

---

Студенческая газета  
ОРГАНИЗМ И СРЕДА

Апрель 2025

«Факторы удовлетворенности супружескими  
отношениями»



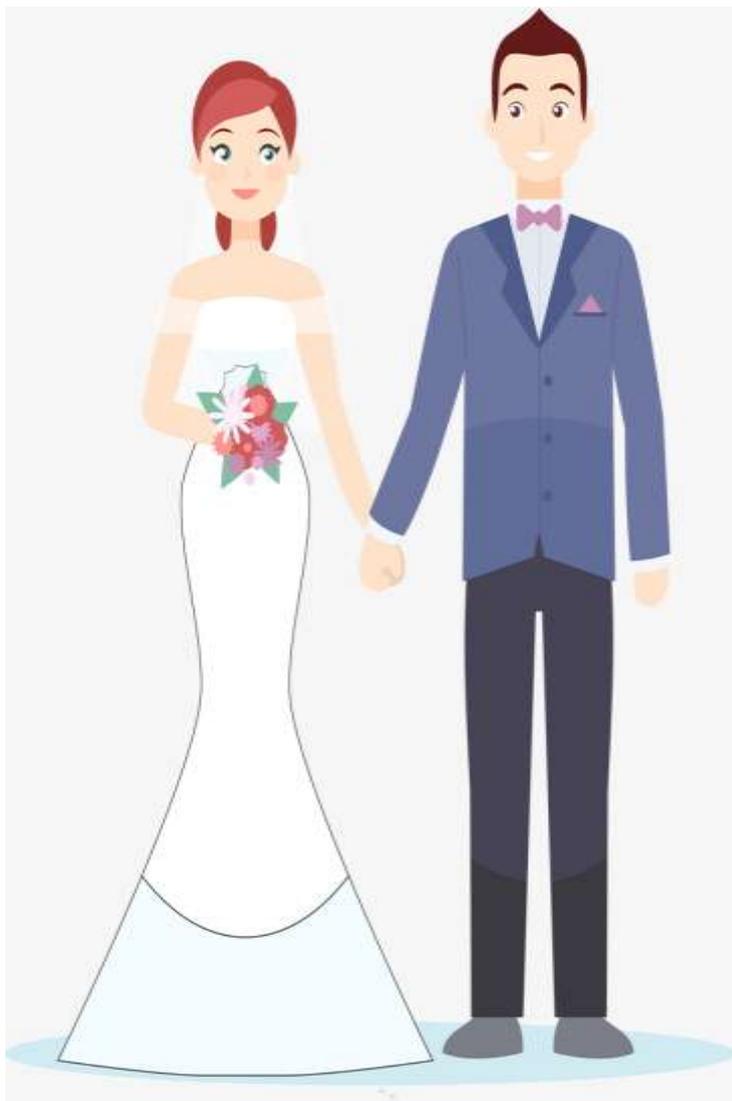
«Хорошо подобранная пара та, в которой оба супруга  
одновременно ощущают потребности в скандале»  
Жюль Ренар.



# Баланс в отношениях



Счастливые браки могут переживать кризисы, измены, различные трудности. Семейные пары, довольные своими отношениями, говорят о том, что ими была достигнута "золотая середина", особый баланс в потребностях, желаниях и ожиданиях. Баланс, который они считают уникальным, незаменимым. Это ощущение золотой середины, достигаемое совместными усилиями, творчески создается и развивается бесконечное количество раз самой супружеской парой в процессе постоянного взаимодействия. Баланс создается за счет способности к эмоциональному созреванию, росту сознания личности, а также способности все глубже понимать своего партнера и проявлять эмпатию (уметь сопереживать).



Супружеская совместимость совсем не означает, что супруги должны быть похожи друг на друга как близнецы братья. Наоборот, они могут сильно отличаться чертами характера, темпераментом, способами решения различных проблем. Этими отличиями они могут дополнять друг друга и помогать партнеру в решении разных вопросов. Отличия могут делать образ супруга более привлекательным.

С точки зрения теории Боуэна сильное сходство между супругами обычно приводит к слишком тесным, симбиотическим отношениям в паре, что в свою очередь ведет к сильному эмоциональному напряжению, конфликтам и даже разрыву отношений. Например, супруги привыкли все делать вместе и им трудно давать свободу друг другу для личной самореализации. Увлечения партнера могут восприниматься как не правильные, не интересные, противоречащие общему семейному настрою. Психологические исследования показывают, что благополучными супружеские отношения могут быть в случае, когда в семье есть понимание и уважение к нуждам, желаниям другого члена семьи, супруги умеют принимать потери и готовы к переменам. Кроме того, счастливо живут супруги, когда между ними есть привязанность, в частности, терпимость к автономии личности.



## Решение супругами психологических задач

Психологические исследования счастливых супружеских пар показали, что для комфортного существования в браке, супругам предстоит решить определенные психологические задачи:

- 1) эмоциональное отделение от своей родительской семьи и построение новых отношений с родителями.
- 2) если это второй брак, то отношения должны быть выстроены с предыдущей семьей, установлена определенная дистанция с бывшим партнером. Одновременно создается психологическая идентичность семьи, когда супруги ощущают себя связанными вместе, а не существующими по отдельности.
- 3) установление семейных правил и границ.
- 4) создание полноценных, приносящих радость сексуальных отношений и защита их от вторжений со стороны обязательств, связанных с выполнением домашних и иных работ.
- 5) объединение усилий в кризисные моменты для семьи, в частности, связанные с рождением детей. Умение относиться с уважением к интересам партнера, восстановление и сохранение супружеских отношений после того, как супруги становятся родителями и привыкают к новым ролям. Создание безопасного пространства внутри семьи для выражения и разрешения разногласий, конфликтов.



Семейные отношения основываются также на ценностях, глубоко разделяемых обоими партнерами. Постановка и решение перечисленных задач на протяжении всего жизненного цикла, приспособление к постоянным изменениям и делают брачные отношения эмоционально богатыми и насыщенными.

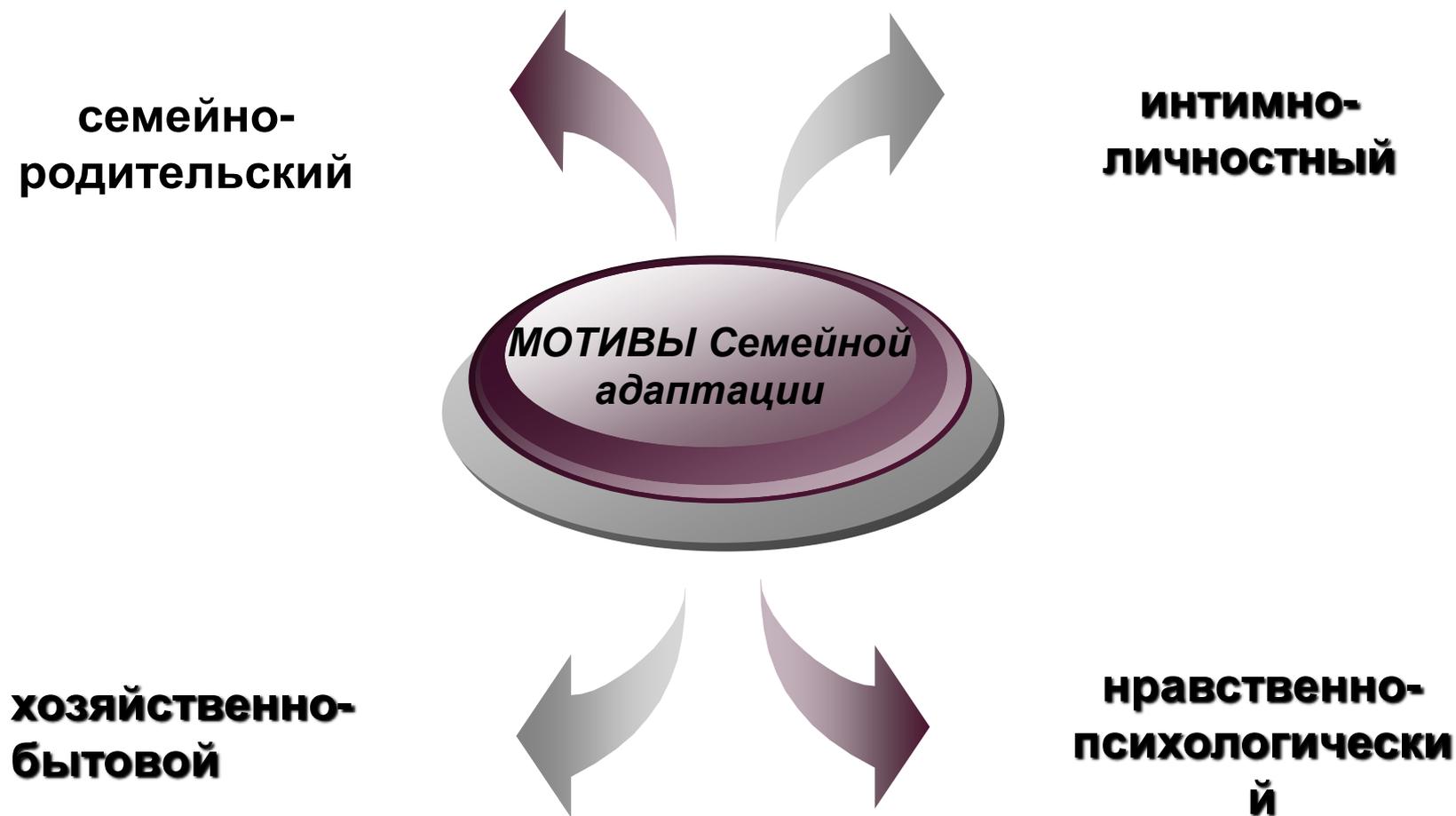


## Факторы удовлетворённости браком (Т.А. Гурко)



- ❖ социально-демографические и экономические характеристики семьи - сюда входят такие показатели, как величина совокупного семейного дохода, возраст супругов, число детей в семье и т. д.;
- ❖ характеристики внесемейной сферы жизнедеятельности супругов – профессиональная сфера, взаимоотношения супругов с ближайшим социальным окружением и т. д.;
- ❖ установки и поведение супругов в основных сферах семейной жизне-деятельности – распределение хозяйственно-бытовых обязанностей и совпадение установок в этой сфере семейной жизни, организация досуга;
- ❖ характеристики межсупружеских отношений – эмоционально- нравственные ценности (чувство любви и уважения к партнеру, общие взгляды и интересы, супружеская верность и т. д.).

СЕМЕЙНАЯ АДАПТАЦИЯ — ЭТО ПРИСПОСОБЛЕНИЕ СУПРУГОВ ДРУГ К ДРУГУ И К ТОЙ ОБСТАНОВКЕ, В КОТОРОЙ НАХОДИТСЯ СЕМЬЯ, ОНА ВЫРАЖАЕТСЯ ВО ВЗАИМОУПОДОБЛЕНИИ СУПРУГОВ И ВО ВЗАИМНОМ СОГЛАСОВАНИИ МЫСЛЕЙ, ЧУВСТВ И ПОВЕДЕНИЯ.



# РАЗВОД



**неподготовлен  
ность молодых  
людей**

**сложность  
отношений  
между  
поколениями**

**гедонистическ  
ое отношение  
к браку**

**отсутствие  
подготовки**

## ОДНУ ИЗ ПОПЫТОК СИСТЕМАТИЗИРОВАТЬ ФАКТОРЫ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ БРАКОМ ПРЕДПРИНЯЛ А. ГУРКО, РАЗДЕЛИВ ИХ НА ЧЕТЫРЕ ГРУППЫ

- ❖ социально-демографические и экономические характеристики семьи (совокупный доход, возраст супругов, число детей и т.д.);
- ❖ характеристики внесемейной сферы жизнедеятельности супругов (профессиональная, ближайшее социальное окружение и т.д.);
- ❖ установки и поведение супругов в семье (распределение хозяйственно-бытовых и других обязанностей, организация досуга);
- ❖ межсупружеские отношения, эмоционально-нравственные ценности (любовь и уважение к партнеру, общие взгляды и интересы, супружеская верность и т.д.).



# ПСИХОЛОГИ ВЫДЕЛЯЮТ ТАКИЕ ТИПЫ УСПЕШНЫХ БРАКОВ:



- *романтический* — в его основе длительная страстная любовь, чувственные воспоминания о первых свиданиях; поглощенные любовью друг к другу супруги не забывают об окружающем мире и своих детях;
- *спасительный* — основан на поддержке друг друга, помощи в преодолении печалей и болезней, проявлении любви и терпения; супруги оберегают друг друга, не наносят душевных травм;
- *партнерский* — основан на дружбе и взаимопонимании, отношения между супругами похожи на братско-сестринские;
- *традиционный* — женщина хозяйка дома, а муж — основной добытчик; воспитывая детей и строя свой дом, мужчина и женщина любят друг друга.

**Удовлетворенность браком** зависит, в основном, от возможности реализовать свои ожидания в браке, реализовать свое представление о том, какой должна быть семья. Понятие удовлетворенности браком неразрывно связано с понятием супружеской совместимости.

На удовлетворенность браком и супружескую совместимость влияют такие факторы, как:

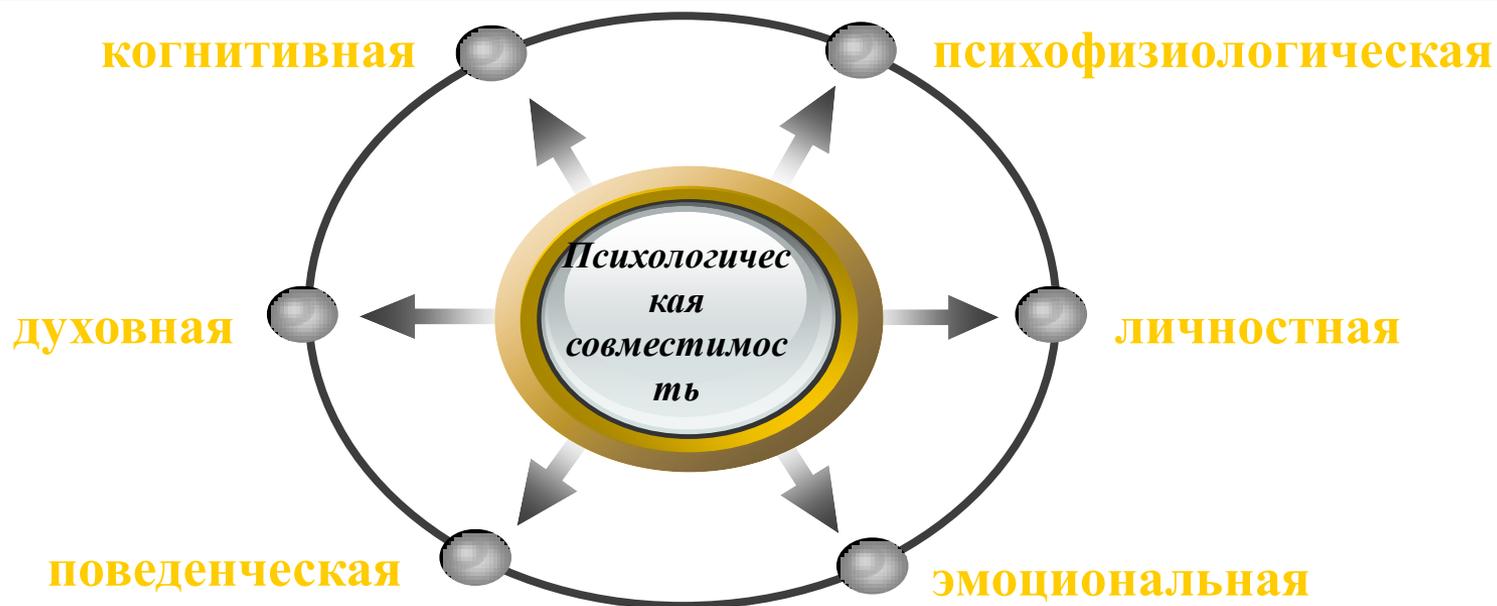
- ❖ наличие общих интересов и в то же время свобода самореализации каждого из партнеров,
- ❖ совпадение ожиданий от семейной жизни, взглядов и ценностей. Ожидания могут казаться разных аспектов семейной жизни, таких, как финансы, лидерство в семье, бытовая сфера, рождение и воспитание детей, семейный досуг и так далее.
- ❖ совместимость в сексуальной сфере, когда оба партнера испытывают взаимное притяжение и удовольствие от секса.



# СУПРУЖЕСКАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ



# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ



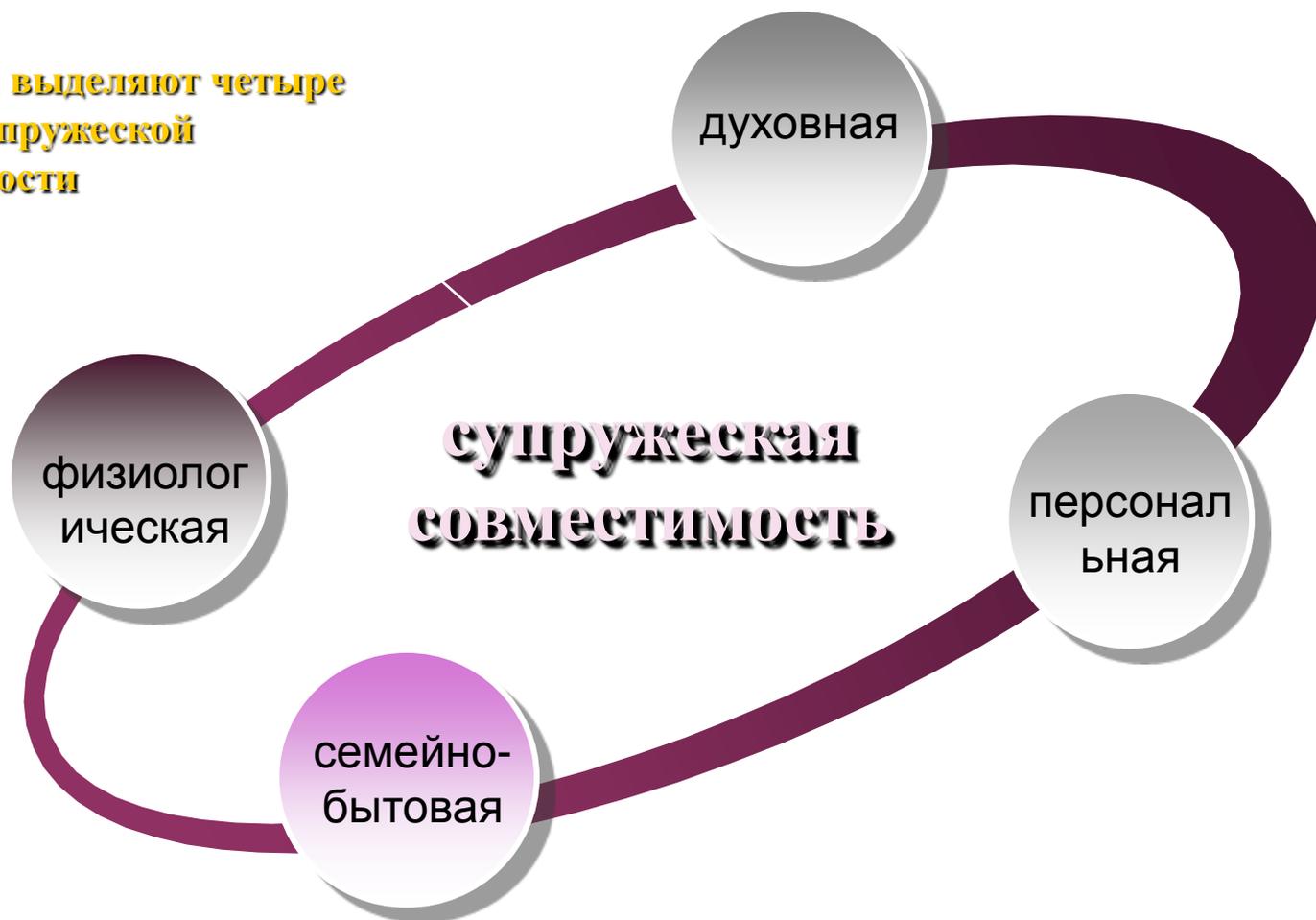
Гармонию семейно-брачных отношений с точки зрения личных параметров определяют:

- ❖ эмоциональная сторона, степень привязанности;
- ❖ сходство представлений, видений себя, партнера, социального мира в целом;
- ❖ сходство предпочитаемых каждым из партнеров моделей общения, поведения;
- ❖ сексуальные предпочтения и психофизиологическая совместимость;
- ❖ общий культурный уровень, степень психической и социальной зрелости,
- ❖ совпадение систем ценностей супругов.

# ПСИХОБИОЛОГИЧЕСКАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ

*Психобиологическая совместимость* — влечение друг к другу, восхищение, уважение

Психологи выделяют четыре аспекта супружеской совместимости



# ПРОБЛЕМЫ МОЛОДОЙ СЕМЬИ



***Все браки удачны. Трудности появляются только тогда, когда начинается совместная жизнь.***

***Н. Добронравов***

- ❖ Появление первого ребенка знаменует особый период в жизни молодой семьи. Это событие неминуемо приводит к изменению стиля семейной жизни, сформировавшихся у обоих супругов интересов и привычек, к необходимости овладения социальными ролями отца и матери
- ❖ Сложности во взаимоотношениях молодых супругов обусловлены и тем, что модели поведения мужа и жены становятся все менее жесткими. Изменяются формы ролевого взаимодействия: отношения в семье, способы ее организации зачастую определяются ситуацией и зависят от склонностей, возможностей и способностей супругов.
- ❖ Дестабилизирующие семью факторы существенно различаются в зависимости от этапа ее жизнедеятельности.
- ❖ У молодых супругов актуализируются проблемы психологической и бытовой адаптации
- ❖ Большинство молодых супругов не умеют распознавать и конструктивно разрешать конфликты, особенно скрытые.



# ИНТИМНЫЕ СЕКСУАЛЬНЫЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ



- ❖ Интимные сексуальные взаимоотношения очень значимы особенно в первые годы брака, позднее появляется привлекательность в других сферах взаимоотношений — дружбе, верности, общности взглядов, восприятию всех сторон совместной жизни.
- ❖ Сдержанность женщины в сексуальных проявлениях в сочетании с настойчивостью мужчины часто становится серьезной причиной дисгармонии, мешающей обоим. Без доли раскованности, сексуальных фантазий интимные отношения могут превратиться в стереотип, привычку. Они могут продолжаться долгие годы, не принося настоящего наслаждения, чреватые разочарованием, поисками удовлетворения в мимолетных связях.
- ❖ Женская сексуальность развивается иначе, нежели мужская: гораздо медленнее, спокойнее, романтичнее. У женщины вначале возникает потребность в защитнике, нежном друге, а затем в сексуальном партнере. Женщины в большей степени обеспокоены предохранением от нежелательной беременности, у многих из них сформированы неверные представления о методах контрацепции.
- ❖ Выбор метода — процесс интимный, при правильном его использовании половая жизнь приносит радость, нет необходимости искусственно прерывать беременность, можно планировать семейную жизнь



*В женихах счастлив только дурак, а настоящий человек озабочен будущей жизнью.*  
*А. С. Пушкин*



## Смешинка

Как тебе удаётся  
не обращать внимания  
на свои недостатки?

У меня их нет



Все дни как один...  
Хочется нового,  
перемен!

Хочешь, поменяемся  
местами на кровати?



<p><b>Учредитель:</b></p> <p>Авторы напечатанных материалов несут полную ответственность за подбор и точность приведенных фактов.</p> <p>Сайт газеты: <a href="http://biology.gsu.by/">http://biology.gsu.by/</a></p>	<p><b>ФИЗИОЛОГИЯ</b></p> <p>Студенческая газета кафедры биологии биологического факультета</p> <p>ГГУ им. Ф. Скорины Наш адрес: 246019, г. Гомель, ул. Советская, 108, ауд. 2-14</p>	<p><b>Главный редактор:</b> Кураченко И. В.</p> <p><b>Редактор-оформитель:</b> Паладьева П.</p>
---	--	---