

6. Преображенская А. О. Нарративный подход в психологическом сопровождении учащихся высшей школы // Международный научный журнал. – 2011. – № 1.
7. Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Б. Д. Карвасарского. – СПб., 2000.
8. Фридман Дж., Комбс Дж. Конструирование иных реальностей. – М. : Класс, 2001.
9. Черников А. В. Интегративная модель системной семейной психотерапевтической диагностики. – М., 1997.

© Преображенская А. О.

УДК 159.9:316.356.2

## **ВЛИЯНИЕ ОБУЧЕНИЯ ЖИЗНЕННЫМ НАВЫКАМ НА УДОВЛЕТВОРЁННОСТЬ БРАКОМ И РЕШЕНИЕ СЕМЕЙНЫХ ПРОБЛЕМ У ДОМОХОЗЯЕК В ИРАНЕ**

**В. Мусави, А. Х. Ханзаде, З. Джавади, А. К. Голандам  
Гилянский университет, г. Решт, Иран**

### **EFFECT ON MARITAL SATISFACTION AND LIFE SKILLS TRAINING IN PROBLEM-SOLVING STYLES HOUSEWIVES IN IRAN**

**V. Mousavi, A. Khanzadeh, Z. Javadi, A. Golandam  
University of Guilan, Resht, Iran**

**Summary.** Background and objective: Family is the most important and suitable system to resolve physical, psychological, and spiritual requirements of human being. Today, In spite of some cultural shifts and life style changes, many of the individuals, encountering life problems lack the basic and required abilities which result in family dissatisfaction and inability due to marital life's stresses that create problems and significant challenges in family system. For this reason, a better and more effective life skill training for the family members was focused specifically for housewives who have the main role in housekeeping and life problems' management. Thus, the present study investigates the effectiveness of life skill training on marital satisfaction and housewives' problem solving procedures.

**Materials and methods:** In this research which is the experimental and two-group pretest-posttest, 38 individuals (19 for test group-19 for control group) participated in a continues ten-session period of life skill training classes. Enrich marital satisfaction scale (short form) and Kisdly and Long problem solving scale performed in group form, were the tests used in this study.

**Results:** The results of data analysis, using the independent-T test for a comparison between the scores in test-group in pre and post test represented that life skill training is effective in increasing marital satisfaction ( $P < 05/0$ ) and promoting problem solving skills in four styles of avoidance, inability, nearness, and creativity ( $P < 05/0$ ).

Moreover, in the two other styles (problem management and trust in problem solving), differences were not significant. A comparison between the scores in post test, in test-group and control group showed that the effect of life skill training on marital satisfaction was not a significant difference, but regarding the problem solving variable in four styles (inability, nearness, creativity and trust in problem solving) was significant in 0/05 but not in two other styles (avoidance and problem management). In addition, the results of the present research indicate a mild improvement of considered variables in these groups in consequence of life skill training.

**Conclusion:** considering the results of the present study, it is mandatory to administer life skill training in all organizations and institutes more seriously and systematically, for the sake of increasing the couples' marital satisfaction and effective encounter with obstacles in order to prevent the problems in individual, family and society.

**Key words:** life skills; marital satisfaction; problem solving.

### **Введение**

Семья – первая и самая маленькая единица общества, в которой человек обучается социальному и совместному стилю жизни. У него формируется культурная и социальная личность. Здоровый человек – продукт здоровой семьи, а здоровый социум напрямую связан с семьёй (Аламолахода, 2008). Семья – самая важная система для удовлетворения материальных и духовных потребностей и самое

важное место для психологического здоровья, воспитания нового поколения. Сегодня семья сталкивается со множеством проблем, связанных с новым мировым порядком. Это приводит к тому, что семья перестаёт играть прежнюю роль. Сегодня воспитание детей и урегулирование семейных отношений и проблем осуществляются не так просто, как было раньше. Факторы, влияющие на это, настолько разнообразны, что для решения возникающих проблем и задач семьи нуждаются в обучении и поддержке на национальном уровне (Салари, 2008).

В данной статье мы попытаемся дать ответ на следующие вопросы:

1. Обучение жизненным навыкам является ли эффективным в повышении брачного и семейного удовлетворения домохозяйки?
2. Обучение жизненным навыкам эффективны ли в решении семейных проблем домохозяйки?
3. Ощущается ли разница в брачном удовлетворении между женщинами, которые прошли обучение жизненным навыкам и теми, которые не проходили этого обучения?
4. Ощущается ли разница в решении семейных проблем у женщин, которые прошли обучение жизненным навыкам и тех, которые не проходили обучения?

#### **Методы исследования**

Данное исследование является экспериментальным. Мы использовали предварительный и итоговый тесты и группы контроля. В данной работе были оценены зависимые переменные (удовлетворённость браком и пути решения проблем) до и после реализации независимых переменных (обучение жизненным навыкам).

В выборку исследования вошли замужние женщины, которые являются домохозяйками. Объём выборки первоначально составлял 50 замужних женщин, которые были разделены на экспериментальную и контрольную группы по 25 человек. Впоследствии их численность уменьшилось до 19 человек.

Для измерения удовлетворённости браком были использованы анкеты семейной удовлетворённости Инрич (1985). Каждая из шкал в этой анкете показывает один из важных аспектов семейной жизни. Эти шкалы могут быть использованы в качестве диагностического инструмента для семейных пар, которые ищут семейного консультирования, а так же для пар, желающих укрепить свои супружеские отношения. Опрос состоит из 12 вопросов: удовлетворённость браком, проблемы личности, супружеские отношения, разрешение конфликтов, управление финансовой деятельностью, отдых, сексуальное поведение, брак и дети, родственники и друзья, роли, связанные с равенством между мужем и женой, и религиозная ориентация. Коэффициент действительности этой анкеты в исследованиях Олсон и его коллег составляет (1996), 92/0, а в работах Soleimanian (1995), 93/0.

Шкалы анкеты Инрича дифференцируют пары на довольные и недовольные, что в свою очередь говорит о хорошем критерии опроса (Санайи, 2001).

Работа была проделана в два этапа. Анкета состоит из 24 пунктов, шести факторов, которыми считаются: неспособность, управление задачами (решение вопроса), талантливость, уверенность в решении задачи (проблем), избегание и подход. Каждый из них состоит из четырёх подпунктов.

С экспериментальной группой было проведено десять сессий по обучению жизненным навыкам.

**Первая сессия.** Обучение умению осознавать свои возможности и навыки, слабые стороны, понимать социальные ценности.

**Вторая сессия.** Выработка навыков эффективной коммуникации, в том числе освоение методов коммуникации, обучение умению преодолевать коммуникационные барьеры, стилям общения, видам общения.

**Третья сессия.** Изучение принципов межличностного общения, преодоления коммуникационных барьеров, выработка социальных навыков и осознания их влияния на отношения.

**Четвертая сессия.** Навыки эмпатии.

**Пятая сессия.** Выработка навыков критического мышления и усвоение способов его увеличения.

**Шестая сессия.** Освоение навыков творческого мышления, в том числе и методов его увеличения.

**Седьмая сессия.** Выработка навыков решения проблем и обучение методам решения задач и их этапов.

**Восьмая сессия.** Выработка навыков принятия решений, освоение принципов рационального принятия решений.

**Девятая сессия.** Обучение управлению эмоциями и разновидностям их использования.

**Десятая сессия.** Обучение способам управления стрессами и борьбы с ними.

### Итоги

В таблице 1 показано среднее значение и стандартное отклонение размеров переменных удовлетворения браком и стилей решения семейных проблем (избегание, неспособность, подход, талантливость, управление задачей, уверенность в решении задачи) в экспериментальной группе.

Таблица 1

### Результаты тестирования в экспериментальной группе

Переменные	Группа	n	Среднее	Стандартное отклонение		df	t <sub>st</sub>
Семейное удовлетворение	Предварительное тестирование	19	42.21	14.42	P<0.027*	36	2.309
	Итоговое тестирование	19	52.21	12.18			
Избегание	Предварительное тестирование	19	3.05	0.78	P<0.012*	36	2.64
	Итоговое тестирование	19	2.42	0.69			
Неспособность	Предварительное тестирование	19	2.16	1.34	P<0.046*	36	2.69
	Итоговое тестирование	19	1.32	1.15			
Подход	Предварительное тестирование	19	2.63	1.11	P<0.007**	36	-2.884
	Итоговое тестирование	19	3.47	0.61			
Талант	Предварительное тестирование	19	2.53	0.84	P<0.003**	36	-3.175
	Итоговое тестирование	19	3.26	0.56			
Управление задачей	Предварительное тестирование	19	2	0.88	P<0.14	36	-1.509
	Итоговое тестирование	19	2.42	0.83			
Уверенность в решении задачи	Предварительное тестирование	19	2.47	1.02	P<0.107	36	-1.651
	Итоговое тестирование	19	3	0.94			

P<0.01\*\*

P<0.05\*

Данные, представленные в таблице, а так же результаты опроса показывают, что учебная программа по жизненным навыкам оказала значительное влияние на удовлетворённость браком ( $P < 0,027$ ), уменьшение избегания ( $P < 0,012$ ), несостоятельность ( $P < 0,046$ ), талант ( $P < 0,003$ ), а так же позитивно повлияла на управление задачами и уверенность в решении задачи.

Таблица 2

**Результаты итогового тестирования  
в контрольной и экспериментальной группах**

Переменные	Группа	n	Среднее	Стандартное отклонение		df	t <sub>st</sub>
Семейное удовлетворение	Контрольная	19	44.26	17.823	$P < 0.117$	36	1.605
	Экспериментальная	19	52.21	12.182			
Избегание	Контрольная	19	2.74	0.99	$P < 0.262$	36	-1.138
	Экспериментальная	19	2.42	0.69			
Неспособность	Контрольная	19	2.53	1.57	$P < 0.011^*$	36	-
	Экспериментальная	19	1.32	1.157			
Подход	Контрольная	19	2.53	1.57	$P < 0.020^*$	36	2.442
	Экспериментальная	19	3.47	0.612			
Талант	Контрольная	19	2.68	1.003	$P < 0.035^*$	36	2.195
	Экспериментальная	19	3.26	0.562			
Управление задачами	Контрольная	19	2.37	1.012	$P < 0.862$	36	1.175
	Экспериментальная	19	2.42	0.838			
Уверенность в решении задачи	Контрольная	19	2.32	0.946	$P < 0.032$	36	2.233
	Экспериментальная	19	3	0.943			

$P < 0.01^{**}$

$P < 0.05^*$

Данные, представленные в таблице, а так же результаты опроса показывают, что учебная программа по жизненным навыкам оказала значительное влияние на экспериментальную и контрольную группы по переменным: неспособность, подход, талант, уверенность в решении задачи, что равняется  $P < 0,05$ . Но по другим переменным значительного влияния не наблюдалось.

**Заключение**

Настоящие результаты показывают, что обучение жизненным навыкам увеличивает удовлетворённость браком. Результаты показали, что после реализации обучения навыкам семейного удовлетворения предварительное и итоговое тестирование у экспериментальной группы имели существенные различия. Эти данные соответствуют работам Hatfyld (2002), Стэнли и Markmn (2003), Markmn и Halug (1993), Элиас (1991) и Агамогамедияни Бейглу (1995). Результаты показывают, что обучение жизненным навыкам приводит к эффективным изменениям в решении семейных и жизненных проблем у домохозяек в 4 критериях из 6. Результаты исследования Hatfyld показали, что такое обучение может оказать положительное влияние на семейные связи и способствовать росту чувства человечности и сочувствия к людям. Результаты этого исследования показывают, что после реализации обучающих программ оценки экспериментальной группы по избеганию, неспособности, талантливости, подходу значительно различаются с оценками до обучения. Эти данные вполне соответствуют выводам Якобсона (1984), Бернштейна и его коллеги (1986) и Шура (1991).

На вопрос о том, ощущается ли разница в брачном удовлетворении между женщинами, которые прошли обучение жизненным навыкам, и теми, которые не проходили обучения, ответ отрицательный. Поскольку особого различия между экспериментальной и контрольными группами по этому поводу не обнаружено. Но общая оценка брачной удовлетворённости в экспериментальной группе по сравнению с контрольной группой выше.

Может быть, здесь сказало то, что экспериментальная группа была выбрана из простого населения общества, которые имеют более высокий уровень семейного и брачного удовлетворения и редко страдают от тяжёлых семейных и брачных раздоров. Но несмотря на это результаты опроса показывают, что у тех женщин, что прошли обучение жизненным навыкам по учебной программе, заметно повысился уровень семейного удовлетворения. Чего не скажешь о тех, которые не получили такой подготовки.

По поводу того, ощущается ли разница в выборе путей решения проблем между женщинами, которые прошли обучение жизненным навыкам, и теми, которые не проходили обучения, надо отметить, что существуют значительные различия по четырём критериям (неспособность, подход, талантливость и уверенность в решении задач). По двум критериям (избегание, управление задачей) значительных различий не отмечено.

### Библиографический список

1. Агамогамедиян Н. Оценка эффективности обучения навыкам общения с поведенческим подходом к семейному удовлетворению // Материалы конференции патологии семьи в Иране. – Тегеран : университет Бехешти, 2004.
2. Бабапур Ж., Расулзаде С., Ежеи Ж., Фатхи А. Отношения между методами решения проблем и психологического здоровья учащихся // Журнал психологии. – № 17(1). – 2003. – С. 16–3.
3. Бейглу Х. Влияние учебных курсов на повышение информированности и осведомлённости участников в семье : магистерская диссертация. – Тегеран : Исламский университет Азад, Центральный Тегеран, 1995.
4. Сани Б. Брак и семья. – Тегеран : Издат. Бесат, 2002.
5. Самари А. Эффективность обучения жизненным навыкам, семейный стресс и общественное признание // Журнал психического здоровья. – № 25. – С. 47–57. – 2005.
6. Сани Б. Брак и семья: оценки масштаба. – Тегеран : Издат. Бесат, 2000.
7. Саларифар М. Семейные отношения с точки зрения ислама и психологии. – Тегеран : Самт, 2007.
8. Солеймани А. Оценка влияния иррационального мышления (когнитивный подход) на удовлетворённость браком : магистерская диссертация. – Университет Тарбиат Муаллем, 1994.
9. Хоссейн Ханзаде А. Социальные навыки, обучение детей и подростков. – Тегеран : Культура, 2010.
10. Хоссейн Ханзаде А. Роль религии в определении психического здоровья и супружеских отношениях // Психологические науки. – № 9, 35. – С. 335–356. – 2010.
11. Аламолхода С. Заметки о хороших жизненных навыках. – Т. 1. – Мешхед : Месопотамия, 2007.
12. Фагирпур М. Социальные навыки и семейное устройство. – Благотворительная организация Гилян, 2006.
13. Могамади Ф. Сравнение стилей решения проблем у пациентов с депрессией по сравнению с нормальными субъектами // Psychological Science. – № 24. – С. 1–42. – 2001.
14. Могамади Н. Отношения общественного здравоохранения с решением проблем // Психология. – № 8 (4), 32, 322–336. – 2004.
15. Махдавиян Ф. Эффект связи обучения удовлетворённости браком и психического здоровья : магистерская диссертация. – Тегеран : Психиатрический институт, 1997.
16. Никпур Н. Обзор эффективности обучения жизненным навыкам в области психического здоровья // Второй национальный семинар по вопросам психического здоровья, 2004.
17. Неджатиан М. Влияние обучения жизненным навыкам на психическое здоровье : магистерская диссертация. – Университет Аль-Захра. 2002.
18. Ahmadi K., Azad-Marzabadi E., Nabipoor Ashrafi M. S.(2008). The Influence of Religiosity on Marital Satisfaction // Journal of Social Sciences. – 4 (2). – P. 103–110.
19. Davidson E., Janet (2003), Strenberg J. Robert. The psychology of problem solving // Cambridge university press.
20. Elias M. J. (1991). An action research approach to evaluating the impact of social decision making and problem solving curriculum for preventing behavior and academic dysfunction in children // Evaluation and program planning. – 14. – P. 397–401.
21. Ellis A. (1989). Rational-Emotive couples therapy. – New Yourk : Pergamon Press.
22. Ellison C. G. (1991). Religious Involvement and Subjective well-being // Journal of Health & Social Behavior. – 32. – P. 80–83.

23. Fieses B. H. and Tomcho T. J., 2001. Finding in religious practices: The relation between religious holiday rituals and marital satisfaction // Journal of Family Psychology. –15. – P. 597–609.
24. Gray R. (1991). Uppacking authoritative parenting // Journal of marriage and the family. – 61. – P. 574–587.
25. Hatfield A. (2002). Family education : Theory and practice. – Sanfransisco : Jossey. – P. 32–37.
26. Johnson Matthew, D, Cohan, catherinel. (2005). Problem solving skills and affective expressions as predictors of change in marital satisfaction // Journal of consulting and clinical psychology. – 73. – C. 15–27.
27. Markman H. J., Hahlweg K. (1993). The prediction and prevention of marital distresss : An interpersonal perspective. Clinical psychology review. – 13. – C. 29–43.
28. Rice D. F. (1996). Intimate relationships, marriages & families (3<sup>rd</sup> Ed). – California : Mayfield publishing Company.
29. Roberts L. J. (2000). Fire an ice in marital communication: Hostile and distancing behaviors as predictors of marital distress // Journal of Marriage and the Family. – 62. – C. 693–707.
30. Sacher J. A. & Fine M. A. (1996). Predicting relationship, status & satisfaction after 6 month among dating couples // Journal of Marriage and the family. – 58. – C. 21–23.
31. Smith E. A. (2004). Evaluation of life skills training and infused – life skills training in a rural setting: outcomes at two years // Journal of alchohole & drug education.
32. Wichroski A. (1999). A preliminary analysis of family life skills program. presented at the national association for welfare research and statistics annual workshop. Clereland, ohio.
33. Young M. E. & Long L. (1998). Counseling and Therapy for Couples. Cole Publishing Company.

© Мусави В., Ханзаде А. Х., Джавади З., Голандам А. К.

УДК 159.922.4

## ПРИЧИНЫ ТРАНСФОРМАЦИИ ЭТНИЧЕСКОГО САМОСОЗНАНИЯ

**С. И. Баляев**

**Мордовский государственный университет имени Н. П. Огарёва,  
г. Саранск, Республика Мордовия, Россия**

### REASONS FOR THE TRANSFORMATION OF ETHNIC IDENTITY

**S. I. Baljaev**

**Mordovia State University by Ogarev,  
Saransk, Mordovia, Russia**

**Summary.** The article analyzes the phenomenon of ethnic identity. Ethnic identity is considered in terms of causes and conditions of its transformation.

**Key words:** ethnic affiliation; ethnic identity.

При характеристике этнического самосознания, его ключевых структурных элементов, важно учитывать особенности их функционирования в условиях трансформации. Социально-психологический фон межэтнических отношений в 1990-е годы как нельзя лучше иллюстрирует качественные изменения в этническом самосознании, трактуемом как трансформация.

Актуальность данной проблемы впервые подчёркивалась отечественными исследователями в 1980-е годы, когда уже возникли локальные конфликты на Кавказе. Однако настоящий всплеск исследований по проблеме трансформации этнического самосознания произошёл в начале 1990-х годов в рамках создания целенаправленных научно-исследовательских программ в этой области.

Экономические и социально-политические явления предопределяют сочетание различных этнических процессов. Резкие качественные изменения определяющих систем общества не могут не отразиться на состоянии общественного