

**МОВЛЕННЄВА ПОВЕДІНКА ПОДРУЖЖЯ  
В СИТУАЦІЯХ АДЮЛЬТЕРУ  
ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА**

**Євген Потапчук**  
(Хмельницький, Україна)

*Статтю присвячено дослідженню мовленнєвої поведінки подружжя, як учасників комунікації, в ситуаціях адюльтеру. З'ясовано, що мовленнєва реакція зрадженого партнера може мати різні вияви: від інтенсивного вияву емоцій (пояснення, прохання, умовляння, погрози, тиск, шантаж) до відсутності будь-якого спілкування (байдуже мовчання).*

**Ключові слова:** мовленнєвої поведінка подружжя, адюльтер, мовленнєва реакція.

*Стаття посвящена исследованию речевого поведения супругов, как участников коммуникации, в ситуациях адюльтера. Выяснено, что речевая реакция партнера, пережившего измену, может иметь различные проявления: от интенсивного проявления эмоций (объяснение, просьба, угрозы, давление, шантаж) до отсутствия какого-либо общения (безразличное молчание).*

**Ключевые слова:** речевое поведение супругов, адюльтер, речевая реакция.

*The article is devoted to the study of verbal behavior of spouses, as the participants in communication in situations of adultery. It was found that verbal reaction of a partner, who experienced betrayal, can have many forms: from the intensive display of emotions (explanation,*

*request, threats, pressure, and blackmail) to the absence of any communication (indifferent silence).*

**Key words:** *verbal behavior of spouses, adultery, verbal response.*

**Постановка проблеми.** Як свідчить практика, мовленнєва поведінка людини має широкий діапазон вияву у різних сферах її життєдіяльності і, зокрема, у сімейному житті. Мовлення подружжя має свої особливості і відіграє важливу роль у їх взаєморозумінні. На жаль, у взаєминах подружжя, як учасників комунікації, можуть виникати різні проблемні ситуації та негативні події, які називають ненормативними сімейними кризами. Серед ненормативних сімейних криз особливу увагу привертає адюльтер [1-5]. Вказане явище, як вияв подружньої невірності, здатне провокувати виникнення вельми широкого спектру негативних мовленнєвих реакцій подружньої пари. Це пов'язане з тим, що адюльтер торкається важливої основи сім'ї – подружніх почуттів, переноситься на інші сторони сімейного життя, порушуючи побутові, економічні та інші аспекти сімейного життя, супроводжується переживанням ревності, торкається почуття честі та особистої гідності [2].

**Актуальність дослідження.** У науковій літературі на теперішній час відсутні праці, які б були присвячені розгляду особливостей мовленнєвої поведінки подружжя в ситуаціях адюльтеру. Через це психологи не мають ефективного інструментарію надання психологічної допомоги шлюбним партнерам, які переживають таку ненормативну життєву кризу.

Вивчення поведінки подружжя, як учасників комунікації, буде сприяти пошуку конструктивних варіантів міжособистісної взаємодії подружжя в ненормативній кризовій ситуації. Тим самим це буде сприяти збереженню сім'ї та психічного здоров'я шлюбних партнерів. Зазначене

вище посилює актуальність дослідження цього питання та його важливе значення та сімейного консультування.

**Мета статті.** Небезпека негативних мовленнєвих реакцій для взаємин подружжя в ситуаціях ненормативних сімейних криз посилює потребу в науковому дослідженні цієї проблеми. Звідси *метою цієї статті* є розгляд особливостей мовленнєвої поведінки подружжя в ситуаціях адюльтеру та виявлення особливостей надання їм психологічної допомоги.

**Результати дослідження.** Варто зазначити, що подружжя невірність, не зважаючи на негативне ставлення суспільства до неї, вже давно є досить розповсюдженим явищем. На жаль, у науковій літературі майже відсутні систематизовані дослідження мовленнєвої поведінки подружжя при виникненні адюльтеру. У цьому аспекті особливий інтерес викликає пошук можливих варіантів мовленнєвої поведінки подружжя, при яких збільшується вірогідність збереження шлюбу.

Для уникнення поняттєвої плутанини зазначимо, що подружжя невірність завжди виникає з ініціативи одного із шлюбних партнерів, якого ми будемо називати *ініціатором адюльтеру*. Щодо іншого партнера, то він мимоволі стає заручником обставин і буде відчувати себе приниженим та скривдженим. Зважаючи на це, ми називаємо його *жертвою адюльтеру*.

Практика свідчить, що вірогідність збереження шлюбу при виникненні адюльтеру суттєво залежить від моделі поведінки шлюбних партнерів у цій ситуації і, зокрема, від мовленнєвих реакцій. На думку деяких дослідників [1, с. 97-98] існує декілька моделей поведінки подружжя в ситуаціях подружньої невірності:

– модель поведінки, що характерна для шлюбного партнера, сенсом життя якого є завоювання осіб протилежної статі;

– модель поведінки, що більш характерна для жінок, які відрізняються несамостійністю, незрілістю та схильністю до залежності від партнера;

– модель поведінки, що пов'язана з ситуаціями, коли після випадкового позашлюбного сексуального зв'язку коханець чи коханка виступають ініціаторами продовження стосунків і намагаються розрушити шлюб;

– модель поведінки, що характерна для тих, хто постійно намагається знайти нового, «кращого» партнера для шлюбу;

– модель поведінки, в якій подружня невірність обумовлена втомою подружжя від шлюбу;

– модель поведінки, що заснована на тривалих позашлюбних зв'язках при домінуванні цінності сімейних стосунків та прагненні зберегти власний шлюб.

Зазначимо, що при виявленні факту подружньої невірності мовленнєва реакція зрадженого партнера може мати різні вияви: від інтенсивного вияву емоцій до байдужого мовчання, від агресивних дій до ігнорування шлюбного партнера [3]. Насамперед, це залежить від індивідуально-психологічних особливостей подружжя, зокрема: темпераменту, характеру та ціннісних орієнтацій. Однак, у більшості випадків подружня невірність шлюбного партнера здатна викликати у людини болючі відчуття ревності та негативно позначатися на її поведінці. Важливо зазначити, що при ревнощах можуть переважати когнітивні, афективні чи поведінкові реакції, а також їх комбінації [2].

*Когнітивні реакції* виявляються в прагненні партнера аналізувати факт подружньої невірності, шукати причини її виникнення, а також винуватця (себе чи суперника), прогнозувати подальший розвиток ситуації, створювати картину події. Практика свідчить, що когнітивні реакції є більш характерними для осіб астеничного складу, інтелектуалів.

Щодо *афективних реакцій*, то вони виявляються в емоційному переживанні подружньої невірності. Характерними для таких ситуацій емоційними станами є відчай, страх, гнів, ненависть і зневага до себе і партнера, відчуття неповноцінності, а також надія. У залежності від типу особистості афективні реакції можуть виявлятися на фоні меланхолічної депресії чи гніву. Зазвичай афективні реакції є більш характерними для осіб художнього, істероїдного та емоційно-лабільного складу.

Загалом мовленнєва поведінка може виявлятися у вигляді боротьби чи прощення, що виражається в намаганнях подружжя:

- відновити стосунки зі шлюбним партнером (пояснення, прощення),
- утримати партнера (прохання, умовляння, погрози, тиск, шантаж),
- усунути суперника, унеможливити зустрічі з ним (погрози, умовляння),
- розірвати стосунки зі шлюбним партнером (відсутність будь-якого спілкування).

Звертає на себе увагу те, що при наявності в сім'ї важких конфліктних стосунків подружжя невірність може суб'єктивно сприйматися більш спокійніше. Водночас, при її неочікуваному виникненні на фоні благополучного подружнього життя, у зрадженого партнера можуть виникати гострі та глибокі реакції. Крім того, подружжя невірність більше раниць: довірливу та віддану людину, а також – закохану та залежну від партнера.

Проведені нами дослідження вказують на те, що для сімей, у яких один із членів схильний до подружньої невірності, найбільш характерними поведінковими реакціями є: намагання розірвати стосунки та покарати партнера, а також усунути суперника. Щодо намагання відновити стосунки та утримати партнера, то опитувані

поставили цю реакцію на передостаннє місце. Тим самим вони вказують на те, що при виникненні адюльтеру серед членів проблемних сімей прийнято надавати перевагу стратегії розриву шлюбних стосунків, а не моралі прощення. Звідси спостерігається перевага негативних мовленнєвих реакцій в поведінці подружжя.

Одним із основних завдань психолога при наданні психологічної допомоги подружній парі, в якій мав місце адюльтер, має бути сприяння в ухваленні рішення пробачити свого партнера (ініціатора адюльтеру) або вибачитися перед ним (перед жертвою адюльтеру) [4]. Небезпека подружньої невірності виявляється в тому, що вона здатна сформувати в одного партнера стійке відчуття провини, а у іншого – образи. Через те, в обох випадках важливо усвідомити причини своєї образи або відчуття провини та зробити перший крок назустріч своєму партнеру. В іншому випадку в подружжя виникне відчуття безвихідності, що призведе до розпаду сім'ї.

Практика нашої консультативної роботи показує, що найскладнішим питанням є сприяння жертві адюльтеру в прийнятті нею рішення пробачити свого партнера та відновити з ним добрі стосунки. Члену подружньої пари дуже важко позбутися відчуття незадоволеної образи від близької людини. Тим більше, що подружня невірність суб'єктивно сприймається як зневага до себе та приниження власної гідності. Зважаючи на це, вважаємо за доцільне при роботі з подружжям використовувати схему психологічного прощення, яку розкриває у своїй статті Е. Гассін [4]. Ця схема включає чотири фази: відкриття, прийняття рішення, дії та результату.

*І. Фаза відкриття* включає: осмислення психологічного захисту, визнання факту, що образа мала місце; визнання наявності гніву з метою позбавитися від нього, а не підтримувати його в собі; визнання стиду, якщо

це відповідає обставинам; усвідомлення затрати емоційної енергії на образ; усвідомлення особистого залучення в когнітивну «репетицію» образи (чи постійні думки про неї); розуміння того, що ображений порівнює себе з тих, хто його ображає; розуміння того, що ображений може виявитися жертвою постійних негативних змін; розуміння динаміки поглядів на справедливість у світі.

*II. Фаза прийняття рішення:* зміна сприйняття та нове розуміння того, що попередні стратегії позбавлення від почуття образи не спрацьовують; готовність розглядати прощення як найкращий вибір; готовність пробачити кривдника.

*III. Фаза дій:* перегляд власних поглядів на кривдника та ситуацію загалом за допомогою застосування на собі різних ролей; емпатія по відношенню до кривдника; усвідомлення власного співчуття кривднику; «поглинання» неминучої болі.

*IV. Фаза результату:* знаходження особистісного сенсу для себе та інших в стражданні та прощенні; розуміння власної потреби в пробаченні зі сторони інших в минулому; розуміння того, що людина не є ізольованою від інших; розуміння того, що пережита образа може змінити мету життя; усвідомлення зменшення негативних і можливого зростання позитивних почуттів стосовно кривдника та розуміння внутрішнього вирішення ситуації; примирення з партнером.

Психологу потрібно враховувати те, що у шлюбного партнера можуть існувати різні варіанти розуміння прощення, зокрема:

– прощення як помста (я можу пробачити зрадника, тільки якщо покараю його в мірі, пропорційній моєму власному стражданню);

– прощення як відшкодування (якщо я одержу назад те, чого позбувся, якщо будуть принесені вибачення, якщо, пробачивши, я відчуватиму себе менш винуватим);

- прощення як реалізація очікувань інших;
- прощення як виконання вимог моєї релігії;
- прощення як засіб досягнення соціальної гармонії;
- прощення як любов, без жодних умов.

Фахівець у галузі сімейного консультування Ю. Альошина [5] звертає увагу на те, що у жертви адюльтеру можуть виникнути низка побоювань, пов'язаних зі зрадою. Насамперед, мова йде про побоювання, що «пробачений» партнер буде вважати за можливе зраджувати повторно. Крім того, існує побоювання, що «пробачений» партнер не буде поважати людину, яка пробачила зраду. При обговоренні цих побоювань Ю. Альошина пропонує акцентувати увагу жертви адюльтеру на тому, що пробачення в цьому випадку є виявом великодушності та ознакою мужності. Така поведінка характеризує людину з сильної сторони і викликає повагу до неї.

Якщо ж члени проблемної сім'ї не здатні пробачити провину іншого, то у них з'являються кризові стани. Небезпека кризових станів для жертв адюльтеру в тому, що вони можуть стати підґрунтям для появи у них: суїцидальної поведінки, наркотичних та алкогольних проявів, емоційного розгальмування, страхів та апатії, професійних невдач, проявів невербальної та вербальної агресії.

Дещо кращим варіантом для роботи психолога є ситуація, коли жертва адюльтеру змогла простити партнеру подружню невірність і висловлює бажання відновити з ним стосунки. У цьому випадку потрібно обговорити можливі варіанти дій щодо повернення ініціатора подружньої невірності в сім'ю [5-6]. Насамперед, важливо припинити будь-які негативну мовленнєву поведінку проти партнера (негативне налаштування родичів, друзів, дітей; слідкування; контрольні телефонні дзвінки; перевірка місця знаходження; намагання зустрітися з розлучницею з метою попросити залишити сім'ю в покої чи пригрозити та залякати). Далі



потрібно переорієнтуватися на конструктивну мовленнєву поведінку (уникати роздратованого тону, грубих та іронічних висловлювань, старатися виявляти терпеливість, привітність та доброзичливість, згадувати позитивні моменти минулого подружнього життя, концентрувати увагу на позитивних якостях шлюбного партнера). Варто пам'ятати, що відновлення стосунків з партнером потребує терпіння та виваженості у діях. Вдалим варіантом може бути проведення подружжям довірливої розмови, мета якої вербалізувати власні переживання, розповісти про свої почуття до партнера (про те, як кохає та очікує його), про готовність поновити стосунки.

Окремої уваги потребує розгляд мовленнєвих реакцій ініціатора адюльтеру. Якщо він прагне зберегти власний шлюб, то буде свідомо спрямовувати свої зусилля на отримання прощення від ображеного партнера. Якщо ж він втомився від подружнього життя чи намагається знайти кращого партнера для шлюбу, то буде стояти перед ситуацією вибору: подружній партнер чи нове захоплення. При будь-якому виборі ініціатор адюльтеру буде відчувати вину, сором, горе та біль [6]. Наприклад, при поверненні до шлюбного партнера, він може відчувати, що приносить жертву заради майбутнього своєї сім'ї та переживати відчай від втрати бажаного сексуального партнера. Якщо ж ініціатор подружньої невірності приймає рішення залишити сім'ю, то в нього виникне почуття вини та сорому за те, що залишає шлюбного партнера, який його кохає та виявляє турботу про нього. Почуття вини й сорому суттєво посилює наявність дітей та осуд друзів сім'ї.

За результатами дослідження нами було розроблено *алгоритм надання психологічної допомоги сім'ї, в якій один із подружжя схильний до подружньої невірності* [7]:

– з'ясування картини подружньої невірності – виявлення перемінних: суперник (реальний – уявний), тип

ревності (нормальна – патологічна реакція), тип поведінки зраженого (активний – пасивний), переважаючі реакції ревності (когнітивні, афективні, поведінкові), інтенсивність реакцій (помірні – важкі), результат зради (відновлення партнерства, його розрив чи невизначена ситуація);

– дослідження індивідуально-психологічних особливостей подружжя, які є учасниками ситуації подружньої невірності, особливо жертви;

– вибір методів надання допомоги (індивідуальні чи групові методи).

*а) на індивідуальному рівні – підтримка жертви адюльтеру та надання їй можливості відреагувати власний страх, тривогу та інші сильні емоції, що викликані фактом зради: супроводження члена сім'ї в процесі виявлення почуттів (вини, образи, ревнощів, злості, ненависті та ін.); надання допомоги в усвідомленні та прийнятті своєї відповідальності за порушення подружніх стосунків через подружню невірність; тактична підтримка обманутого члена сім'ї, враховуючи його біль та гостроту переживань; супроводження в прийнятті рішення про відновлення стосунків зі шлюбним партнером, або ж їх розрив; відвернення уваги на що-небудь значуще для члена сім'ї (діти, робота, захоплення тощо); вироблення нового погляду на речі, формування моралі прощення, свідомий контроль над реакціями ревнощів; знецінення партнера і ситуації зради – порівняння їх у ряді інших цінностей, життєвих установок; сприяння змінні способу життя зраженого члена сім'ї.*

Формування в ініціатора адюльтеру бажання отримати прощення від ображеного шлюбного партнера: визнання факту спричинення болю партнеру; самокритичний аналіз своїх дій; пошук шляхів виправлення хворобливої ситуації та отримання прощення; висловлення прохання до ображеного партнера щодо вибачення кривдника.

Формування в ображеного члена сім'ї моралі прощення кривдника за схемою психологічного прощення Е. Гасіна [4].

**б) на мікросистемному рівні** – визначити характер порушень подружніх стосунків, що призвели до виникнення подружньої невірності та провести корекцію дисфункціональних паттернів взаємостосунків шлюбних партнерів: виявити уявлення кожного члена подружньої пари про наявну ситуацію; уточнити зміст переживань кожного з подружжя та які почуття й емоції ситуація подружньої невірності викликає в них обох; надати можливість подружжю висловити один одному свої претензії та образи, уникаючи взаємних принижень та звинувачень; надати допомогу подружжю в усвідомленні власного внеску у виникнення даної ситуації та розподілу відповідальності; супровід шлюбних партнерів у прийнятті рішення про можливість збереження сім'ї, або ж конструктивних стосунків після розлучення.

**Висновки та перспективи подальших розвідок.** Вивчення поведінки подружжя в ситуаціях адюльтеру дозволяє нам дійти висновку про те, що вона може мати конструктивний чи деструктивний характер. Мовленнєві реакції можуть виявлятися через намагання шлюбного партнера: відновити стосунки; утримати партнера; усунути суперника, або ж розірвати стосунки. Особливостями надання подружжю психологічної допомоги при виникненні в них адюльтеру є: *концентрування їхніх зусиль* на пошуку шляхів збереження шлюбу; *формування* в ініціатора адюльтеру бажання отримати прощення від ображеного шлюбного партнера та *сприяння* зрадженому шлюбному партнерові в ухваленні рішення пробачити ініціатора зради і зберегти сім'ю.

Психологічна допомога шлюбним партнерам в ситуаціях подружньої невірності потребує пошуку

ефективних шляхів психологічної роботи з подружньою парою, як учасниками комунікації, на індивідуальному та мікросистемному рівнях. Крім цього, подружню потрібно вміти позбавлятися необґрунтованих ревностів та контролювати свою мовленнєву поведінку. Вивчення зазначених вище питань має бути одним із *перспективних напрямків* для подальших досліджень даної проблеми.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Олифирович, Н. И. Психология семейных кризисов / Олифирович Н. И, Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. – СПб. : Речь, 2006. – 360 с.
2. Волкова, А. Н. Опыт исследования супружеской неверности / А. Н. Волкова // Вопросы психологии, 1989. – №2. – С. 98-102.
3. Старшенбаум, Г. В. Сексуальная и семейная психотерапия / Старшенбаум Г. В. – М. : Изд-во Высшей школы психологии, 2003. – 300 с.
4. Гасин, Э.А. Психология прощения/ Э. А. Гасин // Вопросы психологии, 1999. – №4. – С. 93–104.
5. Алешина, Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. – Изд. 2-е. – М.: Независимая фирма «Класс», 1999. – 208 с.
6. Уиллард, Ф. Харли. Законы семейной жизни / Перевод с англ. Ю. А. Цыганкова. –М.: Протестант, 1992. – 208 с.
7. Потапчук, Н. Д. Особливості надання психологічної допомоги проблемним сім'ям прикордонників : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09 / Потапчук Наталія Дмитрівна. – Хмельницький, 2006. – 172 с.