

УДК 159.9.07

**Цветкова Н.А.***(г. Санкт-Петербург)*

## ЖЕНЩИНА В СИТУАЦИИ ЗАТЯЖНОГО СУПРУЖЕСКОГО КОНФЛИКТА

*Аннотация.* В статье обосновывается актуальность изучения личностных особенностей женщин, обращающихся за психологической помощью в ситуации затяжного супружеского конфликта. Раскрывается само понятие затяжного супружеского конфликта. Изложены результаты оригинального эмпирического исследования личностных особенностей женщин – клиентов психолога-консультанта и представлены типы женщин с запросом о помощи в разрешении конфликта с супругом. Сделан акцент на личностной обусловленности ситуации затяжного супружеского конфликта. Предложены стратегии психологической помощи женщинам, пытающимся улучшить межличностные отношения в супружеской диаде. *Ключевые слова:* женщина, супружеский конфликт, типы женщин, стратегии помощи, супружеская диада.

**N. Tsvetkova***(Saint Petersburg)*

## A WOMAN IN A SITUATION OF A PROLONGED MARITAL CONFLICT

*Abstract.* The article substantiates the relevance of the study of personal characteristics of women seeking psychological help in a situation of a prolonged marital conflict. The concept of a prolonged marital conflict is disclosed. The results of original empirical studies of personal characteristics of women who are counselor's clients are presented. Besides, the author mentions the types of women requesting assistance in resolving conflict with their spouse. Special emphasis is made on the fact that a prolonged marital conflict depends on a personality. Strategies of psychological assistance to women seeking improvement of interpersonal relationships in the marital dyad are offered.

*Key words:* woman, marital conflict, types of women, assistance strategies, marital dyad.

Актуальность поднимаемой проблемы аргументируется тем фактом, что запрос о помощи в разрешении супружеского конфликта является чаще встречающимся среди других причин обращения женщин за консультацией к психологу. Об этом свидетельствует выполненный нами в 2009 г. анализ первичных женских запросов [14, с. 318].

Классификации семейных конфликтов А.В. Сысенко [11, с. 11–97] и С.М. Емельянова [4, раздел III] показывают, что супружеские конфликты охватывают весь их спектр и являются маркерами неблагополучного брака. Причём супружеский конфликт, не разрешённый вовремя, имеет свойство углубляться, превращаться во внутрисемейную психологическую войну, обуславливает усиление и развитие патологических свойств личности как самих супругов, так и их детей, а в итоге приводит к маргинализации семьи или её распаду. Этот вывод следует из работ зарубежных авторов, изучавших причины супружеских конфликтов, в т. ч. их личностную обусловленность: Э. Бёрна, К. Витека, С. Крагохвила, К. Левина, С. Минухина, Джей Хейли, В. Сатир, Э. Фромма, А. Шутценбергер, М.У. Энса, Warczewski, Knox, Muld-worf, Plzak, Fanta и др., а также из публикаций таких отечественных учёных, как Т.В. Андреева, В.М. Воловик, И.В. Дорно, Т.И. Дымнова, С.М. Емельянов, О.Э. Зуськова, С.В. Ковалёв, В.П. Левкович, С.С. Либих, М.С. Мацковская, В.К. Мягер, Ю.П. Платонов, Ю.Б. Рюриков, В.А. Сысенко, В.Л. Шендерова, С.Г. Шуман, А.Н. Харитонов, А.Г. Харчев, Э.Г. Эйдемиллер и В.В. Юстицкис и др.

Американские психологи Холмс и Рагге установили, что разлад в супружеской жизни – второй по силе фактор (первый – смерть близкого человека), с большой долей вероятности обуславливающий депрессию. Депрессия – это состояние, характеризующееся страданием, тоской, безысходностью. Зачастую депрессия берёт начало в родительской семье, а затем переносится человеком в собственный брак, распространяется на всю семью и хронизируется.

Если в эпизодически возникающих семейных конфликтах учёные усматривают изрядную долю позитива, а практические психологи используют их в целях развития и укрепления семьи, то в затянувшейся на годы супружеской распре найти что-то положительное весьма затруднительно.

Если учесть известный науке факт, что мужчина больше живёт в мире статусов, а женщина – в мире близостей, то в соответствии с этим, конфликтует с жёнами, мужья борются за независимость, всемерно оберегая своё достоинство, а их жёны – за сохранение и достижение эмоциональной близости с мужьями, опасаясь, прежде всего, отторжения и изоляции. Замечено, что игры девочек, как правило, направлены на моделирование отношений, обычно не имеют жёстких правил, критериев успешности и предполагают кооперацию. Вероятно, этим можно объяснить, почему инициаторами разрешения супружеского конфликта чаще являются жёны.

Ниже речь пойдёт о таких межличностных конфликтах, которые в супружеской диаде длятся годы (в нашей выборке – от 3-х лет) и поэтому могут быть определены как «затяжные», причём ни одна из женщин (по их словам,

их супруги тоже) не хотела выступать инициатором развода. Их жалобы: «Муж пьёт; его никогда нет дома; обещал бросить любовницу, но продолжает встречаться с ней; нигде не работает и не даёт денег; не помогает в домашнем хозяйстве; никак не может закончить вуз; не хочет навещать мою мать (помогать ей); не может отказать своей матери ни в одной просьбе». При этом обращении к психологу всегда предшествовало «критическое» событие, переполнившее «чашу терпения».

Нам представляется, что главным условием оказания эффективной социально-психологической помощи женщинам в таких случаях является изучение их личностных особенностей, поскольку лишь они находятся во власти самих женщин и могут корректироваться ими, в т. ч. при поддержке психолога и женской группы. Анализ публикаций по данному аспекту проблемы супружеских конфликтов свидетельствует о дефиците научных работ, а значит, об актуальности нашего исследования.

Эмпирический материал для данной статьи собран за период 2007–2014 гг. в процессе консультирования женщин, обратившихся за помощью в разрешении затяжного супружеского конфликта. Выборку составили 70 замужних женщин г. Пскова и Санкт-Петербурга в возрасте от 27-ми до 56-ти лет (средний возраст – 37 лет), 5 из которых (7%) находились в повторном браке. На момент обращения за психологической помощью занимались: социальной работой – 23 женщины (33%), сервисом и обслуживанием – 15 женщин (21%), педагогической деятельностью – 12 женщин (17%), работали инженерами – 7 женщин (10%), врачами – 5 женщин (7%), психологами – 4 женщины (6%), трудились в НКО – 4 женщины (6%). Имели учёную степень – 4 женщины (6%), высшее гуманитарное образование – 33 женщины (44%), высшее техническое – 21 женщина (30%), среднее специальное образование – 12 женщин (17%). Воспитывались в полной родительской семье – 49 женщин (70%), в полной семье от повторного брака одного или обоих родителей – 18 женщин (26%), вне родительской семьи – 3 женщины (4%).

Совместная категоризация их трудных жизненных ситуаций (ТЖС) по типу объективной сложности [7, гл. 2] показала следующее: посчитали себя находящимися в ТЖС I типа, когда возможно восстановление нормального хода жизни, 49 женщин (70%); оценили свои ситуации как ТЖС II типа – разрыв жизненного пути, выживание – 21 женщина (30%).

Личностные особенности женщин выявлялись в процессе консультирования с помощью следующих методик: 1) определение уровня самооценки (тест В. Волкова); 2) диагностика доверия (шкала Розенберга); 3) диагностика враждебности (шкала Кука-Медлей); 4) диагностика принятия других (шкала Фейя и его адаптированный автором вариант для определения различий в принятии женщинами женщин и мужчин);

5) тест К. Роджерса и Р. Даймонда «Социально-психологическая адаптация» (СПА); 6) диагностика коммуникативной толерантности (тест В.В. Бойко, адаптированный автором для определения различий в отношениях женщин к мужчинам и женщинам); 7) опросник С. Бем по изучению полоролевого поведения; 8) Миннесотский многофакторный опросник личности (женский вариант СМОЛ); 9) исследование структуры личности в зависимости от ролевых позиций в межличностных отношениях (тест «ВДР» Э. Бёрна); 10) методика исследования особенностей самосознания и социальных ролей М. Куна и Т. Маркпартленда «Кто Я?».

Кроме того, у этих женщин выявлялись: а) сформированность понятия «семья» и способность разграничивать понятия «моя семья» и «семья моих родителей» с помощью теста «Семья в круге» Э.Г. Эйдемиллера [16, прил.] и построения геносоциограммы семьи; б) самый значимый член семьи; в) эмоционально-близкий член семьи; г) количество сфер, затронутых конфликтом [8, с. 27].

Данные по ряду измеряемых параметров сведены нами в таблицу 1.

Таблица 1

Распределение женщин по уровням развития личностных особенностей

Личностные особенности	Уровни выраженности (кол-во женщин)			
	высокий, чел.	средний, чел.	низкий, чел.	Среднее значение показателей по группе в целом
1. Самооценка	4	47	19	0,49 – низкий
2. Доверие к людям	8	9	53	0,96 – низкий
3. Враждебность		70		17 – средний
– Цинизм	9	61		52 – средний с тенд. к высокому
– Агрессивность		70		30 – средний
4. Принятие других (по шкале Фейя) - мужчин	11	59		54 – средний с тенд. к высокому
– Принятие других (по шкале Фейя) женщин	4	66		53 – средний с тенд. к высокому
5. СПА:				
– Самопринятие	20	50		70 – средний с тенд. к высокому
– Принятие других	9	61		66 – средний

– Эмоциональный комфорт		49	21	56 – средний с тенд. к низкому
– Интернальность	9	42	19	60 – средний
– Доминирование		45	25	54 – средний с тенд. к низкому
– Адаптация		56	14	58 – средний с тенд. к низкому
– Лживость	4	66		31 – норма
– Эскапизм	16	41	13	14 – норма

Таблица 1 показывает, что женщины с запросом о помощи в разрешении затяжного супружеского конфликта имеют низкую самооценку и низкий уровень доверия к людям. Остальные изучаемые показатели находятся в пределах средних значений. Однако стоит обратить внимание на показатели «адаптация» (14 женщин (20%) из 70 находятся в состоянии дезадаптации) и «эмоциональный комфорт» (они с тенденцией к низкому уровню, как и доминирование), а также на показатель цинизма – он с тенденцией к высокому уровню. Женский цинизм – это бездуховность и безверие, сформировавшиеся под воздействием фрустрирующих жизненных обстоятельств и психотравмирующих межличностных отношений.

В структуре теста СПА есть шкала лживости и эскапизма. Уровень лживости (по тесту СПА) находится в пределах нормы у 66 женщин (94%) и выявлен как адаптирующее свойство личности (так называемый «первый грех Евы») лишь у 4-х женщин (6%). Эскапизм (избегание проблем) свойственен 16 женщинам (23%) и находится ниже нормы у 13 женщин (19%), что означает тенденцию преувеличивать проблемы и брать на себя трудности других, перехватывать ответственность.

Диагностика коммуникативной толерантности показала, что к мужчинам её имеют 38 женщин (54%), интолерантны к ним – 32 женщины (46%); среднее значение по группе в целом – 47 баллов, т. е. интолерантность (толерантность до 45 баллов). Коммуникативную толерантность к женщинам имеют 47 женщин (67%), интолерантны к себе подобным – 23 женщины (33%); среднее значение по группе в целом – 37 баллов, что соответствует уровню толерантности.

Для 61-ой женщины (87%) в полоролевом поведении характерна андрогинность, для 9 женщин (13%) – феминность.

Диагностика личностных расстройств с помощью женского варианта теста СМОЛ позволила составить личностный профиль типичной женщины, находящейся в ситуации затяжного супружеского конфликта.

Диаграмма 1

Личностный профиль типичной женщины,  
находящейся в ситуации затяжного супружеского конфликта

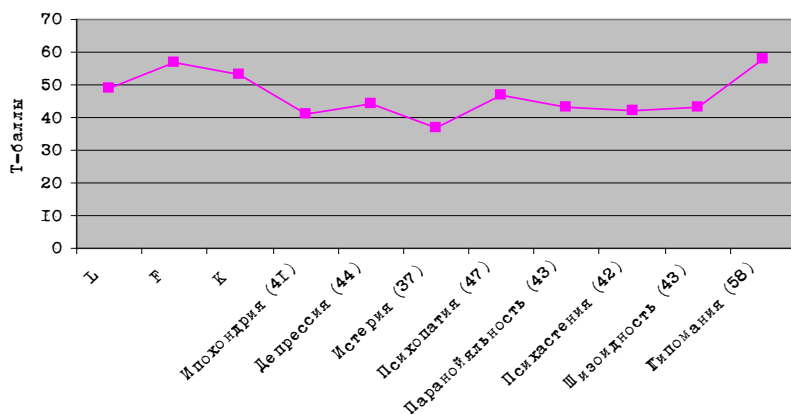


Диаграмма 1 показывает пик на шкале гипомании, что наиболее часто встречается у здоровых людей. Однако второй пик (на шкале психопатии) в сочетании с первым (на шкале гипомании) свидетельствует о социальной дезадаптации женщин в широком смысле этого слова, что также может быть признаком временной дезадаптации, вызванной конфликтной ситуацией с супругом. В целом данный профиль свидетельствует о том, что обследованные женщины ощущают общее напряжение, слабость, а также говорят о проблемах адаптации и сексуальной приспособляемости.

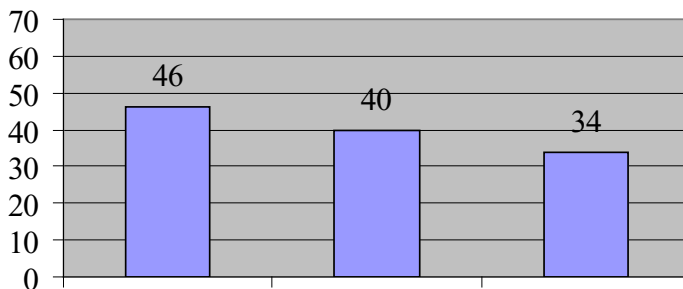
Результаты, полученные с помощью теста «ВДР» Э. Бёрна, позволили наглядно представить структуру личности в зависимости от ролевой позиции женщины, занимаемой ею в межличностных отношениях.

Диаграмма 2 свидетельствует о нормативном, причём гармоничном, варианте структуры личности типичной женщины – инициатора разрешения супружеского конфликта, т. е. такая женщина занимает адекватную ролевую позицию в межличностных отношениях. Однако диаграмма показывает невысокий уровень развития всех 3-х эго-состояний, а это значит, что в целом личность типичной женщины с таким запросом о психологической помощи отличается слабостью, нереализованностью потенциала развития.

Методика определения особенностей самосознания личности и социальных ролей М. Куна и Т. Маркпартленда «Кто Я?» позволила установить,

Диаграмма 2

Структура личности типичной женщины, находящейся в ситуации затяжного супружеского конфликта, в зависимости от ролевой позиции в межличностных отношениях «Взрослый», «Дитя», «Родитель»



что все женщины осознают себя работницами и матерями, а также дала возможность выявить те гендерные роли, которые многие женщины исполняли неосознанно, зачастую, деструктивно и саморазрушительно. Таковыми оказались: невестка – 58 женщин (83%), дочь – 15 женщин (21%), экс-супруга – 8 женщин (11%), любовница – 8 женщин (11%), свекровь или тёща – 7 женщин (10%), сватья – 5 женщин (7%), бабушка – 4 женщины (6%).

Способность разграничивать понятия «моя семья» и «семья моих родителей» оказалась несформированной у 45 женщин (64%), что означает наличие трудностей в формировании самобытности семьи конфликтующих супругов, спутанность семейных ролей и нагнетание семейной тревоги.

Как самого значимого члена семьи женщины представили: мужа – 29 женщин (42%), ребёнка – 23 женщины (33%), других родных или близких – 10 женщин (14%); 8 семей (11%) являются симбиотическими, поэтому самый значимый член семьи в восприятии женщины не определяется.

Эмоционально-близкими членами семьи являются: ребёнок – для 49 женщин (70%), другие родные или близкие – 8 женщин (11%), муж – 4 женщины (6%); 9 семей (13%) являются симбиотическими, поэтому самый эмоционально близкий женщине член семьи не определяется.

Распределение женщин по количеству сфер, затронутых конфликтом (тело, т. е. психосоматика и лишний вес; деятельность, общение, саморазвитие), выглядит следующим образом: затронута только 1 сфера, т. е. общение с супругом – 41 женщина (59%); затронуты 2 сферы (общение с супругом +...) – 21 женщина (30%); 3 сферы (общение с супругом +... +...) – 8 женщин (11%). Очевидно, что каждая из 70 женщин имела хотя бы одну сферу,

где она считала себя «в порядке», управляла ею, поэтому ни одна из них не оценила свою ТЖС как экстремальную.

Кластерный анализ показал, что исследуемая выборка делится на два кластера – 24 и 46 женщин. При проверке значимости различий в показателях обоих кластеров с помощью t-критерия Стьюдента обнаружены многочисленные достоверные различия, уровень достоверности которых указан в скобках (p).

I кластер (24 женщины – 34% всей выборки; назовём его «социально-психологически дезадаптированные») ярче всего характеризуют показатели коммуникативной интолерантности и к мужчинам (p = 0,000), и к женщинам; враждебности (p = 0,027), цинизма (p = 0,014), агрессии (p = 0,000); склонности ко лжи (p = 0,027) и доминированию (p = 0,000); обострения личностного профиля, повышение его показателей по всем шкалам СМОЛ (достоверные различия обнаружены по шкалам: ипохондрии (p = 0,009), истерии (p = 0,047), психастении (p = 0,008), шизоидности (p = 0,000), гипомании (p = 0,002). Кроме того, у женщин этого кластера отмечается тенденция к эскапизму, незначимости и эмоциональной не близости мужа; у них более сложные ТЖС; они воспитывались в семьях «группы риска».

II кластер (46 женщины – 66% выборки; так называемые «адаптивные женщины»), характеризуется более высоким уровнем доверия к людям и принятия мужчин, адаптации, самопринятия, эмоционального комфорта, интернальности, более высоким уровнем развития личности в целом (если судить по уровню выраженности эго-состояний «Взрослый», «Дитя», «Родитель» в структуре личности), но при этом – наличием у каждой из женщин нескольких неосознаваемых гендерных ролей.

Отдельно отметим, что кластеры достоверно различаются по количеству браков (p = 0,046). Все женщины I кластера состоят только в одном браке, тогда как 11% второго имеют опыт двух брачных союзов. Также отмечено достоверное различие кластеров по роду занятий (p = 0,029). В I кластере оказались психологи (16,7%), сотрудницы некоммерческих организаций (8,7%), сферы сервиса и обслуживания (34,8%). Только во II встречаются женщины-инженеры (16,7%). В обоих кластерах зарегистрированы педагоги (29,2% и 8,7% соответственно), социальные (16,7% и 45,7%) и медицинские работники (16,7% и 2,2% соответственно).

Проведённое нами исследование показало, что хотя по выборке в целом «пикирует» не депрессия (мы полагаем потому, что эти женщины её уже «пережили» и поэтому активны), однако подавляющее большинство женщин живёт в состоянии общего напряжения, слабости, сексуальной неудовлетворённости, нереализованности потенциала развития личности; около 70% из них не осознают свои гендерные роли, затрудняются в раз-



граничении понятий «моя семья» и «моя родительская семья»; более 30% этих женщин социально-психологически дезадаптированы; у подавляющего большинства низкий уровень доверия к людям, изрядная доля цинизма, низкая самооценка.

В. Сатир утверждает, что люди с низкой самооценкой, вступая в брак, закладывают основу неблагополучной семьи, т. к. вносят в межличностные отношения с супругом нотки деструкции [10, Гл. 3]. Исследования М.У. Энса и др. [13, с. 63–71] показали, что низкая самооценка является личностной чертой женщин, воспитанных в условиях дефицита заботы со стороны матери. Низкая самооценка часто сочетается с высоким уровнем самокритики и самообвинений, социально предписываемым перфекционизмом и субъективной недопустимостью ошибок и в этом сочетании является фактором формирования депрессии.

Из этого следует, что повышение самооценки обследованных нами женщин в процессе консультирования – главное условие профилактики депрессивного состояния, которое, скорее всего, возникнет, если женщине не удастся выйти из ситуации затяжного конфликта.

В заключение стоит подчеркнуть: супружеская диада является базовым элементом семейной системы. От того, удастся ли её сплотить в любовный союз, будет зависеть перспектива развития семьи. К сожалению, далеко не каждый мужчина-муж изъявляет желание прийти на консультацию вместе с женой, даже если она его об этом очень просит. Оказывается, что у него «этой проблемы» нет... В таком случае у психолога есть три стратегии оказания помощи женщине, а у неё – три варианта проработки проблемы: 1) изменение отношения к ситуации затяжного конфликта с супругом; 2) «перерасти проблему», чтобы, увидев её «свысока», найти конструктивное решение (этому способствуют коррекция самооценки, саморазвитие, самосовершенствование, личностный рост, особенно в условиях женской группы); 3) изменение ситуации (развод как взвешенное решение и поиск более подходящего спутника жизни).

Случаи обращения за помощью тех женщин, которые живут в повторных браках (в нашей выборке их 5) и точно так же, как и в первом браке, конфликтуют с супругом, свидетельствуют о непроработанности личностного фактора затяжного супружеского конфликта и практически гарантируют женщине проблемы построения отношений в супружеской диаде в любом по счёту браке. Во всяком случае, если женщина сделала всё, что лично от неё зависит, чтобы сохранить брак и улучшить своё самочувствие в нём, ей легче пережить ситуацию развода и стать спутницей более подходящему мужчине<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Автор выражает благодарность К.Е. Лагвилава за помощь при компьютерной обработке результатов.

## Литература:

1. *Андреева Т.В.* Семейная психология. СПб.: Речь, 2004. 244 с.
2. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. М.: Эксмо, 2010. 576 с.
3. *Берн Э.* Познай себя. Екатеринбург: изд-во «Литур», 2002. 368 с.
4. *Емельянов С.М.* Практикум по конфликтологии. 2-е изд. СПб.: Питер, 2001. 400 с.
5. *Левкович В.П., Зуськова О.Э.* Проблемы взаимоотношений супругов при бытовом пьянстве // Психологический журнал. 1991. Т.12. № 1. С. 40–46.
6. *Олифинович Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Велента Т.Ф.* Психология семейных кризисов. СПб.: Речь, 2006. 360 с.
7. *Осухова Н.Г.* Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. М.: Академия, 2007. 320 с.
8. *Пезешкиан Н.* Основы позитивной психотерапии. Архангельск: Изд-во Архангельского мед. института, 1993. 116 с.
9. *Платонов Ю.П.* Практическая конфликтология. СПб.: Речь, 2009. 376 с.
10. *Сатир В.* Как строить себя и свою семью / Пер. с англ. М.: Педагогика-Пресс, 1992. 192 с.
11. *Сысенко А.В.* Супружеские конфликты. М.: Финансы и статистика, 2008. 342 с.
12. *Фромм Э.* Анатомия человеческой деструктивности / Пер. с англ. М.: АСТ, 2004. 635 с.
13. *Холмогорова А.Б., Воликова С.В., Полкунова Е.В.* Семейные факторы депрессии // Вопросы психологии. 2005. № 6. С. 63–71.
14. *Цветкова Н.А.* Социально-психологические технологии работы с женщинами в системе социального обслуживания: дисс. ... д-ра психол. наук: 19.00.05. М.: РГСУ, 2009. 578 с.: 35 ил. РГБ ОД.
15. *Шутценбергер А.* Синдром предков: Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциогаммы. М.: Ин-т психотерапии, 2001. 256 с.
16. *Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В.* Психология и психотерапия семьи: монография. 4-е изд. СПб.: Питер, 2010. 672 с.