

## ПОВЕДІНКОВІ РЕАКЦІЇ РЕВНИВЦІВ ТА ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОКОРЕКЦІЇ РЕВНОЦІВ У ШЛЮБНИХ ПАРТНЕРІВ

### Резюме

У статті розглянуті особливості психокорекційної роботи з подолання негативного впливу ревнощів у сім'ї залежно від типів поведінкових реакцій шлюбних партнерів та самих різновидів ревнощів. Процедура теоретико-методологічного дослідження полягала в зборі, аналізі та узагальненні інформації щодо характеристик моделей поведінки партнерів в ситуаціях переживання ревнощів. З метою емпіричної діагностики типу поведінки використовувалась методика «Комунікативні реакції на ревнощі» *Communicative Responses to Jealousy (CRJ)* Л. Гуерреро в адаптації І. Фурманова й А. Вергейчик. Результати дослідження дали змогу виявити особливості моделей поведінки шлюбних партнерів у ситуаціях ревнощів. Чоловіки та жінки демонструють різну поведінку, інколи абсолютно протилежну. Так, значний відсоток чоловіків частіше дистанціюються від своєї партнерки, починають ігнорувати її. Кожна п'ята досліджувана жінка виражає відкрито свої негативні емоції чоловікам у ситуаціях ревнощів. Застосування інтегративної комунікації притаманне для 13,3% чоловіків та 6,7% жінок. Дослідження продемонструвало, що більшість чоловіків проявляють агресію стосовно друзин, для них характерно контролювати своїх друзин. Однакова кількість респондентів чоловічої та жіночої статі стверджують, що їхні ревнощі проявляються у спробах догодити партнерові, зробити щось приємне для нього. Дослідження також продемонструвало, що жінки більше маніпулюють у ситуаціях ревнощів та контактують із суперницями частіше, ніж чоловіки. Дослідження засвідчило, що при виявленні схильності до патологічних ревнощів, варто запропонувати партнеру пройти психотерапію. За допомогою діагностики можна визначити провідну поведінку у ситуації ревнощів та здійснювати відповідну до з'ясованого типу психокорекційну роботу. Аналіз психологічних досліджень та практичної роботи із шлюбними партнерами засвідчив, що найбільш ефективними напрямками роботи із ревнощами виступають: раціонально-емотивна терапія, спрямована на корекцію ірраціональних оціночних моделей, норм, переконань, уявлень, умовиводів із заміною їх на раціональні; психодрама; монодрама; гештальт; ігрова терапія.

**Ключові слова:** модель поведінки ревнивця; партнерська діада; патологічні ревнощі; психокорекція ревнощів; ревнивець; шлюбні партнери.

**Вступ.** Описуючи психологічну структуру ревнощів, різні науковці передбачають різне тлумачення, але більшість із них солідарні з думкою, що цей психологічний феномен включає в себе страх втрати, почуття приниження, сором, неадекватну самооцінку, що є наслідком почуття провини, гніву, помсти, заздрощів (Данилова, 2007). Особливості ревнощів істотно ускладнюють їхнє точне універсальне наукове визначення, яке й до сьогодні відсутнє. Різні автори використовують різні дефініції цього почуття. Загальним для всіх визначень є наявність, так званого, «трикутника» в стосунках, загрози, негативні емоційні і когнітивні реакції і захисна поведінка.

Будучи складною емоцією, ревнощі об'єднують не лише почуття і ревні думки, але і проявляються в різних формах поведінки особистості. Причинами переживання ревнощів можуть бути ситуації депривації та фрустрації (Фурманов, 2012). Так, ревнощі можуть виникати, коли суперник вважається або являється перешкодою до оволодіння коханою людиною. У випадку депривації, ревнощі можуть виникати як відповідь на оцінку ситуації як загрозової, такої, що провокує високу вірогідність втрати, позбавлення або відсутності об'єкта, який раніше задовольняв потреби (Фурманов, 2007). Виходячи з цього, можемо узагальнено назвати сукупність проявів ревнощів емоційно-когнітивним поведінковим комплексом.

В основі нормальних ревнощів лежить реальний факт суперництва. Іншими словами, коли існує той, кого ревнують і той, через кого виникають ревнощі. Наріжний камінь патологічних ревнощів – бездоказові і безпідставні хворобливі ідеї щодо невірності партнера. Найчастіше вони нав'язливі, надцінні або маячні. Ці ідеї викликають цілий спектр негативних емоцій і штовхають як чоловіків, так і жінок на деструктивні вчинки: контроль, стеження за партнером, збір компромату, готовність здобути зізнання погрозами або силою, спроби нанести фізичної шкоди супернику або партнерові.

Постійні та сильні ревнощі членів подружжя являються ознакою серйозних проблем, пов'язаних не тільки з особистістю ревнивця, але і з взаємовідносинами партнерів. Ревнивець прагне, щоб партнер повністю підпорядкував своє життя лише шлюбу – ревнива людина через низьку самооцінку не здатна сама підтримувати позитивне ставлення до себе. Оскільки часто ревнощі у сім'ї стають

причиною дисгармонійних стосунків, негативно впливають на особливості функціонування шлюбних партнерів, психокорекція цього явища потребує додаткового вивчення та становить актуальність розгляду на сучасному етапі.

Аналіз наукової літератури засвідчив, що проблема психокорекції та способи запобігання ревнощів у шлюбних партнерів досить мало досліджена науковцями. Більшість психологів і соціологів, які досліджували сімейні взаємовідносини, підкреслюють, зокрема, важливість початкового періоду розвитку сім'ї (Е.Антонюк, І.Гребенніков, А.Дмитрієнко, О.Зуськова, З.Кратохвіл, Д.Кутсар, В.Льовкович, А.Лідерс, М.Мацковський, Ю.Олійник, Г.Філіппова, А.Харчев, Л.Шнейдер, С.Ейдемільер, В.Юстіцкіс та ін.). Питання типології сімей, її специфіки, основних проблем і видів психологічної допомоги перебували в центрі уваги багатьох психологів: А.Адлера, Е.Берна, М.Боуена, К.Вітакера, Л.Виготського, Е.Еріксона, В.Сатир, З.Фрейда, А.Фрейд, К.Хорні, К.Юнга та ін. Дослідження особливостей психокорекції сімейних стосунків стали теоретичною й методологічною базою фундаментальних і прикладних розробок, здійснених О.Бондарчуком, Ю.Борисенком, Л.Виготським, В.Дружиніним, О.Захаровим, С.Ейдемільером, Г.Костюком, Н.Чепелевою, Т.Титаренко. У проблемному полі психології шлюбу та сім'ї окреслено підходи до розгляду ревнощів шлюбних партнерів (О.Васильєва, П.Куттер, Е.Лінчевський, С.Терент'єв). Також науковцями вивчалися окремі аспекти особистості, яка схильна до деструктивних проявів ревнощів (А.Адлер, Т.Данилова, Н.Дмитрієва, Ц.Короленко, З.Фрейд, Е.Фромм, К.Хорні).

Також було встановлено, що внаслідок ревнощів можуть відбуватися значні деформації в інтелектуально-вольовій сфері особистості, формуватися соціально небезпечні програми поведінки, які виражатимуться в агресії та насиллі по відношенню до партнера чи суперника. Саме тому, **метою** нашого дослідження було визначення провідного типу поведінки в ситуації виникнення ревнощів у шлюбних партнерів та з'ясування особливостей здійснення психокорекції деструктивних проявів даного феномену.

**Методи та методики дослідження.** Процедура теоретико-методологічного дослідження полягала в аналізі, зборі та узагальненні інформації щодо вибору моделей поведінки партнерів в ситуаціях переживання ревнощів та дозволила визначити особливості психокорекції і рекомендації щодо усунення негативного впливу даного феномену у членів подружжя. З метою емпіричної діагностики типу поведінки нами була застосована методика «Комунікативні реакції на ревнощі» (Communicative Responses to Jealousy (CRJ)), розроблена Л. Гуерреро і колегами та адаптована і валідизована І. Фурмановим та А. Вергейчик (Фурманов, 2017). Даний опитувальник складається з 52 суджень, кожне з яких оцінюється за 7-бальною шкалою Лайкерта. Виявляє 10 типів інтерактивних реакцій на ревнощі: активне дистанціювання (АД), негативну афективну експресію (НАЕ), інтегративну комунікацію (ІК), дистрибутивну комунікацію (ДК), уникнення/заперечення (УЗ), насильницьку комунікацію/загрози (НКЗ), контроль/обмеження (КО), компенсацію/заміщення (КЗ), маніпуляцію (М), контакт з суперником (КС).

**Результати.** У нашому дослідженні взяли участь 30 сімейних пар (число респондентів – 60 осіб: 30 чоловіків, 30 жінок). Середній вік респондентів – 32 роки, середня тривалість спільного сімейного життя – 8,5 років. За допомогою опитувальника «Комунікативні реакції на ревнощі» ми визначили провідний тип поведінки шлюбних партнерів у ситуації виникнення ревнощів.

Дана методика дозволила визначити ступені прояву таких форм поведінки:

- Активне дистанціювання, яке проявляється у дистанціюванні, відстороненні від партнера;
- Негативна афективна експресія проявляється у вираженні своїх негативних почуттів партнерові;
- Інтегративна комунікація – це спроби вирішувати проблеми шляхом взаємодії з партнером;
- Дистрибутивна комунікація виражається у вигляді звинувачень, сварок з партнером;
- Уникнення/заперечення – партнер уникає або заперечує існування проблеми;
- Насильницька взаємодія/погрози – вираження агресії і насилля стосовно партнера;
- Контроль/обмеження проявляються о організації заходів контролю над партнером;
- Компенсація/заміщення полягають у спробах догодити партнерові, зробити щось приємне для нього;
- Маніпуляція проявляється в спробах вплинути на партнера, на його почуття;
- Контакт з суперником проявляється у спробах протидіяти супернику.

У таблиці представлені результати діагностики моделей поведінки в ситуаціях ревнощів серед чоловіків та жінок.

Показники опитувальника CRJ серед чоловіків та жінок

№	Шкала	Чоловіки (%)	Жінки (%)
1	Активне дистанціювання	23,3	6,7
2	Негативна афективна експресія	6,7	20,0
3	Інтегративна комунікація	13,3	6,7
4	Дистрибутивна комунікація	6,7	13,3
5	Уникнення/заперечення	3,3	6,7
6	Насильницька взаємодія/погрози	13,3	3,3
7	Контроль/обмеження	6,7	3,3
8	Компенсація/заміщення	6,7	6,7
9	Маніпуляція	3,3	10,0
10	Контакт з суперником	16,7	23,3

За результатами опитування ми з'ясували, що в ситуаціях ревнощів шлюбні партнери – чоловіки та жінки демонструють різні моделі поведінки, інколи абсолютно протилежні. Так, 23,3% чоловіків частіше дистанціюються від своєї партнерки, починають ігнорувати її, тоді, як лише 6,7% жінок проявляють дану поведінку. 20% жінок відкрито виражають свої негативні емоції чоловікам у ситуаціях ревнощів і 6,7% чоловіків чинять аналогічно з дружинами. Застосування інтегративної комунікації притаманне для 13,3% чоловіків та 6,7% жінок. В той час модель дистрибутивної комунікації більш притаманна для жінок – 13,3% і 6,7% для партнерів-чоловіків. 3,3% чоловіків уникає ситуацій ревнощів і 6,7% жінок заперечує існування проблеми. Дослідження продемонструвало, що 13,3% чоловіків проявляють агресію стосовно дружин і 3,3% жінок демонструють насильницьку взаємодію та погрози до своїх партнерів-чоловіків. 6,7% чоловіків у ситуаціях шлюбних ревнощів здійснюють заходи контролю над жінками і 3,3% жінок контролюють своїх шлюбних партнерів. Однакова кількість респондентів (6,7%) стверджують, що їхні ревнощі проявляються у спробах догодити партнерові, зробити щось приємне для нього. Жінки, ревнуючи, частіше прагнуть вплинути на партнера, на його почуття (10%), в той час, лише 3,3% опитаних чоловіків використовують маніпуляції з дружинами у ревнощах. Досліджено, що 23,3% жінок протидіють суперницям, а серед чоловіків кількість тих, що вступають у контакт з суперником менша – 16,7%.

**Дискусія.** Досліджуючи питання допомоги шлюбним партнерам із проблемою ревнощів, ми звернулись до думок науковців Н. Коллінз і С.Рід (Коллінз, 2014), які стверджували, що стиль комунікації індивіда створює соціальне середовище, яке назавжди зберігає очікувані наслідки і зміцнює ментальні моделі. У разі переживання ревнощів індивіди можуть здійснювати дії, які будуть зміцнювати їхні високі або низькі рівні самоповаги, а також їхні позитивні або негативні установки до налагодження відносин близькості.

Було встановлено, що деякі стосунки провокують сильніші ревнощі, ніж інші. Свого часу Дж.Уайт і П.Мюллен припустили (Уайт, 1998), що теорія прихильності може допомогти пояснити, чому певні стосунки сприяють збільшенню інтенсивності ревнощів, порівняно з іншими. Було визначено, що ментальні моделі, які лежать в основі типів прихильності, можуть регулювати способи переживання ревнощів. Зокрема, дослідження послідовно демонструє, що люди з тривожним стилем прихильності відчують гостріше ревнощі, ніж люди з надійними стилями. Л.Кюнс і П. Шавер (Shaver, 2018) встановили, що надійні і стурбовані індивіди забезпечували своїх партнерів найбільшим фізичним комфортом.

Оскільки індивіди з різними типами прихильності відрізняються емоційним реагуванням і патернами міжособистісного спілкування, існують відмінності і у формах вираження ревнощів. Ревнощі шлюбних партнерів як пристрасть, можуть бути особливо небезпечними. Не завжди легко віддиференціювати так звані «нормальні», обґрунтовані ревнощі від ревнощів болісних, безпідставних, патологічних, маячних.

Серед «нормальних» ревнощів також слід вирізняти раціональні та ірраціональні ревнощі (Короленко, 2009). Раціональні ревнощі виникають при наявності дійсної, реальної загрози, тоді як

іраціональні не пов'язані з реальністю, а виникають через уяву і фантазування, вони з'являються частіше у людей із розвинутою уявою, вразливих, які страждають прихованим комплексом неповноцінності та імовірно перенесли психічні травми в дитячому віці. «Нормальні» ревнощі можна коригувати за допомогою психологічних підходів, що враховують особливості особистості і її розвитку, хворобливі ревнощі не зникають без комплексних спеціальних психофармакологічних методів лікування (Buunk, 1994).

Діагноз патологічних ревнощів згідно з МКХ: F22 (шизофренія, шизотипові і маячні розлади; хронічні маячні розлади) чи 291.2 (алкогольне марення ревнощів) як психічне захворювання ставиться тоді, коли для виникнення цього почуття, з точки зору ревнивця, є всі підстави, але прояви його ревнощів невірні та неадекватні. Відрізняються патологічні ревнощі від нормальних частотою і ступенем проявів (Goldie, 2000).

Вибираючи метод психокорекції «нормальних» або «патологічних» ревнощів, слід визначитися в тому, що саме потребує психотерапії: структура особистості ревнивця або стосунки, які виявилися причиною ревнощів. Специфіка психокорекції та шляхи запобігання негативному впливу ревнощів у шлюбних партнерів може корелюватись із тими типами (моделями) поведінки, яку демонструють партнери в ситуаціях переживання ревнощів. Наприклад, основною мішенню психотерапевтичного втручання при маренні ревнощів стає допомога та лікування самої особистості (основного психічного розладу, при нівелюванні симптомів якого проходить і марення ревнощів). Нормальні ревнощі, що викликають напругу, коригуються за допомогою досягнення інтимності на всіх чотирьох рівнях відносин у партнерській діаді: соціальному, емоційному, духовному і сексуальному. Принципових відмінностей у корекції «нормальних» і «патологічних» ревнощів шлюбних партнерів не існує.

Особливості психокорекції подружніх ревнощів полягають у підборі відповідних кожному типу способів та методів роботи. Люди з параноїчним типом ревнощів, уникаючи фантазій про власні бажання зради і полігамних стосунків, проєктують свої потреби на інших людей, стаючи переконаними, що їх партнери особливо та небезпечно привабливі для інших. На думку британського психоаналітика Н.МакВільямса (McWilliams, 2015), за подібними побоюваннями часто ховається страх власних гомосексуальних фантазій, які є небезпечними з точки зору соціального покарання. Саме в цьому розкривається потреба параноїчного ревнивця: щоб самому не отримати покарання, потрібно звинуватити близьку людину. Проявляються постійною недовірою, перевірками, ідеями того, що їх покинуть і зрадять із самого початку стосунків. Це проявляється не лише в думках, а й у почутті страху перед втратою відносин. Партнер параноїчного ревнивця в процесі відносин починає переймати тривогу і відчуття небезпеки, яку раніше не відчував. Для того, щоб допомогти партнеру впоратися зі своєю недовірою, потрібно створювати в сім'ї і відносинах стабільну, зрозумілу і доброзичливу обстановку. Партнеру варто виконувати обіцянки, намагатися говорити правду. Параноїчний ревнивець повинен відчувати, що шлюбні відносини чесні і безпечні.

Нарцисичні ревнощі ґрунтуються на глибинному несвідомому почутті, що ревнивця можуть осоромити. Таким людям здається, що якщо вони не будуть кращими, їх не будуть любити. У зв'язку з цим, нарцисичні ревнивці дуже чутливі до невербальних емоційних повідомлень і послань у присутності інших людей. Наприклад, коли партнер занадто усміхнений і привітний з іншими, має багато друзів, ревнивець поводить себе бурхливо, емоційно. Для того, щоб запобігти нарцисичним ревнощам, потрібно більше хвалити партнера, особливо в колі оточення, бути більш стриманими в похвалі до інших. І головне – партнер повинен зрозуміти, що його люблять і цінують не тільки за його досягнення, а за його індивідуальність і маленькі слабкості.

Психопатичні ревнощі є найбільш бурхливими і, найчастіше, набувають патологічних форм і наслідків. Такий тип ревнощів виникає у людей, чия особистість структурована вздовж дезорганізованої імпульсивності. Основна проблема полягає в тому, що людина не може постійно контролювати свої імпульси і реакції. Тому прояви ревнощів носять антисоціальний характер. Даний тип ревнивців може демонструвати поведінку насильницької взаємодії і погроз та контролю над партнером. Психопатичні ревнощі формуються через нездатність до людської прихильності і спираються у відносинах на примітивні психологічні механізми. Найчастіше такий вид ревнощів спостерігається у чоловіків і передається генетично. Оскільки психопатичним особистостям важко і практично неможливо виразити свої емоції і побоювання, вони демонструють їх через показ своєї сили, вдаючись до насильства, побиттів, криків. Для того щоб уникнути насильства через ревнощі, необхідно змусити людину себе поважати. Потрібно виконувати свої обіцянки, не кидати слова на вітер, а партнерові ні в якому разі не терпіти патологічні прояви ревнощів.

У людей із мазохістичними ревнощами існує несвідоме уявлення про те, що вони можуть бути цікаві й кохані тільки в моменти страху, тривоги і страждання. Мазохісти-ревнивці фантазують і очікують ревнощів для того, щоб відчувати біль і викликати у партнера відчуття провини, в якій той стане приділяти їм більше уваги. Поведінка таких ревнивців корелюється з моделями маніпуляції та

заміщення. Часто мазохісти знайомлять своїх партнерів з привабливими людьми і провокують ситуації, у яких їхні ревності загострюються. Навіть при наявності об'єктивного приводу для ревностей або зради, мазохісти не залишають своїх шлюбних партнерів, отримуючи від ситуації хворобливе задоволення. Допомогти впоратися з проявами мазохістичних ревностей можна за допомогою довірчих стосунків. Потрібно старатися приділяти увагу партнеру у звичайних і приємних ситуаціях.

Шизоїдні ревності властиві людям, які несвідомо і цілеспрямовано формують фантазії про ревності для того, щоб створити або зберегти міжособистісну дистанцію з партнером. Ці люди малоемоційні, і тому у своїх ревностях не виявляють надмірної тривоги та емоцій. Можна помітити лише печаль, про яку ревнивець не має бажання говорити. Саме в цьому полягає складність у запобіганні ревностей – про них важко здогадатися. Також ідеї шизоїдних ревників про ревності можуть приймати дуже химерну і креативну форму. Якщо у людини виникають ревності, вона може ставати байдужою в сексуальних відносинах, проводити багато часу поза сім'єю і на роботі, за читанням філософії. Основна проблема, внаслідок якої формуються ревності – модель поведінки як активне емоційне дистанціювання. Партнер може бути дуже холодним і скупим на емоції, може застосовувати різні прийоми, за допомогою яких він постарается зберегти безпечну міжособистісну дистанцію. Допомогти впоратися з таким видом ревностей може повага особистих кордонів людини. Якщо партнерові важко розкритися, варто дати йому можливість звикнути до іншого партнера поступово. У нього має бути місце в домі, яке буде тільки його. В іншому випадку він рано чи пізно вдасться до своїх захисних механізмів уникнення контакту і сформує ідею ревностей.

Істеричні ревності проявляються дуже емоційно, чутливо і демонстративно, частіше у формі негативної афективної експресії. Такі ревники мають розвинену інтуїцію і звикли бути в центрі уваги коханої людини. Істеричні ревності завжди носить яскравий емоційний характер і часто пов'язані з підозрами зради у формі сексу, а не духовної близькості. Ревності часто виникають в тому випадку, якщо холонуть сексуальні відносини і з'являються перші прояви старості (зморшки, сивина). Ці два показники формують переконаність в особистій непривабливості, і як наслідок формується якість виправдання, часто – зрада. Ревники переконані, що партнер знайшов або шукає молодшу і фізично сильнішу людину. Істерик різко і бурхливо демонструє свої ревності, починає кричати без причин. У нього швидко змінюється настрій, немає критики своїх дій, заспокоюється він тільки в разі крику або агресії з боку партнера. Дії ревника надзвичайно театральні, нагадують розігрування трагедії. Для того, щоб знизити рівень необґрунтованих ревностей, необхідно «розтопити полум'я» в сексуальних відносинах, частіше говорити про зовнішню привабливість партнера.

Люди, схильні до обсессивно-компульсивного типу ревностей, здатні формувати нав'язливі думки і дії. Серед них багато трудоголиків і вчених. Їхні ревності просякнуті раціональними поясненнями, фактами. Прояви ревностей носять системний, почерговий характер. Таким чином, виконуючи певні дії, ревнивець захищає себе від втрати об'єкта. З метою запобігання цього типу ревностей, потрібно дозволити людині виконувати свої ритуали, звичайно, якщо вони носять адекватний характер. Варто пам'ятати, що так, на їхню думку, вони оберігають шлюбні стосунки (Пуертас, 2011).

Коригуючи особливості особистості ревника, ми враховуємо заявлену практикою ефективність наступних напрямків психотерапії (Межеріцкая, 2009):

1. Раціонально-емотивної терапії, спрямованої на корекцію ірраціональних оціночних моделей, норм, переконань, уявлень, умовиводів із заміною їх на раціональні.
2. Психодрами, монодрами, гештальту, ігрової терапії (Дмитрієва, 2009).
3. Дистанціювання від напруги, пов'язаної з переживанням ревностей.
4. Знецінення партнера (за принципом: «Якщо до іншого пішла наречена, то невідомо ще, кому пощастило»).
5. Усунення комплексу неповноцінності і корекція заниженої самооцінки.
6. Зміни особистісних установок, пояснення механізмів виникнення ревностей, процес «захоплення» ними свідомості, навчання методам психологічного захисту.

Запобігання деструктивного впливу ревностей можливе шляхом психотерапії та психокорекції дисфункціональних подружніх відносин і спрямоване на:

1. Відновлення втраченої довіри й любовних інтимних відносин в партнерській діаді.
2. Зміну ситуації, що провокує виникнення ревностей або ставлення до неї.
3. Усунення реальної причини для ревностей у разі її існування.
4. Коригування емоцій і підвищеної емоційної реактивності.
5. Прийняття ситуації і партнера як рівного собі і такого, котрий володіє абсолютною цінністю, виключаючи спроби його поневолення або обмеження волі. Гуманістична психотерапія, спрямована на гармонійний розвиток особистості, є значущою протипагою ревностей.
6. Встановлення відносин взаємної доброзичливості, поваги, розуміння, співпраці значно

знижують можливість виникнення ревнощів і сприяють їхньому пом'якшенню. Дуже важливо навчитися рахуватися з бажаннями, волею і автономією партнера, не розглядати його (її) як предмет або знаряддя своєї діяльності, як слухняний керований механізм (Короленко, 2010).

Для сьогоднішнього постмодерністського суспільства особливо характерно, що люди не хочуть відчувати себе залежними маріонетками, а самі приймають рішення з усіх життєво важливих питань. Ця особливість, з нашої точки зору, створює сприятливий клімат для зменшення негативного впливу ревнощів в житті сімейної пари.

**Висновки.** Емпіричне дослідження показало, що чоловіки та жінки демонструють різну поведінку в ситуаціях ревнощів, інколи абсолютно протилежну. Так, значний відсоток чоловіків частіше дистанціюються від своєї партнерки, починають ігнорувати її. Кожна п'ята досліджувана жінка виражає відкрито свої негативні емоції чоловікам у ситуаціях ревнощів. Більшість чоловіків проявляють агресію стосовно дружин, для них характерно контролювати своїх дружин. І чоловіки, і жінки стверджують, що їхні ревнощі проявляються у спробах догодити партнерові, зробити щось приємне для нього.

Оскільки ми з'ясували, що принципових відмінностей у корекції «нормальних» і «патологічних» ревнощів шлюбних партнерів не існує, все ж акцентуємо увагу на запобігання патологічних ревнощів. Вони розвиваються у випадках, коли реальної причини для страждань і деструктивної, токсичної поведінки ревнивця немає та коли об'єкт ревнощів (кохана людина) не дає для них приводу своєю поведінкою, включаючи висловлювання і натяки. На жаль, буря почуттів, фантазій, гра надмірної уяви здатні викликати психотичні стани – марення, галюцинації, депресію зі спробами суїциду.

Ревнощі виникають до суперника, іноді уявного. Люди ревнують зі страху бути покинутими, втратити партнера або, вважаючи іншого своєю власністю. Ревнощі неможливо викоринити і важко приборкати, проте контролювати можливо.

Особливості психокорекції шлюбних ревнощів полягають в наступному. При виявленні схильності до патологічних ревнощів, варто запропонувати партнеру пройти психотерапію (гарантій стійкої ремісії ніхто не дасть, окрім самого пацієнта), і якщо не виникає впевненості, що людина змінилася, краще припинити ці відносини. Патологічні, деструктивні ревнощі виникають через неіснуючі в реальності причини. Людині з симптомами марення ревнощів необхідна комплексна психологічна та лікарська допомога, тому що вона не здатна самотійно об'єктивно оцінити власний стан і зрозуміти, що приводи для ревнощів вигадані, створені хворобливою уявою. В основі психопатологічного механізму розвитку марення ревнощів часто лежить проєкційний механізм психологічного захисту. Ревнивець проєктує на партнера свою провину за фактичні власні зради, або він бажає зраджувати, фантазує про свою зраду і приписує це бажання і вчинки партнеру. Ревнощі стають патологічними в того шлюбного партнера, для якого зрада – крах ідеалу і глибоке розчарування, втрата надії. Патологічні ревнощі виникають, коли один з партнерів не відрізняє власні бажання і потреби від бажань і потреб іншого. Такі ревнивці постійно підозрюють партнера в зраді, фантазують в уяві яскраві інтимні сцени, контролюють кожен крок іншого партнера.

Ревнощі можуть виникнути в нормальних відносинах здорової пари. Їхня глибина і сила показують залежність від партнера. Важливо розуміти різницю між залежністю і відповідальністю. Визнання і прийняття відповідальності партнера дозволяє надати йому свободу. Повага до інтересів іншого сильніше прив'язує і сприяє створенню максимально довірчих відносин. Подальші дослідження та розробки з проблеми психокорекції деструктивного впливу ревнощів та допомога подружнім парам є обґрунтованими та перспективними для сімейних психологів, психіатрів, психотерапевтів та соціальних робітників кризових центрів допомоги сім'ям.

## СПИСОК ПОСИЛАНЬ

Данилова, Т. Н. (2007). Особистість, схильна до ревнощів: деякі аспекти проблеми. *Соціальна психологія*, 2, 87-92.

Короленко, Ц.П. & Дмитриева, Н.В. (2010). *Личностные расстройства*. СПб.: Питер, 214.

Кузенко, Г. М. (2007). Соціокультурний аспект у комунікативній ситуації ревнощів. *Новітня філологія*, 8 (28), 130-135.

Международная классификация болезней 10-го пересмотра. (2019). Retrieved from <https://mkb-10.com/>

Межеричкая, Л.Д. & Дмитриева, Н.В. (2009). Методы психодрамы и гештальта в развитии личностной идентичности студентов вузов. *Образование и саморазвитие*. Казань: Центр инновационных технологий, 1 (11), 186-192.

Фурманов, И.А. & Вергейчик, А.О. (2012). Тактики поведения в ситуации переживания ревности: адаптация методики «Коммуникативные реакции на ревность». *Психологический журнал*,

1-2 (31-32), 81-89.

Bevan, J. (2004). General Partner And Relational Uncertainty As Consequences Of Another Person's Jealousy Expression. *Western Journal Of Communication*, 68; pp.195-218.

Buunk, B. (2014) Jealousy as Related to Attributions for the Partners Behaviour. *Social Psychol. Quart.*, pp.107-112.

Cohen, S. (2007). Pathological Jealousy. *International Journal Of PsychoAnalysis*, 68, pp.99-108.

Goldie, P. (2000). *The Emotions. A Philosophical Explanation*. Oxford. Oxford University Press.

Guerrero, L., Spitzberg, B. & Yoshimura, S. (2004). Sexual And Emotional Jealousy. In J. Harvey, S. Spender, A. Wenzel (Eds.) *The Handbook Of Sexuality In Close Relationships*. Mahwah, NJ. Lawrence Erlbaum Associates.

Hart, S., Carrington, H., Tronick, S. & Carrol, S. (2004). When Infants Lose Exclusive Maternal Attention: Is It Jealousy? *Infancy*, 6 (1), pp.57-78.

Wurmser, L. & Jarass, H. (2008). *Jealousy And Envy*. New York. The Analytic Press.

## REFERENCES

Danylova, T. N. (2007). Osobystist', skhyl'na do revnoshchiv: deyaki aspekty problemy [Anxiety-prone personality: Some aspects of the problem.]. *Sotsial'na psykholohiya - Social Psychology*. 2, 87-92.

Korolenko, Ts.P. & Dmitrieva, N.V. (2010). *Lichnostnye rasstroistva*. [Personality disorders]. SPb.: Piter, 214.

Kuzenko, H. M. (2007). Sotsiokul'turnyy aspekt u komunikativnyy sytuatsiyi revnoshchiv. [Socio-cultural aspect in the communicative situation of jealousy]. *Novitnyya filolohiya - New Philology*. 8 (28), 130-135.

Mezhdunarodnaya klassifikatsiya boleznei 10-go peresmotra. (2019). [10th International Classification of Diseases]. Retrieved from <https://mkb-10.com/>

Mezheritskaya, L.D. & Dmitrieva, N.V. (2009). Metody psikhodramy i geshtal'ta v razvitiy lichnostnoi identichnosti studentov vuzov. [Methods of psychodrama and gestalt in the development of personal identity of university students]. *Obrazovanie i samorazvitie – Education and self-development*. Kazan': Tsentr innovatsionnykh tekhnologii, 1 (11), 186-192.

Furmanov, I.A. & Vergejchik, A.O. (2012). Taktiki povedeniya v situatsii perezhivaniya revnosti: adaptatsiya metodiki «Kommunikativnye reakcii na revnost'». [Tactics of behavior in a situation of experiencing jealousy: adaptation of the method "Communicative reactions to jealousy"]. *Psichologicheskij zhurnal - Psychological Journal*, 1-2 (31-32), 81-89.

Bevan, J. (2004). General Partner And Relational Uncertainty As Consequences Of Another Person's Jealousy Expression. *Western Journal Of Communication*, 68; pp.195-218.

Buunk, B. (2014) Jealousy as Related to Attributions for the Partners Behaviour. *Social Psychol. Quart.*, pp.107-112.

Cohen, S. (2007). Pathological Jealousy. *International Journal Of PsychoAnalysis*, 68, pp.99-108.

Goldie, P. (2000). *The Emotions. A Philosophical Explanation*. Oxford. Oxford University Press.

Guerrero, L., Spitzberg, B. & Yoshimura, S. (2004). Sexual And Emotional Jealousy. In J. Harvey, S. Spender, A. Wenzel (Eds.) *The Handbook Of Sexuality In Close Relationships*. Mahwah, NJ. Lawrence Erlbaum Associates.

Hart, S., Carrington, H., Tronick, S. & Carrol, S. (2004). When Infants Lose Exclusive Maternal Attention: Is It Jealousy? *Infancy*, 6 (1), pp.57-78.

Wurmser, L. & Jarass, H. (2008). *Jealousy And Envy*. New York. The Analytic Press.

## O. Petyak

### BEHAVIORAL REACTIONS OF A JEALOUS PERSON AND FEATURES OF PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF JEALOUSY IN MARRIAGE PARTNERS

#### Abstract

*The article discusses the features of psycho-correctional work to overcome the negative impact of jealousy in the family, depending on the types of behavioral reactions of the marriage partners and the varieties of jealousy themselves. The procedure of theoretical and methodological research was to collect, analyze and generalize information about the characteristics of the models of behavior of partners in situations of jealousy. For the purpose of empirical diagnosis of the type of behavior, the Communicative Responses to Jealousy (CRJ) methodology of L. Guerrero in adaptation of I. Furmanov and A. Vergeichik were used. The results of the study revealed the patterns of behavior of marriage partners in jealousy situations. Men and women exhibit different behaviors, sometimes quite the opposite. So, a significant percentage of men are more likely to distance themselves from their partner, begin to ignore her. One in five women studied expresses openly their negative emotions to men in situations of jealousy. The use of*

*integrative communication is typical for 13.3% of men and 6.7% of women. The study showed that most men are aggressive towards their wives; it is typical for them to control their wives. The same number of male and female respondents claims that their jealousy is manifested in attempts to please the partner, to do something pleasant for him. The study also showed that women are more manipulated in situations of jealousy and have more contact with rivals than men. Summarizing the obtained theoretical and empirical data, we have formed the following conclusions. If a tendency to pathological jealousy is found, you should invite your partner to undergo psychotherapy. With the help of diagnostics, it is possible to determine the leading behavior in a situation of jealousy and carry out a psycho-correctional work corresponding to the clarified type. An analysis of psychological research and practical work with marriage partners showed that the most effective areas of work with jealousy are: rational-emotive therapy aimed at correcting irrational assessment models, norms, beliefs, ideas, and conclusions with replacing them with rational ones; psychodrama; monodrama; gestalt; game therapy.*

**Keywords:** *jealous behavior model; affiliate dyad; pathological jealousy; psychological correction of jealousy; jealous marriage partners.*