

Одиночество в супружеских отношениях.*

Ронч Александра Марэковна

Студент

Костромской государственной университет имени Н.А. Некрасова, институт педагогике и психологии, Кострома, Россия

E-mail: sashylidka@inbox.ru

Отношения между мужчиной и женщиной всегда оставались актуальными как в частной жизни простого человека, так и для ученых, работающих в данном направлении. Это связано с огромной и неисчерпаемой палитрой чувств, эмоций, особенностей этих отношений, объяснений которым ищут во многих отраслях человеческой жизни - в науке, религии, искусстве и т.д.

Наше внимание в данной статье будет остановлено на супружеских отношениях, в частности на таком их аспекте, как одиночество в супружеских отношениях.

Супружеские отношения интегрируют большое количество характеристик и особенностей. Отношения между супругами, как и любые другие отношения между людьми, включают в себя эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты. Исходя из этого, мы можем говорить о том, что супружеские отношения включают в себя спектр различных чувств, установок, ожиданий, паттернов, стереотипов поведения, а также ролевые, коммуникативные особенности.

Кроме того, супруги часто сталкиваются с различного рода трудностями, кризисами, проблемами. Процесс семейного общения, взаимодействия, опосредованный соблюдением правил, норм становится похожим на некий обряд. Такое общение может привести к хронической неподтвержденности, неудовлетворению базовой потребности любого человека быть значимым, чувствовать подтверждение своего бытия [1]. Человеку постоянно необходимо подтверждение его существования, не только в физическом плане, но и в психологическом, эмоциональном. Часто семья не справляется с основными своими функциями, например, такими как удовлетворение потребностей людей в психологическом комфорте и эмоциональной поддержке, чувстве безопасности, ощущении ценности и значимости своего «я», эмоциональном тепле и любви, людям, как членам данной системы отношений, не удается поддерживать тот уровень эмоциональных межличностных отношений, который требуется членам семьи для психологического комфорта. Несоответствие ожиданиям, нарушение коммуникаций, эмоциональности в отношениях между членами семьи может приводить, на наш взгляд, к формированию субъективного чувства одиночества у участников семейных отношений.

Одиночество – это то, чувство, которого не удастся избежать ни одному человеку, какого бы он не был возраста, статуса, каких бы взглядов на мир он ни придерживался. Одни воспринимают чувство одиночества как уникальную возможность побыть наедине с собой и рассматривают его как ценность, другие мучаются от невыносимой тоски, покинутости, для таких людей одиночество – это настоящее испытание, которое связано с негативными, отрицательными чувствами, мыслями и пр. В нашем исследовании мы придерживаемся второй точки зрения, о том, что одиночество – это субъективное чувство, вызванное отсутствием поддержки, понимания, близости, и сопровождающееся неприятными чувствами тоски, печали, подавленности.

В нашем исследовании будет предпринята попытка проанализировать диадические связи между супругами на предмет того, имеет ли место чувство субъективного одиночества в их взаимоотношениях и что служит причиной возникновения данного чувства, как оно проявляется и что помогает супругам справиться с этой проблемой, которая, вероятно, носит как внутриличностный так и межличностный характер, а также, является стрессовой ситуацией в жизни человека, требующей совладания.

На наш взгляд, проблема одиночества вообще, и в частности, в диадических отношениях между супругами, является очень актуальной и практически значимой в настоящее время. Это объясняется, в первую очередь, недостаточным количеством каких-либо исследований в отечественной и зарубежной психологии на предмет изучения чувства одиночества в отношениях между супругами, а также малым количеством исследований, посвященных теме одиночества вообще и совладания с ним (Рубинштейн, Шейвер, Рокач, Брок,) [2]. Кроме того, научная актуальность изучения субъективного чувства одиночества у супругов заключается в том, что на возникновение данного чувства влияет огромное количество факторов. В качестве причин могут выступать личностные особенности самих супругов, их установки, ожидания, особенности их отношений (удовлетворенность браком, стиль привязанности, особенности коммуникации в семье), жизненный цикл семьи и пр. Эти и многие другие причины могут действовать одновременно, при этом сами супруги могут не осознавать долгое время свою неудовлетворенность отношениями и причин, которые к этому приводят.

Таким образом, целью нашего исследования является выявление основных причин возникновения чувства одиночества в диадических отношениях между супругами и совладание с ним.

В качестве предмета выступает субъективное чувство одиночества в диадических отношениях между супругами

Основными гипотезами нашего исследования являются:

1. В качестве причин возникновения чувства одиночества в диадических отношениях между супругами могут выступать психологические характеристики отношений (стиль привязанности, ожидания и пр.)
2. Существуют половые различия в переживании субъективного чувства одиночества с ним.

В нашем исследовании (на основе проанализированной литературы) мы даем следующее определение понятию одиночества: это субъективное чувство, возникающее в следствие осознания несоответствия между желаемым уровнем, интенсивностью, близостью взаимоотношений с людьми (в первую очередь, со значимыми людьми).

Знание и понимание причин субъективного чувства одиночества и способов совладания с ним поможет на практике оказывать помощь людям, нуждающимся в поддержке и профессиональной помощи по преодолению и предотвращению чувства одиночества, что подтверждает практическую значимость планируемого исследования.

*Исследование выполнено при финансовой поддержке Гранта Президента РФ для государственной поддержки молодых российских ученых – кандидатов наук МК-125.2011.6.

Литература

1. Хараш А.У. Психология одиночества // Педология/новый век. 4, 2000.

2. Крюкова Т.Л. Психология совладания в разные периоды жизни. Кострома, 2010.