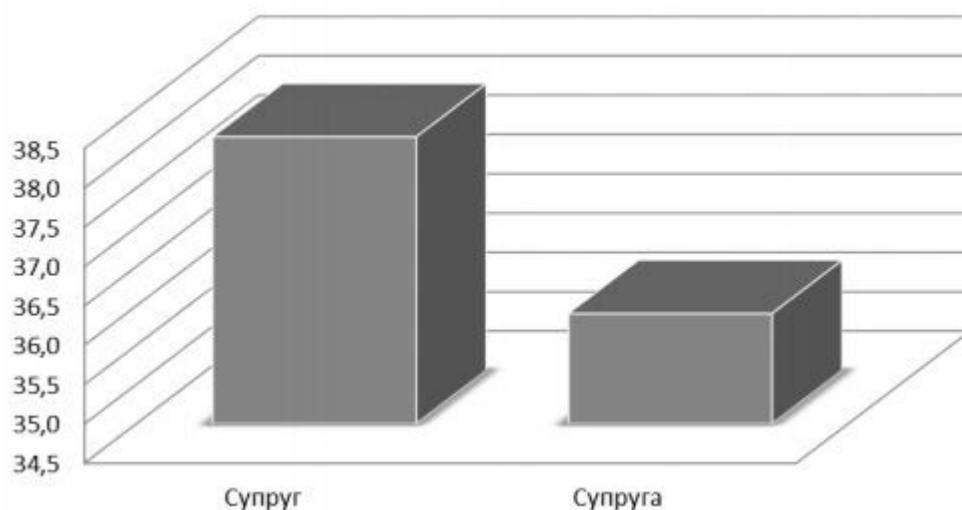


Рисунок 1. Среднегрупповые показатели удовлетворенности браком в супружеских парах.

Однако, как можно увидеть из таблицы 1, несмотря на видимые различия, все же распределение по уровням благополучия в семье у мужчин и женщин примерно равномерное, что подтверждается проведенным сравнением с помощью U-критерия Манна-Уитни, в ходе которого значимых различий по степени удовлетворенности браком между мужчинами и женщинами выявлено не было.

<i>Переменные</i>	<i>Мужчины</i>	<i>Женщины</i>
Абсолютно благополучные	56	48
Благополучные	34	33
Скорее благополучные	2,5	9
Переходные	2,5	0
Скорее неблагополучные	0	3
Неблагополучные	5	3,5
Абсолютно неблагополучные	0	3,5

Таблица 1. Процентное распределение выраженности степени удовлетворенности браком в супружеских парах, %

Уровень эмпатии супругов исследовался с помощью методики диагностики уровня эмпатических способностей В.В. Бойко [6]. Обоснованием выбора методики В.В.Бойко является тот факт, что с ее помощью можно изучить уровень эмпатии каждого из супругов (автор методики выделили четыре уровня эмпатии: очень высокий, средний, заниженный и очень низкий), а также проанализировать выраженность трех основных каналов эмпатии – рационального, эмоционального и интуитивного.

Результаты изучения степени выраженности различных каналов эмпатии у каждого из супругов приведены на рисунке 2.

(Рэ) характеризует направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на сущность другого человека.

(Ээ) фиксирует способность человека сопереживать, соучаствовать.

свидетельствует о способности человека видеть поведение партнера, действовать в

условиях нехватки объективной информации о нем.

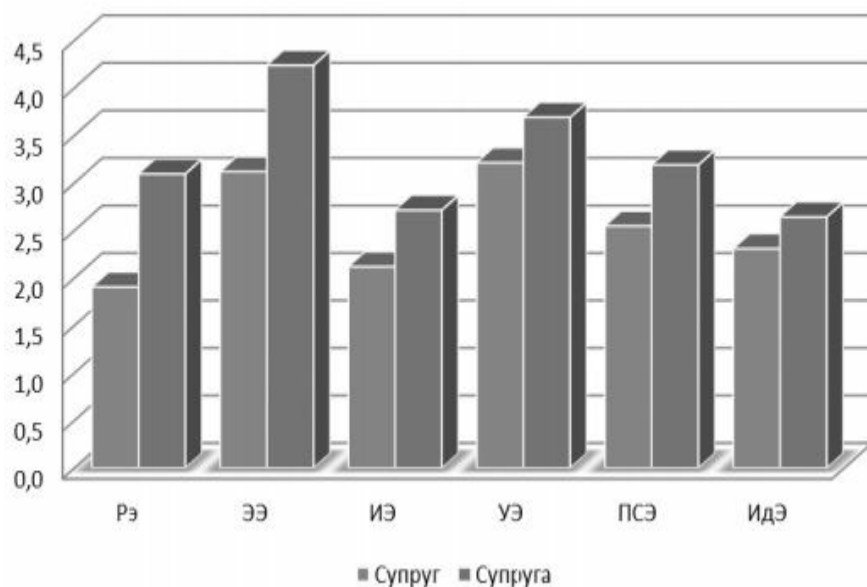


Рисунок 2. Среднегрупповые показатели эмпатических способностей супруга (колонки слева)/супруги (колонки справа).

Примечание: Рэ – рациональный канал; Ээ – эмоциональный канал; Иэ – интуитивный канал; Уэ – установки, способствующие или препятствующие эмпатии; Псэ – проникающая способность; Идэ – идентификация.

Из рисунка 2 видно, что эмпатические способности у женщин проявляются лучше, чем у мужчин, особенно это касается рационального канала ( $1,9 \pm 1,1$  у мужчин и  $3,1 \pm 1,1$  у женщин) и эмоционального канала эмпатии ( $3,1 \pm 1,6$  у мужчин и  $4,3 \pm 1,4$  у женщин). Кроме того, было выявлено, что общий уровень эмпатии у мужчин ( $15,2 \pm 4,6$ ) также имеет меньшие значения, чем у женщин ( $19,6 \pm 5$ ).

Для того чтобы выявить значимые различия, был использован непараметрический U-критерий Манна-Уитни для определения точного уровня значимости  $p$ . Проведенное сравнение показало, что супруги различаются по степени выраженности рационального канала эмпатии ( $U=390$  при  $p=0,00001$ ), эмоционального канала эмпатии ( $U=535$  при  $p=0,002$ ), проникающая способность ( $U=566$  при  $p=0,005$ ), общего показателя эмпатии ( $U=482,5$  при  $p=0,0004$ ). Таким образом, у женщин, по сравнению с мужчинами, лучше развиты направленность внимания, восприятия и мышления на сущность своего партнера – на его состояние, проблемы, поведение; способность входить в эмоциональный резонанс с окружающими – сопереживать, соучаствовать. Они обладают важным коммуникативным свойством – умением создавать атмосферу открытости, доверительности, задушевности. Они умеют создать осмысленное представление о внутреннем мире партнера по общению.

Далее нами были проанализированы и уровни выраженности общего показателя эмпатии у каждого из супругов в паре (рисунок 3).

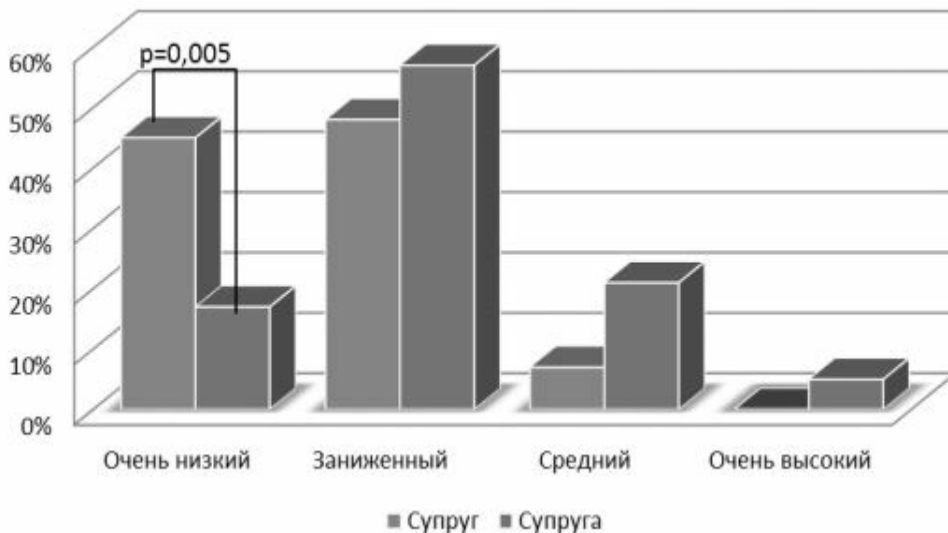


Рисунок 3. Процентное распределения уровней развития общего показателя эмпатии у супруга (колонки слева)/супруги (колонки справа) в супружеских парах

Из рисунка 3 видно, что  $\chi^2=8,02$  при  $p=0,005$  у мужчин (45%), чем у женщин (17%), а все остальные уровни эмпатии преобладают у женщин. Была также выявлена тенденция к преобладанию  $\chi^2=3,05$  при  $p=0,06$  у женщин (21%), по сравнению с мужчинами (7%). Полученный результат о том, что в супружеских парах эмпатические способности у женщин развиты лучше, чем у мужчин, находится в полном соответствии с результатами исследований других авторов, установивших наличие более низких показателей эмпатии у мужчин, по сравнению с женщинами [7].

Для выявления влияния способности супруга/супруги к эмпатии на степень удовлетворенности браком, был проведен однофакторный дисперсионный анализ. В ходе данного анализа было обнаружено, что при выявлении влияния уровня эмпатии однородность дисперсий соблюдается (Таблица 2).

Независимые переменные	Multiple R	Multiple R <sup>2</sup>	F	P
Влияние эмпатии	0,33	0,11	3,11*	0,031321

Таблица 2. Результаты однофакторного дисперсионного анализа при выявлении влияния эмпатии на удовлетворенность браком Примечание: \* -  $p<0,05$

Из таблицы 2 видно, что эмпатия ( $F=3,11$  при  $p=0,03$ ) оказывает значимое влияние на уровень удовлетворенности браком. Причем зависимость удовлетворенности браком от уровня эмпатии такова, что при низких значениях эмпатии у мужчин и у женщин, уровень удовлетворенности браком имеет максимальные значения, т.е. респонденты (мужчины и женщины) с низким уровнем эмпатии полагают, что у них абсолютно благополучная семья. Респонденты с заниженным и высоким уровнем эмпатии показывают самые меньшие значения по уровню удовлетворенности браком. Таким образом, высокий уровень удовлетворенности браком наблюдается у тех супругов, обладающих низким уровнем эмпатии.

Различия по полу супругов во взаимосвязи уровней удовлетворенности браком и эмпатией, таковы. У жен: достаточно высокая удовлетворенность браком преобладает у женщин со средним (89%), заниженным (74%) и с очень низким уровнем (83%) эмпатии, в связи с чем данные пары являются благополучными. К тому же умеренный уровень удовлетворенности браком чаще всего встречается у женщин с очень низким уровнем эмпатии (17%), а только у женщин с заниженным

---

уровнем эмпатии выявлены случаи (17%) низкой удовлетворенности, что характеризует их семьи, как неблагополучные.

У мужей: у мужчин со средним уровнем выраженности эмпатии чаще встречается высокий уровень удовлетворенности браком (67%), однако у данных мужчин также наблюдается и достаточно высокий процент низкой удовлетворенности браком (33%), а следовательно данные семьи будут считаться неблагополучными. У мужчин с заниженным уровнем эмпатии чаще оценивают свои семьи, как благополучные (90%), а небольшая часть мужчин с данным уровнем эмпатии, считает свои семьи, либо умеренно благополучными (5%), либо неблагополучными (5%). И только у мужчин с очень низким уровнем эмпатии встречаются случаи только высокой удовлетворенности браком (100%), и, следовательно, именно эти мужчины полностью уверены, что их семьи достаточно благополучны.

### **Литература**

1. Откуда в психотерапии эмпатия: К. Роджерс, его психоаналитические предшественники и последователи // Консультативная психология и психотерапия. 2012. №1. С.8–33.
2. Истинность диалога: соционическое исследование или эмпатическое познание Другого // Вестник Челябинского государственного университета. – 2011. – №2(217) . – С. 111-115.
3. Супружеская жизнь: гармония и конфликты. – М.: Просвещение, 2003. – 85 с.
4. Тест-опросник удовлетворенности браком// Психологические тесты / В 2т. – М., 2001. – Т.2.
5. Исследование удовлетворенности браком и ценностных ориентации у супругов со стажем брака до 5 лет// Известия Уральского федерального университета. – 2013. – № 3(116). – С. 120-128.
6. 6. Диагностика уровня эмпатических способностей В.В.Бойко / Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара, 2001.
7. Гендерная психология. Законы мужского и женского поведения. / Пер. с англ. С. Рысев, Л. Царук, М. Моисеев, О. Боголюбова. – СПб, 2007.