

ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА НА МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ

Преподаватель Навоийского государственного университета

Рахмонова Дилноза Уктамовна

Аннотация: Брак - это структура, в которой удовлетворяются многие потребности супругов. Это сексуальные, духовные, материальные, психологические и культурные потребности. В браке, прежде всего, должны удовлетворяться эмоциональные и психологические потребности, поскольку они связаны с психологической структурой личности супругов и содержанием "Я-концепции." Во взаимодействии с внешней средой человек отвечает на потребность понимать чувства, эмоции и потребности других людей. Способность распознавать свои и чужие чувства и переживания, умение сопереживать позволяют человеку быть счастливым и успешным, быстро находить общий язык с другими, учитывать их интересы и потребности, умело разрешать конфликты. В статье освещается значение эмоционального интеллекта в семейной жизни.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, семейная жизнь, мотив, межличностные отношения, удовлетворенность браком.

Abstract: Marriage is a structure in which many needs of spouses are satisfied. These are sexual, spiritual, material, psychological and cultural needs. In marriage, first of all, emotional and psychological needs should be satisfied, since they are associated with the psychological structure of the personality of the spouses and the content of the "I-concept." In interaction with the external environment, a person responds to the need to understand the feelings, emotions and needs of other people. The ability to recognize one's own and others' feelings and experiences, the ability to empathize allow a person to be happy and successful, quickly find a common language with others, take into account their interests and needs, skillfully resolve conflicts. The article highlights the importance of emotional intelligence in family life.

Keywords: emotional intelligence, family life, motive, interpersonal relationships, marital satisfaction.

Введение: Сегодня мы все больше осознаем, что основу сильного, стабильного и процветающего государственного строя составляют, прежде всего, крепкие семьи, точно так же, как и корни любых пороков и недостатков общества в большинстве случаев оправданно искать в социально-духовная среда семьи.

Как подчеркивал наш уважаемый Президент Ш.М.Мирзиёев: «Семья – это крепость любви и счастья. Когда есть семья, есть бесценное благословение под названием ребенок, есть человеческое достоинство и духовность. «Семейное счастье – самое большое счастье». В этом смысле наш президент призвал соответствующие государственные органы и общественность развивать институт семьи, основываясь на наших национальных и духовных ценностях, и устранять пробелы и проблемы, которые остались незамеченными в этой области в течение многих лет. Неслучайно организации сталкиваются с неотложными задачами.

Современное общество состоит из мужчин и женщин, и проблемы их взаимоотношений не выходят за рамки неотложных. Проблема удовлетворенности браком связана с тем, что психологический климат в семье не является чем-то раз и навсегда фиксированным и данным. Ее создает каждый член семьи, и от их действий зависит, будет ли она комфортной или дискомфортной.

Цель: Определить взаимоотношения мужа и жены в семейной жизни, определить значимость эмоционального интеллекта в удовлетворенности браком и выявить мотивы вступления в брак.

Задачи исследования:

- Анализ взглядов психологов на семейные отношения.
- Пролить свет на психологические аспекты супружеских отношений.
- Определение места эмоционального интеллекта в семейной жизни.
- Определение места мотивов в семейной жизни.

Методология и методы исследования: Одной из важных задач семейной психологии является изучение факторов, влияющих на непрерывность и стабильность супружеских отношений. Одним из таких аспектов является удовлетворенность браком. Понятие удовлетворенности браком многогранно. Анализ различных исследований этого феномена и изучение особенностей удовлетворенности браком среди супругов помогает увидеть, какие факторы удовлетворенности браком уже выявлены, а какие еще не выявлены. Кроме того, изучение факторов удовлетворенности браком помогает разработать новые методы более глубокого изучения этого феномена. Все это можно использовать в практике семейного консультирования.

Изучение факторов, влияющих на удовлетворенность браком: М.С.Мацковский, И.А.Юров., Т.В.Андреева, С.И.Голод, Ю.А.Алешина, Т.А.Гурко, А.Н.Волков, Н.В.Смирнова, В.В.Столины несли. Поскольку понятие удовлетворенности браком зависит от многих факторов, единого определения этого явления не существует. Например, Е.Г.Эйдемиллер, В.В.Юстицкисы дали следующее определение удовлетворенности браком: удовлетворенность браком-это внутренняя субъективная оценка, отношение пары к своему браку. [Андреева И.Н., 2006, с. 16-18]

Как подчеркивает Т.В.Андреева: «Наиболее полное определение удовлетворенности браком дал С.И. Голод: «Удовлетворенность браком, несомненно, складывается в результате адекватного воплощения в жизнь сформированного в сознании человека представления (образа) семьи. Влияние встреч с различными событиями, которые составляют его опыт (реальный или символический) в определенной сфере деятельности. Ю.Е.Алешина в своей научной работе «Удовлетворенность браком и межличностное познание в парах с разным сроком совместного проживания» пришла к выводу, что удовлетворенность браком зависит от длительности совместного проживания; На ранних стадиях удовлетворенность браком снижается, а затем постепенно снова возрастает на более поздних стадиях жизненного цикла семьи и имеет криволинейную форму. Доктор

психологических наук Л.Б. Шнайдер «рассматривает удовлетворенность браком как феномен межличностного восприятия, выражающий степень удовлетворения супругами своих потребностей в качественных семейных отношениях и личностном росте и влияющий на личные отношения. Среди исследований, посвященных классификации факторов удовлетворенности браком, следует отметить классификацию А.Ю.Тавита. В своей работе автор предлагает классифицировать факторы удовлетворенности браком в зависимости от того, когда они возникли: до брака или в период сожительства. [Монина Г. Б., 2012, с. 40-50]

Т.А.Гурко также классифицировала факторы, влияющие на удовлетворенность браком. Он подчеркнул следующее: – социально-демографические и экономические характеристики семьи, такие как материальный достаток, возраст супругов, количество детей в семье, место жительства; - характеристики внесемейной сферы жизни супругов, например, профессиональные интересы, отношения с друзьями и коллегами по работе; – Поведение и взаимоотношения в ключевых сферах семейной жизни, таких как: организация свободного времени, распределение обязанностей в семье; - Характеристика и особенности взаимоотношений между мужем и женой: моральные ценности, сексуальные отношения супругов.

Американские исследователи Д.В.Люсин и Дж. Спаниер проанализировали характеристики, характеризующие успешные и неудачные браки. Ученые выделили сорок признаков супружеского успеха и объединили их в четырнадцать групп, выделив три блока факторов, влияющих на удовлетворенность браком: – добрачные; - социально-экономические; – личные и супружеские. Несмотря на многочисленные исследования, посвященные факторам, связанным с удовлетворенностью браком, эта тема изучена не полностью. [Люсин Д.В., 2012, с. 29-36]

Более того, в последние годы эта тема стала очень интересной для исследования, поскольку институт семьи претерпевает весьма важные изменения. Все исследования феномена удовлетворенности браком основаны на факторах, которые, по мнению исследователей, могут влиять на удовлетворенность браком, таких как жизненный цикл семьи или отношение к воспитанию детей или

удовлетворению потребностей супругов. Изучение факторов, влияющих на удовлетворенность браком, имеет важное значение для прогнозирования и предотвращения проблем в семейной системе, а также для практического использования в семейном консультировании.

Согласно трудам Ю.Гусмана, К.Хорни и других, отношения между мужем и женой, основанные исключительно на эмоциональных чувствах, постепенно переходят в рациональное партнерство и дружбу, отношения кровного и родственного свойства. Как подчеркивает Ю. Дубровин (2004), «большинство браков трудно назвать и счастливыми, и несчастливыми, потому что в них супруги постепенно воспитывают друг друга и волею судеб постепенно углубляют свои отношения, развивают чувство взаимопонимания и любовь. «Отношения между ними становятся более интенсивными и даже достигают уровня романтической любви».[Бондарева О.В., 2015, с. 229]

Отношения между мужем и женой начинаются с адаптации, то есть с процесса постепенного привыкания и приспособления друг к другу, поскольку у каждого из них есть свой личный опыт приспособления к новой среде и новому образу жизни в их семье. собственной семьи, и семьи в целом. Он приходит со своими социальными идеями в голове. В результате, отказываясь от части опыта, полученного в семье родителей, он начинает развивать новые добродетели для новых отношений.

Также важную роль в благополучии семьи играют такие аспекты, как система ценностей, культурный уровень образования, психофизиологическая совместимость партнеров, модели общения, способы решения проблемных ситуаций. Люди, разделяющие схожие ценности, понимают друг друга глубже, легче общаются и имеют более высокий уровень взаимопонимания. Наличие и уровень образования отражают интеллектуальные способности человека. Естественно, что пары с примерно одинаковым уровнем образования находятся на одной ступени интеллектуального развития и лучше понимают друг друга. Психофизиологическая совместимость — один из самых мощных факторов, способных сохранить или разрушить семью. Несовместимость характеров, разрозненность действий, взглядов,

ценностей, непоследовательность ритма жизни практически неустранимы и осложняют процесс взаимной адаптации людей. Межличностная адаптация также считается фактором, влияющим на успешность семейных отношений.

Таким образом, компоненты этой адаптации проявляются в трех типах, которые тесно взаимосвязаны и влияют на дальнейшее развитие взаимоотношений внутри семьи. Первый компонент – это эмоциональная связь, основанная на доверии и тесном личном общении, второй компонент отражает когнитивную сторону отношений, которая предполагает достаточный объем знаний о характеристиках и личностных особенностях партнера, что помогает лучше понять и осознать отношения партнера. Это помогает. действия другого человека и мотивы, побуждающие к определенным действиям, а третий компонент — регулятор действий, который помогает создать модель желаемого поведения.

Не менее важным фактором психологического благополучия семьи является детский опыт человека. На протяжении всей жизни, пока ребенок не разлучится с семьей, он так или иначе усваивает модель взаимоотношений между родителями, способы их общения друг с другом, их способность или неспособность поддерживать, уважать, чтить друг друга. друг друга и проявлять сочувствие. а также способность или неспособность выразить сочувствие, способность родителей решать проблемы, обсуждать трудности и разрешать их, помогать друг другу или вступать в конфликты и пытаться найти виновных. Таким образом, имея перед собой «картинку», созданную реальными отношениями отца и матери, взрослые люди, уже достигшие зрелого возраста, в принципе усваивают эту модель отношений и передают ее созданной ими семье. Степень конструктивности и креативности поведения в отношениях между близкими родственниками определяет уровень психологического комфорта и благополучия семьи, создаваемой человеком, покидающим родительскую семью.

Таким образом, дети из неполных семей сталкиваются с большими трудностями в отношениях. Поскольку у ребенка нет модели взаимоотношений родителей, их методов и моделей поведения в тех или иных ситуациях, ему сложнее

сформировать точную картину взаимоотношений родителей. мужчины и женщины, а также семья в целом. Мироззрение и поведение таких детей формируются под воздействием случайных факторов или взаимодействия родственников и знакомых, и это восприятие мира формирует их поведение и отношение к супругу, определяя уровень психологического благополучия. -наличие семьи. Таким же образом переносятся социальные роли, усвоенные в детстве и подростковом возрасте. Например, стиль взаимоотношений в семье, где растет ребенок, является традиционным, где женщина является хранительницей домашнего очага, а мужчина — добытчиком, ориентированным на материальное обеспечение семьи. . Такое распределение позиций и ролей закрепляется в сознании ребенка и становится для него адекватной моделью семьи. Таким образом, фактор социальных ролей, их распределение и то, насколько это распределение устраивает каждого члена семьи, влияет на психологическое благополучие семьи. [Лобанов А.П., Коптева С.И., Ткачук О.А., 2015, с. 128]

Таким образом, удовлетворенность браком играет важную роль в поддержании стабильности семьи, комфортной эмоциональной обстановки в семье, влияет на формирование детско-родительских отношений. В ряде исследований (Кериг П.К.; Коуэн Ф.А.; Спирева Е.Н.; Лидер А.Г.) показано, что удовлетворенность браком влияет на стиль воспитания родителей, особенно на общение с детьми. Была выявлена связь между родительским поведением и отношениями между родителями и детьми [Коуэн Ф.А.]. Большинство пар, которые удовлетворены своим браком, сообщают о теплоте в отношениях, меньшем количестве конфликтов и большей взаимной поддержке в совместной работе и играх с детьми, чем те, кто неудовлетворен. Что касается гендерных различий, матери, которые были довольны своим браком, были более теплы и менее сердиты со своими сыновьями, в то время как отцы, которые были довольны своим браком, были более авторитарны со своими дочерьми.

По мнению психологов, родители, которые проявляют больше положительных эмоций по отношению друг к другу, также более авторитарны по отношению к

своим дочерям. П.К.Кёриг отмечает, что родители, которые счастливы в браке, проявляют больше теплоты по отношению к своим детям, используя экспрессивную и недирективную речь, что, в свою очередь, вызывает теплоту и привязанность у ребенка. Таким образом, в целом качество семейных отношений отражается на отношениях между родителями и ребенком, а значит, и на его эмоциональном и когнитивном развитии, отчасти через различия в стилях речи родителей. Удовлетворенность браком в определенном смысле связана с отклонениями в воспитании и опосредует отношения между родителями и детьми. Матери, недовольные своим браком, симбиотически привязывают к себе сыновей и эмоционально отвергают дочерей. Самая низкая удовлетворенность браком наблюдается в семьях с маленькими детьми, что связано с изменением уже привычного до рождения ребенка образа жизни, в том числе и сексуальных отношений между супругами, поскольку у мужчин образ счастливого брака формируется в первую очередь через свадьбу. Призма психологической и сексуальной составляющих брака. Удовлетворенность браком достигает наивысшего уровня еще до рождения детей. Субъективная удовлетворенность браком снижается в переходные периоды жизненного цикла семьи.

Неотъемлемым фактором удовлетворенности браком являются мотивы вступления в брак. Исследования показывают, что пары, вступающие в брак по любви, в среднем более счастливы и довольны. Е.Н.Спирева Положительное влияние оказывают социально-демографические характеристики семьи, например, количество детей в семье (особенно разнополых), удобство планирования беременности, уровень благосостояния семьи. По уровню удовлетворенности браком Е.В.Гроздова подчеркивает, что в комплементарных и частично комплементарных браках супруги дополняют друг друга таким образом, чтобы максимизировать удовлетворение от брака. По мнению Т.В.Андреевой, одной из попыток систематизации факторов удовлетворенности браком, полученных в различных исследованиях, можно назвать работу Т.А.Гурко, в которой были выделены четыре группы факторов, а именно: социально-демографические и

экономические характеристики. семья (общий доход семьи, возраст супругов, количество детей в семье и т. д.); характеристика супругов вне семейного круга - профессиональная сфера, взаимоотношения супругов с ближайшим социальным окружением и т. д.; Взаимоотношения и поведение супругов в ключевых сферах семейной жизни — распределение домашних обязанностей и совместимость взаимоотношений в этой сфере семейной жизни, организация свободного времени; характеристики супружеских отношений - эмоциональные и нравственные ценности (чувства любви и уважения к партнеру, общность взглядов и интересов, супружеская верность и т. д.). [Гоулман Д., 2005, с. 304]

А.И.Антонов подчеркивает, что социологические исследования показали, что основными факторами, приводящими к неудовлетворенности браком и семейной нестабильности в современных семьях на первых этапах жизненного цикла, являются кратковременность знакомств до брака, вступление в брак до 21 года, несостоятельность брака, брак родителей, беременность до брака, разные представления супругов о профессиональной деятельности жены, различия в отношении к рождению детей, различия в характере проведения свободного времени, Он видит эффект разделения ответственности и полномочий. Удовлетворенность браком у женщин с годами снижается по сравнению с мужчинами. При низкой удовлетворенности браком устанавливаются аутентичное ролевое поведение и межличностные отношения.

Удовлетворенность браком зависит от многих параметров. Мотив вступления в брак оказывает существенное влияние на удовлетворенность супружескими отношениями. С.И.Голод в своих работах изучал влияние мотивов вступления в брак на удовлетворенность браком. Выделяются такие мотивы, как любовь, общие интересы и взгляды, материальный успех, желание иметь здорового ребенка, одиночество и чувство сострадания. Наиболее успешными браками с наивысшим уровнем удовлетворенности оказались те, которые были построены на общих интересах и взглядах, а также на любви. Самыми несчастными были люди, вступившие в брак по материальным соображениям. Партнеры со схожими целями

и интересами имеют общее видение. Подобные действия сблизят супругов и окажут положительное влияние на укрепление семейного союза. Пары, вступающие в брак на основе любви и схожих взглядов, как правило, более склонны идти на компромисс в конфликтных ситуациях.

Многие авторы связывают удовлетворенность браком с различными факторами. Так, Н.Г.Юркевич (1970) обнаружила связь между удовлетворенностью браком и распределением домашних обязанностей. В случаях, когда женщина выполняла всю работу по дому самостоятельно, только 59 процентов браков были оценены как счастливые и удовлетворительные. Если муж помогает жене по хозяйству, этот показатель увеличивается до 88%. Наиболее благополучными были те браки, где обязанности были разделены поровну между мужем и женой — 94%.

Анализируя факторы, влияющие на развитие семейных отношений, можно выделить несколько групп:

- половые и возрастные особенности ребенка;
- непрерывность жизни;
- социально-экономическая база семьи;
- работа супругов;
- характеристика взаимоотношений между родителями пары;
- запланированная беременность;
- личностные характеристики родителей и детей;
- особенности взаимоотношений супругов в период до рождения детей;
- распределение времени и домашних обязанностей между супругами.

В нашем исследовании приняли участие 15 женщин и 15 мужчин. Для исследования была принята методика Д. Роджерса «Шкала определения уровня субъективного контроля».

Результаты:

Гендерные различия в данных (по данным DJ Rotter)

Шкалы	Пол	N	Средний	Стандартное отклонение	t	Уровень уверенности
Общая интернальность	мужчины	27	29,41	3,703	1,894	,067
	женщины	23	26,61	6,207		
Интернальность в успехе	мужчины	27	4,63	1,597	-,127	,900
	женщины	23	4,70	2,010		
Интернальность в неудаче	мужчины	27	3,93	1,796	-,990	,327
	женщины	23	4,39	1,530		
Интернальность в семейных	мужчины	27	7,70	1,660	5,630	,000***
	женщины	23	4,87	1,866		
Интернальность в	мужчины	27	4,22	1,528	-5,134	,000***
	женщины	23	6,57	1,674		
Интернальность в	мужчины	27	2,37	1,115	1,967	,055
	женщины	23	1,78	,998		
Здоровье интернальности	мужчины	27	1,74	,944	-,624	,535
	жен	23	1,91	,996		

Интернальность в семейных отношениях: Мужчины: среднее значение — 7,70, женщины: среднее значение — 4,87. **t-критерий:** $t = 5,630$, **p-значение** = 0,000 (значимо на уровне 0,001).

Это различие между мужчинами и женщинами является **статистически значимым**, так как p-значение значительно меньше 0,05 (в данном случае оно даже ниже 0,001). Это означает, что существует реальная, значимая разница между мужчинами и женщинами в восприятии своей роли в семейных отношениях.

- Мужчины, по данным, имеют более высокие значения интернальности в семейных отношениях, что может означать, что они считают себя более ответственными или оказывающими большее влияние на события в своей семье.

• Женщины, наоборот, имеют более низкие значения, что может свидетельствовать о том, что они менее склонны считать себя источником или причиной того, что происходит в семейной жизни.

Это различие может быть связано с социальными и культурными ожиданиями, которые накладываются на роли мужчин и женщин в семейной жизни. В некоторых культурах мужчины традиционно воспринимаются как основные ответственные за принятие решений в семье, тогда как женщинам может быть отведена роль, которая воспринимается как менее «влиятельная».

Интернальность в производственных отношениях: Мужчины: среднее значение — 4,22, **женщины:** среднее значение — 6,57. **t-критерий:** $t = -5,134$, **p-значение** = 0,000 (значимо на уровне 0,001).

Здесь также наблюдается **статистически значимая разница**, поскольку p-значение гораздо меньше 0,05. Это означает, что существует существенная разница между мужчинами и женщинами в восприятии их роли и влияния в рабочем процессе.

– Женщины оценивают свою роль в производственных отношениях как более внутреннюю и влиятельную (среднее значение 6,57), что может означать, что они считают, что имеют больше контроля или влияние на события, происходящие в профессиональной сфере.

– Мужчины, напротив, оценивают свою интернальность на более низком уровне (среднее значение 4,22), что может свидетельствовать о том, что они в меньшей степени воспринимают свои действия как определяющие в профессиональной жизни.

Дискуссия: Это различие может быть связано с различиями в восприятии трудовой роли и социальных ожиданиях. В некоторых контекстах женщины могут быть более вовлечены в аспекты, связанные с коммуникацией и поддержанием производственных отношений, а мужчины могут воспринимать свою роль в производственных процессах как менее контролируемую. Возможно, также

существуют различия в стиле управления и принятии решений между мужчинами и женщинами на рабочем месте.

Семейные отношения показывает, что мужчины и женщины по-разному воспринимают свою роль в семейных отношениях, причем мужчины склонны придавать больше значения своей влияющей роли.

Производственные отношения демонстрирует, что женщины в этих отношениях воспринимают свою роль как более внутреннюю и влиятельную, тогда как мужчины считают, что их действия имеют меньший эффект на происходящее в рабочей сфере.

Выводы: Удовлетворенность браком является результатом адекватной реализации идеи семьи, формирующейся в сознании человека под влиянием различных событий, составляющих его опыт в данной сфере деятельности. Под удовлетворенностью браком в широком смысле понимается стабильность брака. Устойчивость брака — это устойчивость супружеских отношений, которая оценивается как эффективность совместной деятельности супругов, направленной на удовлетворение общих и индивидуальных потребностей. Существует несколько уровней супружеского успеха, высшим из которых является совпадение ценностей супругов, проявление любви, заботы и взаимного уважения. Факторы, влияющие на удовлетворенность браком, включают: мотивы вступления в брак, непрерывность семейной жизни, поведенческие модели в родительской семье, добрачные отношения, социально-экономическое развитие, обоюдное желание иметь детей и удовлетворенность интимными отношениями. Важным фактором также считается способность конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Библиографический список

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: непонимание, приводящее к «исчезновению» // Психол. журн. 2006. №1. С. 28- 32.
2. Бойко В.В. Оценка эмпатии личности / В. В. Бойко, О. А. Клиценко — СПб.: Сударыня, 2002. — С. 32.

3. Бондарева О.В. Взаимосвязь удовлетворенности браком с эмоциональным интеллектом и эмоциональным самораскрытием супругов / О.В. Бондарева, М.С. Останкова // Приоритетные направления развития науки и образования : материалы V Междунар. науч.–практ. конф. (Чебоксары, 12 июня 2015 г.) — Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015. — С. 229-230.
4. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки; пер. с англ. - М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. 304 с.
5. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект М.: АСТ, 2008.
6. Лобанов А.П., Коптева С.И., Ткачук О.А. Интеллект и личностный рост: Учеб. пособие. – Минск: БГПУ, 2015. – 128 с
7. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. - М.: Институт психологии РАН, 2012. - С. 29-36.
8. Сергиенко Е.А., Ветрова И.И. Эмоциональный интеллект: русскоязычная адаптация теста Мэйера-Сэловея-Карузо (MSCEIT V2.0) [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2009. N 6(8). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 4.04.2015).
9. Шаповаленко И.В. Взаимоотношения поколений в семье / / Психология семейных отношений с основами семейного консультирования/ Под ред. Е.Г.Силаевой,- М.2002.С.65—120.
10. Мони́на Г. Б. Эмоциональный интеллект супругов как фактор оптимизации супружеских отношений // ФГБОУДПО «Институт повышения квалификации специалистов профессионального образования»/ Академия профессионального образования. СПб, № 3, 2012, с. 40-50.