

ОСОБЕННОСТИ САМОВОСПРИЯТИЯ ЗАМУЖНИХ И СОСТОЯЩИХ В РАЗВОДЕ ЖЕНЩИН

Устюжанинова Е. Н.

*Самарский филиал Московского городского педагогического университета,
Самара, Российская Федерация
psyly@mail.ru*

В статье рассмотрена проблема кризиса института семьи, проявляющаяся в неблагоприятном соотношении количества заключаемых браков и разводов, в росте числа разводов, которые оказывают негативное влияние на самоотношение, самооценку и в целом самовосприятие разведенных женщин, что проявляется в более высоком желании у разведенных женщин в сравнении с замужними вызывать по отношению к себе чувства симпатии и уважения, более негативной оценке своего характера, склонности в большей степени к уходу из семейной в профессиональную сферу и поиске успеха именно в ней, в сниженной в сравнении с замужними уверенности в том, что их жизнь находится в их собственных руках; для них в большей степени характерны негативные эмоциональные проявления, такие как истерики, злость, раздражение, вынесение самоприговоров, вплоть до действий и поступков самоповреждающего характера. При этом разведенные женщины в целом большее значение придают своим способностям и уму, считают себя способными к осуществлению разнообразной деятельности. Им в большей степени свойственно самодовольство, непризнание своей неправоты в возникающих проблемах, недостаточная критичность к себе на фоне обвинений в ошибках других людей, перекладывание ответственности на них. У женщин, находящихся в браке, более выражено чувство одобрения и симпатии по отношению к себе, свойствам своего характера.

Ключевые слова: самовосприятие, развод, разведенные женщины, самоотношение, самооценка.

Актуальность. Начиная с 90-х годов XX века количество браков в России стало снижаться, а 2014–2015 года ознаменованы пиком снижения свадеб в России, и к 2020 году достигнут минимум регистраций браков за 70 лет: в 1960 году в РСФСР было зарегистрировано почти в 1,6 раза браков больше, чем в 2021-м. При этом число разводов в стране, выросшее в 1990-е годы, достигло пика в 2002 году, когда в России зафиксировано 5,9 расторгнутых браков на 1000 человек населения. Далее, после пика количества разводов в 2008 году, ситуация стала несколько улучшаться.

Результаты многочисленных исследований свидетельствуют о том, что для большого количества людей семья является одной из важнейших жизненных ценностей, много более значимой, чем интересная работа, материальное благополучие и др. В то же время при неблагоприятном развитии семейных отношений у супругов возрастает риск возникновения ненормативных кризисов, чреватых разводными ситуациями. Нам следует помнить, что развод имеет общественное значение, хотя отношения между людьми в браке личные и сугубо индивидуальные. В супружеских отношениях кроется будущее страны. Поэтому ситуации с разводами должны являться предметом заботы со стороны государства и общества.

Наиболее сложны переживания развода для приобретающих статус разведенных женщин с детьми. Наряду с изменением статуса они сталкиваются с негативным отношением общества к разводу, с осознанием неспособности выстроить взаимоотношения, страхом перед возможными новыми отношениями и т. п. Распад семьи часто воспринимается женщиной как доказательство ее неполноценности, что приводит к острому переживанию ею собственной несостоятельности, самообвинению. Разведенные пытаются рационализировать ситуацию и доказать, что им безразличны возникшие проблемы. Весьма распространенным является чувство беспокойства, нетерпеливости, идущее от нарушенных привычек и утраты привычных ролей.

Одни развод считают злом, другие – избавлением от зла. «А он как дождь: когда необходимо – добро, во всех остальных случаях – зло, и немалое» [4]. Чаще всего, развод тяжело переживается женщинами среднего возраста, что выражается в снижении уверенности в себе, повышении аутоагрессии, чувства вины, тревожности, депрессивных расстройств.

Самовосприятие человека можно рассматривать как мнение о себе и своих возможностях. Оно не всегда бывает позитивным. Сформированные у человека стереотипы могут оказаться более сильными, чем совершаемые им волевые усилия. Наличие же этих убеждений может оказывать влияние на самовосприятие, изменяя его [3].

На этапе становления самовосприятия существенное влияние на него оказывает мнение других. Оно оказывает влияние на ребенка, от него зависит формирование образа себя, самовосприятия своего поведения, себя, как личности. Таким образом, источник искаженного самовосприятия находится в детстве. Взрослея, человек меняет, уменьшает влияние на него внешнего, возрастает доля собственного самовосприятия. Это оказывает влияние на поступки и поведение, формирование мышления [1].

Поскольку самовосприятие формируется в течение жизни человека, его формирование зависит от собственных позиций, влияния оценки значимого окружения, воспитания и обучения.

С. Л. Рубинштейн отмечал, что развитие самосознания в течение жизни проходит ряд ступеней – от наивного неведения в отношении самого себя к более углублённому самопознанию, которое впоследствии соединяется со всё более определённой и иногда сильно колеблющейся самооценкой» [2]. Э. Эриксон этот процесс рассматривал как последовательную смену стадий. По его мнению, Я-образ формируется на основе эгоидентичности, которая возникает под воздействием определённой культуры на биологической основе. Лонгитюдные исследования особенностей самовосприятия показали, что его основы формируются уже к семи годам, а далее демонстрируют достаточно высокую стабильность и устойчивость к изменениям на протяжении всей жизни человека [5].

Самовосприятие рассматривается и как приобретенное в процессе жизни человека умение анализировать собственную жизнь, лично себя, свои поступки и поведение, адекватно оценивать свои возможности, а также свои достоинства и недостатки. В будущем это приводит к умению оценивать свою жизнь, свое место в ней, выстраивать гармоничные отношения с миром. Современная психология отводит самовосприятию место одного из элементов в структуре самосознания. Исследованиями доказано влияние самоотношения на самовосприятие [2].

Множественные психологические факторы развода оказывают влияние и на особенности самовосприятия женщин, переживших распад семьи. Для нас важно определить эту специфику.

В начале нашего исследования мы выдвинули *гипотезу* о том, что существуют особенности в самовосприятии женщин, состоящих в браке, и женщин, переживших развод.

Целью исследования определено выявление особенностей самовосприятия разведенных женщин в сравнении с самовосприятием женщин, состоящих в браке.

Описание выборки. Объем общей выборки составил 75 человек, в возрасте от 35 до 45 лет. Из них: 30 человек – замужние женщины с одним или двумя детьми (группа 1), 30 человек – разведенные с одним или двумя детьми (группа 2).

Исследование проводилось с городскими жителями г. Самары. На основании анкеты набрали две группы испытуемых, уравнивая их по возрасту (от 35 до 45 лет), образованию, доходам, количеству детей. Все женщины работающие. В группу замужних вошли 30 женщин, состоящих в единственном браке не менее 7 лет (далее группа 1). В группу разведенных вошли также 30 женщин, находящихся в разводе не менее полугода и не вступивших в новые брачные отношения (далее группа 2).

Методики и методы. С респондентами проведена психодиагностика при помощи методики исследования самоотношения (тест-опросник МИС) В. В. Столина, С. Р. Панталева, методики диагностики самооценки Дембо – Рубинштейн; статистический анализ проведен при помощи критерия Манна – Уитни.

Результаты исследования. На рисунках 1 и 2 представлен качественный анализ результатов тестирования обеих выборок по методике МИС.

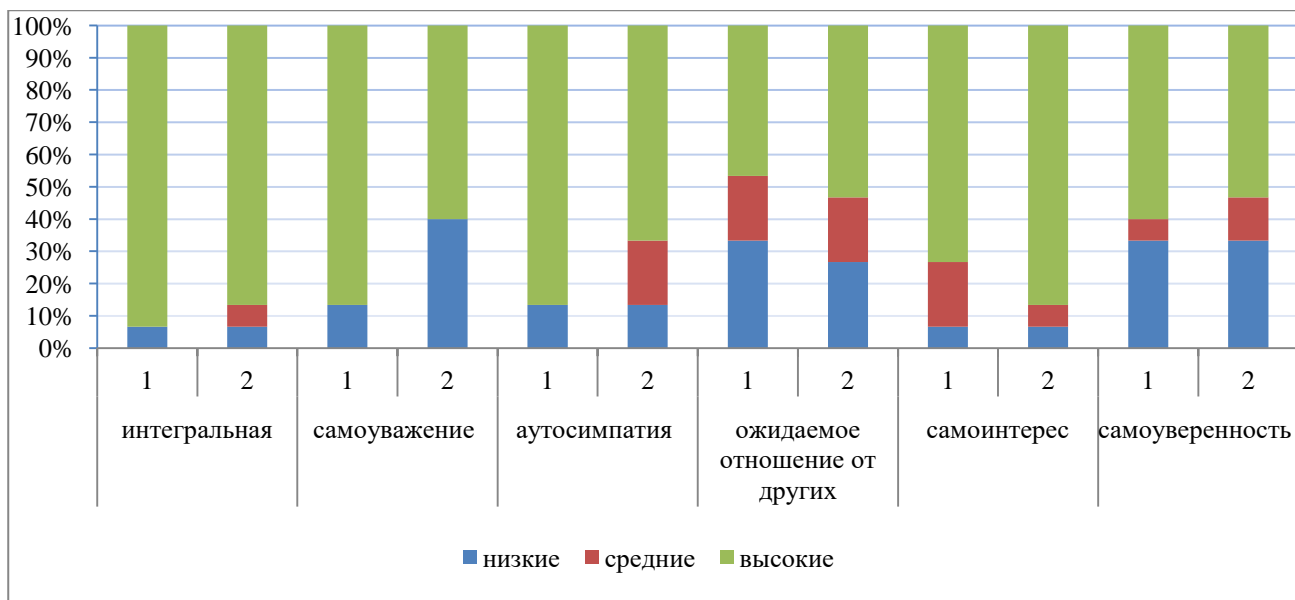


Рис. 1. Результаты обследования 1-й и 2-й групп по методике МИС (шкалы: 1 – интегральная, 2 – самоуважение, 3 – аутосимпатия, 4 – ожидаемое отношение от других, 5 – самоинтерес, 6 – самоуверенность)

Подавляющее большинство респонденток набрали завышенные баллы по интегральной шкале и шкале самоинтереса. Максимально занижены показатели по шкале самоуважение в группе разведенных женщин – у 40 %. Максимально завышены показатели по шкале самоинтерес в группе разведенных женщин – у 87 %. У такого же количества замужних женщин (87 %) завышены показатели по шкале аутосимпатия.

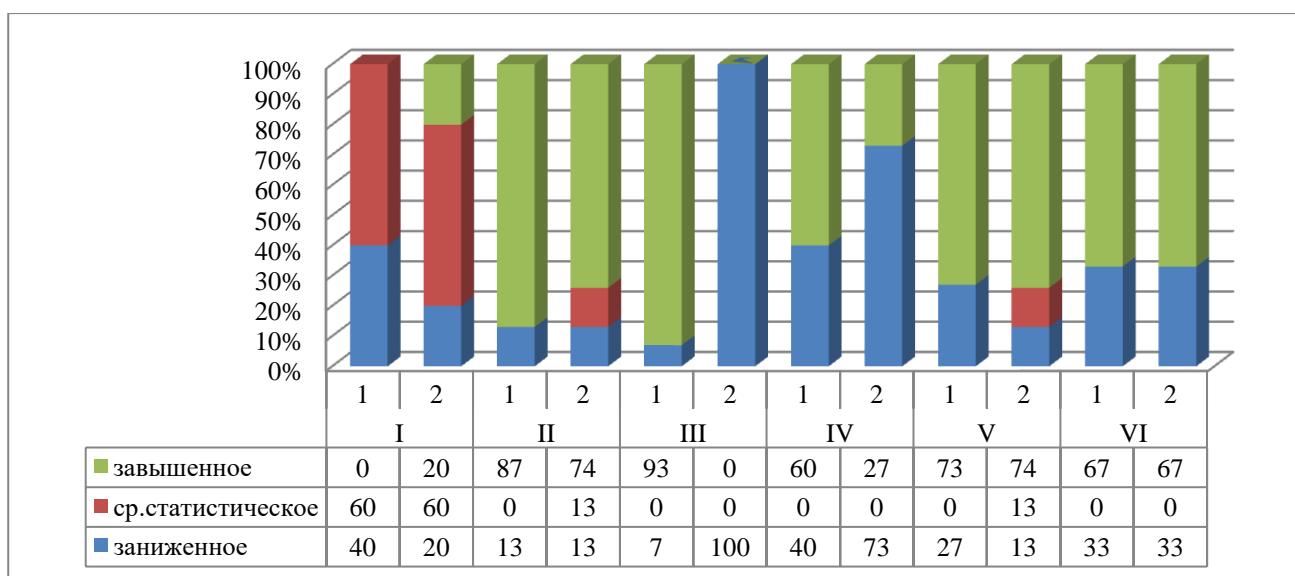


Рис. 2. Результаты обследования 1-й и 2-й групп по методике МИС (шкалы: I – отношение других, II – самопринятие, III – самопоследовательность, IV – самообвинение, V – самоинтерес, VI – самопонимание)

В оценке отношения других большая часть респонденток (по 60 % в каждой из выборок) показали среднестатистическую норму. 100 % разведённых женщин дали завышенные оценки в показателях самопоследовательности. Шкала самообвинения – единственная, в которой заниженные показатели составляют больше половины и отсутствуют показатели среднестатистической нормы.

На рисунке 3 помещены результаты тестирования обеих выборок по методике Дембо – Рубинштейн.

По шкале ум наблюдается тенденция к незначительным различиям между группами замужних женщин и разведенных. Низких показателей нет. Средние показатели – у 73 % замужних женщин, у 47 % разведенных. Высокий уровень самооценки по шкале ум показали 27 % женщин у замужних и 53 % женщин у разведенных. Женщины с низкой самооценкой по шкале ум отсутствуют.

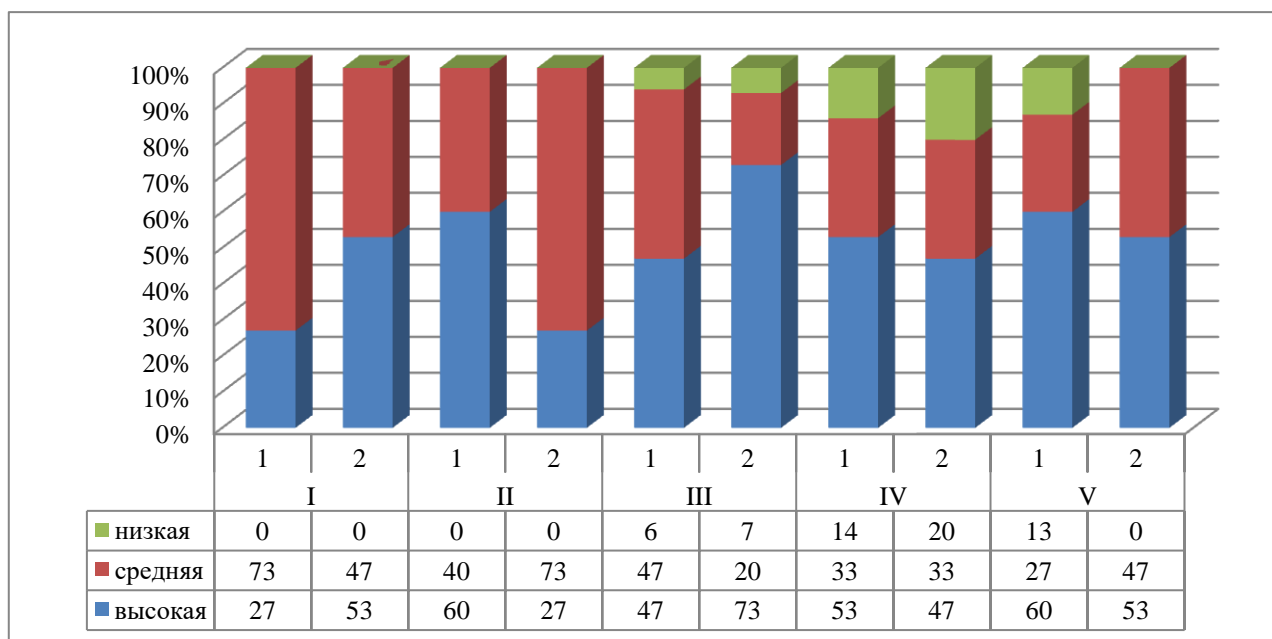


Рис. 3. Результаты обследования 1-й и 2-й групп по методике Дембо – Рубинштейн (шкалы: I – ум, II – характер, III – профессионализм, IV – коммуникабельность, V – внешность)

60 % замужних женщин оценивают высоко свой характер, и лишь 27 % разведенных женщин оценивают свой характер так же. Нет женщин, считающих, что у них плохой характер. 40 % женщин замужних и 73 % разведенных оценивают свой характер на уровне среднего.

Свой профессионализм 47 % замужних и 73 % разведенных женщин оценивают как высокий. И лишь по 7 % женщин из двух групп пришли к выводу, что их профессионализм недостаточно хорош. Средние показатели – у 47 % замужних женщин и 20 % разведенных.

Высоко оценивают собственную коммуникабельность 53 % замужних и 47 % разведенных женщин. По 33 % женщин из обеих групп имеют среднюю самооценку по шкале коммуникабельность. 13 % замужние женщины и 20 % разведенные считают себя не коммуникабельными.

Среди разведенных нет женщин, считающих себя некрасивыми. А вот у замужних 13 % женщин отнесли себя к некрасивым. 27 % замужних женщин и 47 % разведенных попали в категорию со средней самооценкой внешности. К красивым женщинам отнесли себя 60 % замужних и 53 % разведенных.

При помощи непараметрического метода различий Манна – Уитни в программе SPSS-17 мы рассчитали вероятность статистических различий в показателях самоотношения и самооценки в 1-й и 2-й группах.

Различия установлены по шкалам аутосимпатия ($p \leq 0,05$) (выше в гр. 1), ожидаемое отношение от других ($p \leq 0,01$) (выше в гр. 2), самообвинение ($p \leq 0,05$) (выше в гр. 1), ум ($p \leq 0,05$) (выше в гр. 2), характер ($p \leq 0,05$) (выше в гр.1), профессионализм ($p \leq 0,01$) (выше в гр. 2).

Самоуважение личности выступает непременным условием проявления её активности, деятельности, проявляется в реализации творческих способностей.

По результатам исследования можно отметить, что развод отрицательно влияет на некоторые аспекты самоотношения личности разведенных женщин, а именно аутосимпатию.

Она значимо выше у замужних женщин. В отличие от замужних, разведенные женщины склонны в случившемся винить себя, видеть недостатки, не замечать или принижать имеющиеся достоинства. Зачастую для разведенных женщин характерны негативные эмоциональные проявления, такие как истерики, злость, раздражение, вынесение самоприговоров, вплоть до действий и поступков, приносящих вред самой себе.

Ожидаемое отношение от других проявляется в том, насколько замужние и разведенные женщины ожидают позитивных или наоборот негативных оценок от окружающих их людей, в особенности близких, друзей и коллег. Несмотря на чуть большую значимость этого фактора для разведенных женщин, существенных различий между двумя группами выявлено не было.

Самоинтерес отражает уверенность женщины в том, что она может вызывать интерес у окружающих, быть интересна для других. Разведенные женщины и замужние в равной степени проявляют интерес к себе, своим мыслям, чувствам, желаниям, переживаниям и в целом принимают себя такими, как есть.

Обсуждение результатов. Вместе с анализом суммарных показателей самооотношения, рассмотрим подробнее наличие различий по представленным шкалам опросника.

Согласно результатам исследования, у разведенных женщин значимость фактора «отношение других» достоверно выше, чем у замужних. Для разведенных женщин существенное значение имеет, то, как воспримут развод окружающие их люди, какую оценку дадут, поскольку от этого зависит, и мера поддержки в которой они нуждаются. Для разведенных женщин характерен избирательный подход восприятия отношения к себе со стороны других людей. Благоприятное отношение к ним других людей распространяется на все совершаемые поступки, и они ожидают, что в ситуации связанной с разводом окружающие их правильно поймут и поддержат. Разведенные женщины в большей степени нуждаются в положительном отношении к себе, в понимании, сочувствии и поддержке.

Показатели по шкале «самообвинение» говорят о степени выраженности негативных эмоций в адрес своего «Я». Низкие значения этого показателя, в большей степени свойственны разведенным женщинам. Это проявляется в самодовольстве, непризнании своей неправоты в возникающих проблемах, в недостаточной критичности к себе на фоне обвинений в ошибках других людей, перекладывании ответственности на них. Женщины ищут источник своих неудач и бед, не в себе самих, а в окружающих или в складывающейся ситуации в целом. Низкий уровень характерен более для разведенных женщин.

Семья чрезвычайно важна для человека, поэтому внутренние семейные отношения оказывают особенно сильное влияние на самооценку женщины. Одной из серьезных стрессовых ситуаций, оказывающих влияние на самооценку женщины, является развод. Разведенные женщины в целом большее значение придают своим способностями и уму, считают себя способными к осуществлению разнообразной деятельности.

В целом положительное отношение к себе, к свойствам своего характера выше у замужних женщин. Разведенные женщины больше склонны видеть негативные черты своего характера.

По шкале «профессиональное мастерство» также выявлены статистически значимые отличия. Для разведенных женщин в большей степени важна профессиональная деятельность, и успешность в ней. Особенно если, находясь в браке, женщина не работала или работала мало. Разведенные женщины чаще считают себя хорошими профессионалами, готовы больше времени посвящать профессиональной деятельности.

Таким образом, в нашем исследовании выявлены некоторые особенности в самовосприятии разведенных женщин в сравнении с состоящими в браке:

Анализ содержательного аспекта шкалы «аутосимпатия» свидетельствует, что у женщин, находящихся в браке, более выражено чувство одобрения и симпатии по отношению к себе. Разведенные женщины более склонны видеть недостатки, не замечать или принижать имеющиеся достоинства. Для них в большей степени характерны негативные эмоциональные

проявления, такие как истерики, злость, раздражение, вынесение самоприговоров, вплоть до действий и поступков самоповреждающего характера.

Выводы. Для разведенных женщин по сравнению с замужними более важно желание вызывать по отношению к себе чувства симпатии и уважения.

Разведенные женщины в меньшей степени, чем женщины, находящиеся в браке, предполагают, что их жизнь находится в их собственных руках, они готовы винить за все неудачи других (что мешает им понять собственные ошибки).

Разведенные женщины по сравнению с состоящими в браке в целом большее значение придают своим способностями и уму, более высоко их оценивают.

Положительное отношение к себе, к свойствам своего характера выше у замужних женщин. Разведенные женщины больше склонны видеть негативные черты своего характера.

Для разведенных женщин в большей степени важна профессиональная деятельность, и они большее значение придают своим успехам в ней.

Для большинства людей распад брака – это один из самых драматических моментов жизни: завершение близких отношений всегда болезненно. Этот разрыв травмирует обоих бывших супругов и приносит страх перед будущим, повергая человека в состояние безнадёжности, отчаяния и одиночества.

Практическая ценность представленного исследования заключается в том, что ее результаты могут быть использованы для психологической помощи разведенным женщинам.

Литература / References

1. Карнилова А. П. Диагностика регулятивной функции самосознания // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16, № 1. – С. 107–114.
2. Лидерс А. Г. Семья как психологическая система. Очерки психологии семьи. – М.; Обнинск: ИГ-СОЦИН, 2004. – 294 с.
3. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер Ком, 1998. – 688 с.
4. Столин В. В. Самосознание личности. – М.: Изд-во МГУ, 1983. – 285 с.
5. Фомина О. С. Психологические особенности образа // Молодой ученый. – 2020. – № 22(312). – С. 497–500.
6. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: МПСИ, 2006. – 352 с.

PARTICULAR SELF-REVIEW OF LABOR AND DEVELOPING WOMEN

Ustyuzhaninova E. N.

*Samara Branch of Moscow City University, Samara, Russian Federation
psylu@mail.ru*

The article deals with the problem of the crisis of the family institution, unfavorable marriage/divorce ratio, increase in divorces, which have a negative impact on self-esteem, self-esteem and the general self-perception of divorced women, which manifests itself in a higher desire in divorced women compared to married women inducing feelings of sympathy and respect, a more negative assessment of their character, more inclined to leave the family in the professional sphere and search for success in it, in comparison with married women, the, that their lives are in their own hands; for them to a greater extent characterized by negative emotional manifestations such as: hysteria, anger, irritation, self-incrimination, actions and actions of a self-injurious nature. At the same time, divorced women generally place greater importance on their abilities and intelligence. They are more likely to satisfaction, non-recognition of their wrongness in emerging problems, lack of self-criticism in the face of accusations of other people's mistakes, transferring responsibility to them. Married women have a more pronounced sense of approval and sympathy for themselves, for the properties of their character.

Keywords: self-perception, divorce, divorced women, self-recognition, self-esteem.