

Санкт-Петербургский государственный университет

Выпускная квалификационная работа на тему:  
***РЕВНОСТЬ В СВЯЗИ С ОСОБЕННОСТЯМИ ЛИЧНОСТИ И  
ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫМ БЛАГОПОЛУЧИЕМ ВЗРОСЛЫХ***

по направлению подготовки 37.04.01 – Психология  
основная образовательная программа «психология развития»

Выполнил:  
Студент 2 курса  
очная форма обучения  
Лемякина Юлия Алексеевна

Рецензент:  
Кандидат психологических наук,  
доцент кафедры клинической психологии и  
психологической помощи,  
заместитель директора по учебной работе  
института психологии  
ФГБОУ ВО РГПУ им. А. И. Герцена, РГПУ  
им. А. И. Герцена, Герценовский  
университет  
Александрова Ольга Викторовна

Научный руководитель:  
Кандидат психологических наук,  
доцент кафедры психологии развития и  
дифференциальной психологии СПбГУ  
Трошихина Евгения Германовна

Санкт-Петербург  
2022

## СОДЕРЖАНИЕ

АННОТАЦИЯ.....	2
ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ЛИТЕРАТУРНЫЙ ОБЗОР.....	6
1.1. Феномен ревности у взрослых.....	6
1.2. Личностные особенности взрослого человека: любопытство и враждебность.....	15
1.3. Психоэмоциональное благополучие взрослого человека.....	24
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	32
2.1. Цель и задачи исследования.....	32
2.2. Характеристика выборки исследования.....	33
2.3. Методы и процедура исследования.....	35
2.4. Математико-статистические методы обработки данных.....	42
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	43
3.1. Анализ уровневых и структурных характеристик удовлетворенности отношениями с партнером.....	43
3.2. Анализ уровневых и структурных характеристик ревности.....	49
3.3. Анализ уровневых характеристик психоэмоционального благополучия.....	54
3.4. Взаимосвязь показателей ревности и удовлетворенности отношениями с партнером у мужчин и женщин.....	59
3.5. Взаимосвязь показателей ревности и психоэмоционального благополучия у мужчин и женщин.....	63
3.6. Взаимосвязь показателей ревности с эмоционально-личностными особенностями у мужчин и женщин.....	67
3.7. Обсуждение результатов исследования.....	72
ВЫВОДЫ.....	76
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	78
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	80
ПРИЛОЖЕНИЕ А.....	90

## АННОТАЦИЯ

Для изучения ревности в связи с особенностями личности: любопытством и враждебностью, и психоэмоциональным благополучием взрослых было исследовано 35 пар, состоящих в романтических отношениях продолжительностью от 4 до 84 месяцев. Возраст испытуемых от 20 до 30 лет ( $M=23$ ). Исследовались: ревность и чувства к партнеру (самооценочная шкала отношения к партнеру; опросник для определения преобладающего типа ревности А.Ю. Чичаевой; «Многомерная шкала ревности» М. Пфайффер; «Шкала любви и симпатии» З. Рубина, в адаптации Л.Я. Гозмана, Ю.Е. Алешиной); особенности личности («Пятимерная шкала любопытства» Т. Кашдана; «Шкала враждебности Кука–Медлей», в адаптации Л. Собчик); психоэмоциональное благополучие (Шкала психологического благополучия К. Рифф в адаптации Жуковской Л.В., Трошихиной Е.Г.; Шкала счастья М. Фордеса; опросник «Склонность к скуке» А.А. Страка). Математическая обработка: описательные статистики, однофакторный дисперсионный анализ с критерием знаковых рангов Вилкоксона, корреляционный анализ Спирмена. Результаты: У респондентов в целом высокая выраженность чувств любви, и низкая – чувств ревности. Женщинам более характерна ревность от ущемленности и отраженная, а мужчинам – ревностные мысли. Ревность не является взаимным чувством в паре. У мужчин и у женщин выборки, чем больше ревностных мыслей, тем сильнее эмоциональные переживания ревности и чаще проявляется ревностное поведение; чем выше уровень цинизма, тем выше ревность разных типов. У мужчин, чем ниже уровень психологического благополучия, тем сильнее выражен тип ревности от ущемленности. Чем более женщины зависимы от мнения других людей, тем чаще они испытывают ревность от ущемленности, отраженную, и под влиянием социальных установок.

## ABSTRACT

To study jealousy in connection with personality traits: curiosity and hostility, and the psycho-emotional wellbeing of adults, 35 couples in romantic relationships lasting from 4 to 84 months were studied. The age of participants is from 20 to 30 years ( $M=23$ ). The following were studied: jealousy and feelings for a partner (self-assessment scale of attitude towards a partner; questionnaire for determining the predominant type of jealousy A.Yu. Chichaeva; "Multidimensional scale of jealousy" M. Pfeiffer; "Scale of love and sympathy" Z. Rubin, adapted by L. Ya Gozman, Yu.E. Aleshina); personality traits ("Five-Dimensional Curiosity Scale" T. Kashdan; "Cook-Medley Hostility Scale", adapted by L. Sobchik); psycho-emotional wellbeing (Scale of psychological wellbeing C. Ryff, adapted by Zhukovskaya L.V., Troshikhina E.G.; The Fordyce Emotions Questionnaire; Scale «Boredom proneness» A.A. Struk). Statistic processing: descriptive statistics, one-factor analysis of variance with the criterion of Wilcoxon sign ranks, Spearman's correlation analysis. Results: Respondents in general have a high degree of feelings of love, and a low degree of feelings of jealousy. Women have higher level of jealousy from infringement and reflected jealousy, whereas men have higher level of jealous thoughts. Jealousy is not a mutual feeling in a couple. Jealous thoughts, the emotional experiences of jealousy, and jealous behavior are positively correlated. The higher the level of cynicism, the higher the jealousy of different types is. In men, the lower the level of psychological well-being, the more pronounced the type of jealousy from infringement. The more women are dependent on the opinions of other people, the more often they experience types of jealousy: from infringement, reflected, and under the influence of social attitudes.

## ВВЕДЕНИЕ

Ревность – сильное переживание в отношениях между мужчиной и женщиной. Ревность причиняет боль не только ревнующему человеку, она формирует атмосферу недоверия и враждебности в семье. Скандалы на почве ревности способны нанести психологическую травму и разрушить взаимоотношения. Изучение проблемы ревности в отношениях между мужчиной и женщиной имеет большое практическое значение, поскольку понимание причин и эффектов ревности может способствовать укреплению семьи.

Актуальность исследования связана с недостаточной теоретической разработанностью проблемы ревности. Тема ревности затрагивалась в художественных произведениях, но научных исследований в области психологии на эту тему крайне мало. Изучением феномена ревности в отечественной психологии занимались Е.П. Ильин, А.В. Сергеева и др. В зарубежной психологии наиболее известна эволюционная теория возникновения ревности Д. Басса. И.А. Фурман связывал ревность с неопределенностью. Существуют исследования, в которых показано, что ревность может вести к стрессу (Першина, 2019), к причинению вреда не только себе, но и партнеру (Севостьянов, 2018).

Многие исследования были посвящены гендерным различиям в переживании ревности, однако в современных реалиях возникает потребность в смещении акцента на изучение ревности во взаимосвязи с индивидуальными характеристиками личности, самопринятием, эмоциональным состоянием и т.д.

Новизна данного диссертационного исследования заключается в том, что ревность в отношениях между мужчиной и женщиной рассматривается во взаимосвязи с психоэмоциональным благополучием и личностными особенностями.

*Объект исследования* – ревность.

*Предмет исследования* – выраженность и типы ревности к партнеру и во взаимосвязи с психоэмоциональным благополучием и личностными особенностями.

*Цель:* изучить ревность к партнеру в связи с особенностями личности и психоэмоциональным благополучием.

В соответствии с целью исследования нами поставлены следующие задачи:

1. Провести сравнительный анализ уровневых и структурных характеристик ревности у мужчин и женщин.
2. Провести сравнительный анализ личностных особенностей и психоэмоционального благополучия у мужчин и женщин.
3. Изучить взаимосвязи параметров ревности с компонентами психологического благополучия и личностными особенностями у мужчин и женщин.
4. Изучить взаимосвязи параметров ревности между мужчинами и женщинами, состоящими в отношениях.

*Гипотезы исследования:*

1. Чем выше психоэмоциональное благополучие, тем ниже показатели ревности и у мужчин, и у женщин.
2. Ревность положительно взаимосвязана с враждебностью и социальным любопытством и отрицательно – со стрессоустойчивостью и любознательностью и у мужчин и у женщин.
3. Чем больше выражена ревность у одного партнера, тем больше и у другого партнера из пары.

# ГЛАВА 1. ЛИТЕРАТУРНЫЙ ОБЗОР

## 1.1 Феномен ревности у взрослых

Ревность является достаточно широким явлением, проявляющимся в спорте, творческой деятельности, в различных профессиях, а также среди детей и тд. Но в нашей работе речь пойдет именно о ревности половой, то есть между мужчиной и женщиной.

Существуют различные подходы к пониманию ревности в данном контексте. К. Харрис и М. Чанг определяют ревность, как «эволюционировавшую эмоцию со своим уникальным мотивационным состоянием, направленным на то, чтобы помешать другим присвоить важные отношения» (Харрис К., Чанг М., 2018). Ими была предложена Динамическая Функциональная модель ревности (DFMJ), которая рассматривает ревность как непрерывный процесс с ранними и поздними фазами: оценка угрозы, проявление ревности и последствия. Ревность в их концепции это отдельная эмоция, отличная от других. Ревность может быть длительным состоянием. При этом с эмоцией ревности могут сосуществовать другие (например, страх). Человек может задействовать другие эмоции для того, чтобы сохранить отношения (например, человек проявляет гнев по поводу того, что его супруг смотрит на кого-то другого). К. Харрис и М. Чанг считают, что ревность может при определенных обстоятельствах защищать отношения, то есть иметь не дисфункциональные, а функциональные перспективы.

Ревность как взаимосвязь компонентов - когний (сравнение себя с соперником), эмоций (гнев, ярость) и поведения (действия с целью разрушить отношения с соперником) рассмотрена у Г.Л.Уайта ( White, G. L., 1991). Ревность при этом имеет последовательный процесс: сначала она проявляется в познании, затем в эмоциях и поведении (Ермакова З.А., 2015).

К. Изард считает, что ревность состоит из комплекса чувств, мыслей и аффектов (Изард К., 2006.). Самыми сильными из них он считает страх и

гнев. К. Изард говорит, что когда мы ощущаем лишение любви близкого человека, мы теряем чувство безопасности и ощущаем страх.

Гнев появляется, когда бесплодны попытки сохранить позицию в отношениях, вернуть внимание партнера, то есть ревность возникает, когда появляется осознание, что любимый человек больше нам не принадлежит (Ермакова З.А., 2015).

Согласно С.Л. Рубинштейну (2005) ревность попадает в категорию сложных чувств, объединяя в себе две полярные эмоции – любовь и ненависть.

Ревность как базовую установку личности рассматривает О.Г. Прохорова. Она считает, что шаблонные установки в отношении представителей противоположного пола могут зарождаться в юношестве. Например, когда в школе в процессе общения со сверстниками формируются установки, например, что мужчины – подлые, а девушки изменяют. Подобные установки имеют также первопричину в воспитании в духе недоверия к другим или формируется, когда человек сталкивается с предательством и неверностью родителей и друзей (Прохорова О.Г., 2005).

Зарубежные психологи Е. Хетфилд и Г. Уолстер считали, что причина проявления ревности кроется в ущемленной гордости и осознании нарушения прав собственности (Hatfield E., Walster G., 1977). Похожего мнения придерживался А.Г. Свияш, утверждая, что ревность возникает от отношения к другому, как к собственности (Свияш А.Г., 2001).

Ревность как симптом заболевания или отклонение рассматривается в патопсихологии и медицине (Kingham M., Gordon H., 2004; Бреслав Г.М., 2016). В частности, М. Кингем и Х. Гордон называли бредом ревности навязчивые представления об измене партнера, не имеющие реальной основы, которые доходят до абсурда. Патологическая ревность может представлять собой одно из проявлений расстройств психики, что свойственно пациентам с шизофренией или алкоголизмом (Миникаев В.Б., Севостьянов Р.А., 2005, 2018). И.В. Савельев также прослеживает



взаимосвязь ревности с паранойей и определяет как стойкое психическое расстройство, проявляющееся в систематизированных бредовых идеях (Савельев Н.В., 1998).

Иногда ревность смешивают с завистью. По мнению американского психолога П. Сэловея, зависть – это ревность, порождаемая социальным сравнением (Salovey P., 1991). Вместе с Д. Родиным, П. Сэловей предлагают использовать только понятие «ревность», считая при этом ревность более широким понятием (Salovey P., Rodin J., 1986).

Е.П. Ильин (2001) считал ревность состоянием мучительного сомнения в верности и любви партнера, а также зависти к наиболее удачливому сопернику / сопернице.

Психоаналитик М. Кляйн говорит о взаимосвязи ревности, жадности и зависти. Ревность базируется на зависти, включая при этом отношение к двум людям, при подключении жадности, то есть появляется желание отнять внимание любимого человека от соперника (Кляйн М., 1997).

Некоторые психологи четко разграничивают понятия «зависть» и «ревность». Зависть может возникать в диадных отношениях, при этом человек, которому завидуют, превращён завистником в объект, обладающим желаемым для себя предметом или каким-либо качеством характера, способностями, достижениями. Завистник хочет отобрать этот объект и если это невозможно, то разрушить его (Уланова Э., Уланов Б., 1985). Ревность появляется в триадных отношениях.

Выделяют несколько причин возникновения ревности. Согласно Р. Лихи, ревность может являться личностной особенностью или свидетельствовать о кризисе в межличностных отношениях. Ревность может быть сформирована на основе жизненного опыта. Развод родителей, болезнь и смерть в семье создают представления, что близкие могут исчезнуть в любой момент, появляется недоверие, беспокойство о предательстве (Лихи Р., Васильева А.В., 2019).

В некоторых взаимоотношениях ревность проявляется сильнее, чем в других. Это объясняется Дж.Л. Уайтом и П.Е. Мюлленом через ментальные модели, что находятся в основании типов привязанности, которые контролируют способ переживания ревности (White G.L., Mullen P.E., 1989). Ранняя привязанность и особенности формирования системы отношений создают почву для интенсивных переживаний ревности. Сформированный в раннем возрасте тип привязанности определяет чувство безопасности с близкими людьми. Люди, имеющие надежный тип привязанности менее ревнивы, считает Б.П. Бунк (Buunk V.P., 1997). Некоторые исследования подтверждают, что люди тревожного типа привязанности более ревнивы, чем люди с надежным типом (Guerrero L.K., 1998; Фурманов И.А., 2018).

Л.К. Гуэрреро считает, что выражаться ревность по отношению к другим может как спонтанно, так и стратегически (Guerrero L.K., 1998). В результате проведенного исследования он установил, что люди с разными типами привязанности используют различные коммуникационные приемы во время ревности, а заложенные в основе ментальные модели регулируют склонность людей к приближению или от других. И.А.Фурманов продолжил исследовать вариативность реакций, в зависимости от типа привязанности, в ситуациях, вызывающих ревность. Он основывается на классификации типов привязанности по К. Бартоломью, согласно которой существует надежный, отвергающий (не привязываются к другим, полностью самостоятельны, средотачиваются на работе или хобби), опасливый (хотят близости, но не доверяют другим) и озабоченный (тревожно-амбивалентный, хотят близости) тип. И.А.Фурманов выявил, что менее склонны давать отклик на провокацию ревности мужчины с надежным и отвергающим типом и женщины с надежным и опасливым типом. Сильнее и разнообразнее на ситуацию ревности реагировали надежные и опасливые мужчины, а также озабоченные и отвергающие женщины (Фурманов И.А., 2018).

Причина ревности может заключать в себе и особенности отношений. Например, Дж. Л. Уайт и П.Е. Муллен считают, что ревность уменьшается у

пар, которые встречаются много лет, так как становится меньше неопределенности и отношения более стабильны (White G.L., Mullen P.E., 1989). Есть исследования, которые подтверждают, что при увеличении степени неопределенности в отношениях, усиливается ревность (Bevan J., Tidgewell K.D., 2009; Dugas M., et al., 2004).

В исследовании К.В. Першиной ревность в 65% случаях выступала стрессором, характерным для романтических отношений, т. е. из-за ревности могут возникать напряжения в отношениях, однако дальнейшее взаимодействие может либо разрешить конфликт, либо наоборот усилить его. К.В. Першина считает, что совладание со стрессом совместно с партнером в близких отношениях ведет к качественному сохранению близости. Если пара испытывает кризис, то может возникнуть негативная реакция на ревность партнера, происходит эмоциональное отдаление, они все меньше проводят время вместе (Першина К.В, 2019).

Влияет также уровень эмоциональной близости партнеров. Р.Лихи (2019) говорит о том, что чем она сильнее, тем больше возникает страха ее потери.

По мнению Р.А Севостьянова (2018), основной фактор возникновения ревности – наличие воображаемой или реальной угрозы.

П. Сэловей видит главную причину появления ревности в угрозе самооценке. Чем выше уровень значимости какой-либо области для самооценки личности, тем выше будет ревность при высоких показателях в этой области у соперника (Salovey P., 1991).

А.В. Сергеева (2018) обобщила причины ревности различных авторов и выделила несколько блоков факторов. В них вошли психологические особенности личности человека, который ревнует; дисфункциональные отношения, что существуют в семье и оценочные модели, нормы и убеждения. Кроме того, А.В. Сергеева провела исследование на выявление взаимосвязи ревности и личностных особенностей, используя многофакторный личностный опросник Р.Кетелла на примере 56 студентов

старших курсов и выявила следующие корреляционные связи: ревность взаимосвязана с подозрительностью, тиранией, тревожностью, эмоциональной неустойчивостью, внимательностью, раздражительностью. О подозрительности ревнивца говорят и другие исследователи (Волкова А.Н., 1989).

Существует несколько теоретических направлений изучения ревности.

Согласно *эволюционной* теории, ревность – это естественный эволюционным механизм, что помогает адаптироваться и сохранить прочные отношения. Эмпирическими исследованиями и доказательствами занимались Д. Басс и его последователи: А. Эделайти, Р. Дейкстра и др. Д. Басс считает, что возникновение ревности определяется для женщин эмоциональной неверностью со стороны мужчины, а для мужчин сексуальная неверность со стороны женщины (Buss D.M., 2005). Его последователи обратили внимание на связи ревности с супружеской агрессией. Они сделали вывод, что в ответ на ревность могут возникать негативные эффекты, в том числе агрессия (Edalati A., Redzuan M., 2010).

Следующий подход - *социокультурный*. Ревность в данном подходе является результатом культурного влияния. Различия между мужчиной и женщиной формируются в результате принятия социальных норм, которые определяют те ситуации, в которых приемлемо чувство ревности и типичные соответствующие реакции (Фурманов И.А., 2015).

Существуют различные классификации типов ревности.

А.Н. Волкова проводит классификацию ревности по нескольким критериям. Она разделяет ревность в зависимости от *характера переживания*: активная и пассивная; *по интенсивности* – умеренная, глубокая и тяжелая; *по отношению к норме*: нормальная и патологическая реакция; *по содержанию*: аффективная, когнитивная и поведенческие реакции (Волкова А.Н., 1989).

Ревность *по критерию нормы* также выделили Ц.П. Короленко и Н.В. Дмитриева. Согласно их представлениям, ревность патологическая от

нормальной отличается по двум основаниям: степени выраженности и частоте проявления ревности (Сергеева А.В., 2018).

М. Заславская и В.А. Гришин (1992) изучали семейные отношения и в результате выделили следующие типы ревности:

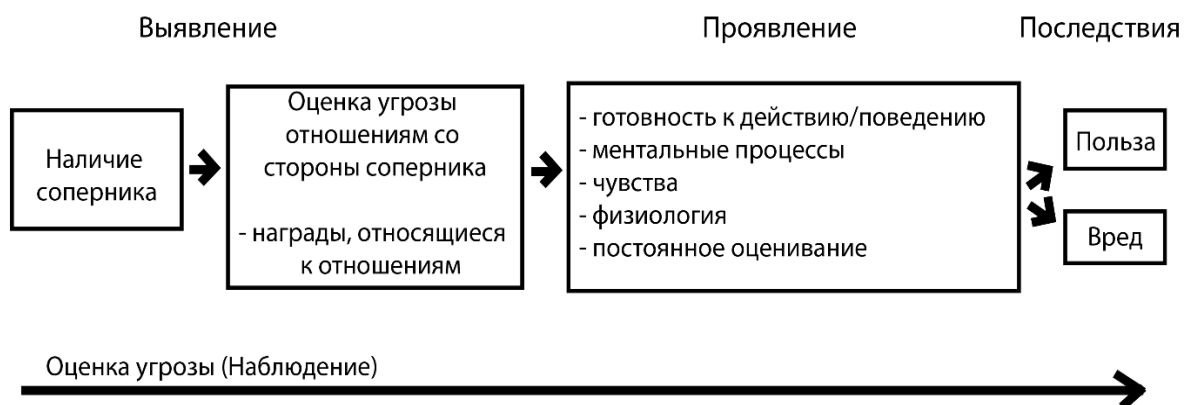
- *собственническая ревность*, то есть обладающая переживанием измены с вероятной угрозой прекращения отношений,
- ревность от *ущемленности*, свойственная при неуверенности в себе и склонностью к преувеличению опасности,
- *обращенная* ревность, являющаяся собой проекции собственной неверности.

Кроме того, они считали, что ревность зависит от фазы развития любви. На основе их классификации А.Ю. Чичаевой (2011) были выделены 6 типов ревности: *отраженная, привитая, собственническая, от ущемленности, патологическая, манипулятивная*. Ею было проведено исследование ревности в межличностных отношениях и во взаимосвязи с особенностями личности. В результате исследования был составлен портрет ревнующего, обладающего следующими чертами: раздражительность, напряженность, эгоистичность, упрямство, зависимость, суетливость, неуверенность. Что касается типов ревности, то подозрительностью и агрессивностью обусловлена манипулятивная ревность. Вспыльчивость и обидчивость характерна для собственнической ревности и ревности от ущемленности, подозрительность принадлежит также привитой ревности.

Р.А. Севостьянов (2018) классифицирует ревность *по внешнему выражению* и выделяет следующие типы: адекватную, то есть диалог и компромисс с партнером, нейтральную – отсутствие выражения вовне, общественно-опасную или неадекватную – аффективные вспышки агрессии.

К. Харрис и М. Чанг (Chung M., Harris C., 2018) развивают динамическую функциональную модель ревности (DFMJ). Авторы выделяют две формы ревности: основная (у младенцев и животных) и развитая (продуманная), возникающая по мере усложнения эмоциональной,

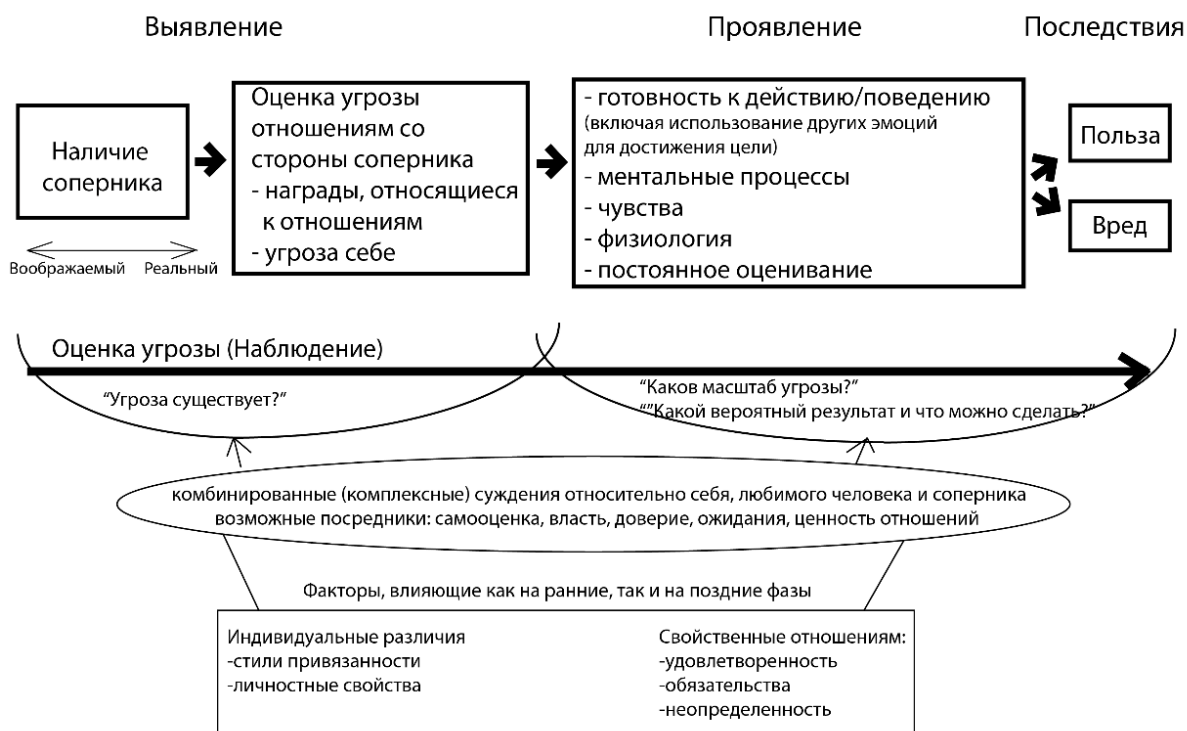
познавательной и других сфер. На рисунке 1 представлена модель основной ревности по К. Харрис и М. Чанг.



*Рис.1. Основная форма динамической функциональной модели ревности*

Ревность выражается в процессе, который создает или усиливает мотивационную тенденцию, и, таким образом, может привести к широкому разнообразию поведений в зависимости от того, какое из них индивид считает наиболее вероятным для успеха с целью вернуть внимание любимого человека.

Основная форма ревности со временем усложняется, подключая развитые личностные характеристики, социальные нормы, качество отношений и т.д. На рисунке 2 изображена расширенная форма ревности.



*Рис. 2. Расширенная форма динамической функциональной модели ревности*

Для расширенной ревности характерно, что соперник может быть не только реальным, но и воображаемым или сохраняются воспоминания о сопернике. Еще одним отличием основной формы ревности от расширенной является выход оценки угрозы за рамки потери награды за отношения, но и имеет угрозы самому себе, то есть возможность того, что нас заменят, наносит ущерб аспектам «Я» (Chung M., Harris C., 2018).

Далее рассмотрим гендерные различия возникновения и проявления ревности.

В рамках эволюционной теории, мужская ревность отличается от женской, она выступает гарантией продолжения рода, передачи генетического материала и отцовства, так как достоверность материнства не вызывает сомнений (Buss D.M., 2005).

Т.Н. Данилова в своих исследованиях выявила различия между субъективным представлением женщин и мужчин о ревности. И те и другие на первый план в качестве причины выдвигали неуверенность, однако женщины обуславливали ревность эгоизмом, собственничеством и завистью, как компенсаторных форм неуверенности, а мужчины связывали ревность с

сильной эмоциональной привязанностью и страхом потерять любимую (Данилова Т.Н., 2018).

Существуют также гендерные различия в проявлении ревности. Так, И.А. Фурманов (2018) установил, что стратегия борьбы с ревностью у женщин имеет направленность на партнера, а у мужчин на конкурента.

И.А. Фурманов (2015) ссылается на исследование, в котором мужчины старшего возраста меньше следят, то есть охраняют женщин старшего возраста, чем более молодых лиц женского пола.

Женщины, находящиеся в супружеских отношениях, в большей степени, чем мужчины считают проявление ревности причиной появления конфликтов между партнерами (Виноградова В.А., Никитина Н.Р., 2018).

Д. Басс проводил исследование ревности между мужчинами и женщинами на физиологическом уровне. Им было обнаружено, что у мужчин пульс учащался, морщился лоб при представлении сексуальной измены партнерши, в то время как представляя эмоциональную привязанность к другому, они немного успокаивались. Женщины при представлении эмоциональной неверности партнера получали глубокие физиологические страдания (Buss D., 1994).

О.А. Евдокимов (2015) обнаружил, что в студенческом возрасте, юноши больше склонны к когнитивному типу ревности, то есть они пытаются разобраться в причине измены, ищут виноватого, анализируют ситуацию. Девушки более склонны к эмоциональному и поведенческому типу ревности, то есть они стараются бороться с ней и эмоциональнее реагируют на ревность.

## **1.2. Личностные особенности взрослого человека любопытство и враждебность**

Из всего спектра личностных особенностей взрослых людей мы выделили любопытство и враждебность, имеющие активную направленность



вовне и, возможно, сказывающихся на ревностных чувствах. Интерес является базовой эмоцией и может лежать в основе любопытства и поиска информации. Сомневающийся в своем партнере, человек, может проявлять больше интереса к возлюбленному, вплоть до проверки личных вещей. Агрессия также является базовой эмоцией и проявляется у агрессивных и враждебно настроенных людей. Кроме того, в некоторых исследованиях упоминается агрессия (Севостьянов Р.А., Edalati A., Redzuan M.), конфликтность (Сидненко А.А.) и подозрительность (Волкова А.Н., Чичаева А.Ю.), как спутники ревности. Рассмотрим эти понятия более подробно.

К.К. Платонов (1986) относит любопытство к устойчивому свойству личности, что проявляется в бесцельной эмоциональной любознательности.

Некоторые исследователи считают, что в основе любопытства и стремление к исследовательской деятельности лежит базовая эмоция интереса (Изард К.Э., 2006).

М.И. Лисина (2009) рассматривает любопытство как познавательную активность, то есть определенную готовность к познавательной активности, что проявляется во внимании и интересе.

П. Сильвия и Т. Кашдан считают, что любопытство является ключом к наполнению жизни смыслом, помогает позитивно преодолевать кризисы, защищает от стресса (Silvia P.J., Kashdan T.B., 2009).

Э. Гроссникл разделяет понятия любопытство и интерес. Для интереса характерна устойчивая ориентация на что-либо (объект или круг знаний) с целью получить удовольствие и знания, а любопытство проявляет себя как черта личности, стремится к чему-то новому с целью снизить неопределенность и восполнить пробелы в знаниях (Grossnickle E.M., 2016).

У. Джеймс выделил два вида любопытства: подверженность возбуждению и раздражению, вызванных новыми ощущениями от окружающей среды и «научное любопытство», которое направляется на определенную информацию. В дальнейшем данные виды были преобразованы и названы Д.Э. Берлайном перцептивным и эпистемическим

любопытством. Для перцептивного любопытства характерно направление на контакт с неисследованной визуальной, тактильной и другими типами стимуляций, что является свойством не только людей, но и животных. Для эпистемического любопытства характерно стремление к познанию. При этом Д.Э. Берлайн рассматривал любопытство как состояние Berlyne D.E., 1960).

Аналогично пониманию тревожности как черты и состояния, Ч. Спилбергер различает эмоционально-мотивационное состояние любопытства и любопытство как черту личности (Collins R.P., Litman J.A., Spielberger C.D., 2004; Wagstaff M.F., 2020).

Также выделяют распределенное и конкретно направленное любопытство. В первом случае это вид поведения с целью исследовать под воздействием мотивации чувством скуки или потребностью разнообразить сенсорную стимуляцию. Во втором случае для любопытства характерно стремление к поиску информации, необходимой для решения конкретной задачи. Так, распределенное любопытство повышает возбуждение человека, а конкретно направленное любопытство снимает напряжение (Рубинштейн, С. Л., 2000).

В качестве критерия для разделения на виды может выступать объект, на который направлено любопытство. Дж. Дьюи выделяет, таким образом, три вида: к физическому миру и своему телу; к социальному миру, то есть к чувствам и поведению других людей; к поиску и решению проблем, получению знаний и тд, то есть характерное для интеллектуальной сферы (Dewey, J., 1910).

Любопытство может не иметь эмоциональной окраски, но обладать мотивом стать профессионалом в своей области (Аванесян М.О., 2017).

Дж. Ливенштейн выделяет следующие характеристики любопытства: интенсивность (высокая мотивационная сила); неустойчивость (связь с ограничением концентрации внимания); импульсивность (высокая скорость активации при недостатке информации и желании ее получить);

разочарование в результате (часто удовлетворение ответом на вопрос «более скудное», чем интенсивность любопытства, что стояло за этим).

М.О. Аванесян, в результате исследования представлений о любопытстве выделила 4 базовые категории (характеристики):

- пространственные характеристики, отражающие предметный характер любопытства.
- информационные характеристики любопытства, связанные с решением проблем и получением знаний
- энергетические характеристики рассматривают истоки любопытства, оно побуждается как изнутри, так и привлекается внешней средой;
- эмоционально-оценочные характеристики отражают мотивирующую силу любопытства, оно способно обеспечить ресурс для основной деятельности, так и отвлечь от нее.
- временные характеристики, что обладают связью с динамикой протекания и длительностью любопытства.

Также М.О. Аванесян выявила, что любопытство часто связано с рисками, то есть социальными нормами и отсутствием доступа к объекту любопытства (Аванесян М.О., 2017).

Т. Кашдан (2013) исследовал то, как любопытные люди ведут себя в социальных ситуациях. В результате он выявил, что любопытство личности связано с большим спектром адаптивного поведения (толерантность к тревоге и неуверенности, позитивная эмоциональная экспрессивность, использование юмора и игривости, нетрадиционного мышления и некритического отношения). Т. Кашдан также считает, что любопытные люди имеют склонность нарушать социальные нормы, что может вызывать дискомфорт у окружающих, то есть любопытство без использования заботы о благополучии других людей и хороших социальных навыков слушания. Получение удовольствия от любопытства является путем к личностному росту и успеху, если среда не способствует подавлению любопытства (Kashdan T.B., 2009).

П. Сильвия и Т. Кашдан представили модель любознательности, где интерес к познанию определяется с помощью двух основных показателей: оценка новизны и сложности объекта и оценка собственной возможности понять и совладать с этими сложностями и новизной (Silvia P.J., Kashdan T.V., 2009).

В одном из исследований было замечено, что очень любознательные школьники в обычных школах не имеют доступа к знаниям, которых они ищут, то есть в такой неоптимальной ситуации навыки, превышающие требования окружающей среды могут привести к апатии или скуке (Sansone C., Smith J.L., 2000).

Некоторые исследователи стремятся разделить понятия «любопытство» и «любознательность». Например, Е.А. Меньшикова (2009) любопытство определяет как базовый, начальный этап выражения познавательной деятельности, чаще не имеющий конкретной цели. В свою очередь любознательности присуще серьезное стремление к познавательной деятельности, любовь к знаниям, что характеризует данное понятие как более высокий уровень развития, в отличие от любопытства. И в первом и во втором варианте важную роль играет воспитание. Е.А. Меньшикова говорит о том, что в раннем возрасте любопытство может затормозить свое развитие и закрепиться в некоторых конкретных формах поведения во взрослом периоде (склонность к сплетням, отсутствие желания к познанию), если, например, родители предоставляют детей самим себе и родитель удовлетворяет только его жизненные потребности (Меньшикова Е.А., 2009).

Еще одной не менее важной особенностью личности, которая может сопутствовать ревности, является враждебность. Одновременно с данным понятием применяют также понятие агрессии, агрессивности или гнева.

Дж. Берифут (Barefoot J.C., 1992) определяет враждебность как сложный феномен, состоящий из нескольких компонентов:

- когнитивный (цинизм, недоверие, подозрительность),
- аффективный (гнев, обида, презрение)

– поведенческий (агрессия, избегание общение) компонент враждебности.

Некоторые исследователи разделяют понятия агрессивность, гнев и враждебность. Так, Л. Берковиц определял враждебность как негативную установку к другим людям, гнев как эмоционально-физиологическое отношение, а агрессивность как относительно устойчивую готовность действовать агрессивно в разных жизненных ситуациях. Агрессивность может выступать как относительно устойчивое свойство личности (Ениколопов С.Н., 2010) или как социально-психологическое свойство (Вострокнутов Н.В., 1997; Чураев Э.Н., 2005). А. Басс определял враждебность как реакцию отношения, скрытно-вербальную реакцию, которая вырабатывает негативные и отрицательные оценки людей и событий. Агрессивность, по его мнению, это ответ, содержащий стимулы, которые могут нанести вред другому человеку (Buss А.Н.,1961). У Е.В. Валлиулиной враждебность выступает в качестве эмоционально-личностного компонента, а агрессивность в качестве когнитивно-поведенческого (Валлиулина Е.В., 2021).

К. Изард отделяет агрессию от враждебности. Враждебность включает в себя компоненты переживания и экспрессии, но в ней отсутствуют вербальный и физический акты. Агрессия – это физический акт с целью оскорбления или причинения ущерба (физического или психологического) другому лицу или самому себе, включающий вербальные акты. Враждебность выступает в качестве мотивационного состояния, то есть может стать одной из причин агрессивного поведения (Изард К., 2006).

Психоаналитик П. Куттер дает определение враждебности, в котором она выступает как набор аффективных и когнитивных реакций, которые образуют предубеждение против определенной личности. Гнев автор относит к категории аффектов, характеризуя его как кратковременную непосредственную реакцию на внешний раздражитель, например, оскорбление (Куттер П., 1998).

Понятия враждебность, гнев и агрессия представляют различные стороны целого психологического феномена. Данное обстоятельство осложняет разделение каждого из феноменов поэтому часто исследователи называют данный комплекс враждебностью (Ильин Е.П., 2014).

В.В. Шиповская (2019) считает, что враждебно настроенные люди обладают циничным мировоззрением и относятся к другим пренебрежительно, проявляют подозрительность и недоверчивость. В своем исследовании она выявила важные предикторы враждебности, среди них:

- паранойя;
- проекция – защитный механизм, при котором неприемлемые качества переносятся на другого человека;
- чувство вины – неприятие себя и прошлого, самообвинения;
- избегание – стратегия ухода от решения проблем, проявляющаяся пассивно, отдаление принятия ответственных решений;
- личностные качества: сдержанность, скрытность, повышенная социальная тревожность.

Стоит также дать определение понятию «цинизм». В толковом словаре русского языка цинизм определяется как «пренебрежительное отношение к нормам нравственности, наглость и нечто вроде бесстыдства» (Кузнецов С.А., 2000, с. 1265).

И.Б. Шилкина (2018) считает, что цинизм – это демонстративное игнорирование ценностей, она представляет его как личностное качество, которое проявляется в склонности к пренебрежительному отношению по отношению к нормам культуры и морали.

Люди, обладающие враждебностью, как личностной характеристикой, считают появление неблагоприятных событий вероятнее, чем благоприятных (Ильин Е.П., 2014). Это может стать причиной появления стресса, а также ревности в отношении партнера, который вероятнее предпочтет другого.

А. Басс и Э. Дарки сформулировали виды агрессии и враждебности.

Среди видов агрессии авторы выделили:

- физическая (применение физической силы к другому человеку, объекту или группе из-за расхождения интересов, мнений);
- вербальная (высказывания, направленные на других, например, ругань, проклятие, угроза);
- косвенная (скрытая форма агрессии, которая может направляться на других с помощью слухов, сплетен);
- негативизм (поведение в оппозиции, пассивное или активное сопротивление оказываемым воздействиям, которое необъективно может быть обосновано);
- раздражительность (слабое проявление агрессии, может выражаться как словами, так и действиями);

Виды враждебности:

- подозрительность (склонность недоверять другим из уверенности в намеренном причинении вреда со стороны окружающих);
- обида (проявляется в выражении ненависти к другим за реальные или мнимые действия, чаще наблюдается в близких отношениях);
- аутоагрессия (самообвинения, самоунижения, самоповреждения).

Периодическое проявление враждебности может мешать адекватному взаимодействию с другими людьми, а также пагубно отражаться на здоровье. Обнаружена связь враждебности и общей ранней смертности, враждебности и тяжестью протекания рака (Ильин Е.П., 2014).

С. О. Кузнецовой и А. А. Абрамовой (2011) были выделены следующие компоненты враждебности:

- когнитивный компонент. Этот компонент состоит из негативных убеждений по отношению к человеческой природе (цинизм); убеждений в том, что другие люди недоброжелательны (подозрительность, недоверчивость). Кроме того в него входит и пониженная самооценка

(индивид убеждает себя в недостойности, в неспособности управлять происходящими с ним событиями, убеждает себя в невезении и приписывает важную роль случаю);

- аффективный компонент состоит из взаимосвязанных эмоций гнева, обиды, раздражения презрения, негодования, отвращения, кроме того, подозрительности, агрессивности и настороженности;
- поведенческий компонент состоит из различных форм проявления враждебности, внешнем проявлении агрессии и негативизма. Иногда враждебность маскируется под нежелание сотрудничать, избегание общения и социальную пассивность.

И. Мазоха (Мазоха, I.C., 2008) выделяет схожие компоненты агрессивности:

- эмоциональный (стойкость переживаний различных эмоций: гнев, ненависть, раздражение, злость);
- когнитивный (стремление к враждебному объяснению поведения других, появление агрессивных мыслей, установок, формирование плана мести);
- поведенческий (готовность выразить агрессию в действиях); побуждающий (побуждение к разнообразным проявлениям реакций агрессии, появление потребностей в прокручивании и осуществлении агрессии);
- контрольно-регулирующий (регулирование личностью своих агрессивных эмоций, мыслей, реакций и установок).

Враждебные люди имеют дополнительные источники стресса, по сравнению с невраждебными людьми.

Существуют исследования гендерных и возрастных различий враждебности и агрессивности. В частности, Е.Е. Рогова (2020) обнаружила взаимосвязь агрессивности и враждебности с самооценкой. Высокий уровень агрессивности и враждебности выявлен у девочек подросткового возраста (13-15 лет) с высоким уровнем самооценки и у мальчиков-подростков со средним уровнем самооценки. Е.В. Валлиулиной (2021) выявлена



взаимосвязь враждебности и агрессивности с коммуникативным контролем у лиц молодого возраста (19-27). Чем выше коммуникативный контроль, что проявляется в способности к самоконтролю поведения, нахождению общих точек зрения и др., тем ниже показатели враждебности и наоборот. Агрессивность, напротив, положительно взаимосвязана с коммуникативным контролем (Валлиулина Е.В., 2021). Е.С. Музырчук выявил, что в подростковом возрасте агрессия выражена больше, чем в период юности (Музырчук Е.С., 2021).

### **1.3. Психоэмоциональное благополучие взрослого человека**

Исследуя проблему благополучия человека, обратимся к истокам его изучения. Феномен «психологическое благополучие» определил Х.Н. Брэдберн, описывая его как субъективное состояние счастья и общее удовлетворение в жизни (Bradburn N., 1969). Следует упомянуть также Е. Динера. Он ввел понятие «субъективное благополучие», делая упор на внутреннюю систему человека. По мысли Е. Динера субъективное благополучие состоит из удовлетворенности, комплекса приятных и неприятных эмоций (Diener E. 1984). Кэролл Рифф предложила модель психологического благополучия. Данная многомерная модель состоит из нескольких компонентов: принятия себя, личностного роста, цели в жизни, позитивного отношения с другими, автономии и контроля над окружающей средой.

Феномен «психоэмоциональное благополучие», как интегральный конструкт, является относительно новым в психологии. Данный конструкт был предложен Л.А. Головей, В.Р. Манукян и Е.Г. Трошихиной, он включает в себя два разных подхода в понимании внутреннего благополучия: гедонистический (субъективное благополучие) и эвдемонический (психологическое благополучие) в соответствии с базовыми эмоциональными характеристиками (Головей Л.А., 2019).

В *гедонистическом* подходе благополучие рассматривалось в работах Э. Динера, Р.М. Шамионова, как субъективное. Была разработана структура субъективного благополучия, состоящая из 3-х компонентов: положительный аффект, отрицательный аффект и удовлетворенность жизнью в целом. Превалирование положительного аффекта над отрицательным аффектом (динамичный компонент) и удовлетворенность жизнью (статичный когнитивный компонент) обеспечивают субъективное благополучие (Diener E., 1999).

В *эвдемоническом* подходе наибольший вклад в вопросе благополучия человека внесли: А.С. Ватерман (теория эвдемонического благополучия), К. Рифф (теория психологического благополучия), а также Э. Деси и Р. Райан (теория самодетерминации). В данном случае благополучие связывается с понятием «самоактуализация» и «личностный рост», а также дополняется экзистенциальными идеями об открытости проблемам смысла жизни и способность объединить все сферы жизни, включая причиняющие страдания (Гришина Н.В., 2017; Трошихина Е.Г., Манукян В.Р., 2017).

Исследователи гедонистического подхода рассматривали эмоциональный компонент в качестве основного, в отличие от эвдемонического. Фактор эмоциональности выполняет функцию регуляции и адаптации, объединяя в себе чувства, то есть стабильные во времени эмоциональные состояния, продиктованные благополучным или неуспешным функционированием сфер личности не только для данного момента, но для целого периода жизни. Еще одним отличием является то, что в рамках эвдемонического подхода благополучие ориентировано на решение проблем, а в рамках гедонистического на удаление от проблемы (Трошихина Е.Г., Манукян В.Р., Данилова Т.Н., 2017).

В структуре психоэмоционального выделяют три относительно независимых звена (Головей Л.А., Манукян В.Р. 2019):

- Личностный (направлен на саморазвитие и обладает интегративными компонентами психологического благополучия)

- Когнитивно-оценочный (включающий жизненную удовлетворенность; восприятие текущей жизненной ситуации)
- Эмоционально-аффективный (обладает наибольшей устойчивостью эмоциональных состояний во времени, балансом аффектов и чувств счастья и тревожности)

Психоэмоциональное благополучие взрослых отличается от психоэмоционального благополучия подростков и старших школьников, во многом из-за того, что у взрослых чаще всего сформированы жизненные цели, в то время как подросткам труднее определиться, они могут несколько раз менять свои ориентиры, пока не вступят во взрослую жизнь.

Г.В. Черняева (2018) считает психологическое благополучие неотъемлемой частью профессионального развития. Она также выделяет факторы, способствующие психологическому неблагополучию, такие как: неадекватная оценка профессиональной деятельности коллегами или руководством; конфликтные отношения на работе; требования профессиональной деятельности, которые противоречат друг другу; ошибки в выполнении обязанностей.

Классификацией психологического благополучия занималась О.О. Фомина. В основу классификации вошли результаты по показателям психологического благополучия (по К. Рифф), механизмам защиты и по опроснику невротических черт личности. Она выделила шесть типов благополучия личности (Фомина О.О., 2016):

- *пассивно благополучный тип* – люди этого типа имеют средний уровень психологического благополучия; используют механизмы компенсации и отрицания; имеют высокую социальную познавательную пассивность и сверхконтроль поведения, то есть у них есть затруднения в установлении контактов, они обладают низкой интеллектуальной продуктивностью и инертностью и «застреваемостью» переживаний, а также сознательно контролируют поведение;

- *компенсаторно благополучный тип* – у представителей этого типа средний уровень психологического благополучия, повышенные показатели личностного роста и позитивных отношений; они используют механизм компенсации. У них повышенная неуверенность в себе и ипохондричность, то есть они имеют черты тревожности, повышенную склонность к критическому самоанализу, затрудняются в принятии решений и сосредоточены на состоянии своего здоровья;
- *адаптированно благополучный тип* – для людей этого типа характерен средний уровень психологического благополучия; для них характерны повышенные показатели жизненных целей и личностного роста; ими используются механизмы компенсации; у них снижена «социальная неадаптивность», то есть они пластичны, уступчивы в социальных контактах и имеют хорошо сбалансированное социальное поведение;
- *гармонично благополучный тип* – люди этого типа имеют высокий уровень психологического благополучия; обладают механизмом компенсации и отрицания; у них повышена социальная, познавательная пассивность. Для них характерен сверхконтроль поведения, то есть они имеют недостаточную продуктивность и пластичность интеллектуальной деятельности, у них неширокий круг интересов, потребность тщательно планировать и обдумывать поступки, у них есть трудности в переключении видов деятельности;
- *аффективно неблагополучный тип* – характерен сниженный уровень психологического благополучия, низкий уровень «компетентности»; обладают механизмами проекции и замещения; у них высокая социальная неадаптивность и аффективная неустойчивость, то есть плохая приспособляемость к социальным ситуациям, высокая вероятность несдержанного поведения, вспыльчивость;
- *социально отчужденный неблагополучный тип* – для них характерен низкий уровень психологического благополучия, пониженный уровень «самопринятия», «позитивных отношений» и «жизненных целей»; они

обладают механизмом отрицания; имеют высокую социальную неадаптивность, то есть плохую приспособляемость к различным социальным ситуациям, у них снижено понимание особенностей межличностных отношений.

Т.П. Опекиной (2020) было проведено исследование на взаимосвязь ревности и психологического благополучия. Выявлено, что у взрослых молодого возраста (18-25 лет), находящихся в романтических отношениях, отрицательная связь данных феноменов. То есть чем более сильно выражена ревность, тем ниже психологическое благополучие. Также обнаружено, что с увеличением длительности романтических отношений, усиливаются негативные эмоции, вызываемые ревностью.

Такие составляющие психологического благополучия, как личностный рост и наличие жизненных целей предполагают, что человек чувствует осмысленность своей жизни. Смысл невозможно придумать, он исходит из глубины души и наполняет жизнь интересом и творческим поиском. В качестве противоположности осмысленной жизни может рассматриваться опустошенность, бессмысленность существования и склонность к скуке.

Существуют различные определения скуки. Она может быть эмоцией (Р. Плутчик, А. Ауэрбах) психическим состоянием (Т.П. Опекина, Е.П. Ильин), переживанием (И.С. Кон, А.Н. Леонтьев).

Скуку к эмоциям относил Р. Плутчик, определяя её как эмоцию «близкую к отвращению и раздражению, но более умеренную, а также граничащую с другими эмоциями, такими как досада и грусть» (Изард К., 2006, с.238).

И.С. Кон (1989), рассматривая склонность к скуке в качестве переживания, связывал её с жизненным кризисом. В моменты кризисов возникает необходимость изменения занятий и отношения к ним. Всё начинается с ощущения скуки. А.Н.Леонтьев (1984) наделяет переживание скуки внутренней силой, что движет деятельностью человека.

Чаще всего склонность к скуке относят к одному из видов состояния. С.Д. Фишер (1993) относит скуку к аффективному и неприятному состоянию, отмечая при этом отсутствие интереса и наличие сложности в концентрации внимания на фактической деятельности. Е.П. Ильин (2001) признавал скуку внутренним состоянием, появляющимся из-за отсутствия дела или потере интереса к нему.

Е.В. Рохина (2020) изучала склонность к скуке и выделила её характеристики, как состояния:

- отрицательный эмоциональный фон;
- отсутствие интереса и наличие сложностей в концентрации внимания;
- особое переживание времени (тягучее и долгое);
- чувство неудовлетворенности;
- понижение как физической, так и интеллектуальной деятельности.

В некоторых зарубежных исследованиях выявлено, что к скуке более склонны мужчины, нежели женщины (McIntosh E.G. 2006; Studak C.M., Workman J.E., 2004).

Существует предположение, что скука – это показатель низкого психологического благополучия человека (Опекина Т.П., 2020).

Избавление от состояния скуки может вести как к деструктивному поведению (употребление алкоголя, уход в виртуальную реальность, склонность к перееданию), так и к конструктивному пути (загрузка себя работой, составление жизненных планов и их реализация) (Kingham M., Gordon H., 2004).

Скука, по мнению К.В. Карпинского (2019), является самостоятельным проявлением, симптомом кризиса смысла жизни, то есть проявляется, когда теряется жизненный смысл. Скуку характеризует безучастное, безразличное отношение человека к своей жизни, при которой сильно ограничивается жизненная деятельность.

Что касается классификации скуки, то Е.В. Аригунова (2013) выделяет конструктивную и деструктивную скуку. Состояние скуки, которое приводит

к психическим болезням или депрессии является деструктивным, но при подключении волевого акта скука становится конструктивной.

Скука может проявляться во взаимоотношениях с партнером. Она может быть связана с позитивным отношением к другим и самопринятием. Например, интенсивность скуки в близких отношениях повышается в связи с общим понижением удовлетворенности от теплых и доверительных отношений с другими людьми. Чем выше уровень самопринятия, тем меньше человек склонен к скуке во взаимоотношениях с партнером. Предполагается, что это происходит из-за снижения самообвинений («со мной не интересно»), уменьшения страхов, связанных с угрозой потери интереса партнера (Опекина Т.П., 2020, с. 187).

Считается, что скука может снижать уровень продуктивности интеллектуальной деятельности и жизненную активность или тонус организма (Обносков В.Н., 2019). То есть скука способствует снижению активности в целом, проявляется пассивность, бездействие.

Некоторые исследователи выявляли гендерные отличия, связанные со склонностью к скуке. Обнаружено, что мужчины больше расположены к скуке, в отличие от женщин (Harris M.B., 2000; Martin M., 2006). А.К. Мироненко (2016) выявила, что женщины в большей мере, чем мужчины ассоциируют собственные представления об измене со скукой. Гендерные различия обнаружены во взаимосвязи склонности к скуке и психологическим благополучием. Мужчины с низким уровнем психологического благополучия обладают сильно выраженной склонностью к скуке и незаинтересованностью в жизни (Сунцова Я.С., 2019).

Т.П. Опекина (2020) изучала склонность к скуке в контексте отношений мужчин и женщин и ее взаимосвязь с психологическим благополучием. «Жизненные цели» отрицательно связаны со склонностью к скуке в отношениях. Она предположила, что может быть два объяснения данным результатам: недостаточная значимость отношений в жизни партнера или наоборот отсутствие сформированных целей не дает понимания

ценностей в разных жизненных аспектах, также в отношениях. Кроме того, выявлено, что у большего количества испытуемых (58%) скука возникала из-за длительного нахождения с партнёром, а у 42% респондентов из-за длительного отсутствия партнера рядом. При этом стратегиями совладания со стрессом является, как сближение с партнером, так и избегание партнера, отвлечение на личные занятия (рисование, хобби, общение с друзьями). Кроме того, к стратегиям также относятся занятия новым, полезным делом, употребление психоактивных веществ. Скука может иметь как негативную окраску, угрожающую отношениям и личному комфорту в эмоциональном плане, так и сигнал к действиям, к подключению сил для исправления ситуации.

Взаимосвязь скуки с враждебностью показал С. Воданович. Согласно его исследованию, лица с высоким уровнем склонности к скуке имели значительно более высокие баллы по шкале враждебности (Vodanovich S.J., 1997).



## ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

### 2.1 Цель и задачи исследования

*Цель:* изучить ревность к партнеру в связи с особенностями личности и психоэмоциональным благополучием.

*Объект исследования* – ревность.

*Предмет исследования* – выраженность и типы ревности к партнеру и во взаимосвязи с психоэмоциональным благополучием и личностными особенностями.

В соответствии с целью исследования нами поставлены следующие задачи:

1. Провести сравнительный анализ уровневых и структурных характеристик ревности у мужчин и женщин.
2. Провести сравнительный анализ личностных особенностей и психоэмоционального благополучия у мужчин и женщин.
3. Изучить взаимосвязи параметров ревности с компонентами психологического благополучия и личностными особенностями у мужчин и женщин.
4. Изучить взаимосвязи параметров ревности между мужчинами и женщинами, состоящими в отношениях.
5. Выявить предикторы ревности из числа компонентов психоэмоционального благополучия и личностных особенностей.

*Гипотезы исследования:*

1. Чем выше психоэмоциональное благополучие, тем ниже показатели ревности и у мужчин, и у женщин.
2. Ревность положительно взаимосвязана с враждебностью и скрытым социальным любопытством и отрицательно – со стрессоустойчивостью и любознательностью и у мужчин и у женщин.

3. Чем больше выражена ревность у одного партнера, тем больше и у другого партнера из пары.

## 2.2. Характеристика выборки исследования

В исследовании приняли участие жители Санкт-Петербурга и Волгоградской области, всего 70 человек, из них 35 мужчин и 35 женщин находящихся в отношениях, продолжительностью от 4 до 84 месяцев ( $M=29,06$ ;  $SD=19,88$ ), в возрасте от 20 до 30 лет ( $M=22,73$ ;  $SD=2,52$ ). Характеристика исследуемой выборки представлена в таблице 1.

Таблица 1. Характеристика исследуемой выборки

Характеристика	Выборка	
	чел.	%
<i>Пол</i>		
Мужской	35	50
Женский	35	50
<i>Образование:</i>		
Среднее специальное	8	12
Незаконченное высшее	30	43
Высшее	29	41
Несколько высших	3	4
<i>Вид занятости:</i>		
Временно не работающий	3	4
Студент	32	46
Работающий	33	47
Другое	2	3
<i>Сфера деятельности:</i>		
Техническая	26	37
Гуманитарная	22	31
Сфера услуг	9	13
Военная	1	1
Естественно-научная	7	10
Другое	5	7
<i>Семейное положение:</i>		
В браке не состоял	43	61
Фактический (незарегистрированный брак)	21	30
Женат/замужем	6	9
<i>Наличие сиблингов:</i>		
Нет	19	27
Брат	22	31
Сестра	11	16
Братья и сестры	8	11

Неизвестно	10	14
<i>Наличие других детей в семье:</i>		
Единственный ребенок	19	27
Многодетная семья	51	73
<i>Эстетический досуг:</i>		
Нет	21	30
Только 1 пункт	29	41
Только 2 пункта	14	20
3 пункта (музей, театр, кино)	6	9
<i>Гедонистический досуг:</i>		
Нет	24	34
Только 1 пункт (кафе, косметический салон)	38	54
2 пункта (кафе, косметический салон)	8	11
<i>Активный досуг:</i>		
Нет	10	14
Только 1 пункт	34	49
2 пункта	19	27
3 пункта (бассейн, спортзал, прогулки, походы)	6	9
4 пункта (бассейн, спортзал, прогулки, походы)	1	1

Из таблицы 1 видно, что большинство респондентов имеют незаконченное высшее образование (43%), чуть меньше человек (41%) имеют высшее образование, у восьми человек (12%) среднее специальное и только у четырех человек (4%) несколько высших образований.

Больше всего в данной выборке работающих людей (47%), 46% составляют студенты. Преимущественно в данной выборке находятся люди технической сферы (37%), затем идут респонденты, имеющие гуманитарную сферу деятельности (31%) и сферу услуг (13%), семь человек (10%) связаны с естественно-научной сферой и один человек, связанный с военной сферой.

Большинство респондентов никогда не состояли в зарегистрированном браке (61%), 30% респондентов находятся в фактическом браке и 9% (6 человек) находятся в браке. Среднее значение продолжительности отношений у данной выборки составляет 29,06 месяцев, а значительное стандартное отклонение (19,88) говорит о большой вариативности данных показателей.

Несколько респондентов (31%) имеют брата и в два раза меньше респондентов (16%) имеют сестру, остальные либо не имеют сиблингов (27%), либо имеют несколько сиблингов (11%), либо неизвестно (14%).

Преимущественно выборка состоит из испытуемых, в семье которых было больше одного ребенка ( 73%), 27% составляют респонденты, где они были единственным ребенком.

Что касается досуга, то в активном досуге большинство респондентов имеют хотя бы один пункт (49%), совсем его не имеют (14%) данной выборки, выбрали хотя бы 2 пункта- 27%, 3 пункта имеют 6 респондентов (9%), и больше всего- 4 пункта имеет один респондент (1%). Эстетическим досугом не занимаются 30%, больше всего респондентов (41%) выбрали хотя бы один пункт в данной категории. Два и три пункта выбрали 20% и 9%, соответственно. Гедонистический досуг (хотя бы 1 пункт) имеют 54%, 2 пункта имеют 11% и не имеют его совсем 34%.

### **2.3. Методы и процедура исследования**

#### *1. Социально-демографическая анкета.*

Анкета направлена на получение общей информации о респондентах: возраст, образование, семейное положение, наличие детей и их количество.

Методики, изучающие чувства ревности и любви в отношениях пары:

#### *2. Самооценочные шкалы удовлетворенности отношениями с партнером.*

В целях изучения отношений респондентов к партнеру нами была составлена анкета, построенная по принципу самооценочных шкал (Приложение А). Испытуемым предлагалось оценить по десятибалльной шкале 11 утверждений о степени выраженности переживаний по отношению к партнеру.

Среди них степень выраженности желания сохранить отношения, желания расстаться, степень удовлетворенности отношениями с партнером, уровень страха остаться одному/ одной, степень напряжения отношений в паре, степень выраженности в ней негативных эмоций и чувства ревности.

*3. Опросник «Шкала любви и симпатии» Зика Рубина, модификация Л.Я. Гозмана, Ю.Е. Алешиной.*

Данный опросник состоит из 2-х шкал: «шкалы любви» и «шкалы симпатии». Опираясь на теоретические представления З. Рубина, любовь включает в себя следующие компоненты: степень интимности отношений, привязанность, забота, а симпатия – степень восхищения, степень уважения и степень воспринимаемого сходства объекта оценки с респондентом.

Опросник «Шкала любви и симпатии» представляет собой 14 утверждений (по 7 вопросов на каждую шкалу), которые следует оценить, выбрав один из вариантов ответов: «это совсем не так», «трудно сказать», «да, это так». Значение результатов может колебаться от 7 до 28 баллов.

*5. Опросник для определения преобладающего типа ревности А.Ю. Чичаевой*

Опросник создан на основании классификации типов ревности, выделенных Т.М. Заславской и В.А. Гришиным. В основу этой методики легло 6 наиболее распространённых типов ревности:

1. Собственническая ревность – возникает при нежелании делить своего партнёра с другими (это могут быть родственники, друзья, работа и даже хобби).
2. Ревность от ущемлённости – возникает от чувства собственной неполноценности, ущербности и низкой самооценки.
3. Отражённая ревность – представляет результат собственных тенденций к неверности, которые ревнивый человек приписывает своему партнёру.
4. Манипулятивная ревность – проявляется в том, что ревнивый партнёр, при помощи своей ревности, манипулирует или управляет объектом своей любви с целью добиться от него чего-либо важного для себя.
5. Привитая ревность – появляется под влиянием установок, которые формируются у человека ещё в детстве или в связи с тем, что человек

уже сталкивался с изменой партнёра. Эти установки связаны с готовностью встретиться с изменой, обманом, предательством близкого человека, не смотря на реальность ситуации.

6. Беспочвенная ревность – это ревность, не имеющая под собой реальной основы, а строящаяся на воображаемых изменах партнёра, сопровождается сильным переживанием этого часто несуществующего факта.

Опросник состоит из 24 вопросов (по 4 вопроса на каждый тип ревности). Каждому вопросу соответствуют 7 вариантов ответа: 1 – «конечно да» 7 - «никогда». Испытуемому предлагается выбрать один из вариантов ответа. За каждый ответ начисляется определенное количество баллов. Далее подсчитывается суммарный балл по каждому типу ревности. Он может варьировать от 4 до 28.

*6. Многомерная шкала ревности М. Пфайффер (MJS) (авторский перевод)*

Методика разработана Сюзан М. Пфайффер и Пол Т. П. Вонг в 1989 году. Эта шкала (Multidimensional Jealousy Scale) предназначена для измерения трех компонентов ревности: эмоционального, когнитивного и поведенческого. Шкала состоит из 24 утверждений. Испытуемому необходимо отметить степень согласия с каждым утверждением по 7 балльной шкале. Далее подсчитывается суммарный балл по каждому типу ревности. Он может варьировать от 4 до 28. Расшифровка шкал:

«Мысли»- данная шкала означает, что у человека возникают ревностные мысли, то есть подозрения, беспокойства по поводу проявления знаков внимания со стороны партнера к лицам противоположного пола. Варианты ответов по шкале: от 1-«все время» до 7-«никогда».

«Эмоции» - эта шкала показывает оценку состояния респондента на проявление знаков внимания со стороны своего партнера. Варианты ответа находятся на шкале от 1-«доволен» до 7-«расстроен».

«Поведение» - шкала проявления ревностного поведения, например, проверка личных вещей, местоположения и др. Варианты ответов: 1-«все время», 7-«никогда».

Методики, изучающие личностные особенности:

*7. Шкала враждебности Кука –Медлей (Cook – Medley Hostility Scale).*

Шкалу в 1954 году разработали У. Кук и Д. Медлей (W.W.Cook, D.M.Medley), в ее основу заложены соответствующие шкалы ММРІ. Л.Н. Собчик была создана русскоязычная адаптация данной шкалы. Методика является опросником для определения склонности к враждебному и агрессивному поведению.

Опросник содержит в себе 27 суждений, каждое из которых предлагается оценить в зависимости от степени согласия с ним и по степени соответствия суждения представлениям респондента о себе и других людях. Предлагается выбрать один из вариантов ответов: «обычно», «частично», «иногда», «случайно», «редко», «никогда». По итогам обследования вычисляется уровень цинизма, агрессивности и враждебности.

Все шкалы имеют 4 градации полученных результатов в зависимости от набранных баллов: «низкий показатель», «средний показатель с тенденцией к низкому», «средний показатель с тенденцией к высокому», «высокий показатель». Балловые показатели по шкалам распределяются следующим образом:

Шкала цинизма: 25 баллов и ниже – низкий показатель; 25-40 баллов – средний показатель с тенденцией к низкому; 40-65 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому; 65 баллов и выше – высокий показатель.

Шкала агрессивности: 15 баллов и меньше – низкий показатель; 15-30 баллов – средний показатель с тенденцией к низкому; 30-45 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому; 45 баллов и выше – высокий показатель.

Шкала враждебности: 10 баллов и ниже – низкий показатель; 10-18 баллов – средний показатель с тенденцией к низкому; 18-25 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому; 25 баллов и больше – высокий показатель.

#### *8. Шкала любопытства Т. Кашдана (5CDR).*

Методику разработал Тодд Кашдан, профессор психологии в Университете Джорджа Мейсона, с коллегами (Kashdan T.V., et al., 2019). Он считал, что человеку более важно ощущать наполненность, осмысленность, значимость каждого момента, чем само достижение счастливого состояния.

Именно любознательность, любопытство, по мнению Т. Кашдана, является ключом к наполнению жизни смыслом, помогает позитивно преодолевать кризисы, защищает от стресса.

Методика включает в себя шесть «измерений». Первое «Радостное исследование» – это стремление к получению новых знаний и информации. Второе «Чувствительность к депривации» – упорство в достижении знаний, третье «Стрессоустойчивость» связана со способностью противостоять стрессу, порождаемому новой ситуацией. Четвертое измерение – это «Поиск острых ощущений». Наш уровень любопытства определяет, насколько мы готовы рисковать и в личном и в финансовом плане. Пятое и шестое измерение «Явное социальное любопытство», «Скрытое социальное любопытство» – это открытый или тайный интерес к чужому мнению. Любопытство делает людей существами с общественной жизнью.

Важно отметить, что Тодд Кашдан видел в любопытстве не только позитивную сторону, такую как любознательность, но и негативную сторону – излишнее социальное любопытство, выражающееся в интересе к слухам и сплетням или необдуманная склонность к риску. Нормативных данных по данной методике пока не установлено.

Для изучения психоэмоционального благополучия:

#### *9. Шкала психологического благополучия К. Рифф (адаптация Жуковской Л.В., Трошихиной Е.Г., 2011).*



В основу данной шкалы, созданной К.Рифф, был положен анализ работ К.Г. Юнга, А. Маслоу, Э. Эриксона, К. Роджерса и др., чтобы изучить выделяемые ими аспекты позитивного функционирования личности и найти схожие моменты.

Тест состоит из 54 утверждений. Испытуемому предлагается выбрать степень отношения к данным утверждениям, для того, чтобы описать состояние и особенности своего внутреннего мира, что составляют переживание благополучности и определяют поведение при ситуативном благополучии.

В результате проведенного анализа, в качестве базовых составляющих психологического благополучия человека К. Рифф выделила шесть шкал:

- «Автономность»: человек сам определяет свои цели и независимо принимает решения, может противостоять давлению социума и отстаивать свои интересы, регулирует свое поведение изнутри, оценивает свои действия по собственным меркам и стандартам.
- «Компетентность»: чувство контроля окружающей среды (в смысле того, что окружает человека), эффективное использование возможностей, предоставляемых этой средой, способность выбирать нужные условия окружения и поддерживать свои нужды.
- «Личностный рост»: чувство развития себя. Человек оценивает себя как растущую личность, приобретающую новые навыки и знания. Речь идёт о чувстве реализации своего потенциала, активном познании себя, чувстве самоэффективности.
- «Позитивные отношения»: теплые отношения, эмоциональная близость, нежность и вовлеченность в жизнь значимых людей. Положительные эмоции и готовность сотрудничества с другими.
- «Жизненные цели»: у человека есть цели (не обязательно одна цель на всю жизнь, цели могут быть и краткосрочные, могут меняться) и чувство движения к ним. Понимание значения настоящей жизни и поддержание личных убеждений и воззрений.

- «Самопринятие»: это состояние, когда человек сам себе нравится. Признает в себе положительные и отрицательные черты, не испытывая негативных эмоций по их поводу. Чувствует себя хорошо по отношению к своему прошлому.

Разброс значений по каждой шкале составляет от 9 (минимум) до 45 (максимум) баллов. Общее количество баллов по всем шести шкалам составляет от 45 (минимум) до 270 (максимум).

#### 10. Шкала счастья Фордиса (*The Fordyce Emotions Questionnaire*).

В 1988 году М. Фордисом была разработана Шкала счастья (Happiness Measure — НМ), включающая в себя два вопроса. Первый: «В целом насколько счастливым или несчастным вы себя обычно чувствуете?». Предлагаются варианты ответа от «чрезвычайно счастливым» (в восторге, ощущаю радость, чувствую себя превосходно), за что начисляется 10 баллов, до «совершенно несчастным» (крайне подавленным, в абсолютной унынии), что дает 0 баллов. Результаты находятся в диапазоне от 0 до 10 баллов, где высокие значения указывают на более высокие уровни счастья.

Второй вопрос: «В среднем какую часть времени в процентах вы чувствуете себя счастливым (или несчастным, или в нейтральном состоянии)?». Дается три ответа в сумме составляющие 100%.

Средняя оценка для взрослых по результатам исследования отечественной выборки (N=160)  $M = 7,10$  ( $SD = 1,32$ ).

Средний балл по времени в процентах:

- чувствую себя счастливым –  $M = 43,40\%$  ( $SD = 22,35$ );
- чувствую себя несчастным –  $M = 22,48\%$  ( $SD = 19,27$ );
- чувствую себя нейтрально –  $M = 34,12\%$  ( $SD = 20,30$ ).

11. Опросник «Склонность к скуке» А.А. Страка (*SBPS «Boredom proneness»*), А.А. Струк, J.S.A. Carriere, J.A. Cheyne, J. Danckert

Методика «Склонность к скуке» – это короткая форма аналогичного опросника, созданная А.А. Страком с соавторами. Опросник состоит из 8

пунктов, которые позволяют оценить склонность человека к скуке. Он включает в себя такие вопросы, как «Я часто оказываюсь в тупике, не зная, что делать», измеряемые по 5-балльной шкале Лайкерта в диапазоне от 1 «Совершенно не согласен» до 5 «Полностью согласен». Высокий балл по этой шкале отражает высокую склонность к скуке. Возможный разброс значений по шкале от 8 до 40 баллов.

12. *Опросник «Смысл в жизни» М. Стегера (Meaning in Life Questionnaire, MLQ, M.F. Steger, P. Frazier, S. Oishi, M. Kaler).*

Данный опросник направлен на выявление наличия у человека актуального смысла жизни, а также на стремление человека к поиску смысла жизни. Опросник содержит две шкалы «Наличие смысла» и «Поиск смысла». Всего представлено 10 вопросов (по 5 вопросов на каждую шкалу), которые измеряются по 7-балльной шкале Лайкерта в диапазоне от 1 «Совершенно не согласен» до 7 «Полностью согласен». Общее количество баллов по каждой шкале составляет от 5 (минимум) до 35 (максимум) баллов.

*Процедура исследования.* Сбор данных осуществлялся в заочном формате с помощью анкеты и набора методик. Опрос носил анонимный характер.

## **2.4 Математико-статистические методы обработки данных**

Результаты исследования обработаны при помощи статистического пакета IBM SPSS Statistics версия 22, с использованием описательных статистик, корреляционного анализа Спирмена для проверки статистической связи, однофакторный дисперсионный анализ с критерием знаковых рангов Вилкоксона для проверки различий между мужчинами и женщинами. Корреляции в рисунках представлены с уровнем значимости  $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ .

## ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

### 3.1 Анализ уровневых и структурных характеристик удовлетворенности отношениями с партнером

Для исследования восприятия качества своих отношений с партнером была составлена анкета, построенная на основе самооценочных шкал. Респондентам было предложено оценить по десятибалльной шкале 11 утверждений об уровне удовлетворенности отношениями, напряженности отношений, степени желания их сохранить, степени страха остаться одной/одному, а также выраженность чувства ревности к партнеру и со стороны партнера. Результаты анкетирования представлены в таблице 2.

Таблица 2. Средние значения самооценочных шкал отношения к партнеру у мужчин и женщин.

Шкалы анкеты	Выборка в целом		Мужчины		Женщины		Z - крит.	P
	M	SD	M	SD	M	SD		
1. Степень любви к партнеру	9,19	1,08	9,26	1,09	9,11	1,05	-0,640	0,522
2. Степень выраженности любви партнера	9,16	1,35	9,34	0,99	8,97	1,74	-1,290	0,197
3. Степень выраженности негативных эмоций в отношениях с партнером	2,38	2,24	2,26	2,25	2,49	2,24	-1,694	0,090
4. Степень ревности к партнеру	3,81	2,54	3,31	2,44	4,31	2,97	-1,395	0,163
5. Степень ревности партнера	4,22	3,12	4,80	3,34	3,63	2,56	-1,649	0,099
6. Уровень страха остаться одному (одной), без партнера	4,66	2,93	4,49	2,83	4,83	3,11	-0,488	0,625
7. Наличие/отсутствие измен со стороны партнера	0,31	1,02	0,31	1,18	0,31	0,99	-0,105	0,916
8. Наличие/отсутствие измен партнеру	0,12	0,40	0,09	0,37	0,14	0,60	-1,000	0,317
9. Допустимость наличия нескольких партнеров	0,79	2,03	1,03	2,54	0,54	1,95	-1,379	0,168
10. Допустимость для партнера наличия нескольких партнеров	0,72	1,96	0,80	2,06	0,63	1,82	-0,784	0,433
11. Степень желания прожить всю жизнь с партнером	8,65	1,45	8,80	1,41	8,49	1,56	-1,198	0,231

Из таблицы 2 видно, что наиболее высокие средние значения получены по шкалам «степень любви к партнеру», «степень выраженности любви партнера» и «степень желания прожить всю жизнь с партнером». Полученные данные показывают, что респонденты в данной выборке испытывают к партнеру сильное чувство любви и считают, что получают ее со стороны партнера, а также хотят построить отношения с партнером на всю жизнь. Низкие значения получены по шкалам «наличие/отсутствие измен партнеру» и «наличие/отсутствие измен со стороны партнера». В данном случае испытуемые отвечают, что в целом редко изменяли сами и редко сталкивались с изменами со стороны партнера. Средние значения получены по шкале «уровень страха остаться одной/одному», то есть респонденты в средней степени боятся остаться без партнера. «Уровень ревности к партнеру» и «уровень ревности со стороны партнера» находятся на уровне немного ниже среднего, причем последний чуть выше. То есть мужчины и женщины испытывают чувство ревности.

Таким образом, в целом у респондентов непротиворечивое отношение к партнеру. Большинство испытуемых удовлетворены отношениями, испытывают положительные эмоции и уверены в своем партнере. Респонденты хотят строить дальнейшую жизнь с партнером и в целом не допускают наличие других партнеров в отношениях, а также ревнуют в меньшей степени, чем субъективно сталкиваются с ревностью со стороны партнера.

Значимых различий между мужчинами и женщинами не обнаружено, это означает, что женщины и мужчины выборки имеют сходное отношение к партнеру.

В тенденции у женщин выше показатель по шкале «степень выраженности негативных эмоций в отношениях с партнером». Это означает, что женщины чаще испытывают беспокойство и страдания в отношениях, чем мужчины. У мужчин несколько выше показатель по шкале «степень ревности партнера», то есть они считают, что партнер ревнует их больше,



взаимосвязи обнаружены между тремя шкалами «степень любви к партнеру», «степень выраженности любви партнера», «степень желания прожить всю жизнь с партнером», и негативные – с «выраженность негативных эмоций в отношениях с партнером». Это вполне закономерно, чем более выражена любовь и позитивные чувства в целом, тем более выражено желание прожить вместе всю жизнь.

Кроме того, сходны взаимосвязи шкал, отражающих допустимость нескольких партнеров и наличие измен со стороны партнера, практически они положительно взаимосвязаны как в группе мужчин, так и женщин.

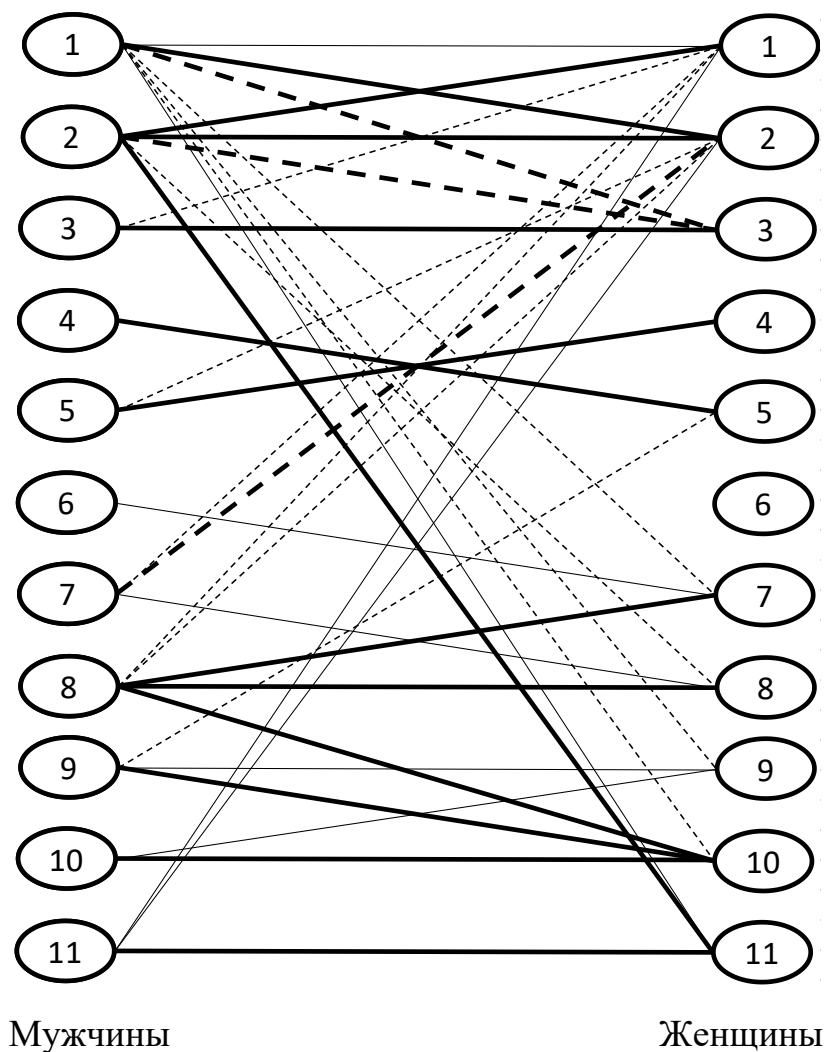
У мужчин, в отличие от женщин, шкала «степень ревности партнера» положительно взаимосвязана со шкалами «степень ревности к партнеру» и «степень выраженности негативных эмоций в отношениях с партнером», а отрицательно – со шкалами «степень желания прожить с партнером всю жизнь» и «степень любви к партнеру». Это свидетельствует о том, что чем сильнее ревность партнерши, тем более выражена ревность и негативные эмоции по отношению к ней со стороны мужчины, и тем меньше чувства любви и желания строить с партнершей дальнейшую жизнь.

У женщин шкалы ревности, не взаимосвязаны ни с какими шкалами.

В группе мужчин шкала «наличие измен партнеру» отрицательно взаимосвязана со шкалой «степень любви партнера». Это означает, что чаще изменяют те мужчины, которые считают, что партнерша проявляет к ним недостаточно любви.

В группе женщин больше взаимосвязей шкалы «наличие измен партнеру». Чем выше вероятность измен возлюбленному, тем выше возможность наличия нескольких партнеров и измен с его стороны, а также ниже уровень любви друг к другу, по мнению женщин.

Рассмотрим взаимосвязи мужских и женских самооценочных шкал отношения к партнеру между собой. Они представлены на рисунке 4.



Расшифровка шкал:

- 1 – степень любви к партнеру
- 2 – степень выраженности любви партнера
- 3 – степень выраженности негативных эмоций в отношениях с партнером
- 4 – степень ревности к партнеру
- 5 – степень ревности партнера
- 6 – уровень страха остаться одному (одной), без партнера
- 7 – наличие/отсутствие измен со стороны партнера
- 8 – наличие/отсутствие измен партнеру
- 9 – допустимость наличия нескольких партнеров
- 10 – допустимость для партнера наличия нескольких партнеров
- 11 – степень желания прожить всю жизнь с партнером

— - положительная корреляционная связь ( $p \leq 0,05$ )

— — - положительная корреляционная связь ( $p \leq 0,01$ )

..... - отрицательная корреляционная связь ( $p \leq 0,05$ )

— — - - отрицательная корреляционная связь ( $p \leq 0,01$ )

*Рис. 4. Система взаимосвязей самооценочных шкал отношения к партнеру между мужчинами и женщинами.*



На рисунке 4 видно, что самооценочные шкалы мужчин и женщин тесно взаимосвязаны. Сильные положительные взаимосвязи между шкалами «степень любви к партнеру», «степень выраженности любви партнера» и «желания прожить всю жизнь вместе» свидетельствуют о взаимности этих чувств в паре. То есть чем выше любовь партнеров друг к другу, тем выше желание связать с партнером дальнейшую жизнь и наоборот. При этом более тесно взаимосвязаны шкалы «уровень любви партнера» (мужчины) и «степень желания прожить всю жизнь с партнером» (женщины). То есть чем больше мужчина любит свою женщину, тем больше у нее желание остаться с ним на всю жизнь.

Интересны положительные взаимосвязи шкал ревности. Чем более выражено чувство ревности у одного из партнеров, тем выше оценивается степень ревности другим партнером. Это говорит о том, что респонденты хорошо осознают, насколько его ревнует другой партнер. А вот взаимосвязи шкал чувства ревности между собой не обнаружено, т. е. ревность, в отличие от любви, не взаимное чувство, оно может быть выраженным только у одного партнера.

Кроме того у мужчин шкала «ревности партнера» отрицательно связана со шкалой «степень выраженности любви партнера» у женщин. Это значит, что если мужчина считает, что партнерша его ревнует, то женщина ниже оценивает уровень его любви к ней, и наоборот, чем выше уровень любви со стороны партнера в представлениях женщин, тем ниже уровень ревности со стороны партнера в представлениях мужчин.

Также отрицательная взаимосвязь обнаружена между шкалами «степень ревности партнера» у женщин и «допустимость наличия нескольких партнеров» у мужчин. Чем больше мужчины хотят встречаться с несколькими партнершами, тем меньше женщины считают, что мужчина их ревнует.

Шкала «степень выраженности негативных эмоций в отношениях с партнером» имеет отрицательную взаимосвязь со шкалами выраженности

любви. Это означает, что выраженность негативных эмоций снижает чувство любви в паре.

По шкале «уровень страха остаться одной» у женщин взаимосвязей не обнаружено, а у мужчин данная шкала взаимосвязана со шкалой «наличие измен со стороны партнера» у женщин. То есть чем больше у мужчин страх остаться одному, тем больше женщины считают, что существуют измены со стороны партнера.

Для изучения удовлетворенности отношениями с партнером в работе использована методика «Шкала симпатии и любви» З. Рубина. Средние значения показателей по данным методикам представлены в таблице 3.

Таблица 3. Средние значения показателей методики «Шкала симпатии и любви» З. Рубина.

Шкала	Мужчины (n= 35)		Женщины (n= 35)		Z - крит.	P
	M	SD	M	SD		
Любовь	22,94	3,88	22,74	3,17	-1,153	0,249
Симпатия	22,37	2,78	22,66	3,05	-0,515	0,606

Средние значения по шкалам могут варьировать от 7 до 28 баллов. Полученные результаты свидетельствуют о достаточно высокой выраженности чувств любви и симпатии у мужчин и женщин. При этом статистически значимых отличий между мужчинами и женщинами не обнаружено.

### 3.2 Анализ уровневых и структурных характеристик ревности

В качестве методик для изучения ревности были использованы: опросник «Определение типа ревности» А.Ю. Чичаевой, и «Многомерная шкала ревности» М. Пфейффер (MJS) (авторский перевод). Средние значения, полученные по данным методикам, представлены в таблице 4 и 5.

Таблица 4. Средние значения показателей по опроснику «Определение типа ревности» А.Ю. Чичаевой, на определение ревности.

Шкала	Мужчины (n= 35)		Женщины (n= 35)		Z - крит.	P
	M	SD	M	SD		
Собственническая ревность	15,97	4,33	14,40	3,44	-1,741	0,082
Ревность от ущемленности	18,20	3,26	<b>16,63</b>	3,70	-2,022	<u>0,043</u>
Отраженная ревность	22,14	3,80	<b>20,69</b>	3,89	-1,959	<u>0,050</u>
Манипулятивная ревность	22,14	5,13	22,11	4,66	-0,484	0,628
Привитая ревность	19,03	4,66	18,54	5,08	-0,780	0,435
Беспочвенная ревность	19,11	5,06	18,49	5,73	-0,837	0,402

Средние значения по опроснику «Определение типа ревности» А.Ю. Чичаевой могут иметь разброс от 4 до 28 баллов. При этом, чем ниже баллы, тем выше ревность. При рассмотрении средних значений в таблице 4, видно, что как у мужчин, так и у женщин показатели ревности находятся несколько выше возможного среднего значения, при этом у мужчин по всем шкалам средние значения несколько выше. Это говорит о том, что в целом респондентам свойственна ревность в незначительной степени и у мужчин она выражена немного меньше, чем у женщин. Статистически значимые различия между мужчинами и женщинами обнаружены по шкале «отраженная ревность» и «ревность от ущемленности». У женщин больше выражена ревность от ощущения собственной неполноценности и от собственной тенденции к изменам.

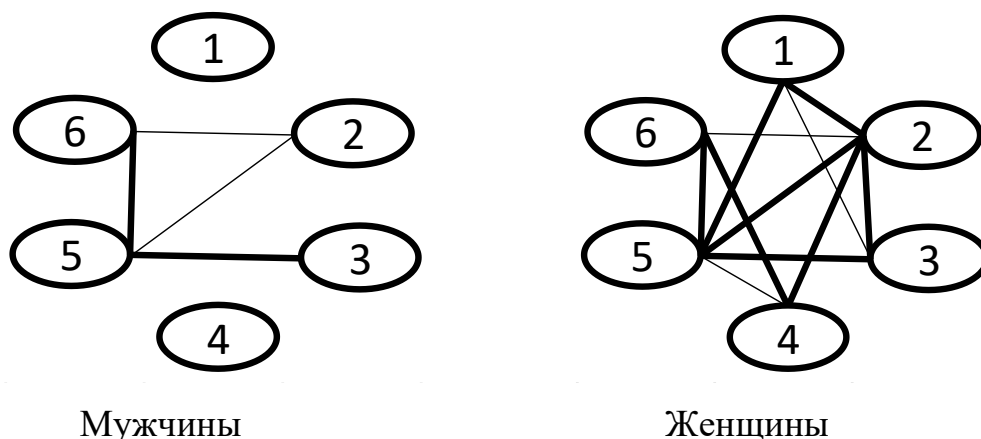
Средние значения по «Многомерной шкале ревности» М. Пфейффер (MJS), которые представлены в таблице 5, могут варьироваться от 8 до 56 баллов. При этом, чем ниже баллы, тем выше выраженность шкалы. Средние значения всех шкал находятся примерно на одном уровне, от M = 28,20 до M = 31,49 баллов из 56 возможных, то есть находятся преимущественно на среднем уровне (табл. 5). Стандартное отклонение при этом находится в

рамках от SD = 11,86 до SD = 14,81 баллов, что говорит о значительной вариативности показателей у респондентов. Статистически значимые различия обнаружены по шкале «мысли». У мужчин средние показатели по шкале «мысли» ниже, чем у женщин. Это значит, что мужчины в большей степени испытывают ревностные мысли.

Таблица 5. Средние значения показателей по «Многомерной шкале ревности» М. Пфейффер (MJS) на определение ревности.

Шкала	Мужчины (n= 35)		Женщины (n= 35)		Z - крит.	P
	M	SD	M	SD		
Мысли	<b>28,20</b>	14,07	31,66	12,99	-2,298	<u>0,022</u>
Эмоции	31,00	12,00	31,23	11,86	-0,698	0,485
Поведение	31,37	14,81	31,60	12,97	-0,374	0,708

Далее рассмотрим корреляционные взаимосвязи шкал методик на выявление ревности отдельно у мужчин и женщин (рис. 5, 6).



Условные обозначения:

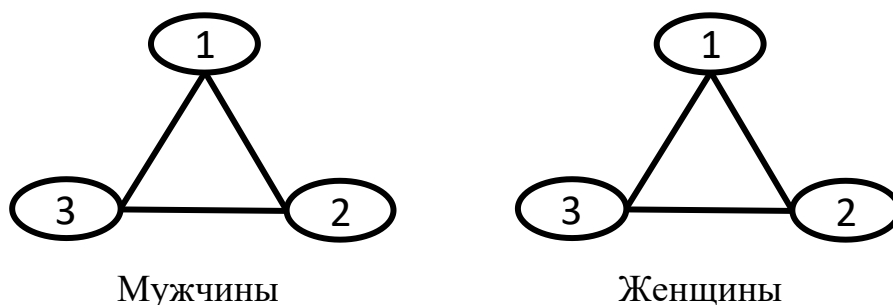
- 1 – собственническая ревность
- 2 – ревность от ущемленности
- 3 – отраженная ревность
- 4 – манипулятивная ревность
- 5 – привитая ревность
- 6 – беспочвенная ревность

— - положительная корреляционная связь ( $p \leq 0,05$ )  
**—** - положительная корреляционная связь ( $p \leq 0,01$ )

Рис. 5. Система взаимосвязей шкал ревности у мужчин и женщин.

На рисунке 5 видно, что у женщин система сильно интегрирована, практически все шкалы положительно взаимосвязаны. Можно говорить о

едином проявлении ревности. У мужчин 4 шкалы образуют отдельную плеяду и 2 шкалы не имеют взаимосвязей. Шкала «привитая ревность» системообразующая, она обладает положительной взаимосвязью со шкалами «беспочвенная ревность», «отраженная ревность» и «ревность от ущемленности». Это значит, что шкала «привитая ревность» является ведущей. Чем выше у мужчин показатель ревности от ранних столкновений с предательством близкого человека, тем выше у них необоснованная ревность, ревность от собственной тенденции к измене, а также от неполноценности и ущербности.



Условные обозначения:

1 – Мысли

2 – Эмоции

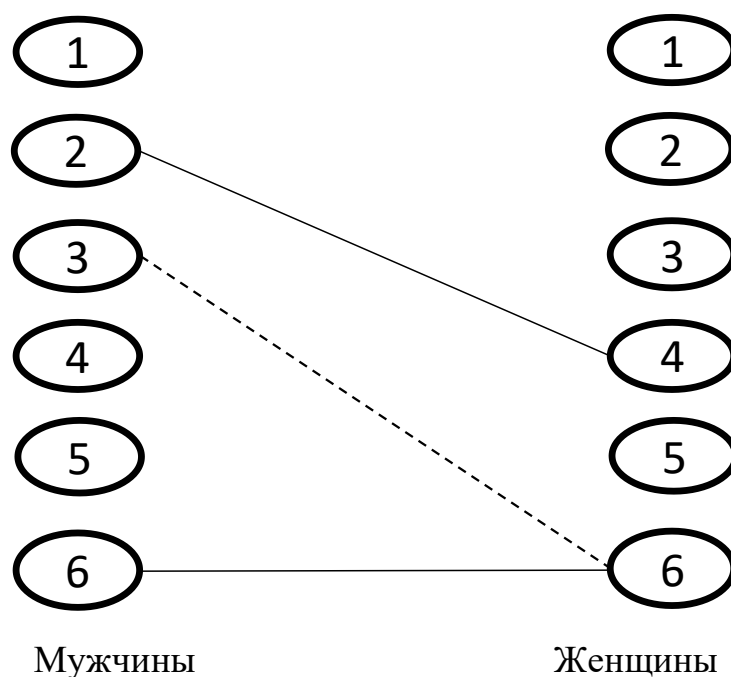
3 – Поведение

———— - положительная корреляционная связь ( $p \leq 0,01$ )

*Рис. 6. Система взаимосвязей шкал ревности у мужчин и женщин.*

В результате корреляционного анализа по «Многомерной шкале ревности» у мужчин и женщин обнаружены одинаковые взаимосвязи между тремя шкалами (рис. 6). Между показателями по «Многомерной шкале ревности» выявлены сильные взаимосвязи всех трех шкал, то есть при повышении значений одной шкалы повышаются две другие. То есть чем выше ревностные мысли, тем выше эмоциональные переживания ревности и больше проявляется ревностное поведение (проверка личных вещей партнера, его местонахождения) как у мужчин, так и у женщин.

Рассмотрим взаимосвязи мужских и женских показателей по опроснику «Определение типа ревности» А.Ю. Чичаевой (рис. 7).



Условные обозначения:

1 – собственническая ревность

2 – ревность от ущемленности

3 – отраженная ревность

4 – манипулятивная ревность

5 – привитая ревность

6 – беспочвенная ревность

————— - положительная корреляционная связь ( $p \leq 0,05$ )

----- - отрицательная корреляционная связь ( $p \leq 0,05$ )

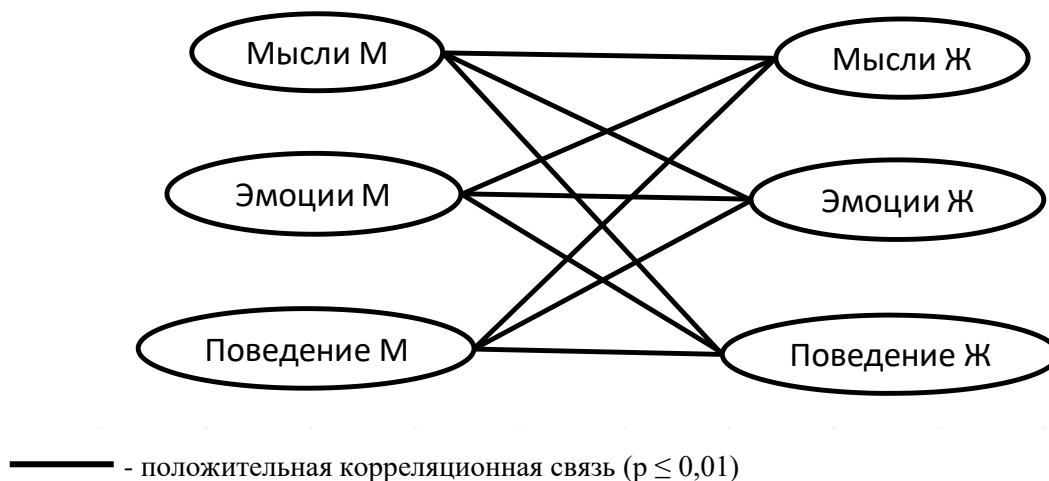
*Рис. 7. Система взаимосвязей шкал ревности к партнеру между мужчинами и женщинами*

На рисунке 7 видно, что между шкалами ревности мужчин и женщин выявлено только три взаимосвязи. Шкала «беспочвенная ревность» у женщин имеет прямую взаимосвязь с мужской шкалой «беспочвенная ревность» и обратную взаимосвязь со шкалой «отраженная ревность» у мужчин. То есть беспочвенная ревность – взаимное чувство, и кроме того, чем более выражена ревность у женщин, не имеющая под собой реальной основы, тем менее свойственна мужчинам ревность от собственных тенденций к неверности.

Прямая взаимосвязь обнаружена между женской шкалой «манипулятивная ревность» и мужской «ревность от ущемленности». То есть чем чаще женщина проявляет ревность, с целью добиться чего-либо важного

для себя от партнера, тем выше у мужчин ревность от собственной неполноценности и наоборот.

Рассмотрим взаимосвязи мужских и женских показателей «многомерной шкалы ревности» (рис. 8).



*Рис. 8. Система взаимосвязей шкал ревности к партнеру между мужчинами и женщинами.*

На рисунке 8 видно, что все шкалы ревности мужчин и женщин имеют сильную положительную взаимосвязь между собой, образуя тем самым устойчивую систему. Чем сильнее выражены ревностные мысли, эмоции и поведение у мужчин, тем сильнее и у женщин. Можно сказать, что эти стороны ревности взаимные.

### **3.3 Анализ уровневых характеристик психоэмоционального благополучия**

Для изучения психоэмоционального благополучия нами использовались методики «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (в адаптации Л.В. Жуковской, Е.Г. Трошихиной); «Шкала счастья» М. Фордеса; Опросник «Склонность к скуке» А. Страка; Опросник «Смысл в

жизни» М. Стегера. Средние значения показателей по данным методикам представлены в таблицах 6-11.

Таблица 6. Средние значения показателей методик на определение психологического благополучия.

Шкала	Мужчины (n= 35)		Женщины (n= 35)		Z - крит.	P
	M	SD	M	SD		
Автономность	32,54	3,76	32,63	4,94	-0,79	0,937
Компетентность	28,80	5,73	30,14	5,72	-0,788	0,431
Личностный рост	35,54	5,56	<b>38,34</b>	4,36	-2,657	<u>0,008</u>
Позитивные отношения	34,03	5,66	34,29	6,42	-0,137	0,891
Жизненные цели	32,83	6,87	35,26	6,22	-1,732	0,083
Самопринятие	33,34	5,46	34,20	5,81	-0,549	0,583
Общий показатель	197,09	25,68	204,86	24,62	-1,597	0,110

Для данной методики разброс значений по каждой шкале составляет от 9 до 45 баллов. Из таблицы 6 видно, что средние значения показателей по выборке от 28,80 (компетентность) до 204,86 (общий показатель) находятся на среднем уровне, кроме шкалы «личностный рост» у женщин, который находится выше среднего значения. Шкалы «автономность», «позитивные отношения», «жизненные цели» в целом одинаково оценивают и мужчины и женщины. Женщины имеют значимо более высокий средний показатель по шкале «личностный рост», по сравнению с мужчинами. То есть женщины больше мужчин стараются реализовать свой потенциал,

Таблица 7. Средние значения показателей «Шкалы счастья» М. Фордеса на определение уровня счастья.

Шкала	Мужчины (n= 35)		Женщины (n= 35)		Z - крит.	P
	M	SD	M	SD		
Настроение	7,17	1,36	6,83	1,56	-1,177	0,239
Счастливым	55,15	21,98	54,66	22,00	-0,054	0,957
Несчастным	17,18	17,14	17,54	10,41	-0,826	0,409
Нейтральный	32,67	25,39	30,83	16,83	-0,325	0,745



Полученные результаты по выборке респондентов соответствуют средним значениям для шкал методик. В данной выборке респонденты мужского пола в среднем оценивают уровень счастья, как ощущение себя «умеренно счастливый», а женщины, как «слегка счастливый», то есть на позицию меньше по сравнению с мужчинами. Большую часть времени респонденты ощущают себя счастливыми, при этом мужчины ощущают себя немного счастливее женщин. Ощущают себя нейтрально меньшую часть времени и как самое непродолжительное респонденты оценили время ощущения себя несчастными, при том у мужчин данное значение немного превышает значение у женщин. Статистически значимых различий у данной выборки не обнаружено.

Таблица 8. Средние значения показателей опросника «Склонность к скуке»  
А. Страха на выявление склонности к скуке.

Шкала	Мужчины (n= 35)		Женщины (n= 35)		Z - крит.	P
	M	SD	M	SD		
Склонность к скуке	18,34	6,06	18,43	5,34	-0,386	0,700

Для данной методики разброс значений по шкале составляет от 5 до 40 баллов. Из таблицы 8 видно, что среднее значение «склонности к скуке» находится на одном, близком к низкому, уровне у мужчин и у женщин. Респондентам в целом не свойственно чувство скуки.

Таблица 9. Средние значения показателей опросника «Смысл в жизни» М. Стегера на выявление актуального смысла жизни и к его поиску.

Шкала	Мужчины (n= 35)		Женщины (n= 35)		Z - крит.	P
	M	SD	M	SD		
Наличие смысла	25,46	7,01	23,80	7,07	-0,208	0,227
Поиск смысла	20,60	8,28	22,83	7,58	-1,085	0,278

Средние значения по опроснику «Смысл в жизни» могут находиться в пределе от 5 до 35 баллов. Из таблицы 9 видно, что мужчины в большей

степени понимают смысл жизни, а женщины направлены больше на его поиск.

Далее рассмотрим личностные особенности мужчин и женщин. В исследовании использовались методики: «Многомерная шкала любопытства» Т. Кашдана и «Шкала враждебности Кука–Медлей». Полученные результаты представлены в таблицах 10 и 11.

Таблица 10. Средние значения показателей «Многомерная шкала любопытства» Т. Кашдана

Шкала	Мужчины (n= 35)		Женщины (n= 35)		Z - крит.	P
	M	SD	M	SD		
Радостное исследование	21,00	4,67	21,34	4,07	-0,466	0,641
Чувствительность к депривации	16,83	4,92	18,51	4,39	-1,603	0,109
Стрессоустойчивость	<b>19,20</b>	4,48	16,74	5,18	-2,031	<u>0,042</u>
Поиск острых ощущений	15,00	4,73	13,37	4,97	-1,414	0,157
Явное социальное любопытство	17,09	5,09	<b>19,66</b>	4,12	-2,340	<u>0,019</u>
Скрытое социальное любопытство	16,31	4,99	18,11	5,26	-1,334	0,182
Общее любопытство	105,43	17,97	107,74	14,09	-0,713	0,476

По методике на выявление любопытства значения шкал могут находиться в рамках от 4 до 28 баллов и общий показатель от 24 до 168 баллов. Из таблицы 10 видно, что у мужчин и у женщин высокие средние показатели обнаружены по шкале «радостное исследование», а наиболее низкие по шкале «поиск острых ощущений». То есть мужчины и женщины по данной выборке, в целом, обладают большим глубоким интересом к миру и меньше всего готовы рисковать ради получения ярких переживаний.

Статистически значимые различия обнаружены по шкалам «стрессоустойчивость» и «явное социальное любопытство». Женщины в большей степени обладают «явным социальным любопытством», а мужчины «стрессоустойчивостью», то есть мужчины больше могут справляться с

беспокойством, а женщины больше говорят с людьми, слушают их и наблюдают за ними, с целью понять, о чем они думают.

Таблица 11. Средние значения показателей методики «Шкала враждебности Кука–Медлей»

Шкала	Мужчины (n= 35)		Женщины (n= 35)		Z - крит.	P
	M	SD	M	SD		
Цинизм	61,40	9,89	57,66	11,75	-1,471	0,141
Агрессивность	32,66	6,89	31,60	5,61	-0,599	0,549
Враждебность	19,20	4,93	19,63	4,54	-0,515	0,607

Для анализа полученных по шкалам результатов используем нормативные значения авторов методик:

- Агрессивность 30-45 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому;
- Враждебность 18-25 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому;
- Цинизм 40-65 баллов – средний показатель с тенденцией к высокому.

Сравнение полученных средних значений по шкалам методик с нормативными данными показывает, что у респондентов (у мужчин и женщин), средний, с тенденцией к высокому, уровень выраженности агрессивности, враждебности и цинизма.

Таким образом, респонденты в целом, в некоторой степени склонны испытывать чувства раздражения, неприязни, злости по отношению к окружающим, в поведении способны иногда гневно реагировать, обострять конфликтные ситуации, но при этом способны принимать во внимание и считаться с мотивами поведения других людей, не подвергать их упрощению. Значимых гендерных различий не обнаружено.

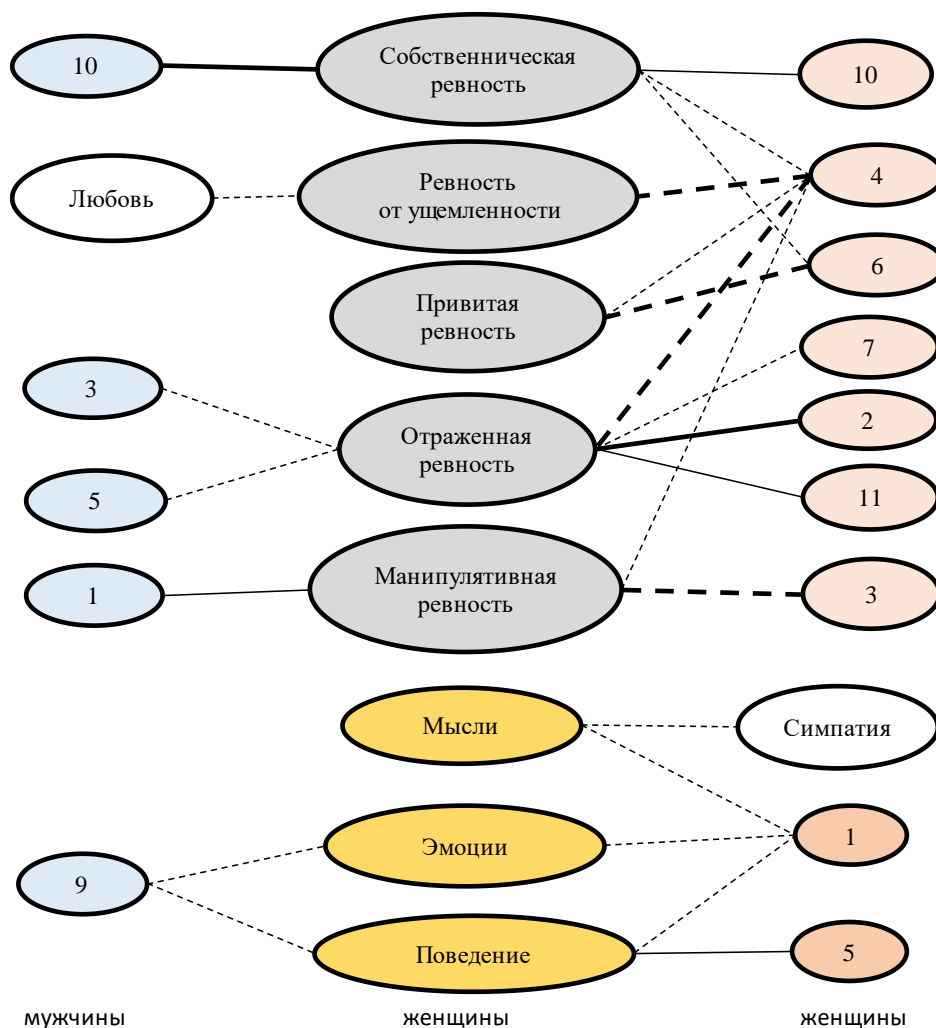


Шкала «ревность от ущемленности» у мужчин прямо коррелирует со шкалой «наличие измен со стороны партнера» (мужская) и «шкалой симпатии» (женская), а также обратно коррелирует со шкалой «степень выраженности негативных эмоций в отношениях с партнером» (женская). Это означает, что чем выше ревность у мужчины от чувства неполноценности, тем более он склонен считать, что партнерша не изменяет, а женщина меньше симпатизирует, восхищается и уважает его и чаще испытывает негативные чувства при общении.

«Отраженная ревность» отрицательно, а шкала «мысли» положительно связаны с мужской шкалой «допустимость для партнерши наличия нескольких партнеров». Если мужчина допускает, что у супруги могут быть другие партнеры, то ему более свойственна отражённая ревность, т. е. собственные тенденции к неверности он приписывает своей партнёрше. Если же мужчина считает, что у супруги не может быть других партнеров, то ему более свойственны тревожные мысли и подозрения, что у нее могут появиться близкие отношения с другим мужчиной.

Отрицательная взаимосвязь обнаружена между шкалой «собственническая ревность» и «допустимость для партнера наличия нескольких партнеров» (женская). Чем больше мужчина ревнует от нежелания делить свою партнершу с другими, тем с большей вероятностью женщина допускает наличие у него других партнерш.

По сравнению с мужчинами, у женщин обнаружено больше взаимосвязей с самооценочными шкалами (рис. 10). У женщин все виды ревности отрицательно связаны с самооценочной шкалой «степень ревности к партнеру», что говорит о том, что женщины осознают наличие у себя данных чувств. Больше всего связей выявлено у *отраженной ревности*, она отрицательно взаимосвязана с мужскими шкалами «степень выраженности негативных эмоций в отношениях с партнером» и «степень ревности партнера».



Условные обозначения:

- 1 – степень любви к партнеру
- 2 – степень выраженности любви партнера
- 3 – степень выраженности негативных эмоций в отношениях с партнером
- 4 – степень ревности к партнеру
- 5 – степень ревности партнера
- 6 – уровень страха остаться одному (одной), без партнера
- 7 – наличие/отсутствие измен со стороны партнера
- 9 – допустимость наличия нескольких партнеров
- 10 – допустимость для партнера наличия нескольких партнеров
- 11 – степень желания прожить всю жизнь с партнером
- — — — — - положительная корреляционная связь ( $p \leq 0,05$ )
- — — — — - положительная корреляционная связь ( $p \leq 0,01$ )
- - - - - - - - отрицательная корреляционная связь ( $p \leq 0,05$ )
- - - - - - - - отрицательная корреляционная связь ( $p \leq 0,01$ )

*Рис.10. Система взаимосвязей шкал ревности и удовлетворенности отношениями с партнером у женщин*

Это значит, что чем выше ревность женщины от собственных тенденций к неверности, тем больше негативных эмоций в отношениях испытывает мужчина и считает, что супруга ревнует.

*Отраженная ревность* также коррелирует с женскими шкалами: отрицательно с «наличием измен со стороны партнера» и положительно со шкалами «степень выраженности любви партнера» и «степень желания прожить всю жизнь с партнером». Это говорит о том, что чем более женщина ревнует от собственных тенденций к неверности, тем вероятнее она подозревает партнера в неверности, считает, что он ее не любит и у нее пропадает желание прожить с этим человеком всю жизнь. И наоборот, при меньшей любви и нежелании строить совместную жизнь с мужчиной, женщина может испытывать ревность от собственной склонности к неверности.

«Собственническая ревность» взаимосвязана как с женскими шкалами («уровень страха остаться одной, без партнера», «допустимость для партнера наличия нескольких партнеров»), так и с мужскими («допустимость для партнера наличия нескольких партнеров»). То есть чем сильнее у женщин страх остаться одной, а также взаимно пара не допускает друг для друга наличия других партнеров, тем чаще женщины ревнуют от нежелания делить своего возлюбленного с другими.

У женских шкал «эмоции» и «поведение» существует отрицательная взаимосвязь с мужской шкалой «допустимость наличия нескольких партнеров». То есть чем выше для мужчин допустимость иметь нескольких партнеров, тем выше у женщин ревностное поведение в виде просмотра личных вещей мужчины и недовольство относительно проявления знаков внимания со стороны партнера к другим.

Все три шкалы методики (мысли, эмоции, поведение) образуют отрицательные взаимосвязи с женской шкалой «степень любви к партнеру». Это означает, что чем выше уровень любви женщин к своему мужчине, тем выше у женщин уровень ревностного поведения и мыслей, а также эмоциональное недовольство на проявления флирта и ухаживаний за другими девушками со стороны партнера.

Отрицательные корреляции также обнаружены между женскими шкалами «мысли» и «шкала симпатии» и между женскими шкалами «поведение» и «степень ревности партнера». То есть чем выше у женщин симпатия к своему мужчине, тем больше они прокручивают ревностные мысли в своей голове, и чем больше женщина ревнует своего партнера, тем больше это проявляется в её поведении, то есть она может проверять местонахождение возлюбленного, расспрашивать его о предыдущих отношениях.

### **3.5 Взаимосвязь показателей ревности и психоэмоционального благополучия у мужчин и женщин**

Далее рассмотрим взаимосвязи показателей психоэмоционального благополучия с показателями ревности по опроснику «Определение типа ревности» А.Ю. Чичаевой, и методике «Многомерная шкала ревности» М. Пфейффер (MJS) у мужчин и женщин. Полученные результаты представлены на рисунках 11-12.

Мужская шкала «ревность от ущемленности» имеет пять взаимосвязей с мужскими шкалами психологического благополучия: положительные со шкалами «автономность», «позитивные отношения», «самопринятие», «личностный рост» и отрицательную со «склонностью к скуке» (рис. 11). Чем ниже уровень психологического благополучия мужчины, тем больше мужчина ревнует свою партнершу от чувства собственной неполноценности, ущербности и низкой самооценки.

«Собственническая ревность» отрицательно коррелирует со шкалой «личностный рост» у женщин. При большей заинтересованности женщин в реализации потенциала и личностном развитии, у мужчин более выражена ревность от нежелания делить свою партнёршу с другими.





выдуманные измены возлюбленной. А также чем ниже у женщин эффективное использование возможностей, предоставляемых средой, тем выше мужская ревность с целью добиться от партнера чего-либо важного для себя.

Мужская шкала «поведение» взаимосвязана со шкалой психологического благополучия «личностный рост» и «нейтральным» настроением. То есть чем больше мужчина реализует свой потенциал, познает себя и меньшую часть времени испытывает нейтральное настроение, тем чаще мужчина проявляет ревностное поведение.

Шкалы «мысли» и «эмоции» коррелируют с мужскими шкалами «нейтральный» и «счастливый» и с женской шкалой «склонность к скуке». Чем больше мужчины счастливы и чувствуют себя нейтрально, тем чаще у них возникают ревностные мысли и недовольство относительно проявления знаков внимания со стороны возлюбленной к другим, при этом их партнерши реже склонны к скуке.

На рисунке 12 представлены взаимосвязи женских шкал ревности с составляющими психоэмоционального благополучия у мужчин и женщин.

По сравнению с мужчинами, у женщин обнаружено меньше взаимосвязей со шкалами психоэмоционального благополучия. Так, у женщин только шкалы «автономность» и «позитивные отношения» связаны положительно с разными типами ревности. Женские шкалы «ревность от ущемленности», «отраженная ревность» и «привитая ревность» взаимосвязаны со шкалой «автономность». Чем менее женщины автономны и более зависимы от мнения других людей, тем чаще они испытывают три вида ревности: от чувства собственной неполноценности, привитую ревность, т. е. ревность под влиянием социальных установок и ревность от собственной склонности к изменам. «Отраженная ревность», кроме автономности, имеет положительные связи и с мужскими шкалами психологического благополучия: «компетентностью» и «жизненными целями».



Шкалы «эмоции» и «мысли» отрицательно коррелируют со шкалами «счастливый» мужчин и женщин, и положительно – со шкалой «нейтральный» мужчин. Чем чаще партнеры чувствуют себя счастливо, тем чаще женщин посещают ревностные мысли и проявляются недовольства относительно проявления знаков внимания со стороны возлюбленного к другим. Кроме того, шкала «эмоции» взаимосвязана со шкалой «позитивные отношения» у женщин. То есть чем проще женщине поддерживать доверительные теплые отношения с окружающими, тем чаще она недовольна проявлением знаков внимания со стороны возлюбленного к другим.

Шкала «поведение» у женщин взаимосвязана с мужской шкалой «личностного роста». То есть чем выше у мужчин чувство реализации собственного потенциала, тем реже проявляется ревностное поведение у женщин.

### **3.6 Взаимосвязь показателей ревности с эмоционально-личностными особенностями у мужчин и женщин**

Далее рассмотрим взаимосвязь показателей ревности с личностными особенностями мужчин и женщин (рис. 13, 14).

На рисунке 13 видно, что шкалы ревности у мужчин по опроснику А.Ю. Чичаевой взаимосвязаны в основном с мужскими личностными особенностями, а шкалы по «Многомерной шкале ревности» связаны с личностными особенностями женщин.

В данной выборке у мужчин обнаружены взаимосвязи по всем шкалам ревности по опроснику А.Ю. Чичаевой со шкалой «цинизм». То есть чем выше уровень цинизма, тем выше ревность у мужчин от собственных тенденций к неверности, нежелания делить своего партнера с другими людьми, низкой самооценки, установок, приписывания воображаемых измен и манипулятивной ревности.

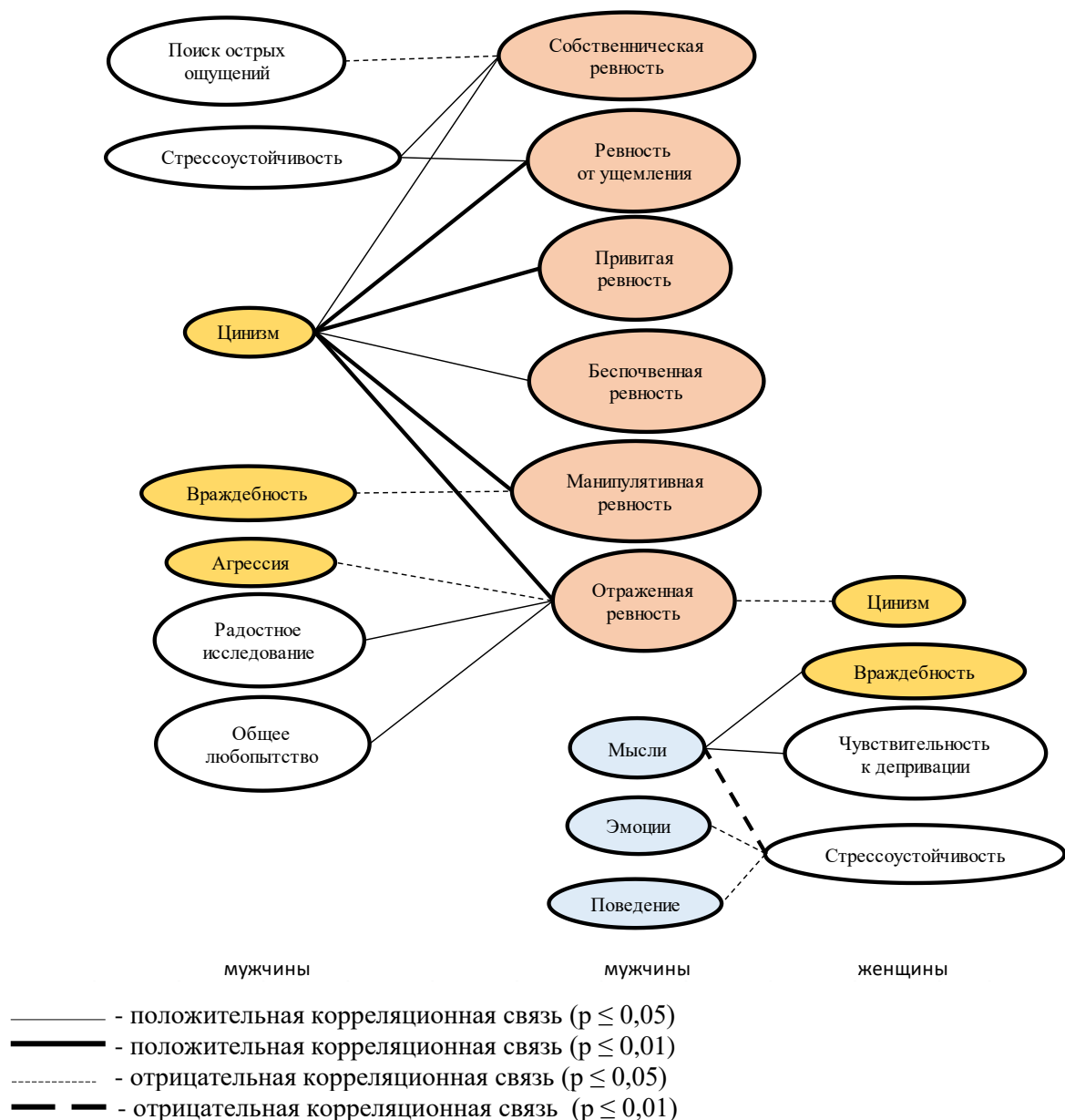


Рис. 13. Система взаимосвязей шкал ревности с личностными особенностями у мужчин.

Больше всего взаимосвязей у мужчин с личностными особенностями имеет шкала «отраженной ревности». Данная ревностная шкала взаимосвязана со шкалой «агрессии» и со шкалами любопытства: «радостное исследование» и «общее любопытство». То есть при увеличении у мужчин агрессивности и уменьшении любопытства, в частности, глубокого интереса к познанию, усиливается ревность от собственных тенденций к неверности и приписывания их партнеру, и наоборот. Кроме того, *отраженная ревность* взаимосвязана с женской шкалой «цинизма», то есть чем больше женщина

цинична, тем больше мужчина ревнует от собственной склонности к изменам.

У мужчин «собственническая ревность» и «ревность от ущемленности» положительно взаимосвязаны с показателем «стрессоустойчивости». Это означает, что чем лучше мужчины справляются с беспокойством, тем менее выражены два вида ревности: от нежелания делить своего партнера с друзьями, родственниками и т.д. и от чувства собственной неполноценности. Также значимая обратная взаимосвязь обнаружена между *собственнической ревностью* и *поиском острых ощущений*. То есть мужчины, склонные к рискованному поведению, больше ревнуют партнершу к другим людям (друзьям, родственникам), и наоборот.

*Манипулятивная ревность* коррелирует со шкалой «враждебности» у мужчин. То есть чем выше уровень негативных установок по отношению к другим людям, тем больше у мужчин ревность с целью добиться желаемого.

Мужские шкалы «эмоции», «мысли» и «поведение» имеют обратную взаимосвязь с женской шкалой «стрессоустойчивости». Чем больше женщины способны справляться с беспокойством, тем больше мужчина проявляет ревностное поведение, недоволен проявлением знаков внимания со стороны возлюбленной к другим и тем более ему свойственны тревожные мысли.

Шкала «мысли» (мужчины) положительно коррелирует также с женскими шкалами «враждебность» и «чувствительность к депривации». Это означает, что чем меньше у женщины чувствительности к пробелам в знаниях и меньше враждебности, тем чаще его посещают тревожные мысли о неверности партнерши.

На рисунке 14 видно, что шкалы ревности у женщин обладают взаимосвязью со шкалами любопытства и враждебности. Женские шкалы методики «Многомерной шкалы ревности» М. Пфейффер имеют взаимосвязи только с женскими личностными чертами.



- - положительная корреляционная связь ( $p \leq 0,05$ )
- - положительная корреляционная связь ( $p \leq 0,01$ )
- ..... - отрицательная корреляционная связь ( $p \leq 0,05$ )

*Рис. 14. Система взаимосвязей шкал ревности с личностными особенностями у женщин.*

У женщин, как и у мужчин, все шкалы ревности по опроснику А.Ю. Чичаевой имеют сильную корреляционную взаимосвязь со шкалой «цинизм». То есть чем выше пренебрежительное отношение к нормам культуры и морали, тем выше ревность у женщин от собственных тенденций к неверности, нежелания делить своего партнера с другими людьми, низкой

самооценки, установок, приписывания воображаемых измен и манипулятивной ревности.

Взаимосвязь обнаружена между женской шкалой «ревность от ущемленности» и мужской шкалой «поиск острых ощущений». То есть чем больше возлюбленный готов рисковать ради разнообразных ярких переживаний, либо осуществлять риски в финансовом плане, тем больше женщина ревнует его от собственной неполноценности.

Шкалы «беспочвенная ревность» и «манипулятивная ревность» образуют взаимосвязь со шкалой «скрытое социальное любопытство» у женщин. «Беспочвенная ревность» у женщин также коррелирует с мужской шкалой «скрытое социальное любопытство». То есть чем больше мужчины и женщины слушают и наблюдают за людьми, чтобы понять как они действуют, тем больше женщины ревнуют от выстраивания воображаемых измен партнера. Кроме того, чем больше выражена ревность у женщины, с целью достижения собственной выгоды, тем больше она испытывает интерес к чужому мнению и наоборот, чем больше женщина интересуется чужим мнением, тем больше она ревнует для достижения личной выгоды.

Женская шкала «привитой ревности» отрицательно взаимосвязана с личностной шкалой «агрессивность». То есть чем больше женщина агрессивна, тем больше она ревнует от столкновения с изменами или от социальных установок.

Шкалы «поведение» и «мысли» положительно взаимосвязаны с женской шкалой «чувствительность к депривации». Это значит, что чем больше женщина умеет заметить недостаток знаний относительно чего-либо, тем ниже у нее вероятность прокручивания мыслей относительно неверности и реже проявляется ревностное поведение, например, просмотра личных вещей.

Ревностные шкалы «мысли» и «эмоции» у женщин коррелируют со шкалой «стрессоустойчивость». То есть чем выше стрессоустойчивость у женщин, тем больше у нее мыслей относительно неверности партнера и



расстройств из-за проявления внимания к другим со стороны партнера. Возможно, это связано с такой чертой личности, как критичность или связано с навязчивыми мыслями, но это требует дальнейшей проверки. Шкала «эмоции» также взаимосвязана со шкалой любопытства «радостное исследование» и «враждебностью». Чем меньше у женщин негативной установки к другим людям, а также желания узнать, то чего не знали, тем больше они недовольны относительно проявления знаков внимания возлюбленного к другим.

### **3.7 Обсуждение результатов исследования**

На основании проведенного исследования можно сказать следующее.

Респонденты в целом высоко оценивают свое чувство любви к партнеру, дорожат отношениями и низко оценивают свою и партнера склонность к изменам. Самооценочные шкалы мужчин и женщин сильно взаимосвязаны, что говорит о взаимосвязи мнений по поводу взаимоотношений. Выявлено, что чем более выражена любовь и позитивные чувства, тем сильнее желание прожить вместе всю жизнь, как у мужчин, так и у женщин, а выраженность негативных эмоций снижает чувство любви в паре.

Что касается ревности, то она не является взаимным чувством, может быть выражена только у одного партнера, при этом респонденты хорошо осознают, насколько его ревнует партнер. У мужчин, чем сильнее, по их мнению, ревность партнерши, тем сильнее негативные эмоции по отношению к ней, меньше любви и желания вместе с ней прожить жизнь, и выше оценка собственной ревности. У женщин оценка силы ревности не связана с другими самооценочными характеристиками.

Что касается измен, то чаще изменяют те мужчины, которые считают, что партнерша проявляет к ним недостаточно любви. А женщины чаще

изменяют, если считают, что в этих отношениях уже нет любви друг к другу, и допускают наличие других партнерш у мужчины.

Было обнаружено, что в целом респондентам свойственна ревность в незначительной степени. У женщин значимо больше выражена ревность от ощущения собственной неполноценности и от собственной тенденции к изменам, по сравнению с мужчинами.

У женщин все типы ревности образуют единую систему. В то время как у мужчин, собственническая ревность и манипулятивная являются отдельными типами, а остальные взаимосвязаны. При этом шкала *привитой ревности* системообразующая, она обладает положительной взаимосвязью с *ревностью от ущемленности, беспочвенной, и отраженной*. Чем выше привитая ревность, тем выше и необоснованная, отраженная, беспочвенная и ревность от ущемленности.

Ревность мужчин и женщин между собой слабо взаимосвязана. Беспочвенная ревность является взаимным чувством. Чем более выражена у женщины манипулятивная ревность, тем более выражена у мужчины ревность от ущемленности. В остальном ревность не взаимное чувство в паре.

В отношении «Многомерной шкалы ревности» М. Пфейффер (MJS) выявлено что мысли, чувства и поведение образуют целостную непротиворечивую систему. Шкалы опросника тесно взаимосвязаны как отдельно для группы мужчин и женщин, так и между мужчинами и женщинами. Выявлено, что для мужчин в большей степени характерно испытывать ревностные мысли, чем для женщин.

Психоэмоциональное благополучие респондентов находится на среднем уровне. У женщин значимо выше направленность на личностный рост, по сравнению с мужчинами.

В отношении личностных характеристик выявлено, что у респондентов средний с тенденцией к высокому, уровень агрессии, враждебности и цинизма. Из показателей любопытства более выражен интерес к познанию и

менее – готовность рисковать ради получения ярких переживаний. Женщины в большей степени обладают явным социальным любопытством, а мужчины стрессоустойчивостью, то есть мужчины больше могут справляться с беспокойством, а женщины больше говорят с людьми, слушают их и наблюдают за ними, с целью понять, о чем они думают.

Исследование взаимосвязи ревности с самооценочными шкалами показало, что у женщин, в отличие от мужчин, многие типы ревности (привитая, отраженная, манипулятивная, ревность от ущемленности) взаимосвязаны с субъективным ощущением ревности к партнеру, то есть женщины осознают у себя наличие ревности, а мужчины нет.

Анализ взаимосвязей типов ревности показал, что чем выше уровень любви к партнерше и более выражена взаимная симпатия в паре, тем менее свойственна мужчине ревность, обусловленная установками. Кроме того, чем выше ревность у мужчины от чувства неполноценности, тем более он склонен считать, что партнерша не изменяет, а женщина меньше симпатизирует, восхищается и уважает его и чаще испытывает негативные чувства при общении. То есть ревность от низкой самооценки у мужчин ухудшает отношения, и испытывая данный тип ревности, мужчина, вероятно, включает защитный механизм и верит в то, что женщина не изменяет ему.

Если мужчина считает, что у возлюбленной не может быть других партнеров, то ему более свойственны тревожные мысли и подозрения, что у нее могут появиться близкие отношения с другим мужчиной. Чем больше мужчина ревнует от нежелания делить свою партнершу с другими, тем с большей вероятностью женщина допускает наличие у него других партнерш.

Исследование показало, что чем выше для мужчин допустимость иметь нескольких партнерш, тем выше у женщин ревностное поведение в виде просмотра личных вещей мужчины и недовольство относительно проявления знаков внимания со стороны партнера к другим.

Относительно взаимосвязей ревности с психоэмоциональным благополучием обнаружено, что в группе женщин меньше взаимосвязей.

Есть взаимосвязи только со шкалами «автономность» и «позитивные отношения». Чем менее женщины автономны и более зависимы от мнения других людей, тем чаще они испытывают три вида ревности: от чувства собственной неполноценности, привитую ревность и от собственной тенденции к изменам. У мужчин, чем ниже уровень психологического благополучия, тем сильнее выражен один тип ревности – ревность от ущемленности: чувства собственной неполноценности, ущербности и низкой самооценки.

Важно отметить, что опросник «Многомерной шкалы ревности», в отличие от опросника «Определение типа ревности», обладает взаимосвязями со шкалами настроения М. Фордиса. Практически, чем большую часть времени респонденты чувствуют себя счастливыми, тем больше ревностных эмоций и мыслей у них.

Анализ взаимосвязей ревности с эмоционально-личностными характеристиками показал, что шкала «цинизм» коррелирует со всеми типами ревности как у мужчин, так и у женщин. То есть чем выше уровень цинизма, тем выше собственническая, отраженная, манипулятивная, привитая, беспочвенная ревность и ревность от ущемления. У мужчин больше всего связей имеет *отраженная* ревность, причем данный тип взаимосвязан как с агрессивностью, так и с любопытством, в свою очередь, стрессоустойчивость взаимосвязана с двумя типами ревности: *собственнической* и *ревностью от ущемленности*. У женщин больше всего связей обнаружено по шкале *скрытого социального любопытства*. Оно положительно взаимосвязано с *беспочвенной* и *манипулятивной ревностью*.

## ВЫВОДЫ

1. Респонденты в целом высоко оценивают свое чувство любви к партнеру, дорожат отношениями и низко оценивают свою и партнера склонность к изменам, хорошо осознают, насколько их ревнует партнер. В целом у респондентов, чувства ревности выражены в незначительной степени. Женщинам значимо более свойственна ревность от ущемленности и отраженная, а мужчинам – ревностные мысли.
2. Ревность не является взаимным чувством, может быть выражена только у одного партнера. У женщин все виды ревности связаны с самооценочной шкалой «степень ревности к партнеру», т. е. женщины осознают наличие у себя ревностных чувств, а мужчины не осознают.
3. Чем выше ревностные мысли у мужчин и женщин, тем выше эмоциональные переживания ревности и больше проявляется ревностное поведение: проверка личных вещей партнера, его местонахождения.
4. Чем ниже уровень психологического благополучия мужчины, тем больше мужчина ревнует свою партнершу от чувства собственной неполноценности, ущемленности и низкой самооценки.
5. Чем менее женщины автономны и более зависимы от мнения других людей, тем чаще они испытывают три типа ревности: от чувства собственной неполноценности, привитую ревность, т. е. ревность под влиянием социальных установок и ревность от собственной склонности к изменам.
6. Среди личностных характеристик у респондентов (мужчин и женщин) средний, с тенденцией к высокому уровню, уровень выраженности агрессивности, враждебности и цинизма. Женщины в большей степени обладают «явным социальным любопытством», а мужчины «стрессоустойчивостью», то есть мужчины больше могут справляться с

беспокойством, а женщины больше говорят с людьми, слушают их и наблюдают за ними, с целью понять, о чем они думают.

7. Чем выше уровень цинизма у мужчин и женщин, тем выше ревность от собственных тенденций к неверности, нежелания делить своего партнера с другими людьми, низкой самооценки, установок, приписывания воображаемых измен и манипулятивной ревности.
8. У мужчин больше всего взаимосвязей с личностными особенностями (агрессивность и любопытство) имеет отраженная ревность, а у женщин недовольство, относительно проявления внимания к другим со стороны мужчины, взаимосвязано с такими личностными чертами, как враждебность, стрессоустойчивость и любознательность.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данное исследование было направлено на изучение ревности и взаимосвязи ревности с особенностями личности и психоэмоциональным благополучием. В исследовании приняло участие 70 человек из них 35 мужчин и 35 женщин в возрасте от 20 до 30 лет, с продолжительностью отношений от 4 до 84 месяцев.

На основе проведенного исследования, можно сделать вывод, что опросники «Определения типа ревности» и «Многомерная шкала ревности» изучают различные аспекты ревности. Опросник Пфайффер взаимосвязан с настроением, а опросник Чичаевой с цинизмом.

Сравнительный анализ уровневых и структурных характеристик ревности у мужчин и женщин, показал, что в целом ревность не высокая. У женщин значимо больше выражена ревность от ощущения собственной неполноценности и от собственной тенденции к изменам. Мужчинам в большей степени свойственны ревностные мысли. Беспочвенная ревность является взаимным чувством, а манипулятивная ревность у женщин положительно коррелирует с ревностью от ущемленности у мужчин, что частично подтверждает гипотезу. В остальном ревность не взаимное чувство в паре.

Изучены взаимосвязи параметров ревности с компонентами психологического благополучия и личностными особенностями. Оказалось, что цинизм сильно коррелирует с типами ревности. Кроме того, изучены взаимосвязи параметров ревности между мужчинами и женщинами, состоящими в отношениях. Подтвердилась гипотеза о том, что чем выше психоэмоциональное благополучие, тем ниже ревность у мужчин. У женщин данная гипотеза не подтвердилась.

Гипотеза о том, что ревность положительно взаимосвязана с враждебностью и социальным любопытством подтверждена относительно

женщин. У мужчин подтвердилась вторая часть гипотезы о том, что ревность отрицательно взаимосвязана со стрессоустойчивостью и любознательностью.

Результаты данной работы могут применяться в индивидуальном и семейном консультировании, также могут использоваться в курсе гендерной и семейной психологии, психологии личности, эмоций и др.

Одним из направлений дальнейшего исследования может стать изучение особенностей проявления ревности в зависимости от продолжительности отношений, изучение ревности с защитными механизмами личности и другими чертами личности, например, дружелюбием и общительностью.



## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аванесян М.О., Башмакова Я.П. Исследование эксплицитных и имплицитных представлений о любопытстве // Вестник СПбГУ. Психология и педагогика. 2017. Т.7. Вып. 3. С. 235–248.
2. Андреева Т.В. Психология современной семьи. СПб.: Речь, 2005. 436 с.
3. Аригунова Е.В. Потенциал феномена скуки // Вестник Томского государственного университета. 2013. № 368. С.34–36.
4. Большой толковый словарь русского языка / Гл. ред. С.А.Кузнецов. СПб.: Норинт, 2000. 1535 с.
5. Виноградова Г.А. Никитина Н.Р. Причины неудовлетворенности супругов браком // Вектор науки тольяттинского государственного университета. Серия: педагогика, психология. 2018. С. 25–30. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32682614> (дата обращения: 25.11.2020).
6. Бреслав Г.М. Ревность в любовных отношениях в среднем возрасте: спасение или разрушение? // Природно-психологический журнал. 2016. №2 (22). С. 38–48.
7. Волкова А.Н. Опыт исследования супружеской неверности // Вопросы психологии. 1989. № 2. С. 513–520.
8. Вострокнутов Н.В. Агрессивное поведение детей и подростков и социально-психологическая личностная деформация // Дети России: насилие и защита : материалы Всерос. науч-практ. конф. М., 1997. С. 100–108.
9. Глинских Е.С. Взаимосвязь счастья и психологического благополучия с соблюдением нравственных норм у студентов: магистерская диссертация. Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина, Уральский гуманитарный институт, Департамент психологии, Екатеринбург, 2018. 133 с.

10. Головей Л.А., Данилова М.В., Ануфриюк К.Ю. Направленность на саморазвитие в связи с психоэмоциональным благополучием в подростково-юношеском возрасте // Психология субкультуры: феноменология и современные тенденции развития. 2019. С.149–155.
11. Головей Л.А., Данилова М.В., Груздева И.А. Психоэмоциональное благополучие старшеклассников в связи с готовностью к профессиональному самоопределению // Психологическая наука и образование. 2019. Т.24. № 6. С.63–73.
12. Головей Л.А., Манукян В.Р., Трошихина Е.Г. Роль психоэмоционального благополучия в восприятии жизненной ситуации безработными и работающими взрослыми // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27. № 2 (104). С. 27–49.
13. Головей Л.А., Манукян В.Р., Трошихина Е.Г. Психоэмоциональное благополучие человека в трудных жизненных ситуациях // Вестник российского фонда фундаментальных исследований. Гуманитарные и общественные науки. 2019. №4 (97). С. 90–102.
14. Головей Л.А., Ященко Т.Т. К вопросу о структуре психоэмоционального благополучия взрослых // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие. 2016. Т. 2 С. 293–294.
15. Данилова Т.Н., Тимощук И.Г. Ревность глазами ревнивца / Ученые записки крымского инженерно-педагогического университета. Серия: педагогика, Психология. 2018. С. 46–50.
16. Дмитриева, Н.В. Зависть и связанные с ней виды психологических защит // Философия образования. НГПУ, 2009. № 2 (27). С.234–242.
17. Евдокимов О.А., Сирица П.И. Психологические особенности проявления ревности у студенческой молодежи // Состояние здоровья: медицинские, социальные и психолого-педагогические аспекты: сборник научных трудов VI Международной научно-практической интернет-конференции (Чита 2015 г.). 2015. С.98–103.

18. Ениколопов С.Н. Актуальные проблемы психологии агрессивного поведения // Прикладная юридическая психология. 2010. № 2. С.37–47.
19. Ермакова З.А., Каргина А.Е. Ревность как психологический барьер в отношениях // Science Time. 2015. №3 (15). С.172–175.
20. Заславская Т.М., Гришин А.Г. Ревность и измена как феномены супружеской жизни. Как их избежать? М., 1992. 128 с.
21. Изард К. Психология эмоций. СПб.: Питер, 2006. 460 с.
22. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. 752 с.
23. Ильин Е. П.. Психология индивидуальных различий. СПб.: Питер, 2011. 701 с.
24. Ильин, Е. П. Психология зависти, враждебности, тщеславия. СПб.: Питер, 2014. 509 с.
25. Карпинский К.В. Смыслжизненные задачи и состояния в развитии личности как субъекта жизни // Сибирский психологический журнал. 2019. № 71. С.79–106.
26. Кляйн М. Зависть и благодарность. Исследование бессознательных источников / Пер. с англ. А. Ф. Усков. СПб.: Б.С.К, 1997.
27. Кон И.С. Психология ранней юности. М.: Просвещение, 1989. 255 с.
28. Куттер П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей / Пер с нем. СПб.: Б.С.К., 1998. 115 с.
29. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы, эмоции. М.: Изд-во Московского ун-та, 1984. 288 с.
30. Лепешко К.В. Когнитивные и эмоциональные детерминанты совладания с ситуацией провокации ревности социального сравнения // 75-я научная конференция студентов и аспирантов Белорусского государственного университета: материалы конф. (г. Минск, 14–23 мая 2018 г.). Минск : БГУ, 2018. С. 544–547.
31. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении. СПб.: Питер, 2009. 320 с.

32. Лихи Р. Васильева А.В. Мишени когнитивно-поведенческой психотерапии при работе с проблемами ревности / Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. 2019. С. 104–111.
33. Мазоха І.С. Індивідуально-психологічні особливості агресивності особистості: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Одеса, 2008. 20 с.
34. Манукян В.Р., Данилова М.В., Жизненные смыслы и психоэмоциональное благополучие подростков и юношей // Психология XXI века. Актуальные проблемы современной психологии: материалы XIII международной научно-практической конференции. СПб.: ЛГУ им. А.С. Пушкина, 2017. С. 24–29.
35. Манукян В.Р. Психоэмоциональное благополучие личности: дифференциально-психологические аспекты // Ананьевские чтения-2018 Психология личности: традиции и современность. 2018. С 220–221.
36. Майерс, Д. Социальная психология. СПб.: Питер, 1997. 688 с.
37. Международная классификация болезней МКБ-10. Электронная версия. <http://www.mkb10.ru/>
38. Меньшикова Е.А. О психолого-педагогической природе любопытства и любознательности детей // Вестник ТомГУ. 2009. № 1 (79). С.88–92.
39. Мироненко А.К. Представления об измене молодых супругов // Вестник психологии и педагогики алтайского государственного университета. 2016. №4. С.131–136.
40. Обносов В.Н., Веселовская А.С., Влияние психических состояний на развитие личности ребенка // Наука и образование. 2019. Т. 2. №. 4. 23 с.
41. Опекина Т.П., Голубева А.А. Переживание ревности в близких отношениях и психологическое благополучие взрослых мужчин и женщин // Вестник омского университета. Серия: психология. 2020. № 4. С. 53–59.
42. Опекина Т.П. Переживание скуки в близких отношениях молодых взрослых как индикатор снижения их психологического благополучия //

- Психосоциальная адаптация в трансформирующемся обществе: субъект-субъектная коммуникация как фактор социализации индивида: материалы V Международной научной конф. (Минск, 2020 г.). Минск : БГУ, 2020. С. 182–188.
43. Першина К.В. Ревность как психологический барьер в отношениях // Международный научный журнал Вестник науки. 2009. Т. 1. № 8 (17). С. 18–20.
44. Першина К.В. Стресс в романтических отношениях // Наука и образование: сохраняя прошлое, создаём будущее / Отв. ред. Гуляев Г.Ю. 2019. С. 218–220. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41491212> (дата обращения: 25.11.2020)
45. Петунова С.А. Влияние статуса безработного на психоэмоциональное благополучие личности // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. 2007. № 3. 70 с.
46. Платонов К.К. Структура и развитие личности. М.: Наука, 1986. 256 с.
47. Прохорова О.Г. Основы психологии семьи и семейного консультирования: учебное пособие. М.: ТЦ Сфера, 2005. 224 с.
48. Ратнер Е. Инфернальный круг ревности // Psychologies. 2007. № 21. С. 76–81.
49. Рохина Е.В. Психологические факторы предрасположенности к скуке: дис. ... канд. психол. наук. 2020. 212 с.
50. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2000. 712 с.
51. Свияш А.Г. Карма. Жизнь без конфликтов. СПб.: Питер, 2001. 224 с.
52. Савельев Н.В. Кармаэнергетические вампиры. М.: Агентство "Фаир", 1998. 416 с.
53. Севостьянов Р.А. Ревность как мотив совершения преступления // Вопросы российского и международного права. 2018. Т. 8. № 7А. С. 128–134.
54. Сидненко А.А. Взаимосвязь между личностными особенностями и собственными представлениями о проявлениях ревности у юношей и

- девушек // Тенденции развития науки и образования. 2019. №51(2) С. 44–49.
55. Сунцова Я.С. представления о супружеской измене мужчин и женщин с разным уровнем психологического благополучия // Высшая школа: научные исследования. 2019. С. 92–101.
56. Трошихина Е.Г. Манукян В.Р. Тревожность и устойчивые эмоциональные состояния в структуре психоэмоционального благополучия // Вестник СПбГУ. Психология и педагогика. 2017. Т. 7. № 3. С. 221–223.
57. Трошихина Е.Г., Манукян В.Р., Данилова М.В. Направленность на саморазвитие как предиктор психоэмоционального благополучия подростков и взрослых // Вестник пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2019. № 1. С.94–105.
58. Фароян Г. Д. Факторы, влияющие на проявления ревности // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. 2018. № 4. С. 29–36.
59. Федусенко А.В. Социально-психологические детерминанты представлений о ревности // Известия Саратовского университета. Новая серия. Сер.: Философия. Психология. Педагогика. 2018. № 3. С. 319–325.
60. Фомина О.О. Межличностные предикторы психологического благополучия // Мир науки, культуры, образования. 2017. № 1 (62). С.226–228. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28395071> (дата обращения: 10.01.2022).
61. Фомина О.О. Факторы и возможные типы психологического благополучия личности // Известия саратовского университета. Новая серия. Серия: акмеология образования. Психология развития. 2016. Т. 2. № 2. С. 168–174.
62. Фурманов И.А. Взаимосвязь стилей привязанности и коммуникационных реакций на ревность в романтических и супружеских отношениях // Право. Экономика. Психология. 2018. № 4 (12). С. 64–73.

63. Фурманов И.А. Половые, возрастные и ролевые различия в коммуникационных реакциях на ситуацию, вызывающую ревность // философия и социальные науки. 2015. С.73–83.
64. Черняева Г.В. Психологическое благополучие современного человека // Психологическое благополучие современного человека. Екатеринбург, 2018. 412 с.
65. Чураев Э.Н. Социально-психологические особенности проявления агрессивности суворовцев и ее психокоррекция: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2005. 24 с.
66. Шилкина И. Б. Исследование агрессивности и субъективного ощущения одиночества у студентов: магистерская диссертация. Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, Уральский гуманитарный институт. Екатеринбург, 2018. 123 с.
67. Barefoot J.C., Developments in the Measurement of Hostility // Hostility, Coping and Health / Ed. H.S. Friedman. Washington: American Psychological Association, 1992. P. 13–31.
68. Berlyne D.E. Conflict, arousal, and curiosity. New York: McGraw-Hill. 1960. 350 p.
69. Bevan J.L., Tidgewell K.D. Relational Uncertainty as a Consequence of Partner Jealousy Expressions // Communication Studies. 2009. Vol. 3. P. 195–218.
70. Bradburn N. The Structure of Psychological well-being. Chicago: Aldine Pub. Co., 1969. 320 p.
71. Buss A.H. The Psychology of Aggression. N.Y.: Wiley and Sons, 1961. 406 p.
72. Buss D.M. The Evolution of Desire: Strategies of Human Mating. NY: Basic Books, 1994. 354 p.
73. Buss D.M., Haselton M. The evolution of jealousy // Trends in Cognitive Sciences. 2005. Vol. 9 (11). P. 506–507. doi:10.1016/j.tics.2005.09.006.

74. Buunk B.P. Personality, Birth Order, and Attachment Styles as Related to Various Types of Jealousy. *Personality and Individual Differences*. 1997. Vol. 23 (6) P. 997–1006.
75. Buunk B. Jealousy in sexually open marriages // *Alternative Lifestyles*. 1981. Vol. 4. P. 357–372.
76. Buunk B. Strategies of jealousy: Styles of coping with extra marital involvement of the spouse // *Family Relations*. 1982. Vol. 31. P. 13–18.
77. Chung M., Harris C. Jealousy as a specific emotion: The dynamic functional model. *Emotion Review*. 2018. № 10(4). P. 272–287.
78. Collins R.P., Litman J.A., Spielberger C.D. The measurement of perceptual curiosity // *Personality and Individual Differences*. V. 36 (5). 2004. P. 1127–1141. [doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00205-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00205-8).
79. Dewey J. *How we think*. New York: Heath. 1910.
80. Dugas M.J., Buhr K., Ladouceur R. *Generalized Anxiety Disorder: Advances in Research and Practice*. New York: Guilford Press. 2004. P. 143–63.
81. Edalati A., Redzuan M. The Relationship between Jealousy and Aggression: A Review of Literatures Related to Wives' Aggression // *European Journal of Scientific Research*. 2010. Vol. 39. № 4. P. 498–504.
82. Fisher C.D. Boredom at work: A neglected concept // *Human Relations*. 1993. № 46. P. 395–417.
83. Gordon A., Wilkinson R., McGown A. The psychometric properties of the Boredom Proneness Scale: An examination of its validity // *Psychological Studies*. 1997. № 42. P.85–97.
84. Grossnickle E.M. Disentangling curiosity: Dimensionality, definitions, and distinctions from interest in educational contexts // *Educational Psychology Review*. 2016. Vol. 28. № 1. P. 23–60.
85. Guerrero L.K. Attachment-style differences in the experience and expression of romantic jealousy // *Personal Relationships*. 1998. Vol. 5. P. 273–291.
86. Guerrero L.K., Andersen P.A. Coping with the green-eyed monster: Conceptualizing and measuring communicative responses to romantic jealousy



- // *Western Journal of Communication*. 1995. Vol. 59. P. 270–304.  
doi:10.1080/10570319509374523
87. Harris M. B. Correlates and characteristics of boredom proneness and boredom  
// *Journal of Applied Social Psychology*. 2000. №30 (3). P.576–598.
88. Hatfield E, Walster G W. *The Social Psychology of Jealousy* // Ed. G. Clanton,  
L. G. Smith. Jealousy. Lanham: Univ. Press of America, 1977. P. 91–100.
89. Hupka R.B. Cultural determinants of jealousy // *Alternative Lifestyles*. 1981.  
Vol. 4. P. 310–356.
90. Hupka R.B. The motive for the arousal of romantic jealousy: its cultural origin  
// *The psychology of jealousy and envy* / ed. P. Salovey. New York, 1991. P.  
252–270.
91. Kingham M., Gordon H. Aspects of morbid jealousy // *Advances in  
Psychiatric Treatment*. 2004. № 10. P. 207–215.
92. Loewenstein G. The Psychology of curiosity. A review and reinterpretation //  
*Psychological Bulletin*. 1994. Vol. 116. № 1. P. 75–98.
93. Martin M., Sadlo G., Stew G. The phenomenon of boredom // *Qualitative  
Research in Psychology*. 2006. № 3. P. 193–211.
94. Mcintosh E.G. Sex differences in boredom proneness // *Psychological reports/  
2006*. № 98 (3). P. 625–626. Doi: 10.2466/pr0.98.3.
95. Rupp D.E., Vodanovich S.J. The role of boredom proneness in self-reported  
anger and aggression // *Journal of Social Behaviour and Personality*. 1997. №  
12 (4). P. 925–936.
96. Salovey P., Rodin J. The Differentiation of Social-Comparison Jealousy and  
Romantic Jealousy // *J. of Personal and Social Psychology*. 1986. Vol. 50. P.  
1100–1112.
97. Sansone C., Smith J.L. Interest and self-regulation: The relation between  
having and wanting to // *Intrinsic and extrinsic motivation* / Ed. C. Sansone, J.  
M. Harackiewicz. San Diego: Academic. 2000. P. 341–372.

98. Silvia P.J., Kashdan T.B. Interesting Things and Curious People: Exploration and Engagement as Transient States and Enduring Strengths // *Social and Personality Psychology Compass*. 2009. Vol. 3(5). P. 785–797.
99. Studak C.M., Workman J.E. Fashion groups, gender, and boredom proneness // *International journal of consumer studies*. 2004. № 28 (1). P. 66–74. Doi: 10.1111/j.1470-6431.2004.00335.x
100. Wagstaff MF, Flores GL. Measures of curiosity: A literature review // *Human resource development quarterly*. 2020. P. 363–389. doi:10.1002/hrdq.21417
101. White G. L. Jealousy and partner's perceived motives for attraction to a rival // *Social Psychology Quarterly* / G. L. White. 1981. Vol. 44. P. 24–30.
102. White G.L. Mullen P.E. *Jealousy: Theory, research, and clinical strategies*. New York: Guilford Press. 1989. 340 p.

АНКЕТА

1. **ФИО (псевдоним)** \_\_\_\_\_
2. **Возраст** \_\_\_\_\_
3. **Пол** \_\_\_\_\_

**Инструкция.** Далее обводите соответствующую точку кружком или зачеркните

**4. Образование** (обведите соответствующую точку кружком или зачеркните)

- Неполное среднее
- Полное среднее
- Среднее специальное
- Незаконченное высшее
- Высшее
- Несколько высших

**5. Вид занятости**

- Студент
- Работающий
- Временно не работающий
- Не работаю
- Другое (укажите) \_\_\_\_\_

**6. Сфера деятельности**

- Техническая
- Гуманитарная
- Сфера услуг
- Военная
- Свой бизнес
- Другое (укажите) \_\_\_\_\_

**7. Семейное положение**

- женат/замужем
- фактический (незарегистрированный) брак
- разведен(а)/живу отдельно
- вдовец/вдова
- в браке не состоял
- другое \_\_\_\_\_

**8. Стаж семейной жизни** \_\_\_\_\_

**9. На данный момент имеете ли Вы постоянного партнёра (спутника жизни)?**

- 1 партнёр
- 2 и более партнёров

**10. Какова продолжительность ваших совместных отношений с партнером?**

\_\_\_\_\_

**11. Наличие у вас братьев и сестер:**

- Нет
- Братья (Количество \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_)
- Сестры (Количество \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_)

**12. Культурные и оздоровительные мероприятия в Вашей жизни (отметить, если указанные виды досуга используются достаточно часто)**

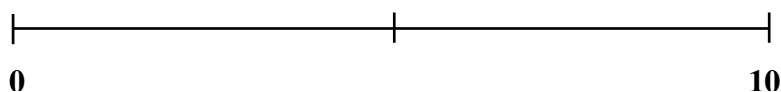
- Нет
- музеи
- театры, концерты, выставки
- кинотеатр
- кафе, ресторан
- спортзал, клубы аэробики, шейпинга и др.;
- бассейн;
- косметические салоны, солярий и др.;
- пешие прогулки, пробежки на свежем воздухе (или лыжи, велосипед и др.).
- походы
- другое \_\_\_\_\_

**13. Ваше отношение к религии**

- религиозен, соблюдаю ритуалы, посещаю церковь (мечеть и т.п.)
- религиозен, иногда соблюдаю ритуалы
- сомневающийся
- верю в высшие силы
- атеист

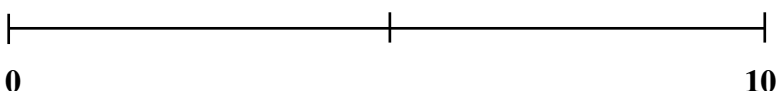
Отметьте пожалуйста на данной шкале: насколько вы любите своего партнера?

*0 – совсем не люблю; 10 – очень сильно люблю.*



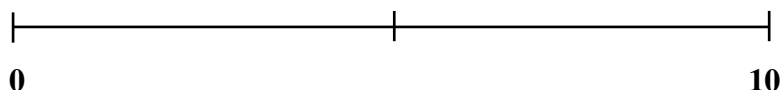
Отметьте пожалуйста на данной шкале: насколько ваш партнер любит вас?

*0 – совсем не любит; 10 – очень сильно любит.*



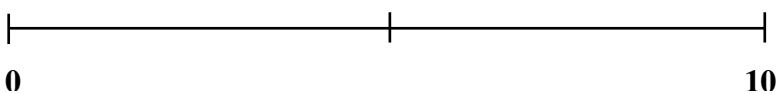
Отметьте пожалуйста на данной шкале: какие эмоции по большей части приносят вам отношения с партнером?

*0 – в основном радость и удовлетворение; 10 – в основном беспокойство и страдания.*



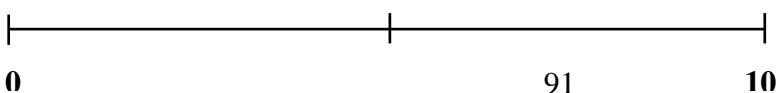
Отметьте пожалуйста на данной шкале: насколько вы ревнуете своего партнера?

*0 – нет совсем; 10 – очень сильно ревную.*



Отметьте пожалуйста на данной шкале: насколько вас ревнует ваш партнер?

*0 – нет совсем; 10 – очень сильно ревнует.*



Отметьте пожалуйста на данной шкале: уровень страха остаться одному (одной), без партнера?

*0 – совсем нет страха; 10 – есть сильный страх.*

