

Удовлетворенность отношениями и включенность партнера в собственное Я при переживании скуки в романтических отношениях*

Научный руководитель – Опекина Татьяна Петровна

Голубева Анастасия Александровна

Студент (бакалавр)

Костромской государственной университет, Кострома, Россия

E-mail: asee-golubeva@mail.ru

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ (проект №18-013-01001)

Скука - тягостное душевное состояние от отсутствия дела или интереса к окружающему; отсутствие веселья, занимательности, создающее тягостное настроение [1]. Её переживание очень индивидуально, поэтому люди имеют разную предрасположенность к проявлению такого состояния [3]. В зависимости от различных факторов, скука в романтических отношениях может выступать как временным нормативным состоянием, так и оказывать влияние на психологический комфорт каждого из партнеров [2]. Таким образом, мы предполагаем, что скука, связанная с проявлением определённой неудовлетворённости внешней стороной романтических отношений, с её душевным дискомфортом, однообразием может негативно влиять на развитие отношений между романтическими партнёрами в целом, на их включенность другого партнера в их Я.

Нами были выдвинуты 2 частные гипотезы: 1. Чем больше близость Я партнёров, тем реже они испытывают скуку в романтических отношениях; 2. Чем реже возникает скука в романтических отношениях, тем выше степень удовлетворенности партнёров отношениями.

В нашу выборку вошло 40 человек (30 женщин и 10 мужчин) в возрасте от 18 до 25 лет, состоящих в романтических отношениях от 1 года до 3 лет. Средняя длительность отношений составила 2 года. Испытуемые на момент проведения исследования имели среднее-специальное, неоконченное высшее и высшее образование.

Методы и методики исследования: «Шкала оценки отношений» С. Хендрик, 1998. «The relationship assessment scale» (Hendrick, С. 1998), адаптация О.А. Сычева, 2016; «Включенность Другого в шкалу собственной Я-концепции» А. Арона, Э. Арон, и Д. Смоллан, 1992. «IOS - the Inclusion of Other in the Self scale» (Aron et al., 1992), апробация Т.Л.Крюковой, Д.Н.Захарченко, О.А. Екимчик, Королевой Е.М. и др, 2015-2017; авторский опросник, направленный изучение переживания скуки в романтических отношениях. Полученные данные обрабатывались с помощью методов статистики с использованием пакета STATISTIKA 10.0.

Благодаря предварительному опросу о причинах, проявлениях, последствиях скуки, и путём подсчета похожих ответов, нам удалось разработать опросник и выделить в нём 4 категории, описывающие скуку в контексте романтических отношений: бедность эмоциональной окраски отношений; коммуникативный дискомфорт; слабость мотивационной и волевой регуляции; отчуждение к партнёру.

Проанализировав полученные данные по методике "Шкала оценки отношений", мы обнаружили, что в нашей выборке нет тех людей, которые были бы полностью удовлетворены, либо неудовлетворены отношениями. Большая часть испытуемых (45%) умеренно удовлетворены отношениями; 37,5 % в целом удовлетворены отношениями со своим романтическим партнёром.

Корреляционные связи между удовлетворённостью отношениями и шкалами скуки показали, что чем выше удовлетворенность отношениями, тем ниже выраженность проявления всех показателей скуки ($R=0,609$, $p \leq 0,000$), ярче эмоциональная окраска отношений ($R=0,652$, $p \leq 0,000$), меньше выражен коммуникативный дискомфорт ($R=0,732$, $p \leq 0,000$), меньше выражено отчуждение к партнёру ($R=0,658$, $p \leq 0,000$). Вероятнее всего, чем больше отношения доставляют удовольствие и удовлетворяют потребности партнеров, тем реже в них возникает скука.

Также нам удалось обнаружить, что чем сильнее партнеры включены в Я-концепцию другого партнера, тем ярче эмоциональная окраска их отношений ($R=0,602$, $p \leq 0,000$), ниже коммуникативный дискомфорт ($R=0,620$, $p \leq 0,000$) и ниже выражено отчуждение к партнёру ($R=0,689$, $p \leq 0,000$).

Мы выявили, что в нашей выборке для партнеров не свойственно полное дистанцирование друг от друга, а также выборов 100% включенности партнера в собственное Я. Можно предположить, что состояние скуки является одним из препятствий, которое не позволяют партнерам сильнее сблизиться друг с другом, усиливая дистанцию и отчуждение между ними. Так же было выявлено, что чем более партнер включается в Я другого партнера, тем меньше скуки он испытывает в отношениях с ним ($R=0,567$, $p \leq 0,000$). Вероятнее всего, чем более партнеры включены друг в друга, тем интереснее им друг с другом и скука, соответственно возникает реже.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что меньшие проявления скуки характерны для более близких отношений партнеров, связанных с включением другого в собственное Я, а также с повышением удовлетворенности партнерами своими отношениями.

Источники и литература

- 1) Ильин Е. П. Эмоции и чувства. — СПб: Питер, 2001. — 752 с.
- 2) Перминова И. В. Представления о любви и удовлетворенность жизнью и браком супругов // Концепт. 2017. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/predstavleniya-o-lyubvi-i-udovletvorennost-zhiznyu-i-brakom-suprugov> (дата обращения: 28.02.2020).
- 3) Посохова С.Т, Рохина Е. В. Предрасположенность к скуке как признак психологической уязвимости личности // Вестник СПбГУ. Серия 16: Психология. Педагогика. 2015. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/predraspolozhennost-k-skuke-ka-k-priznak-psiologicheskoy-uyazvimosti-lichnosti> (дата обращения: 28.02.2020).