**РЕВНОСТЬ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ БАРЬЕР В ОТНОШЕНИЯХ**

**Ермакова Зоя Алексеевна**

**Каргина Анастасия Евгеньевна**

**ФГБОУ ВПО Кемеровский государственный университет, г. Кемерово**

В современных человеческих отношениях с проблемой ревности сталкиваются огромное количество людей, причины этого состояния обусловлены социальными экономическими и, конечно, психологическими факторами. Актуальность изучения данного феномена представляет собой многогранный аспект, так как исследуется в рамках многих наук, например, таких как, медицина, философия, психология, социология и т. д. Конкретно в психологии, ревность изучается, прежде всего, в разделах семейной психологии, клинической и детской психологии.

В практической психологии ревность во взаимоотношениях является самой острой и часто встречаемой проблемой психолога, согласно статистике, представленной современным психологом Прудниковой Е. В. в статье «Причина конфликтов в семье – ревность» в России ежегодно на почве ревности совершается до тысяч убийств, из них 990 – это убийства мужем жены. Также исследования последних лет показали, что среди тех, кто совершил такие преступления, алкоголики и сумасшедшие составляют лишь около 25%, а абсолютное большинство – здоровые люди [1].

Объяснение ревности социально-психологическими факторами имеет давнюю историю: в классическом психоанализе З. Фрейда ревность характеризуется Эдиповым комплексом, из тех отношений, которые складываются в раннем детстве между ребенком и родителями, а также между детьми (братьями, сестрами). На основе аналитической работы с пациентами З. Фрейд считал, что ревность служит источником ненависти, как у детей, так и у взрослых. Психоаналитическое понимание Эдипова комплекса приводило к признанию того, что по своему характеру глубинное чувство ревности является разрушительным, деструктивным, способствующим возникновению ненависти [2].

Опровергая точку зрения З. Фрейда, психоаналитик К. Хорни различала ревность здорового человека и невротическую ревность. Первая может быть адекватной реакцией на опасность потери чьей-то любви. Невротическая же ревность обусловлена постоянным страхом утратить обладание данным человеком или его любовью. Такой тип ревности, согласно автору, может проявляться со стороны родителей к своим детям, со стороны детей к родителям, между супругами и в любовных отношениях. К. Хорни также описала факторы, сопровождающие тот или иной тип ревности: нормальная ревность сопровождается стремлениями человека опередить соперника и одержать победу в борьбе с ним за объект любви. Патологическая ревность порождает такие бессознательные желания, которые могут вызвать к жизни мысли об устранении не только соперника, но и объект любви [3].

Психологическое понимание ревности дает зарубежный психолог К. Изард. Автор, изучая теорию эмоций, писал, что ревность пробуждает такие фундаментальные эмоции, как страх и гнев. В свою очередь, возможность лишиться любви порождает у человека страх. Любовь, как подчеркивал автор, означает чувство защищённости и безопасности. Эмоция гнева, также представленная в феномене ревности, возникает тогда, когда человек ощущает, что все его попытки вернуть внимание значимого объекта, любовь, чувство безопасности, бесплодны [4].

В понятие ревности как эмоциональной реакции было развито Г. Уайтом. Согласно его концептуальному анализу, ревность состоит из трех компонентов: когнитивный, эмоциональный и поведенческий. С точки зрения Уайта, ревность – это последовательный процесс от познания к эмоциям, затем к поведению. Автор предполагал, что когнитивный компонент ревности имеет место тогда, когда человек узнает об угрозе значимым отношениям. Отрицательные эмоции следуют за реализацией угрозы отношений. Соответственно, данная теория, по сравнению с другими мнениями, является более рациональной моделью: эмоции всегда следуют за когнитивной оценкой угрозы [5].

В отечественной психологии также существуют теоретические взгляды на проблему изучения ревности. Так, согласно Е. П. Ильину: «Ревность – это состояние мучительного сомнения в верности и любви, мучительной зависти к более удачливому» [8]. А. Г .Свияш характеризовал ревность как чувство, возникающее, когда человек относится к другому как к своей собственности [9].

Однако, чаще всего, в трудах психологов можно встретить классификацию данного феномена. Например, Т. М. Заславская и В. А. Гришин, изучая семейные отношения, выделяют следующие типы ревности: собственническая ревность, ревность от ущемленности и обращенная ревность. Следовательно, первый тип характеризуется сильным переживанием измены партнёра с угрозой разрыва отношений. Ревность от ущемленности свойственна обычно людям с тревожно-мнительным характером, неуверенным в себе, с комплексом неполноценности, со склонностью к преувеличению опасности. Источником психологического механизма третьего типа ревности служит проекция собственной супружеской неверности [6].

Развивая теорию ревности, А. Н. Волкова классифицирует реакции ревности по нескольким основаниям, в том числе по типу переживания – активные и пассивные, по интенсивности – умеренные и глубокие, тяжёлые. Также автор предлагает несколько способов преодоления ревности: отвлечение на что-либо значимое для человека; выработка нового взгляда на вещи; поиск собственных ошибок, построение новых отношений с партнёром; обесценивание партнёра и ситуации; в случае распада партнёрства – поиск нового партнёра, изменение образа жизни, формирование других межличностных связей [7].

Таким образом, проблема ревности остается актуальной на сегодняшний день и освещает спектр психологических отношений в целом, такие как отношения между супругами, родителями и детьми, а также отношения между детьми. Помимо этого ревность является центральным звеном в личностных проявлениях, а именно проявлениях эмоций и чувства, поведения и характера. Проанализировав теории отечественных и зарубежных авторов, мы можем сказать, что такой феномен как ревность затрагивает все возрастные категории и проявляется как у мужчин, так и у женщин. Чаще всего проблема ревности отражается в разделе семейной психологии, а точнее отношения между супругами (партнерами). Помимо указанных выше авторов вопрос ревности обсуждался среди таких авторов как, П. Тительман, А. Адлер, Е. Хетфилд, Г. Уолстер, М. Кингхли, Л. М. Фридман, Г. Г. Качук, Д. Я. Райгородский и др.

Список литературы

1. Прудникова, Е. В. Причина конфликтов в семье – ревность [Электронный ресурс]: статья / Прудникова Е. В. – 2011. –URL: http:// www.b17.ru
2. Фрейд, З. Введение в психоанализ[Текст]: лекции // З. Фрейд.– М.: ЭГО, 1991. – 326 с.
3. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени[Текст] / К. Хорни.– СПб.: Питер, 2002. – 224 с.
4. Изард, К. Психология эмоций [Текст] / Изард К. – СПБ.: Питер, 1999. – 464 с.
5. Майерс, Д. Социальная психология [Текст] / Д. Майерс. – СПБ.: Питер, 1997. –688 с. (Серия «Мастера психологии»)
6. Андреева, Т.В. Психология современной семьи[Текст]: монография / Т.В. Андреева. – СПб.: Речь. 2005. – 436 с.
7. Ильин, Е.П. Психофизиология состояний человека[Текст] / Е.П. Ильин.– СПб.: Питер, 2005. – 412 с.
8. . Ильин, Е. П. Психология любви [Текст] / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2012. – 550 с.
9. Куровская, С. Н. Педагогика семьи [Текст]: учебно-метод. пособие // С. Н. Куровская.– Гродно: ГрГУ, 2006. – 164 с.