

**Исследование измены в романтических отношениях**

**Смирнова Наталья Сергеевна**

Аспирант

*Костромской государственный университет имени Н.А. Некрасова, Институт педагогики и психологии, Кострома, Россия*

*E-mail: ronla\_777@mail.ru*

В настоящее время институт семьи переживает кризис: увеличивается количество разводов, растет число неполных семей и детей-сирот, значимо снижается удовлетворенность семейной жизнью. Одной из трудностей в романтических и супружеских отношениях пары может быть неверность одного из партнеров.

**Проблема** нашего исследования звучит следующим образом: изучение измены как трудной жизненной ситуации и тесно связанных с ней негативных переживаний: ненависти и ревности, а также способов совладания с ними. **Актуальность** данной темы обуславливается ее распространенностью, стрессогенностью и относительно малой изученностью. Социальная актуальность данной темы объясняется потребностями общества в изучении проблемных вопросов и способов их решения: измена является очень трудной для самостоятельного переживания ситуацией, ее необходимо изучать для разработки адресных рекомендаций. Научная актуальность состоит в рассмотрении негативных переживаний в романтических отношениях, рассмотрении ситуационного подхода к совладающему поведению.

Тема совладающего поведения в России разрабатывается примерно с 90-х годов (Н. А. Сирота, В. А. Ялтонский, Т.Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, С. А. Хазова, Е. В. Куфтяк и др.). Особой областью в изучении совладающего поведения является исследование совладающего с трудностями поведения в сфере семейных отношений. В зарубежной психологии изучением семьи в трудной жизненной ситуации или в ситуации стресса занимались R. Beavers, G. Bodenmann, J. Lewis, H.I. McCubbin, G. Vailant. В отечественной науке интерес к изучению совладающего поведения в семье возник позже, в настоящее время остаются неизученными многие аспекты и вопросы семейного совладания с трудностями и стрессами. Нами исследуется совладающее поведение в конкретной трудной ситуации, которая угрожает психологическому комфорту человека, его самооценке, воспринимается как трудная. Эта ситуация имеет также социокультурный контекст, т.к. понимание «измены» партнеру по романтическим отношениям различается в разных культурах (Р. Хупка, 1990). Чаще всего данная ситуация воспринимается как стрессовая и переживается длительное время. Совладание с такой ситуацией требует немалых личностных ресурсов и умения гибко применять различные способы для облегчения состояния и изменения сложившихся обстоятельств. Ситуация измены может привести к различным негативным последствиям для пережившего ее человека: она может являться причиной затяжной депрессии, попыток суицида, страха перед новыми отношениями. Таким образом, изучение ситуации измены важно, так как она сильно и чаще всего негативно воздействует на человека.

Нами сделаны следующие предположения:

1. Измена партнера по романтическим отношениям и собственная неверность субъекта являются стрессом и воспринимаются как трудная жизненная ситуация.

2. Стратегии совладания с ситуацией измены, применяемые в случае сохранения романтических отношений (диадический копинг) отличаются от стратегий, используемых после их разрыва (индивидуальный копинг).

3. Измена, ревность и ложь в романтических отношениях могут привести к появлению ненависти партнеров друг к другу;

4. От того, как воспринимается измена и стрессом какого уровня она является, зависят стиль и стратегии совладающего поведения, применяемые субъектом в данной ситуации.

**Объектом** является совладающее поведение индивидуального и группового субъекта (диады) в трудной жизненной ситуации.

**Предмет** - стратегии совладания партнеров по романтическим отношениям со стрессом разного уровня в ситуации измены партнера и собственной неверности.

**Цель** исследования состоит в изучении измены как трудной жизненной ситуации, связанной с негативными переживаниями романтических отношений (ревность и ненависть), и рассмотрение способов индивидуального и диадического совладания с ней у партнеров по романтическим отношениям.

В нашем исследовании мы использовали следующие диагностические методы: Тематический апперцептивный тест Г. Мюррея (ТАТ) (модификация Д.А. Леонтьева); методика «Marital coping inventory» M.L. Bowman (1990) («Опросник супружеского копинга»); Опросник способов совладания (Лазарус и Фолкман в адаптации Т. Л. Крюковой и др., 2004); «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (Эндлер и Паркер; в адаптации Крюковой Т. Л., 2001); методика исследования уровня интерперсонального доверия (Н.А. Сорокоумова, О.В.Голубь); методика «Доверие к себе» (Скрипкина Т. П.); авторское интервью о переживании человеком ситуации измены, о способах его адаптации к данной ситуации и его поведении в ней; Мульти-опросник привязанности (К.А. Бреннан, П.Р. Швейер, апробация О.А. Екимчик (2009)); методика «Реакции на ревность» (К. Маслач и Е. Пайнс).

В данной работе предполагается провести рассмотрение переживания измены, а также ее негативных последствий для человека и пары (партнеров), например, ненависти партнеров друг к другу, являющегося результатом произошедшей измены, и способов ее «маскировки». Также предполагается провести сопоставление переживаний испытуемых в зависимости от их чувствительности к данному стрессу и тяжести его переживания. Также ранее мало изучена партнерская пара (диада) как целое: изучались отдельные люди и измена как индивидуальный феномен (К. Витек, О. А. Карабанова, С. И. Голод, О. А. Екимчик, И. Н. Хмарук и др.). Новым в данной работе мы считаем методологический подход: изучение феномена не отвлеченно как психологического явления, а применительно к конкретным людям, к паре как системе с опорой на качественные методы исследования. Исследование как индивидуального, так и совместного, диадического копинга в столь трудной для индивида и диады ситуации, как измена, еще не предпринималось. Новизной обладает рассмотрение измены в комплексе вызываемых ею чувств и переживаний (ревность, ненависть, др.) и как системная ситуация, особое событие в жизни человека, отличное от других по силе вызываемого стресса (возможно, травмы). Изучение стратегий и стилей совладания в конкретной ситуации может сделать значимый вклад в исследование ситуационного подхода и рассмотрение трудных жизненных ситуаций в целом.

Изучение измены как трудной жизненной ситуации и совладания с ней способствует более глубокому ее пониманию, делает возможной помощь людям, испытавшим ее. Измена партнера по романтическим отношениям как трудная жизненная ситуация весьма специфична по способам совладания, применяемым в данных обстоятельствах. Она обладает особой травмирующей силой не только потому, что угрожает разрывом значимых для субъекта отношений, но и потому, что наносит урон самооценке человека, снижает его самоуважение. Поэтому совладание с ней может осложняться включением механизмов психологической защиты. Также ситуация измены предполагает глубокую эмоциональную вовлеченность субъекта, что может отразиться на выбранных копинг-стратегиях. Таким образом, совладание с ситуацией измены имеет свою специфику, которую мы и постараемся осветить в нашем исследовании. Изучение пары как целого поможет выявить то поведение партнера, которое помогает пережить измену, выявить ресурсы человека, способствующие успешному преодолению этой трудной жизненной ситуации. Эмпирическое изучение данной проблемы поможет в разработке конкретных рекомендаций людям, переживающим подобный стресс, программы адресной психологической помощи. Оказание помощи людям, реальной поддержки в трудной жизненной ситуации возможно только после детального изучения ситуации, поэтому данная работа вносит посильный вклад в изучение измены и романтических отношений в целом.

### **Литература**

1. Андреева Г. М. Социальная психология, М.: Наука, 1994.
2. Кроник А. А., Кроник Е. А. Психология человеческих отношений. – Дубна: Когито-Центр, 1998.
3. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения: Монография.- Кострома: «Авантитул», 2004.
4. Психология совладающего поведения: материалы Междунар. науч.-практ. конф./отв. ред.: Е. А. Сергиенко, Т. Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2007.
5. Табурова Т. С. Образ значимого другого как ресурс совладания личности с трудной жизненной ситуацией. Автореферат дисс... канд. психол.н. – Барнаул, 2011.
6. Хмарук И. Н. Социально - психологические корреляты выбора способа реагирования в ситуации измены супруга. Автореферат дисс... канд. психол.н. - М., 2000.