

АЛЛОГУЛОВА Карина Олеговна,
магистрант,
факультет «Международный институт
консультативной психологии, психоанализа и нейропсихологии»,
«Московский психолого-социальный университет» (МПСУ),
e-mail: allogulova92@mail.ru

ЛИЧНОСТНАЯ ЗРЕЛОСТЬ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДЕТЕРМИНАНТА СУПРУЖЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ: ТЕОРЕТИКО-ЭМПИРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Аннотация. Статья посвящена изучению личностной зрелости как психологической детерминанты супружеского благополучия. Эмпирическое исследование проводилось на выборке из 118 респондентов (59 супружеских пар, средний возраст 34,7 года, средний стаж брака 7,3 года). Применялись Шкала дифференциации самости (DSI), методика смысловых ориентаций Д. А. Леонтьева, опросник созависимости Уайнхолда и методика Дембо-Рубинштейн в адаптации А. М. Прихожан. Установлено, что уровень дифференциации самости положительно коррелирует с индексом супружеского благополучия ($r = 0,61$; $p < 0,01$), осмысленность жизни связана с удовлетворённостью браком по субшкале «Цели» ($r = 0,54$; $p < 0,01$), а созависимость демонстрирует значимую обратную связь с благополучием брака ($r = -0,58$; $p < 0,01$). Совокупность показателей личностной зрелости объясняет 48,3% дисперсии переменной супружеского благополучия ($R^2 = 0,483$; $p < 0,001$). Полученные результаты обосновывают целесообразность включения работы с компонентами личностной зрелости каждого из супругов в практику семейного психологического консультирования.

Ключевые слова: личностная зрелость, супружеское благополучие, дифференциация самости, смысловые ориентации, созависимость, самооценка, удовлетворённость браком, семейная психология.

ALLOGULOVA Karina Olegovna,
Master's student,
Faculty of the International Institute
of Counseling Psychology, Psychoanalysis, and Neuropsychology,
Moscow State University of Psychology and Education (MSUPE)

PERSONAL MATURITY AS A PSYCHOLOGICAL DETERMINANT OF MARITAL WELL-BEING: A THEORETICAL AND EMPIRICAL ANALYSIS

Annotation. The article is devoted to the study of personal maturity as a psychological determinant of marital well-being. The empirical study was conducted on a sample of 118 respondents (59 married couples, average age 34.7 years, average marriage length 7.3 years). The Differentiation of Self Scale (DSI), D. A. Leontiev's method of meaning in life orientations, Weinhold's codependency questionnaire and the Dembo-Rubinstein method adapted by A. M. Prikhodzhan were used. It was found that the level of differentiation of the self positively correlates with the marital well-being index ($r = 0.61$; $p < 0.01$), the meaning of life is associated with marital satisfaction according to the «Goals» subscale ($r = 0.54$; $p < 0.01$), and codependency demonstrates a significant inverse relationship with marital well-being ($r = -0.58$; $p < 0.01$). The combined personal maturity indicators explained 48.3% of the variance in the marital well-being variable ($R^2 = 0.483$; $p < 0.001$). These results support the inclusion of personal maturity components in family counseling.

Key words: personal maturity, marital well-being, self-differentiation, life-purpose orientations, codependency, self-esteem, marital satisfaction, family psychology.

Введение

Проблема личностной зрелости как детерминанты супружеского благополучия приобретает особую аналитическую остроту в свете накопленных эмпирических противоречий. О. Н. Комарова с коллегами зафиксировала устойчивый гендерный паттерн, при котором самоактуализация жены детерминирует удовлетворённость мужа сильнее, чем обратная конфигурация [2], тогда как И. А. Куницына показала, что на общей женской выборке прямолинейная связь зрелости с качеством брака статистически не подтверждается — и лишь при контроле стажевой переменной обнаруживаются значимые корреляции ($r = 0,63$ для подгруппы со стажем 3–5 лет) [3], что принципиально меняет интерпретационную рамку: зрелостные структуры личности не действуют как инвариантный ресурс, а опосредуются стадией жизненного цикла семьи; теоретическое основание для снятия этого противоречия предложил А. Ш. Гусейнов, трактующий зрелость не как диагностически фиксируемое состояние, но как динамическую структуру, воплощающую ценностно-смысловое содержание личности непосредственно в модусе повседневного бытия, — что открывает возможность рассматривать супружеские отношения как пространство, в котором зрелость одновременно проявляется и конституируется [1].

Эмпирическая проверка этой логики представлена в работе М. В. Ростовцевой, Т. Ю. Артюховой, Н. В. Суворовой на выборке из 20 пар со стажем брака 7–10 лет. Авторы зафиксировали корреляции между удовлетворённостью браком и шкалами компетентности во времени, самопринятия и гибкости поведения. Мужчины демонстрировали более высокую общую удовлетворённость при меньшем числе претензий к партнёру, тогда как женская удовлетворённость оказалась чувствительнее к самоактуализационным характеристикам — что согласуется с данными Комаровой и указывает на устойчивый гендерный паттерн [4].

Целью настоящего исследования являлось изучение взаимосвязи компонентов личностной зрелости с уровнем субъективного супружеского благополучия, а также определение предикторной роли зрелостных характеристик личности в построении удовлетворяющих партнёрских отношений.

Методы исследования

Эмпирическая база исследования формировалась на базе психологического центра семейного консультирования г. Москвы в период с сентября 2025 по март 2026 года. В исследовании приняли участие 118 человек, состоящих в зарегистрированном браке, из которых 59 супружеских пар. Средний возраст респондентов составил 34,7 года ($SD = 6,2$), средняя продолжительность брака — 7,3 года. Группы были сопоставимы по уровню образования: высшее образование имели 74,6% участников.

Методологическую основу исследования составил системный подход к анализу супружеских отношений, дополненный теорией дифференциации «я» М. Боуэна и концепцией смысловой регуляции деятельности Д.А. Леонтьева. Для реализации цели исследования применялся комплекс психодиагностических инструментов. Уровень дифференциации самости измерялся с помощью Шкалы дифференциации (DSI), позволяющей оценить степень эмоционального слияния и интеллектуально-эмоциональный баланс. Смысловая составляющая зрелости диагностировалась посредством методики СЖО Д.А. Леонтьева. Созависимые паттерны поведения выявлялись с помощью опросника Уайнхолда, а уровень и адекватность самооценки — с использованием модифицированной методики Дембо-Рубинштейн в адаптации А.М. Прихожан. Супружеское благополучие оценивалось через комплекс показателей удовлетворённости браком. Для статистической обработки данных применялись корреляционный анализ Пирсона, множественный регрессионный анализ, критерий Манна-Уитни и кластерный анализ методом k-средних. Обработка данных осуществлялась в пакете SPSS Statistics 26.0.

Результаты и обсуждение

По результатам кластерного анализа выборка была разделена на две группы: респонденты с высоким уровнем личностной зрелости составили 38,1% ($n = 45$), с низким и средним — 61,9% ($n = 73$). Между группами были обнаружены статистически значимые различия по показателям супружеского благополучия ($U = 847,5$; $p < 0,001$).

Корреляционный анализ выявил значимую положительную взаимосвязь

между уровнем дифференциации самости и индексом супружеского благополучия ($r = 0,61$; $p < 0,01$). Высокий общий балл по DSI, отражающий способность сохранять автономию в условиях эмоционального давления партнёра, сопровождался достоверно более высокой удовлетворённостью браком. Данная закономерность согласуется с теоретическими положениями Боуэна о том, что слияние эмоциональных систем двух людей создаёт хроническое напряжение, подрывающее качество взаимодействия.

Показатели методики СЖО обнаружили значимую связь с благополучием брака: субшкала «Цели в жизни» продемонстрировала корреляцию $r = 0,54$ ($p < 0,01$), субшкала «Результат» — $r = 0,47$ ($p < 0,05$). Примечательно, что у респондентов с высоким уровнем осмысленности жизни (общий балл СЖО ≥ 103 баллов) показатели удовлетворённости браком были в среднем на 22,4% выше, чем у респондентов с низкой осмысленностью. Вероятно, наличие сформированной смысловой перспективы обеспечивает большую толерантность к неизбежным фрустрациям партнёрских отношений и снижает склонность к проекции личностной неудовлетворённости на качество брака.

Уровень созависимости по опроснику Уайнхолда обнаружил значимую обратную связь с супружеским благополучием ($r = -0,58$; $p < 0,01$). У 67,3% респондентов, оценивших свой брак как неудовлетворительный, были диагностированы умеренный или высокий уровни созависимости. Среди пар, в которых оба партнёра демонстрировали высокий уровень созависимости ($n = 14$), ни одна не показала высоких значений по шкале супружеского благополучия, что статистически подтверждает разрушительный потенциал взаимной созависимости.

По данным методики Дембо-Рубинштейн,

адекватная самооценка была выявлена у 44,9% участников, завышенная — у 23,7%, заниженная — у 31,4%. Регрессионный анализ показал, что именно адекватность самооценки, а не её абсолютный уровень, является значимым предиктором супружеского благополучия ($\beta = 0,39$; $p < 0,01$). Как заниженная, так и завышенная самооценка оказалась связана со сниженными показателями качества партнёрских отношений, что может объясняться нарушением процессов реалистичного восприятия как себя, так и партнёра.

Множественный регрессионный анализ позволил установить, что совокупность показателей личностной зрелости объясняет 48,3% дисперсии переменной супружеского благополучия ($R^2 = 0,483$; $F = 26,4$; $p < 0,001$). Наибольший независимый вклад в предсказание благополучного брака вносил уровень дифференциации самости ($\beta = 0,41$), за которым следовали осмысленность жизни ($\beta = 0,31$) и отсутствие созависимости ($\beta = -0,27$).

Выводы

Проведённое исследование подтвердило, что личностная зрелость выступает значимой психологической детерминантой супружеского благополучия. Способность к дифференцированному функционированию, наличие смысловой определённости, адекватная самооценка и свобода от созависимых паттернов в совокупности формируют психологический ресурс, обеспечивающий устойчивость и удовлетворённость брачными отношениями. Полученные данные имеют непосредственное прикладное значение для организации психологической помощи супружеским парам: работа с компонентами личностной зрелости каждого из партнёров представляется не менее важным направлением семейной психотерапии, чем непосредственная коррекция межличностного взаимодействия.

Список литературы:

- [1] Гусейнов А. Ш. Перспективы исследования личностной зрелости в русле субъектно-бытийного подхода / А. Ш. Гусейнов, В. В. Шиповская // Гуманизация образования. – 2021. – № 3. – С. 89-100.
- [2] Комарова О. Н. Характер эмоциональных отношений в браке в контексте самоактуализации личности супругов / О. Н. Комарова, А. Л. Рассказова // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2024. – № 1(66). – С. 15-28.
- [3] Куницына И. А. Взаимосвязь удовлетворённости браком и личностной зрелости у женщин в период ранней взрослости с разным стажем супружеских отношений / И. А. Куницына, А. В. Юдина

// Психологический *Vademecum*: Психология: рефлексия настоящего в контексте будущего : Сборник научных статей. – Витебск : Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2024. – С. 174-178.

[4] Ростовцева М. В. Исследование связи между личными установками, уровнем самоактуализации и удовлетворенностью браком в семейных парах / М. В. Ростовцева, Т. Ю. Артюхова, Н. В. Суворова [и др.] // Психолог. – 2022. – № 3. – С. 47-59.

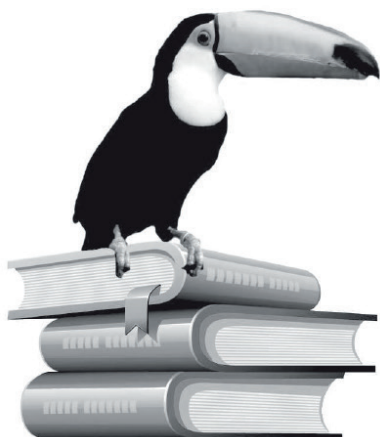
References:

[1] Guseinov A. Sh. Prospects for the Study of Personal Maturity in the Context of the Subject-Existential Approach / A. Sh. Guseinov, V. V. Shipovskaya // *Humanization of Education*. - 2021. - No. 3. - Pp. 89-100.

[2] Komarova O. N. The Nature of Emotional Relationships in Marriage in the Context of Self-Actualization of the Spouses' Personality / O. N. Komarova, A. L. Rasskazova // *Bulletin of Tver State University. Series: Pedagogy and Psychology*. - 2024. - No. 1 (66). - Pp. 15-28.

[3] Kunitsyna I. A. The Relationship between Marital Satisfaction and Personal Maturity in Women in Early Adulthood with Different Lengths of Marital Relationships / I. A. Kunitsyna, A. V. Yudina // *Psychological Vademecum: Psychology: Reflection of the Present in the Context of the Future: Collection of Scientific Articles*. – Vitebsk: Vitebsk State University named after P. M. Masherov, 2024. – Pp. 174-178.

[4] Rostovtseva M. V. A Study of the Relationship between Personal Attitudes, the Level of Self-Actualization, and Marital Satisfaction in Married Couples / M. V. Rostovtseva, T. Yu. Artyukhova, N. V. Suvorova [et al.] // *Psychologist*. – 2022. – No. 3. – Pp. 47-59.



ЮРКОМПАНИ

www.law-books.ru

Юридическое издательство
«ЮРКОМПАНИ»

Издание учебников,
учебных и методических
пособий, монографий,
научных статей.

Профессионально.

В максимально
короткие сроки.

Размещаем
в РИНЦ, E-Library.