



УДК: 159.9.072.432

ОСОБЕННОСТИ СУПРУЖЕСКОЙ УДОВЛЕТВОРЁННОСТИ БРАКОМ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ЖИЗНЕННОГО ЦИКЛА СЕМЬИ

Полудень Наталья Леонидовна

старший преподаватель кафедры психологии и педагогики

Лопухов Г.Г.

студент 4 курса, медико-психологического факультета

Гродненский государственный медицинский университет

Республика Беларусь, г. Гродно

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на изучение динамики удовлетворённости браком в зависимости от стажа семейной жизни. Исследование проведено на выборке из 25 супружеских пар Гродненской и Минской областей с использованием «Опросника удовлетворённости браком» В.В. Столина. Результаты демонстрируют вариативность уровня удовлетворённости на разных этапах жизненного цикла семьи. Установлено, что длительность брака не является однозначным предиктором его качества. Ключевую роль играют комплекс факторов, включая личностные особенности супругов, качество коммуникации, социально-экономические условия, а также способность пары конструктивно разрешать конфликты и поддерживать эмоциональную близость.

Ключевые слова: семья, стаж супружеской жизни, удовлетворённость браком, супружеские отношения, компоненты удовлетворённости браком, качество супружеских отношений.

FEATURES OF MARRIAGE SATISFACTION IN COUPLES WITH DIFFERENT YEARS OF MARRIED LIFE

Poluden Natalia Leonidovna

Senior lecturer at the Department of Psychology and Pedagogy

Lopukhov G.G.

4th year student, Faculty of Medicine and Psychology

Grodno State Medical University,

Republic of Belarus, Grodno

Abstract. The article analyzes changes in the level of satisfaction at different stages of family life. An empirical study was conducted on a sample of 25 married couples from the Grodno and Minsk regions with varying durations of married life, using V.V. Stolinin's "Marital Satisfaction Questionnaire (MSQ)." The results show that marital satisfaction varies depending on the duration of joint life,

revealing differences in the perception of relationships among spouses with different experiences. Furthermore, the length of the marriage itself is not a guarantee of high marital satisfaction. Personal characteristics, communication quality, social and economic conditions, as well as couples' ability to resolve conflicts and maintain emotional closeness over time, play an important role.

Keywords: duration of married life, marital satisfaction, marital relationships, components of marital satisfaction, quality of marital relations.

Удовлетворённость браком в современной психологической науке рассматривается как комплексный конструкт, интегрирующий эмоциональные, когнитивные и поведенческие компоненты, которые совместно детерминируют качество супружеских отношений. Эмоциональный компонент составляет аффективную основу отношений, проявляясь во взаимной привязанности, эмпатии и поддержке, что формирует атмосферу доверия и напрямую коррелирует с уровнем субъективного благополучия в браке. Когнитивный компонент включает восприятие совместимости партнёров в сфере ценностей и жизненных целей. Он формируется в процессе взаимопонимания и согласования ожиданий, выступая важным критерием оценки отношений. Поведенческий компонент реализуется через качество коммуникации и совместную деятельность. Конструктивный диалог, навыки активного слушания и эмоционально-уважительное взаимодействие являются ключевыми практиками для поддержания стабильности и предотвращения деструктивных конфликтов.

М.Б. Костюченко подчеркивает, что способность супругов поддерживать эмоциональную близость, а также уровень взаимопонимания и поддержки играют ведущую роль в формировании и развитии удовлетворённости браком [1].

Эти аспекты становятся особенно актуальными для пар с значительным стажем совместной жизни, проходящих через определённые этапы зрелости. Эмоциональная близость, строится на процессе установления глубокого диалога, где супруги делятся своими переживаниями, мыслями и чувствами, создавая тем самым духовное соединение, которое способствует развитию доверия. Проявление уязвимости — способность показывать свои слабости, страхи и переживания — укрепляет эмоциональную связь, а совместные переживания, как позитивные, так и негативные, помогают создавать и поддерживать глубокое взаимопонимание. Способность сочувствовать и реагировать на эмоции друг друга в трудные моменты становится решающим для эмоциональной насыщенности отношений, что подтверждается многочисленными исследованиями.

Уровень личностных характеристик, таких как эмоциональный интеллект, устойчивость к стрессам, а также индивидуальные особенности оказывает влияние на уровень удовлетворённости браком. В этом контексте значима и социально-культурная составляющая —

окружение, ценности и ожидания общества. Например, исследования М. В. Лебедевой показывают, что социальные сети и медиа оказывают значительное влияние на формирование представлений о браке, что может положительно или отрицательно сказываться на удовлетворённости [2].

Исследования показывают, что дети, выросшие в гармоничных семьях с устойчивыми традициями, чаще воспринимают брак как долгосрочный и стабильный союз. Изменение социальных норм, экономическая нестабильность и цифровизация коммуникаций также вносят коррективы в традиционные модели семейных отношений [3].

Интерперсональные факторы, такие как стиль привязанности и родительские модели поведения, имеют важное значение в контексте гармонии в отношениях. Партнеры, выросшие в семьях с позитивными межличностными отношениями, чаще демонстрируют более высокое удовлетворение браком, что подтверждается работами А. Н. Тихомирова и его коллег [4].

Все эти факторы раскрывают, что удовлетворенность браком является субъективной оценкой гармонии, благополучия и эмоциональной насыщенности отношений, и она критически важна для поддержания долгосрочной стабильности семьи и общего благосостояния общества.

В ходе исследования была изучена удовлетворённость браком у 25 супружеских пар, участвовавших в опросе по методике В.В. Столина, Г.П. Бутенко и Т.Л. Романовой. На рисунке 1 представлены результаты оценки степени благополучия супругов в браке.

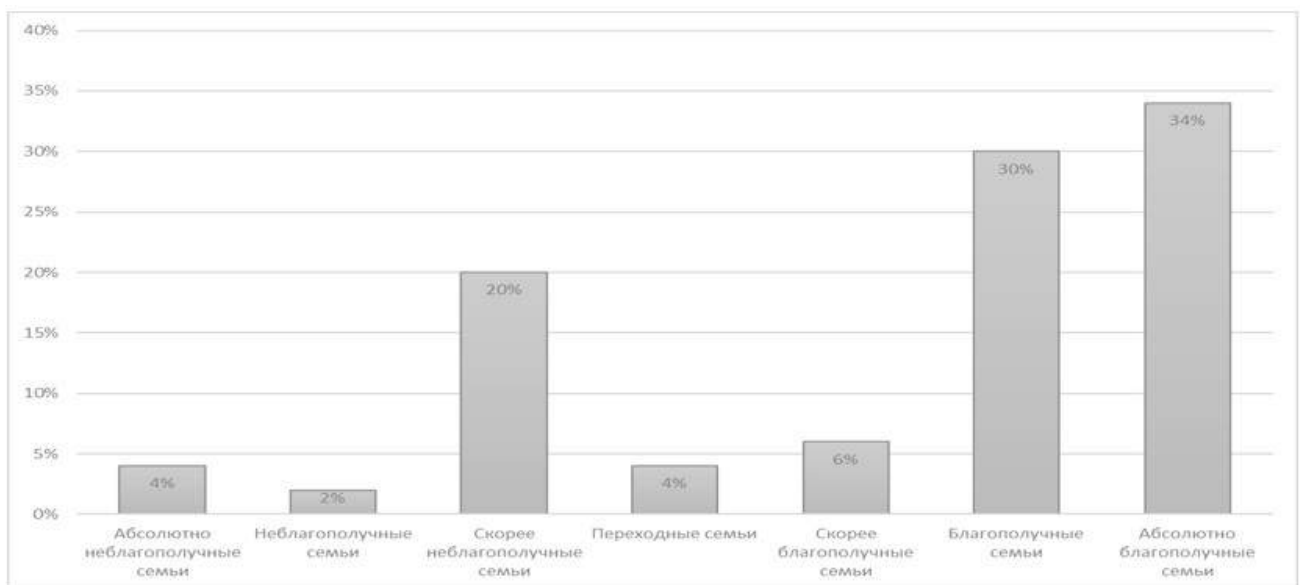


Рисунок 1. Степень удовлетворённости браком супругов, принимавших участие в исследовании

По итогам исследования было выявлено что большинство участников воспринимают свои семейные отношения как абсолютно благополучные, и составляя 34%. Это свидетельствует о высокой степени психологического благополучия и гармонии в браке, поскольку такие супруги

ощущают себя счастливыми и уверенными в своих связях, что указывает на наличие стабильных, доверительных и позитивных взаимодействий. Следующей значительной группой являются те, кто отмечает свой брак как благополучный, это 30% участников. Они чувствуют себя достаточно удовлетворёнными в семейных отношениях, а это говорит о наличии положительных аспектов совместной жизни и высокой эмоциональной гармонии, что способствует уверенности в прочности брачных связей и общему благополучию.

К категории «скорее благополучные браки» отнесены 6% респондентов. Такие участники скорее чувствуют удовлетворение, чем неудовлетворённость отношениями, что говорит об общем позитивном восприятии брака, хоть и оставляет пространство для улучшения. Этот показатель свидетельствует о том, что большинство супругов воспринимают свои отношения как достаточно удовлетворительные и могут видеть потенциал для развития и укрепления.

В то же время, 2% участников воспринимают свой брак как неблагополучный, что указывает на наличие значительных трудностей. В дополнение, 20% респондентов склонны считать свой брак скорее не благополучным, а 4% — полностью не благополучным. Эти оценки обусловлены чувством «приедания» или рутины, утратой романтики и эмоциональной насыщенности, а порой — несоответствием ожиданий реальному положению дел. Многие участники отмечают снижение уровня интимности в сексуальной сфере, что негативно сказывается на общем эмоциональном удовлетворении, а также разрыв между образами идеальной семейной жизни и действительностью, которая зачастую оказывается менее романтической и более монотонной. Значительная часть супругов чувствует недостаток эмоциональной поддержки, взаимного внимания и заботы, что порождает ощущение одиночества даже внутри брака.

Такие внутренние конфликты иногда ведут к размышлениям о возможности развода, хотя большинство не спешит о нем думать, но внутренние переживания свидетельствуют о неудовлетворённости и сложностях в отношениях, требующих внимания и поддержки. В целом, несмотря на большое число положительных оценок, по результатам исследования выявлен существенный сегмент пар, испытывающих трудности и негативные чувства, что подчеркивает необходимость разработки мер по их поддержке и укреплению семейных связей.

Дополнительно анализировалась связь между уровнем удовлетворённости браком и стажем семейной жизни. Социально-психологический климат в семье играет важную роль в формировании оценки брака. Анализ данных показывает, что степень удовлетворённости значительно варьируется у пар независимо от стажа семейной жизни. Это свидетельствует о том, что длительность совместной жизни сама по себе не является единственным фактором, определяющим уровень удовлетворённости. Среди пар с разным стажем встречаются как очень удовлетворённые, так и неудовлетворённые. Вначале отмечается, что некоторые супруги с

коротким стажем (от 1 до 5 лет) показывают высокие показатели удовлетворённости, что связано с началом совместной жизни и позитивным адаптационным процессом. Однако среди подобных пар обнаруживаются и те, кто испытывает трудности, связанные с конфликтами, недостатком взаимопонимания или иными проблемами. Также существенным является наблюдение, что у пар, проживших более 10 лет вместе, встречаются как высоко удовлетворённые, так и неудовлетворённые, что свидетельствует о сложной и многофакторной природе влияния стажа на качество отношений. Некоторые пары в долгосрочном браке демонстрируют устойчивую гармонию, развивая и поддерживая эмоциональную близость, что способствует укреплению семейных уз. На рисунке 2 представлены результаты взаимосвязи между показателями удовлетворённости браком и стажем семейной жизни.

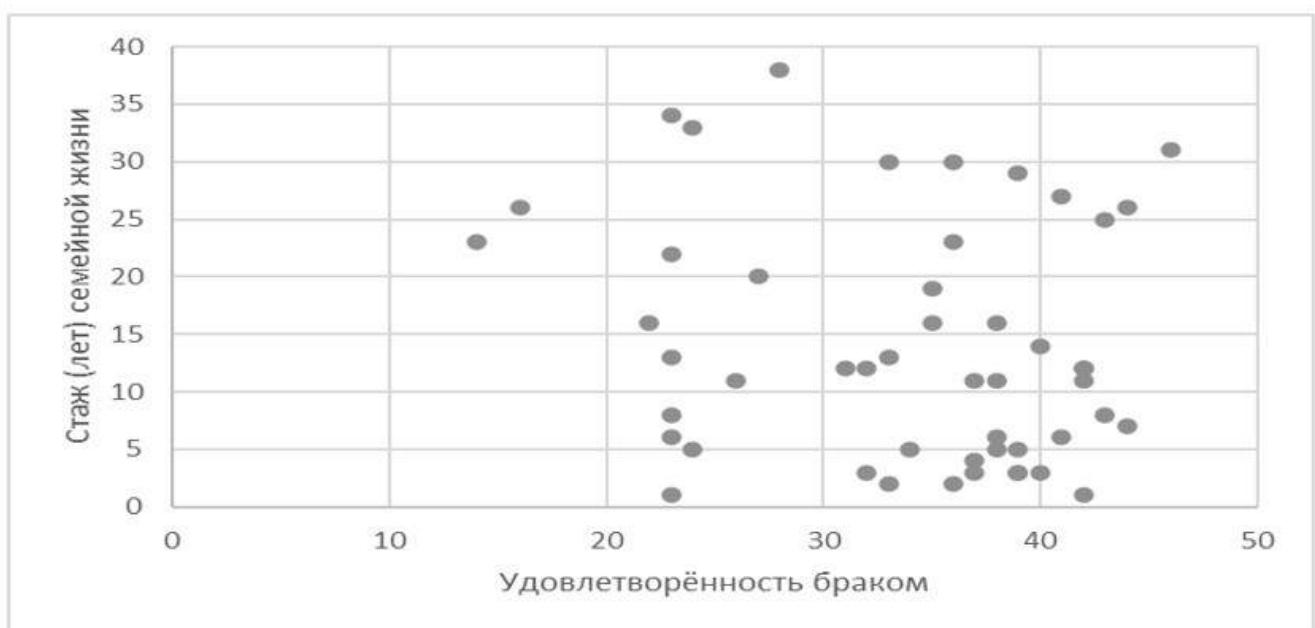


Рисунок 2. Взаимосвязь между показателями удовлетворённости браком и стажем семейной жизни

Таким образом, результаты исследования позволяют утверждать, что удовлетворённость браком носит сложный, многофакторный характер. Длительность семейной жизни, вопреки распространённым представлениям, не выступает её однозначным предиктором. На первый план выходят психологические (личностные особенности партнёров, качество коммуникации и эмоциональной близости) и социально-средовые детерминанты (финансовое благополучие, профессиональная занятость, культурный контекст). Полученные данные подтверждают необходимость целостного подхода к изучению и поддержке супружеских отношений с учётом всей совокупности влияющих факторов.

Список литературы:



1. Костюченко, М.Б. Эмоциональная близость и развитие супружеских отношений / М.Б. Костюченко // Российский психологический журнал. – 2020. – №25. – С. 69.
2. Лебедева, М. В. Влияние социальных сетей и медиа на семейные отношения // Медиа социология. – 2017. – №22. – С. 81.
3. Полудень, Н.Л. Роль воспитания в формировании нравственной готовности к браку / Н.Л. Полудень, А.В. Рудик // Актуальные вопросы инноваций и современные научные открытия : сборник научных статей по материалам VIII Международной научно-практической конференции (г. Уфа, 12 сентября 2025 г.) / редкол.: [Ф.И.О. пред.] [и др.]. – Уфа : Научно-издательский центр «Вестник науки», 2025. – С. 207-211.
4. Тихомиров, А.Н. Влияние родительских моделей и межличностных отношений на удовлетворённость браком / А.Н. Тихомиров // Вестник семейной психологии. – 2019. – №15. – С. 47.