

Роль коммуникации в психологической и социальной гармонии супружеских пар

Егиазарян Мери

DOI: <https://doi.org/10.58726/27382915-2026.1hs-315>

Ключевые слова: семья, супружеские отношения, фазовые кризисы, гармония, психологические восприятия, самооценка, общение

Введение

Семья является основным институтом социализации личности, в котором формируются её базовые ценности и поведенческие модели, а супружеские отношения играют ключевую роль в поддержании психологической устойчивости и благополучия. В современном обществе, в контексте существенных изменений в системе ценностей и трансформации роли института семьи, структура и характер супружеских взаимоотношений усложняются, что может оказывать влияние на личную и психологическую гармоничность человека. В динамичной среде взаимодействия коммуникация выступает в качестве ключевого фактора в процессе сохранения и развития стабильности, эффективности и психологической удовлетворённости супружеских отношений. Следовательно, качество коммуникации не только способствует укреплению брачных связей, но и играет важную роль в процессе личностного роста и психологического благополучия. Коммуникация не ограничивается лишь обменом информацией, но также является инструментом взаимопонимания, доверия и эмоционального сближения. Нарушения в коммуникативном процессе часто становятся одной из основных причин супружеских конфликтов, кризисов взаимоотношений и разводов.

Существенные изменения ценностей института семьи, происшедшие на протяжении времени, открывают новые области психологического восприятия, предоставляющие возможность переосмыслить социальную роль семьи, рассматривая её не только как общественную единицу, но и как основу развития взаимоотношений личности с её окружением. В результате, потребность в психологической поддержке со стороны супругов заметно возрастает, что приводит к появлению новых подходов к коммуникативным процессам и их более глубокому анализу. Это явление и процесс приобретают жизненное значение, объединяя теоретические и прикладные исследования, что способствует формированию основ эффективных вмешательств. Следовательно, представляемая статья является актуальным научным вкладом, соответствующим современным социальным реалиям.

Целью исследования является анализ структурных и психоэмоциональных особенностей коммуникативных процессов в супружеских парах с целью выявления условий и факторов, способствующих или препятствующих их психоэмоциональной и социальной гармонии.

Задачи исследования:

- Определить ключевые компоненты взаимодействия, характерные для устойчивых и согласованных брачных отношений.
- Исследовать проявления различных уровней общения, сопоставляя самооценку с восприятием партнёром коммуникативного поведения.
- Установить психологические и межличностные детерминанты, нарушающие гармонию взаимодействия в семейной паре.
- Рассмотреть эффективный коммуникативный процесс как возможный индикатор прогнозирования стабильности и гармоничных отношений в супружеских парах.

Научная новизна исследования заключается в комплексном анализе коммуникативных факторов и психологических восприятий с учётом гендерных особенностей и взаимных представлений партнёров. Такой методологический подход позволяет рассматривать структурные и содержательные характеристики общения не только в контексте субъективного восприятия личности, но и в рамках динамики взаимодействия, формирующейся внутри пары. Таким образом, в центре анализа оказывается не только «содержание» коммуникации (что передаётся), но и её форма и характер (как передаётся), что имеет ключевое значение для выявления механизмов стабильности и гармонии супружеских отношений.

Теоретическое значение исследования обусловлено тем, что в рамках семейной психологии коммуникативный процесс между супругами рассматривается не только как механизм реализации взаимодействий, но и как фундаментальная структура формирования и поддержания супружеской гармонии. Представляемое исследование дополняет теоретическое научное поле, раскрывая особенности коммуникативной структуры, субъективного и взаимного восприятия, а также динамики психологического взаимодействия внутри пары.

Практическое значение связано с потенциалом повышения эффективности психологического консультирования семей и пар. Итоги исследования создают основу для разработки целенаправленных психологических программ и методов поддержки, направленных на преодоление коммуникативных барьеров и формирование гармонии в супружеских отношениях. В результате формируется методический комплекс, обладающий прикладной ценностью для обеспечения стабильности семьи, качества отношений и психоэмоционального благополучия, особенно в сфере социальных служб и общественных вмешательств.

Содержание статьи

В теоретической части статьи основой служат как армянские, так и зарубежные социально-психологические научные исследования, включающие работы известных авторов в области семейной психологии, таких как Ломов, Андреева, Зацепин, Седракан, Крагохвил и других. Данная теоретическая база позволяет провести глубокий анализ структурных, психологических и коммуникативных особенностей супружеских отношений.

Семейная среда является социальной и эмоциональной основой личности, где формируются ценности и характеристики, оказывающие непосредственное влияние на все межличностные отношения в течение жизни. В контексте этой интенсивной динамики взаимодействия коммуникация играет ключевую роль, выступая связующим элементом в создании и укреплении межличностных связей. Особенно в супружеских отношениях, где два индивида строят совместное будущее, коммуникация становится краеугольным камнем отношений, а её нарушение – причиной конфликтов и семейного напряжения.

Изменения в структурно-ролевой организации семейной жизни и динамика потребностей и ожиданий её членов могут существенно влиять на качество и стабильность супружеских отношений. Некоторые этапы семейной жизни считаются «кризисными», так как требуют перестройки и адаптации к новым вызовам.

В исследованиях Крагохвила выделяется промежуток от 3-го до 7-го года супружеской жизни как кризисный этап, сопровождающийся снижением влюблённости, контрастом с романтическим восприятием повседневной жизни, а также столкновениями взглядов и эмоциональным напряжением [9, 142]. Кризисные ситуации, возникающие в этот период, могут не только существенно негативно влиять на взаимоотношения пары, но и сказываться на психическом здоровье детей. Нарушение коммуникации и постоянные конфликты, характерные для данного этапа, отрицательно отражаются не только на качестве отношений между супругами, но и на эмоциональной устойчивости и адаптивности детей.

По наблюдениям С. Седракана, дети очень чувствительны к межличностному напряжению, и неэффективная коммуникация между супругами сразу же отражается на их поведен-

ческом равновесии, эмоциональной устойчивости и социальной адаптивности. Нарушение семейного общения часто сопровождается негативными изменениями в поведении и эмоциональном состоянии детей: они становятся молчаливыми, тревожными или психологически подавленными, а в некоторых случаях даже отражают нестабильность коммуникации между родителями [13, 380–381].

В подобных ситуациях важно выделить один из ключевых компонентов структуры коммуникации – общение, которое, согласно А. А. Андреевой, объединяет индивидов в единую социальную систему. Без общения как практического проявления коммуникации невозможно представить себе нормальное развитие как общественных, так и межличностных отношений [2, 89–91]. В рамках семейной системы качество коммуникации, включая формы общения и эмоциональное наполнение, играет решающую роль, влияя на качество партнёрских отношений, ход их развития и результаты [1, 88–90]. В сравнении, Ломов описывает общение не только как духовный, но и как материальный и социальный процесс, в ходе которого происходит обмен опытом, способностями и навыками. Поскольку общение тесно связано с практической деятельностью человека, оно может выполнять свои функции только в контексте этой деятельности [11, 245–246].

С этой точки зрения роль коммуникации в обеспечении стабильности и гармоничности супружеских отношений становится ключевой. Исследования Маркмана и соавторов показывают, что качество и типы коммуникации напрямую влияют на удовлетворённость отношениями, их стабильность и эффективное разрешение конфликтов [12, 368]. По мнению авторов, коммуникация – это не только средство передачи информации, но и основа формирования эмоциональной связи. Скрытые обиды и отсутствие открытого диалога могут привести к постепенному разрушению отношений. Они подчёркивают, что в верных и долгосрочных супружеских отношениях эффективность коммуникации включает не только урегулирование конфликтов, но и поддержание эмоциональной и психологической связи, что имеет важное значение для гармонии пары.

Вахтель рассматривает коммуникацию пар на двух уровнях – содержательном (что говорится) и мета-коммуникационном (как говорится), подчёркивая роль их взаимодействия в формировании качества отношений. Он также вводит понятие «двойной связи» (double bind), когда противоречия между разными уровнями коммуникации приводят к напряжённости, недоразумениям и разрыву контакта [14, 350–386].

Согласно теории Д. Гоулмана, распознавание и управление собственными и чужими эмоциями являются ключевыми компонентами эмоционального интеллекта, способствующими формированию здоровой коммуникационной динамики и стабильности межличностных отношений [5, 317].

Тем не менее, в процессе развития коммуникация часто сталкивается с рядом препятствий, которые могут нарушать взаимопонимание и эффективное взаимодействие. В этом контексте важны исследования, направленные на выявление и преодоление коммуникативных барьеров. В частности, Канари и Динди выделяют несколько методов, направленных на повышение качества коммуникации. Их предложения: интерактивное слушание, модели открытого диалога и эмоциональная поддержка, способствуют улучшению гармонии в отношениях партнёров и эффективности общения [6, 392].

Системный подход рассматривает супружескую коммуникацию как движущую силу семейной системы. Согласно теории М. Боуэна, коммуникация регулирует нормы и поведение в отношениях, а её дефицит может привести к системному дисбалансу и ослаблению семейных связей [3, 45].

Международные научные исследования последних лет придают изучению коммуникативных процессов новый уровень научного осмысления. Исследование 2023 года «Различия в

качестве супружеской коммуникации в зависимости от тематики» показало, что уровень коммуникации значительно варьируется в зависимости от обсуждаемых тем. Финансовые вопросы и разговоры о родственниках приводят к низкому качеству коммуникации, в отличие от тем воспитания детей и социальной справедливости, которые сопровождаются высоким качеством общения. Результаты этого исследования важны для понимания стабильности и удовлетворённости отношений партнёров [16, 670-680].

Исследование Кавьи Вижаяни 2024 года «Супружеская коммуникация и её влияние на конфликты и удовлетворённость молодых пар» подчёркивает, что высокий уровень супружеской коммуникации среди молодых пар значительно сокращает количество конфликтных ситуаций и одновременно способствует повышению общей удовлетворённости отношениями и психологической устойчивости. Качество коммуникации выступает посредником, снижая частоту и серьёзность конфликтов, что, по мнению авторов, способствует формированию доверия и эмоциональной гармонии между партнёрами, подчёркивая роль коммуникации как ключевого фактора здоровья супружеских отношений [15, 907-918].

Исходя из анализа теоретической части статьи, супружеская коммуникация рассматривается как ключевое условие качества и стабильности взаимоотношений. Её изучение требует комплексного и системного подхода с учётом психологических, социальных и коммуникативных факторов. Это позволяет сделать вывод о необходимости проведения собственной эмпирической работы с применением эффективных и многоаспектных методов для более полного и всестороннего изучения влияния и особенностей коммуникации.

Методы исследования, эмпирический анализ и результаты

Данное исследование, проведённое нами, опирается не только на теоретические подходы, но и на предварительные эмпирические данные, основанные на известной теории Краухвила в области семейной психологии. Согласно этой теории, в семейной жизни наблюдаются фазовые кризисы, один из которых особенно характерен для 3–7-го годов супружеской жизни. Этот кризис обусловлен структурными и функциональными изменениями в семье, в частности – рождением ребёнка, принятием новых родительских ролей, переосмыслением супружеских отношений и необходимостью перераспределения обязанностей. Основными вызовами рассматриваемого этапа являются освоение родительской роли, эмоциональные и практические изменения в отношениях, внутренние конфликты ролей и снижение взаимопонимания. Эффективность преодоления кризиса связана с адаптивностью пары и качеством взаимного понимания.

На начальном этапе было проведено субъективное анкетирование с целью выяснения, преодолели ли пары указанный кризис. Анкета включала как закрытые, так и открытые вопросы для оценки усвоения родительских ролей, стабильности супружеских отношений, наличия эмоционального отдаления и способов разрешения конфликтов. Большинство пар отметили, что сталкивались с указанными проблемами, однако смогли преодолеть их совместными усилиями через реорганизацию отношений, восстановление общения и взаимную поддержку. Эти предварительные данные послужили основой для проведения последующего углубленного и структурного исследования.

Предварительные результаты субъективной оценки послужили основой для проведения исследования, в котором приняли участие пары с супружеским стажем от 8 до 15 лет. Согласно полученным данным, рассматриваемые пары в определённой степени уже преодолели начальный фазовый кризис супружеской жизни, что позволило изучить динамику их взаимоотношений на посткризисном этапе. Исследование проведено с использованием количественного метода и структурированного опросника.

В качестве теоретической основы была выбрана коммуникативная модель Р. Левиса и Дж. Спаньера [10, 875-884], рассматривающая качество коммуникации как ключевой фактор

эффективности брака, подчёркивая важность взаимопонимания, эмоционального выражения, ценностной согласованности и совпадения ролей. На базе данной модели был разработан опросник, включающий шесть шкал:

- Соответствие взглядов
- Общие символы
- Надёжность в коммуникации – самооценка и оценка партнёра
- Взаимопонимание – самооценка и оценка партнёра
- Терапевтический характер коммуникации
- Лёгкость общения

Результаты шкал классифицированы согласно пятибалльной системе оценки:

- 0–20 % – низкий уровень
- 21–40 % – сниженный
- 41–60 % – средний
- 61–80 % – повышенный
- 81–100 % – высокий

Анкеты заполняли 40 супружеских пар, отобранных целенаправленной выборкой с учётом длительности их отношений (от 8 до 15 лет) и субъективного факта преодоления начального кризиса. Целенаправленное ограничение выборки обеспечивало возможность сравнительного анализа среди тех пар, которые прошли основную фазу перестройки взаимоотношений и в настоящее время находятся в стадии относительной стабильности перед следующей кризисной фазой.

Ответы пар были проанализированы в контексте гендерных особенностей, отдельно рассматривая самооценки женщин и мужчин, а также восприятия партнёров. Такой подход позволил выявить степень внутренней гармонии коммуникации, возможные отклонения или несоответствия, а также коммуникативную симметрию или дисбаланс, которые важны для оценки качества долгосрочных взаимоотношений.

В целом, исследование направлено на выявление процессов формирования системы коммуникации в длительном браке после преодоления первой кризисной фазы и до наступления следующей, а также проверку наличия коммуникативной гармонии между супругами как предпосылки стабильности отношений. В приведённой ниже таблице представлены краткие данные результатов исследования, отражающие уровень основных компонентов коммуникации.

Таблица 1

Супружеская коммуникация и взаимопонимание

<i>Показатель</i>	<i>Мужчины (%)</i>	<i>Женщины (%)</i>
Соответствие взглядов	60 %	68 %
Общие символы	54 %	58 %
Надёжность (самооценка)	46 %	54 %
Надёжность (оценка партнёра)	70 %	78 %
Взаимопонимание (самооценка)	74 %	82 %
Взаимопонимание (оценка партнёра)	44 %	72 %
Терапевтический характер общения	56 %	60 %
Лёгкость коммуникации	48 %	62 %

Результаты исследования свидетельствуют о наличии относительной согласованности в супружеских парах со стажем 8-15 лет, в частности, по показателям соответствие взглядов

(мужчины – 60 %, женщины – 68 %) и понимания общих символов (54 % и 58 % соответственно), что указывает на определённую коммуникативную гармонию. Тем не менее, приведённые средние показатели подчёркивают необходимость дальнейшего углубления и развития коммуникативного поля.

Анализ соотношения самооценки и восприятия со стороны партнёра выявил ряд разрывов, особенно у мужчин. Мужчины нередко занижают собственную коммуникативную надёжность (самооценка – 46 %, оценка партнёра – 70 %) и способности к взаимопониманию (самооценка – 74 %, оценка партнёра – 44 %), что отражает несоразмерность внешних и внутренних представлений. Эти расхождения указывают на тенденцию мужчин подходить к коммуникации преимущественно с рационально-прагматических позиций, ограничивая эмоциональную самопрезентацию, что зачастую обусловлено социально закреплёнными ролями и стрессовыми факторами.

Более низкий уровень самооценки и взаимопонимания у мужчин в ряде случаев может отражать более рациональный и прагматичный, но эмоционально ограниченный подход к коммуникации, что может быть связано с их социальными ролями и стрессовыми факторами. У женщин картина заметно иная. Их самооценка и восприятие со стороны партнёра относительно высоки как в сфере надёжности (54 % и 78 %), так и в области взаимопонимания (82 % и 72 %). Это отражает более высокий уровень эмоционального интеллекта в женской коммуникации, который может быть обусловлен как биологическими, так и культурными и социальными факторами. Женщины часто выступают в роли эмоциональной и психологической опоры внутри семьи и супружеских отношений.

Сравнительно сбалансированные показатели терапевтического характера коммуникации (56 % мужчины, 60 % женщины) и её лёгкости (48 % и 62 %) свидетельствуют о наличии определённой стабильности во взаимоотношениях пары. В то же время эти данные указывают на значительный потенциал для улучшения, особенно в направлении стимулирования эмоциональной свободы и взаимопонимания.

В целом низкий уровень самооценки, особенно среди мужчин, может быть обусловлен как недостатком коммуникативной уверенности, так и трудностями эмоционального самовыражения. Это препятствует взаимопониманию и коммуникативной гармонии, ставя под угрозу стабильность партнёрских отношений. Разрывы во взаимном восприятии, особенно в случаях, когда партнёры по-разному воспринимают коммуникативное поведение друг друга, могут привести к эмоциональной дистанции и развитию конфликтной динамики.

Однако при своевременном и эффективном анализе и коррекции такие разрывы могут стать основой для роста и адаптации, позволяя паре преодолеть последующие кризисные этапы развития отношений более уверенно и гармонично. Всё это является важным ориентиром при разработке программ семейного консультирования и психологической поддержки. Особое внимание следует уделять развитию коммуникативной уверенности среди мужчин, а также сохранению взаимопонимания и укреплению эмоциональной многогранности среди женщин.

Эти различия необходимо учитывать при проектировании программ, направленных на улучшение качества коммуникации в супружеских парах. Возможно, для мужчин приоритетным является стимулирование свободы коммуникации и формирования уверенности, в то время как для женщин — сохранение взаимопонимания и поддержание стабильности общения.

Таким образом, баланс структурных и психологических характеристик коммуникации в супружеских парах со стажем 8-15 лет является решающим фактором в обеспечении психологической и социальной гармонии между партнёрами, способствуя стабильности отношений и долгосрочным перспективам, основанным на их развитии.

Заключение

Результаты данного исследования показали, что структурные и психологические характеристики коммуникации являются ключевыми индикаторами качества и стабильности супружеских отношений. Статистический анализ выявил, что женщины демонстрируют относительно более высокие показатели эффективности коммуникации, доверия и взаимопонимания, что свидетельствует о высокой эмоциональной вовлечённости и развитых коммуникативных навыках. Мужчины же по некоторым показателям проявляют меньшую активность в коммуникации и самооценке, что может препятствовать формированию здоровых и гармоничных отношений.

С точки зрения межличностных отношений становится очевидным, что коммуникативные факторы – как структурные (соответствие взглядов, наличие общих символов), так и личностно-психологические (доверие, взаимопонимание, терапевтический характер коммуникации) – оказывают прямое влияние на психическую гармонию и социальную устойчивость пар. Даже незначительные коммуникативные отклонения могут ухудшить разногласия и эмоциональную дистанцию между партнёрами, нарушая развитие отношений.

Следовательно, в основе прочных и гармоничных брачных отношений лежат развитая культура коммуникации, взаимное уважение и доверие. Этот аспект имеет ключевое значение для разработки психологического консультирования и вмешательств с парами, особенно подчеркивая важность развития коммуникативных навыков и самосознания. Эти факторы позволяют парам эффективно преодолевать барьеры во взаимном восприятии и снижать напряжённость в отношениях. Кроме того, результаты исследования подчеркивают необходимость распознавания и анализа коммуникативных факторов специалистами как меры профилактического характера, направленной на предотвращение обострения семейных проблем.

Полученные данные представляют собой важную основу для разработки программ психологической поддержки семей, направленных на развитие коммуникативных навыков в супружеских отношениях, особенно среди мужчин.

Несмотря на имеющиеся методологические ограничения, проведённое исследование предлагает ценную научную базу для анализа и оценки психологических особенностей супружеской коммуникации. Особое значение имеет тот факт, что исследование позволило выявить влияние структурных и личностных факторов коммуникации на отношения в парах, даже при ограниченной исследуемой группе.

Однако следует учитывать ряд ограничений, обусловленных, например, численностью участников, субъективной характеристикой анкеты, а также недостаточным включением культурных и социальных факторов при изучении гендерных различий. Кроме того, исследование не включает долгосрочное наблюдение за динамикой коммуникации, что может ограничивать углублённый анализ изменений и развития отношений.

В дальнейших исследованиях целесообразно расширить масштаб исследуемой группы, включить пары из различных социально-культурных сред и применить комплексные методологические подходы для многоуровневого анализа.

Таким образом, настоящая работа, проведённое исследование могут рассматриваться как важный начальный шаг на пути к развитию психологических исследований коммуникативного процесса в супружеских отношениях.

DOI: <https://doi.org/10.58726/27382915-2026.1hs-315>

Լիտերատուրա

1. Андреева Т. В. Межличностное общение и социальная психология, Москва, Наука, 1994, с. 88-90.
2. Андреева Т. В. Социальная психология, Москва, Высшая школа, 1994, с. 89-91.
3. Bowen M. Family Therapy in Clinical Practice, New York, Jason Aronson, 2019, 45 p.
4. Gottman J., Levenson R. Marital interaction and relationship stability. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 1992, Vol. 60, № 1, pp. 84-93.
5. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York, Bantam Books, 1995, 317 p.
6. Dindia K., Canary D. J. Sex Differences and Similarities in Communication, New York, Routledge, 2013, 392 p.
7. Зацепин В. И. Социальная психология семьи, Санкт-Петербург, Питер, 2001.
8. Каплан Л. Современные подходы к терапии семейных отношений, Москва, Академия, 2017.
9. Кратохвиль Э. Семейные кризисы и их преодоление. Психология семьи, 2005, № 3, 142 с.
10. Lewis R., Spanier J. Model of Marital Quality: Interpersonal Communication of Spouses. Journal of Marriage and Family, 1990, Vol. 52, № 4, pp. 875-884.
11. Ломов Б. Ф. Общая психология общения, Москва, Просвещение, 1984, с. 245-246.
12. Markman H., Rhoades G., Stanley S. Fighting for Your Marriage: A Deluxe Revised Edition of the Classic Best-seller for Enhancing Marriage and Preventing Divorce, San Francisco, Jossey-Bass, 2010, 368 p.
13. Седракян С. С., Семейная психология, Ереван, Издательство Армянского университета, 2010, с. 380-381.
14. Вахтель Б. Психотерапевтические аспекты семейного общения, Москва, Когито-Центр, 2010, с. 350-386.
15. Vijan K. Marital Communication and Its Impact on Conflict and Satisfaction among Young Couples, 2024, pp. 907-918.
16. Weber D., Lavner J., Beach S. Marital Communication Quality Across Different Topics. Journal of Family Psychology, 2023, Vol. 37, № 6, pp. 670-680.

Հաղորդակցման դերակատարումն ամուսնական զույգերի հոգեբանական և սոցիալական ներդաշնակության մեջ

Եղիազարյան Մերի

Ամփոփում

Հանգուցային բառեր. *ընտանիք, ամուսնական հարաբերություններ, փուլային ճգնաժամեր, ներդաշնակություն, հոգեբանական ընկալումներ, ինքնագնահատում, շփում*

Հետազոտության նպատակն էր՝ ուսումնասիրել ամուսնական զույգերի հաղորդակցական գործընթացների կառուցվածքային և հոգեբանական առանձնահատկությունները՝ բացահայտելով գույճընկերների սոցիալ-հոգեբանական ներդաշնակության վրա ազդող գործոններն ու պարամետրերը: Ուսումնասիրությունը ներառում է գրականության տեսական վերլուծություն և փորձնական հետազոտություն՝ 8-15 տարվա ամուսնական փորձ ունեցող զույգերի ընտրանքով, որոնք, նախնական գնահատումների համաձայն, հաջողությամբ հաղթահարել էին ամուսնական կյանքի առաջին փուլային ճգնաժամը:

Հատուկ ուշադրություն դարձվեց հաղորդակցության որակին՝ որպես հարաբերությունների կայունության և ներդաշնակության հիմնարար գործոն:

Վերլուծությունը ցույց տվեց հարաբերական ներդաշնակություն՝ տեսանկյունների համընկման և խորհրդանիշների ընդհանուր ըմբռնման մակարդակներում, սակայն արձանագրվեցին նաև հաղորդակցական խզումներ, հասկապես տղամարդկանց շրջանում:

Հաղորդակցության թերապևտիկ բնույթի և թեթևության միջինից բարձր ցուցանիշները վկայում են հարաբերական կայունության մասին, սակայն միաժամանակ բացահայտում են զարգացման ներքո՝ հուզական ազատության, փոխըմբռնման և վստահության խթանման ուղղությամբ: Տղամարդկանց համար առաջնահերթ է հաղորդակցական վստահության ամրապնդումը, իսկ կանանց դեպքում՝ փոխըմբռնման պահպանությունն ու հուզական բազմակողմանիության զարգացումը:

Ստացված արդյունքների վերլուծությունը ցույց է տալիս, որ հաղորդակցական խզումների հետ աշխատանքը զուգընկերների հետ կարող է նպաստել ընտանեկան ներդաշնակության և հարաբերությունների կայունության զարգացմանը՝ հնարավորություն ընձեռելով նրանց հաջողությամբ հաղթահարելու ամուսնական կյանքի ճգնաժամերն ու դժվարությունները համատեղ, փոխըմբռնմամբ և կառուցողական միջանձնային համագործակցությամբ: Հետևաբար, արդյունքները հանդիսանում են կարևոր գիտական և գործնական հիմք ընտանեկան հոգեբանական խորհրդատվության և աջակցության ծրագրերի համար:

The Role of Communication in Maintaining the Psychological and Social Harmony of Married Couples

Yeghiazaryan Meri

Summary

Key words: *family, marital relations, phased crises, harmony, psychological perceptions, self-esteem, interaction*

This study examines structural and psychological aspects of communication among married couples, identifying factors that influence socio-psychological harmony. The article combines a theoretical literature review with an empirical study involving couples with 8-15 years of marital experience who had successfully overcome early-phase marital crises.

Particular attention was given to communication quality as a key determinant of relationship stability and harmony. Responses were analyzed using self-assessments and partner perceptions, revealing gender-specific differences. Men often underestimated the reliability of their communication and perceptual abilities, whereas women demonstrated higher perceptual awareness and emotional sensitivity, reflecting social and cultural role expectations.

The findings show that improving communication can help strengthen harmony in a marriage and make it easier for partners to deal with challenges together. These results can be useful for family counseling and support programs, focusing on practical ways to build better communication, emotional understanding, and long-term stability in relationships.

Ներկայացվել է 14. 08. 2025 թ.

Գրախոսվել է 17. 09. 2025 թ.

Ընդունվել է տպագրության 27. 05. 2026 թ.