

Секция «Психология»

Исследование феномена ревности в романтических отношениях

Смирнова Наталья Сергеевна

Студент

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

E-mail: ronla_777@mail.ru

Романтические отношения мужчин и женщин были всегда. Но далеко не всегда они складываются идеально. Одной из наиболее неприятных ситуаций является ревность. С возрастанием свободы в отношениях все сильнее о себе заявляет проблема измен романтическому партнеру, и, как неотделимая ее часть, проблема ревности.

Нами было проведено исследование, целью которого являлось рассмотрение феномена ревности в романтических отношениях, его теоретическое изучение и практическое исследование.

Эмпирическое изучение данной проблемы проводилось следующими методами: тест Стреляу по изучению силы нервных процессов, опросник FPI (форма В) (адаптирован факультетом психологии ЛГУ при участии Ф. Короди), опросник удовлетворенности браком (В. В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко), опросник «Реакции на ревность» [6], авторское интервью. Выборка состояла из 15 пар, состоящих в романтических отношениях, продолжающихся длительное время (от 2 до 7 лет).

Романтические отношения понимались нами как высоко избирательные и относительно устойчивые отношения между мужчиной и женщиной, основанные на положительных эмоциях, физиологически обусловленные сексуальными потребностями и выражающиеся в стремлении каждого из партнеров быть уверенным во взаимности чувств [4]. Ревность же часто является боязнью измены партнера. Измена – это явление в романтических отношениях людей, когда один заводит половые либо романтические отношения с другим человеком, нарушает осознанные им и добровольно принятые обязательства по отношению к своему партнеру, не порывая старых отношений [1, 3]. Основным понятием выступала ревность – эмоциональное выражение потребности человека в сохранении верности его партнером и в то же время в единоличном обладании им [7].

Исследовались реакции ревности: самую слабую степень выраженности имеют физиологические реакции. Это объясняется тем, что перевод переживаний во внутренний план и их ощущение на физическом уровне не очень характерен для молодых людей, составивших данную выборку. Также выявилось, что женщины демонстрируют большую выраженность реакций ревности (как физиологических, так и эмоциональных) по сравнению с мужчинами. Объяснить это можно большей эмоциональностью женщин, их большей ориентированностью на свои переживания.

Наиболее часто встречающиеся в данной выборке физиологические реакции ревности были следующие (в скобках обозначено количество людей, признавших выраженность данной реакции на 5, 6 и 7 баллов):

Нервный срыв (18), дрожь в руках (12), учащение сердцебиения (17), бессонница (14), головная боль (9), нервная дрожь (11), тошнота (5), кошмарные сны (6), жар (8), возбуждение и прилив энергии (6), прилив крови к голове (14),

Среди эмоциональных реакций на ревность преобладают:

Ярость (22), чувство своей неполноценности (12), тревога (11), унижение (9), депрессия (19), жалость к себе (16), боль (8), гнев (16), чувство собственника (9), обида (10), уверенность в своей правоте (14), раздражение и досада (7).

Обработка по критерию Манна-Уитни продемонстрировала различия в степени выраженности физиологических реакций ревности в зависимости от пола испытуемых. Возможно, женщины более склонны прислушиваться к себе и своим ощущениям, острее переживают их и переносят «внутрь», ощущая переживания на физическом уровне. Может быть, это связано с большей эмоциональностью женщин, подтвержденной исследованиями гендерных психологов (Пономаревой, Скрыбина, Шафранской и др.).

Физиологические реакции ревности связаны с невротичностью человека ($R=0,560849$, при $p=0,01$). Связь прямая, то есть чем больше уровень невротизации личности, чем больше у нее психосоматических нарушений, тем ярче выражены физиологические реакции. Постоянные стрессы сильно влияют на нервную систему человека и на здоровье в целом. Ревность тоже является стрессом для человека, напряженной и трудной ситуацией. Поэтому человеку с невротическим синдромом сложнее ее пережить, и, как следствие, появляется более сильная выраженность физиологических реакций ревности.

Физиологические реакции ревности связаны также с депрессивностью и раздражительностью ($R=0,389156$, при $p=0,03$ и $R=0,420085$, при $p=0,02$ соответственно). Чем более человек склонен к депрессиям, к сильным и долгим переживаниям, тем ярче у него будут проявляться реакции ревности телесного плана, тем острее он будет чувствовать муки ревности, тем больший вред они принесут ему. Раздражительность также связана с физиологическими реакциями. Я думаю, так происходит потому что более раздражительный человек склонен ближе чувствовать все неприятности и проблемы. Как следствие, его личностные характеристики переводят переживания во внутренний план, усиливая реакции на ревность к партнеру.

Физиологические реакции ревности связаны с эмоциональной лабильностью ($R=0,485589$, $p=0,007$). Частые смены настроения, неуравновешенность, плохая саморегуляция создают благоприятную ситуацию для сильного переживания ревности. Люди со стабильным эмоциональным состоянием и отсутствием колебаний настроения демонстрируют меньшую силу физиологических реакций ревности.

Физиологические реакции ревности обратно связаны с уравновешенностью ($R=-0,581316$, при $p=0,0008$). То есть чем более уравновешен и гармоничен человек, чем спокойнее он реагирует на стрессы, тем менее выражены психосоматические симптомы ревности, тем он спокойней и адекватней реагирует на различные ситуации.

Выраженность реакций ревности одного партнера не связана с удовлетворенностью отношениями другого (обработка данных с помощью критерия Спирмена показала отсутствие достоверной связи). Полагаю, так происходит может потому, что ревность одного нравится другому. Происходит полное соответствие поговорке «Ревнует – значит любит», и второй партнер вполне доволен таким положением вещей.

Предположение о наличии связи реакций ревности с эмоциональностью человека не получило подтверждения (не выявлено достоверной связи). Ни сила процессов возбуждения и торможения, ни подвижность нервных процессов не связаны с реакциями ревности. Связи с физиологическими реакциями не нашлось, потому что ощущение

переживаний на физическом уровне может зависеть от мнительности человека, от его стрессоустойчивости, а не от эмоциональности и преобладания определенных нервных процессов. Предполагалось, что эмоциональные реакции ревности будут связаны с эмоциональностью человека и с преобладанием в его нервной системе процессов возбуждения. Этого не произошло из-за возможной социальной желательности ответов, которая могла исказить данные.

Литература

1. Андреева Т.В. Психология семьи. СПб.: Речь. 2007.
2. Бендас Т. В. Гендерная психология. СПб.: Питер. 2006.
3. Витек К. Проблемы супружеского благополучия. М.: Прогресс. 1988.
4. Кроник А.А., Кроник Е.А. Психология человеческих отношений.– Дубна: Копито-Центр. 1998.
5. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: Монография. Кострома: «Авантитул». 2004.
6. Пайнс Э., Маслач К. Практикум по социальной психологии. СПб: Питер. 2003.
7. Новейший психологический словарь/Сост. Шапарь Б. В. Ростов-на-Дону: Феникс. 2006.