

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра общей и консультативной психологии

Учет личностно-эмоциональных особенностей женщин,
являющихся инициаторами супружеской измены, при оказании
консультативной психологической помощи

наименование темы выпускной квалификационной работы магистра

**АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРА**

студента (ки) 3 курса 384 группы
направления 37.04.01 «Психология»

факультет психологии

Шакиев Равиль Байрамович
ФИО

Научный руководитель
доцент, к.б.н.

должность, уч. степень, уч. звание

Е.М. Зинченко

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой
д.псх.н., доцент

должность, уч. степень, уч. звание

С.В. Фролова

инициалы, фамилия

Саратов, 2022

Введение

Актуальность. Неверность является третьей по распространенности причиной разводов по данным Всероссийского центра изучения общественного мнения за 2021 год. Актуальность исследования определяется тем, что измена традиционно рассматривается общественным сознанием как один из ведущих дезинтегрирующих факторов семьи, представляющий максимальную угрозу для целостности брачного союза и разрушающий её глубинную основу — супружеское взаимодействие.

Измена как ситуация, возникающая в отношениях, характеризуется неоднозначностью, системностью, высокой потенциальной стрессогенностью. Существуют противоречия между важностью изучения этой тематики и недостатком теоретических и эмпирических данных о ней, о способах преодоления возникающего стресса, о гендерных аспектах проблемы и об особенностях оказания психологической помощи.

Целью нашего исследования явилось выявление личностно-эмоциональных особенностей женщин, выступающих инициаторами супружеской измены

Для достижения цели исследования были поставлены следующие **задачи**:

- Провести теоретический анализ психологической литературы по проблеме супружеской измены с учетом гендерных особенностей, а также изучение проблематики в психологической терапии и консультировании по вопросам супружеской неверности.
- разработать комплекс инструментальных методов для определения социально-психологических особенностей личности женщин, являющихся инициаторами супружеской измены.
- выявить социально-психологических представлений об измене у женщин, являющихся инициаторами супружеской неверности
- исследовать влияние ситуации супружеской измены на психическое состояние и свойства личности женщин, являющихся инициаторами супружеской измены

– на основании полученных данных разработать рекомендации для осуществления индивидуального психологического консультирования, с целью оказания психологической помощи женщинам- инициаторами супружеской измены.

Объектом исследования являются социально-психологические характеристики личности женщин, являющихся инициаторами супружеской измены.

Предметом исследования — особенности социально-психологической адаптации, эмоционального интеллекта, стратегий поведенческой активности в стрессовых условиях, женщин, являющихся инициаторами супружеской измены.

Гипотеза исследования: Женщины, выступающие инициаторами супружеской измены, характеризуются низким уровнем адаптивных способностей, эмоциональной нестабильностью, недостаточной саморегуляцией, низкой устойчивостью к стрессу.

Методы и методики, используемые в исследовании:

1) Анкетирование (направленное на выявление социально-психологических представлений респондентов о супружеской измене);

2) Психодиагностический метод с использованием следующих тестов: Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда, Диагностика стратегий поведенческой активности в стрессовых условиях, Фрайбургский личностный опросник (И. Фаренберг, Х. Зарг и Р. Гампел), Тест эмоционального интеллекта Д. В. Люсина (ЭМИн), Методика «Духовный кризис» (Л.В. Шутова, А.В. Ляшук).

3) Метод обработки статистических данных. Полученные эмпирические данные обрабатывались при помощи χ^2 -критерия Спирмена и U-критерия Манна-Уитни.

Выборка исследования

В исследовании приняли участие 39 женщин. Экспериментальную группу составили 22 женщины, согласившиеся принять участие в

исследовании и открыто признавших в факте неверности партнеру. Возраст респондентов от 17 до 39 лет. По семейному положению 6 женщин – не замужем, 8 – замужем и 8 – разведены. Контрольную группу составили 17 женщин, условно не изменявшие партнеру. По семейному положению 4 женщин – не замужем, 13 – замужем. Необходимо уточнить, что в контрольную группу включены были женщины именно условно не имеющие в анамнезе неверность партнеру, так как респонденты в ответах не признают факт измены, или не считают ее таковой. Таким образом в группу попали женщины, состоящие длительное время в отношениях, не совершающие измен с их слов.

Теоретико-методологическими основами исследования

Данные социально-психологических исследований показывают значимость ценности «семья», но она же оценивается как наименее достижимая (Алешина, Ю.Ю., Качалова А. В., Твелова И. А., Красова Е. Ю., Давыдова О. В., Малеева Ю. А., Марковская Н.Г, Тлемешок В.Р., Дианова Н.Ф., Сацук Н.В., Чалкина А.А., Колбнева А.С., Кузина Д.В.). Большинство зарубежных исследований посвящено анализу экономических, социальных, педагогических аспектов жизнедеятельности семьи (Verma OS., Stein E.).

Литература по психологии брака чаще всего лишь дополняет информацию об этих сторонах семейной жизни, либо в ней рассматриваются различные виды психологической и психотерапевтической помощи семье (Харчев А.Г., Ковалев, С.В., Вельская О.Н. Монжиевская В.В., Кобелев А.В.).

Проводя обобщение научных подходов к исследованию измены в отношениях можно прежде всего выделить психоаналитический подход (З.Фрейд, М. Кляйн, К. Хорни и др.) – сфокусированный на причинах возникновения измены, ее последствиях для семейных отношений. Несомненна ценность данного подхода с точки зрения построения стратегий психотерапевтической помощи (Османова Т. З., Штык К. С., Арсентьева Е.С.).

Также в настоящее время активно исследуются гендерные аспекты измены, играющие важную роль при построении индивидуальных стратегий оказания психологической помощи (Шаталина М. А., Умярова Е. Ю., Умярова Ю. Р., Кочеткова Т. Н.)

Теоретическая и практическая значимость исследования показана в том, что полученные в ходе исследования результаты дополняют существующие представления о способах реагирования и социально-психологических особенностях людей, обращающихся за психологической консультацией в ситуации кризиса супружеских отношений, в связи с изменой одного из супругов. Полученные данные могут быть использованы для диагностики, психологической коррекции поведения супругов в ходе индивидуального психологического консультирования женщин, являющихся инициаторами супружеской измены, а также консультирования супружеских пар, находящихся в ситуации кризиса семейных отношений.

Научная новизна полученных результатов заключается в том, что верифицирована гипотеза, предполагающая, что на возможность супружеской измены у женщин влияет уровень адаптивных способностей, эмоциональная нестабильность, недостаточная саморегуляция, низкой устойчивостью к стрессу.

Объем и структура ВКР. Работа общим объемом 72 страницы состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы, включающего 59 источников и приложения. Выпускная квалификационная работа содержит 9 таблиц и 10 рисунков

Основное содержание работы. Результаты проведенного теоретического исследования в *главе 1. Теоретический анализ проблемы супружеской измены как социально-психологического феномена*, включающего в себя анализ понятий семейное благополучие, семейное неблагополучие, кризис в семье, измена как социально-психологический феномен, а также анализ психологических особенностей лиц, являющихся инициаторами супружеской измены, позволяют сделать следующие выводы.

Благополучие в семье означает удовлетворение потребностей члена семьи в ходе семейной жизни в семейных отношениях, удовлетворенность индивида его семейной жизнью. Каждая семья в период своего существования сталкивается с различными кризисными ситуациями. Некоторые кризисы являются общими, нормативными, и через них проходят все семьи. Наряду с такими кризисами выделяют так же ненормативные. Ненормативные кризисы характеризуются тем, что с одной стороны они касаются только супружеской пары, а с другой, являются дестабилизирующим фактором, деструктивно влияющим на систему семью в целом,

Измена, являющаяся одним из вариантов ненормативного кризиса семьи, – это трудная жизненная ситуация в близких отношениях, приносящая в жизнь партнеров комплекс негативных эмоциональных переживаний.

Как правило известие об измене – сильное эмоциональное потрясение, часто приводит к серьезному стрессу. Стрессу в этом случае подвержены обе стороны, в том числе и инициатор измены.

Существуют различные причины супружеской измены, однако большинство исследователей склоняются к мысли, что в основе неверности лежит отсутствие удовлетворения в браке тех или иных значимых потребностей изменяющего партнера. Кроме того, склонность к измене у мужчин и женщин может быть связана с различными личностными характеристиками: тревожность, терпеливость, ответственность и др.

Проведенное эмпирическое исследование, описанное в *главе 2. Эмпирическое исследование личностно-эмоциональных особенностей женщин, являющихся инициаторами супружеской измены*, позволило выявить и описать личностные черты женщин, являющихся имеющих в анамнезе супружескую измену, доказать, что к таким чертам можно отнести низкий уровень адаптивных способностей, эмоциональную нестабильность, недостаточную саморегуляцию, низкую устойчивость к стрессу.

Для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности была применена **Методика диагностики социально-психологической адаптации (К. Роджерса и Р. Даймонда)**.

Мы видим достаточно высокие показатели по экспериментальной группе испытуемых по показателю самопринятие. Что говорит о высоком реализме в оценке своих качеств, способностей и возможностей, понимание и принятие выработанных ценностей и насущных потребностей, о изживании психологических комплексов или примирении с ними.

Полученные результаты были обработаны с помощью U-критерия Манна-Уитни.

По шкале Адаптивность $U_{Эмп} = 104$, что говорит о том, что в контрольной группе условно не изменяющих в семейных отношениях женщин адаптивность выше, чем у женщин, являющихся инициаторами измены. Женщины в контрольной группе эффективнее реализуют свои внутренние возможности и способности, а также личностный потенциал в значимой для них сфере.

По шкале Эмоциональный дискомфорт $U_{Эмп} = 102$, что говорит о том, что в контрольной группе показатель Эмоционального дискомфорта достоверно ниже, чем в экспериментальной. Женщины в экспериментальной группе склонны пребывать, в состояниях, нарушающих нормальную деятельность. К таким состояниям можно отнести страх, тревогу, беспокойство, неуверенность в себе, подавленность, чрезмерную озабоченность, мрачные мысли.

По шкале Принятие других $U_{Эмп} = 64$, что говорит о том, что в контрольной группе женщины адекватнее воспринимают реальность, такой, какая она есть на самом деле.

Интегральный показатель эмоциональной комфортности также достоверно различен в контрольной и экспериментальной группах ($U_{Эмп} = 102$). Можно заметить, что в контрольной группе показатель выше, чем в

экспериментальной, что говорит в пользу того, что женщины, условно не склонные к изменам, чаще пребывают в состоянии уверенности, спокойствия, удобства, состоянии, при котором человек не боится, свободно выражает свои чувства, он оптимистичен и всем доволен.

Для определения особенностей жизни, активности в делах и общении и поведения в эмоционально-напряженных ситуациях нами был использован опросник **Диагностики стратегий поведенческой активности в стрессовых условиях**.

Так в экспериментальной выборке АБ – наиболее представленный тип. В группе наблюдается активная и целенаправленная деловитость, разносторонность интересов, умение сбалансировать деловую активность, напряженную работу со сменой занятий и умело организованным отдыхом, моторика и речевая экспрессия умеренно выражены.

В группе нет явной склонности к доминированию. Также присутствует эмоциональная стабильность и предсказуемость в поведении, относительная устойчивость к действию стрессогенных факторов, хорошая приспособляемость к различным видам деятельности.

В контрольной группе преобладают те же типы поведенческой активности, что и экспериментальной. По данной методике не было выявлено значимых различий по сравнению двух групп респондентов с помощью U-критерия Манна-Уитни.

С целью определения психических состояний и свойств личности женщин, являющихся инициаторами супружеской измены, имеющие значение для процесса социальной и профессиональной адаптации и регуляции поведения был использован **Фрайбургский личностный опросник (И.Фаренберг, Х.Зарг и Р.Гампел)**. Тест определяет отношение к трудностям и способы их преодоления, а также показывает эмоциональные состояния.

Так можно заметить, что в экспериментальной группе испытуемых наблюдается высокий уровень выраженности следующих показателей:

*Невротичность (I) Раздражительность (IV) Открытость (IX)
Эмоциональная лабильность (XI)*

Женщинам, склонным к изменам, свойственны эмоциональная нестабильность, заикленность на собственных чувствах, выраженный невротический синдром, склонности к аффективному реагированию, быстрая смена эмоциональных состояний, возбудимость, раздражительность, недостаточная саморегуляция.

Однако высокий уровень открытости свидетельствует в пользу ресурсных состояний: *стремлении к доверительным отношениям с людьми, способности признавать свои ошибки и улучшать себя.*

Низкие показатели проявляются в шкалах: *Общительность (V) Уравновешенность (VI) Маскулинизм-феминизм (XII)*

Испытуемые в экспериментальной группе проявляют тенденцию к замкнутости и скрытности, тревожности и суетливости, низкой устойчивости к стрессу.



I – Невротичность, II – Спонтанная агрессивность, III – Депрессивность, IV – Раздражительность, V – Общительность, VI – Уравновешенность, VII – Реактивная агрессивность, VIII – Застенчивость, IX – Открытость, X – Экстраверсия-интроверсия, XI – Эмоциональная лабильность, XII – Маскулинизм-феминизм.

Рисунок 6 - Усредненные показатели профиля FPI по экспериментальной и контрольной группам

Можно заметить значительную разницу в выраженности показателей между контрольной и экспериментальной группами по следующим шкалам

опросника: Невротичность, Депрессивность, Застенчивость, Эмоциональная лабильность.

Невротичность в экспериментальной группе выше, чем в контрольной (средние показатели невротичности в экспериментальной группе 7,18, в контрольной – 3,24). Так можно сказать, что женщины в экспериментальной группе склонны демонстрировать эмоциональную нестабильность, заикленность на собственных переживаниях, некую безответственность. По данной шкале была также выявлена достоверная разница по U-критерию Манна-Уитни ($U_{Эмп} = 19$).

Достоверное различие мы также получили по шкале Депрессивность ($U_{Эмп} = 30$). В экспериментальной группе уровень депрессивности выше, чем в контрольной (средние показатели депрессивности в экспериментальной группе 6,73, в контрольной – 2,65). Женщины, являющиеся инициаторами измены, более часто демонстрируют неуверенность в себе, нестабильность эмоционального фона, склонны к проявлению низкой самооценке, могут испытывать ощущения ненужности и отчужденности. На наш взгляд подобные личностные особенности как раз и толкают таких женщин на неверность, как источник поддержки со стороны, желаний самоутвердиться, поиск радости и энергичности.

По шкале Застенчивость женщины в экспериментальной группе показывают результат выше, чем в контрольной. Различия оказываются достоверными ($U_{Эмп} = 56$). Женщины, являющиеся инициаторами измены, демонстрируют большую предрасположенность к стрессовому реагированию на какие-либо жизненные ситуации, высокой тревожности.

Эмоциональная лабильность в экспериментальной группе выше, чем в контрольной (6,91 и 3,35 соответственно). Так, можно утверждать, что женщины, являющиеся инициаторами супружеской измены, проявляют большую эмоциональную нестабильность, быструю смену эмоциональных состояний, низкую саморегуляцию. В это же время, женщины, не склонные к измене, чаще проявляют эмоциональную стабильность, высокий уровень

саморегуляции и контроля своих эмоций. По данной шкале мы также получили достоверные различия ($U_{Эмп}=44$)

Для измерения эмоционального интеллекта как способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими нами был использован **Тест эмоционального интеллекта Д. В. Люсина (ЭИИ)**.

В экспериментальной группе испытуемых проявляется тенденция к низкому уровню проявления эмоционального интеллекта. В частности, низкий уровень наблюдается по шкалам Управления чужими эмоциями, Управления своими эмоциями. Респонденты экспериментальной группы плохо могут контролировать интенсивность эмоций, прежде всего приглушать чрезмерно сильные эмоции, с определенными трудностями могут произвольно вызвать ту или иную эмоцию.

Можно обратить внимание, на то, что результаты по всем шкалам методики в контрольной группе выше, чем в экспериментальной.

Полученные результаты были обработаны с помощью U-критерия Манна-Уитни. Мы получили следующие достоверные различия в группах испытуемых по следующим показателям: Управление чужими эмоциями ($U_{Эмп}=83$), Понимание своих эмоций ($U_{Эмп}=102$), Управление своими эмоциями ($U_{Эмп}=53$), Контроль экспрессии ($U_{Эмп}=70$), Управление эмоциями ($U_{Эмп}=64$), Общий уровень эмоционального интеллекта ($U_{Эмп}=99$).

В контрольной группе таким образом отмечается, большая выраженность способности к пониманию, распознаванию и осознанию своих эмоций, женщины могут анализировать причины возникновения своих эмоций, а так же более свободно могут описать их.

Женщины в экспериментальной группе чаще испытывают затруднение в понимании собственных эмоций, демонстрируют более низкий уровень возможности управления своими и чужими эмоциями, чаще не могут держать под контролем внешние выражения сильных переживаний, проявляют склонность к манипулированию.

Используемая проектируемая **методика диагностики духовного кризиса** (Л.В. Шутова, А.В. Ляшук), переживаемого личностью, показывает вероятность духовного кризиса, напряженность экзистенциального вакуума и основную тенденцию в переживании духовного кризиса. Там можно наблюдать вероятность духовного кризиса среди наших испытуемых обеих групп – 44%.

В экспериментальной группе преобладает пиковая тенденция в переживании духовного кризиса, что может свидетельствовать о том, что женщины на данном этапе испытывают разочарование от жизни. Также в группе наблюдается противоположная регрессивная тенденция, говорящая о снижении проявлений духовного кризиса.

В контрольной группе на первый план выходит поведенческая регрессивная тенденция, что указывает на духовный рост респондентов.

С целью выявления социально-психологических представлений респондентов о супружеской измене было проведено **анкетирование**.

Результаты анкетирования показали, что большинство испытуемых экспериментальной группы склонны думать, что причиной измены является желание отомстить и самоутвердиться – 55% испытуемых отметили этот вариант. В качестве своих собственных причин также были отмечены любопытство и обида. В контрольной группе в качестве причин измены отмечались сексуальная неудовлетворенность (53%) и непонимание со стороны партнера (47%).

Результаты проведенного исследования позволяют сделать следующие **выводы**:

1. У женщин, открыто признавших в факте неверности партнеру, наблюдается тенденция проявления внешнего контроля (экстернальный контроль), и наоборот, у женщин, условно не изменявших, наблюдается тенденция проявления внутреннего контроля (интернальный контроль).

2. Женщины, являющиеся инициаторами супружеской измены, показывают меньшую психологическую адаптивность, чем женщины,

условно не изменяющие партнеру. Такие женщины, находятся в поиске самоутверждения, под влиянием обстоятельств в меньшей степени способны продуктивно выполнять деятельность, в том числе и по поддержанию адекватных семейных отношений.

3. Женщины, являющиеся инициаторами супружеской измены, в большей степени склонны пребывать, в состояниях, нарушающих нормальную деятельность. К таким состояниям можно отнести страх, тревогу, беспокойство, неуверенность в себе, подавленность, чрезмерную озабоченность, мрачные мысли. Женщины, условно не склонные к изменам, чаще пребывают в состоянии уверенности, спокойствия, удобства, состоянии, при котором человек не боится, свободно выражает свои чувства, он оптимистичен и всем доволен.

4. Женщинам, склонным к изменам, свойственны низкая стрессоустойчивость, эмоциональная нестабильность, предрасположенность к аффективному реагированию на какие-либо жизненные ситуации, высокая тревожность, возбудимость, раздражительность, недостаточная саморегуляция. Женщины, условно не изменяющие, демонстрируют более высокую стрессоустойчивость, удовлетворены собой и своей жизнью в целом.

5. Женщины, являющиеся инициаторами измены, более часто демонстрируют неуверенность в себе, нестабильность эмоционального фона, склонны к проявлению низкой самооценке, могут испытывать ощущения ненужности и отчужденности. На наш взгляд подобные личностные особенности как раз и толкают таких женщин на неверность, как источник поддержки со стороны, желании самоутвердиться, поиск радости и энергичности.

6. Женщины, являющиеся инициаторами измены, показывают более низкий уровень развития эмоционального интеллекта, чем женщины, условно не изменяющие. Они плохо могут контролировать интенсивность

эмоций, прежде всего приглушать чрезмерно сильные эмоции, с определенными трудностями могут произвольно вызвать ту или иную эмоцию. Однако наблюдается тенденция к способности контроля экспрессии, что говорит о возможности контролировать внешнее проявление своих эмоций.

7. У женщин, являющихся инициаторами измены, преобладает пиковая тенденция в переживании духовного кризиса. Женщины на данном этапе испытывают разочарование от жизни, однако, проявляющаяся также противоположная регрессивная тенденция показывает снижение проявления духовного кризиса. Женщины, условно не изменяющие, демонстрируют в основном поведенческую регрессивную тенденцию, без проявления пиковых, что указывает на духовный рост респондентов этой группы.

Заключение. Полученные результаты свидетельствуют в пользу нашего предположения о том, что женщины, выступающие инициаторами супружеской измены, характеризуются низким уровнем адаптивных способностей, эмоциональной нестабильностью, недостаточной саморегуляцией, низкой устойчивостью к стрессу.

Результаты, полученные в нашем исследовании, имеют ограничения, связанные с небольшим объемом выборки, однако дают возможность определить вектор работы по оказанию психологической помощи женщинам-инициаторами супружеской измены в рамках индивидуального психологического консультирования.

На основании полученных данных нами были предложены рекомендации.

– Исследование показало эффективность использования методики «Духовный кризис», для осознания клиентом своих состояний. Осознание духовного кризиса и экзистенциального вакуума позволяет выстроить с клиентом программу оказания грамотной психологической помощи. Проживание духовного кризиса, возникающего в ответ на эмоциональную

реакцию относительно индивидуально-значимого события, в частности, совершенной измены, ведет к построению новой системы жизненных ориентиров, основанной на приобретенном субъективном опыте.

– Выявленные свойства личности женщин, являющихся инициаторами супружеской измены, позволяет рекомендовать работу по оказанию помощи при неврозах, психотравмах и ярко выраженных стрессовых состояниях (например, методики метафорические карты, метод телесно-ориентированной терапии).

– Исследование показало, что у женщин, являющихся инициаторами супружеской измены, уровень развития эмоционального интеллекта ниже, чем у женщин, условно не изменявшим своим партнерам. В связи с этим нам представляется необходимым в работе с такими женщинами применять техники по развитию эмоциональной грамотности. Использование техник, направленных на распознавание, выражение и эффективное использование эмоции в жизни (техники «Что я чувствую?», активное слушание, развития эмпатии и др.).

– Исследование показало, что ощущение уверенности, спокойствия, удобства способствует раскрытию возможностей по управлению своими эмоциями, по поддержанию желательных эмоций и удержанию их под контролем. Соответственно женщинам, являющимся инициаторами измен, можно предложить освоить техники по достижению спокойствия, уверенности в себе.

– Определенная в исследовании зависимость между показателями адаптивности и внутриличностным эмоциональным интеллектом позволяет предложить в качестве рекомендации выработать план достижения и условия для оптимальной реализации внутренних возможностей, способностей и личностного потенциала женщин в значимой сфере, что будет способствовать развитию понимания собственных эмоций и управлению ими.

- Научение способам саморегуляции, которые помогают лучше переносить действие негативных факторов (использование приемов и техник эмоциональной саморегуляции, освоение дыхательных техник, метод сознательного расслабления, и др.)
- Обучение навыкам психогигиены и профилактики эмоционального выгорания (выработка баланса между работой и личной жизнью, заботы о других и заботы о себе и др.).
- Семейное психологическое консультирование.