

Проблема влияния ревности на содержание супружеских отношений

Акопян Диана Андреевна

Студент

*Армавирская государственная педагогическая академия, социально-психологический,
Армавир, Россия*

E-mail: a.d.a.27_07@mail.ru

Семья – это один из важнейших социальных институтов нашего общества. Составной частью крепкой и благополучной семьи являются счастливые отношения, в основе которых лежит доверие. В противоположность такому благополучному состоянию можно рассматривать и проявления различных конфликтных ситуаций, которые возникают из-за различных причин.

Существуют факторы, которые оказывают влияние на конфликтность семейных отношений. [2.с.97] Данные факторы скрывают в себе определенные кризисные периоды развития семьи (в частности: первый год семейной жизни; появление в семье детей; средний супружеский возраст; время, когда дети вырастают и уходят из семьи в самостоятельную жизнь и др.) и определенные проявления отношений.

Чувство ревности способно стать одной из причин возникновения семейных конфликтов и противоречий.

Д.Н.Ушинский определяет ревность, как мучительное недоверие, сомнение в чьей-нибудь верности, любви, преданности или как опасение чужого успеха и превосходства.

Ревность является очень сложным чувством, которое приносит с собой целый ряд негативных эмоций обоим участникам отношений: и тому, кто ревнует, и тому, кого ревнуют. Зная, что любые отношения должны строиться на доверии, чувство ревности подпитывается чаще за счет отсутствия откровенности в отношениях супругов. Именно от недостатка информации супруг, который в большей степени склонен к чувству ревности, начинает подозревать своего партнера в неверности и измене.

В народе бытует мнение, что ревность укрепляет отношения, что она является незаменимым компонентом счастливой семейной жизни. [4.с.117] Многие считают «если ревнует – значит любит». В некоторых семьях один из супругов специально провоцирует своего партнера на чувство ревности, при этом он считает, что таким образом укрепляет отношения и придает им свежую нотку. Всё это большие заблуждения. Ревность не всегда связана с чувством любви, это скорее всего проблемы внутриличностного характера, а не проявление возвышенных чувств к другому человеку.

Специалисты в области психологии семейных отношений выделяют несколько типов ревности, к которым относят: собственническую ревность, ревность от ущемленности и обращенную ревность.[5.с.42]

· Собственническая ревность исходит из утверждения, что «вещь всегда должна принадлежать своему хозяину». Данный тип ревности связан с сильнейшим переживанием измены партнера и с угрозой разрыва отношений.

· Ревность от ущемленности возникает на почве неуверенности в себе. Этот тип ревности характерен для людей, которые страдают от низкой самооценки и от чувства неуверенности в себе.

· Обращенная ревность очень редко имеет связь с чувством любви. Данный тип ревности характерен для людей, которые сами изменяют. Происходит перенос собственной супружеской неверности на своего партнера.

Чувство ревности имеет и свои гендерные отличия:

- мужская ревность чаще всего заключается в проявлении преимущественного права мужчины перед женщиной; основой мужской ревности является неуверенность в себе и недоверие своей женщине;

- женская ревность способна иметь социально-биологическую основу; создание семьи предполагает рождение детей, что усиливает в женщине необходимость в чувстве надежности и уверенности в своем партнере.

Появившуюся ревность могут побороть такие чувства, как любовь, забота друг о друге, нежность и взаимопонимание. Чтобы побороть это коварное и неприятное чувство, партнерам необходимо научиться работать над собой, находить способы для проявления нежных и положительных чувств в отношении друг друга.

Существует системная психотерапия Берта Хеллингера, согласно которой залогом счастливых отношений является присутствие в них привязанности, равновесия в условиях «давать»-«брать», а также наличие системы правил, норм и запретов, которой будут следовать оба партнера. [3.с.123] Следует заметить, что на соблюдении данных условий построение крепких отношений не заканчивается.

Особо ревнивым людям будет полезно придерживаться нескольких правил, соблюдение которых поможет справиться с недоверием и чувством ревности к своему партнеру [1.с.78] Рассмотрим эти правила более подробно:

- необходимо постоянно повышать свою самооценку, принимать себя таким, какие вы есть;

- каждый человек должен помнить о том, что необходимо беречь свое психическое здоровье; стоит научиться во всем находить только самые лучшие стороны;

- со своим партнером необходимо научиться разговаривать; вместо поиска доказательств неверности супруга, стоит просто с ним поговорить о ваших опасениях и подозрениях.

Итак, ревность является очень сложным и коварным чувством, которое может нанести вред супружеским отношениям. Чтобы этого избежать, супругам необходимо знать особенности друг друга и стремиться совместно решать возникающие проблемы и конфликты. Залогом счастливых и крепких отношений является доверие и взаимопонимание.

Литература

1. Андреева Т.В., Психология современной семьи. - М.: Речь, 2005. – 436с.
2. Ильин Е.П., Психология общения и межличностных отношений. – СПб.: Питер, 2013. – 576с.
3. Кертис Д., Дело любви. Девять способов исправить ваши отношения. – перевод: Филонцева Н.Т. – М.: ИГ «Весь», 2010. – 224с.
4. Роджерс К.Р., Брак и его альтернативы. /перевод: Розанова Е.Р. – М.: Этерна, 2006. – 320с.

Конференция «Ломоносов 2014»

5. 5. Фаликман М.В., Общая психология. Учебник для ВУЗов. - М.: Academia, 2010.