

УДК 81'23

## ВПЛИВ РЕВНОЩІВ НА МОВЛЕННЄВУ ПОВЕДІНКУ ПОДРУЖЖЯ

Євген Потапчук

докт. психол. наук, професор,  
Хмельницький національний університет, Україна  
[potapchuk1@mail.ru](mailto:potapchuk1@mail.ru)

---

**АНОТАЦІЯ.** Статтю присвячено дослідженню мовленнєвої поведінки подружжя, як учасників комунікації, в ситуаціях ревнощів. З'ясовано, що мовленнєва реакція подружжя в ситуаціях ревнощів може мати різні вияви, які залежать від типу їх темпераменту та поведінки жертви. Для роботи з ревнивцями доцільно застосовувати такі методи роботи як пояснення, переконання, переорієнтація.

**Ключові слова:** ревнощі, мовленнєвої поведінка подружжя, ревнивець, жертва.

### **ВЛИЯНИЕ РЕВНОСТИ НА РЕЧЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ СУПРУГОВ**

**АННОТАЦИЯ.** Статья посвящена исследованию речевого поведения супругов, как участников коммуникации, в ситуации ревности. Выявлено, что речевая реакция супругов в ситуации ревности может иметь различные проявления, которые зависят от типа их темперамента и поведения жертвы. Для работы с ревнивцами необходимо использовать такие методы работы как разъяснения, убеждения, переориентация.

**Ключевые слова:** ревность, речевое поведение супругов, ревнивец, жертва.

### **IMPACT OF JEALOUSY ON SPOUSES' SPEECH BEHAVIOR**

**ABSTRACT.** The article investigates the speech behavior of spouses, as participants in the communication, in a situation of jealousy. It was revealed that the verbal response of the spouses in the situation of jealousy may have different manifestations, depending on the type of temperament and behavior of the victim. For working with the jealous necessary to use such methods work both explanations, beliefs, reorientation.

**Key words:** jealousy, verbal behavior of spouses jealous victim.

---

### **Вступ**

Мовленнєва поведінка членів сім'ї є ключовим моментом її життєдіяльності, вона визначає ефективність її функціонування і

перспективи розвитку. Серед поширеніших проблем, які належать до сфери міжособистісної взаємодії, є проблема ревнощів (Андреева, 2005; Данилова, 2004; Лінчевський, 1978; Потапчук, 2015; Шнейдер, 2006). Саме ревнощі (синдром Отелло) являються причинами порушення психологічного клімату не тільки в сімейних взаєминах, але й серйозною психологічною проблемою в професійних, ділових та інших типах міжособистісного спілкування та взаємодії. Підозріливе ставлення людини до об'єкта обожнювання, пов'язане з болісним сумнівом у його вірності, або знанням про його невірність – здатне провокувати виникнення вельми широкого спектру негативних мовленнєвих реакцій подружньої пари.

Зважаючи на небезпеку ревнощів для подружнього життя загалом та їхнього психічного здоров'я зокрема, існує потреба у пошуку ефективних шляхів їх подолання. Вивчення мовленнєвої поведінки подружжя в ситуаціях ревнощів буде сприяти пошуку конструктивних варіантів міжособистісної взаємодії подружжя, а отже збереженню сім'ї. Зазначене вище посилює актуальність дослідження цього питання та його важливе значення для сімейного консультування

**Мета статті** полягала в аналізі впливу ревнощів на мовленнєву поведінку подружжя та шляхів надання їм психологічної допомоги.

### **Результати дослідження**

Як свідчить практика, почуття ревнощів об'єднує в собі низку негативних рис, які досить часто перетворюються на необґрунтовану підозрілість і агресію. Людина, яка ревнує, піддається впливу неконтрольованої агресії, через що ревнощі в сім'ї можуть привести до скандалів, або ж навіть вбивств. Аналіз результатів сімейно-шлюбної взаємодії дозволяє виділити три види ревнощів: класичні, алкогольні (наркотичні) і патологічні (Данилов, 2004; Потапчук, 2015). Якщо ж перші два види цілком нормальні та легко можуть минути, то патологічні ревнощі можуть перерости в хворобу, яку потрібно лікувати.

З'ясовано, що для ревнивців притаманна низка поведінкових та мовленнєвих реакцій:

– *когнітивні реакції*, які виявляються в прагненні аналізувати факт ймовірної подружньої невірності, шукати

її причину, а також винуватця (я – партнер – суперник), вибудовувати прогноз ситуації, простежувати передісторію, тобто відтворювати картину події. Когнітивні реакції більш виражені в осіб астеничного складу, інтелектуалів;

– *афективні реакції*, які виявляються в емоційному переживанні ймовірної подружньої невірності. Найхарактерніші емоції – розпач, гнів, ненависть, презирство до себе і партнера, любов і надія. Залежно від типу особистості, афективні реакції мають перебіг на тлі меланхолійної депресії. Перевага афективних реакцій спостерігається в людей художнього, емоційно-лабільного складу;

– *поведінкові реакції* постають у вигляді боротьби або відмови. Гострі й глибокі реакції ревнощів є результатом повної несподіванки подружньої невірності на тлі благополучного шлюбу. Боротьба виражається в спробах відновити стосунки (пояснення), утримати партнера (прохання, умовляння, погрози, тиск, шантаж), усунути суперника, утруднити зустрічі з ним, привернути увагу до себе (викликати жалість, співчуття).

Залежно від *типу темпераменту* ревнивіці реагують на ревності по-різному:

– *холерики*, як люди запальні, можуть виявляти агресивні мовленнєві реакції, а саме: ображати, загрожувати, шантажувати;

– люди *флегматичні*, пасивні самі страждають при думці про можливу зраду, переживаючи власну безпорадність. При цьому вони можуть не мати агресивних почуттів до партнера чи суперника і, навпаки, висувати власні пояснення тому, що сталося. Зазвичай такі люди мовчки страждають, не афішуючи своїх почуттів все ж сподіваються на подальше відновлення стосунків;

– *меланхоліки* найбільш болісно переживають ревності. Вони можуть настільки глибоко поринати у свої страждання, що подальше життя для них стає нестерпним. Будучи недовірливими за своїм характером, такі люди не тільки підозрюють свого партнера в зраді, але й «бачать» те, що підтверджує їхні думки. В остаточному підсумку своїми ревнощами вони зводять нанівець як власне життя, так і життя свого партнера і можуть зважитися на розпачливий крок – суїцид через «зганьблену» любов.

Щодо мовленнєвої поведінки жертв ревнивців, то вони постійно відчувають себе під контролем. Через це вони

вимушені весь час виправдовуватися і щось пояснювати своїм партнерам; обмежувати своє перебування в магазині, на роботі чи на прогулянці; попереджувати колег чи друзів, щоб ті не телефонували їм додому. Жертви ревнивців, яких постійно принижують підозрами, докорами і скандалами мають вигляд змучених і пригнічених людей. Найчастіше, після багатьох років страждань і вагань, вони залишають своїх партнерів або вступають у інтимні стосунки з іншим партнером.

Варто зазначити, що постійні скандали швидко виснажують психіку жертви ревнощів і через деякий час у неї може з'явитися депресія. В депресивному стані жертва, по-перше, не в змозі чітко усвідомити, що появу цього стану спровокувала поведінка ревнивця; по-друге, вона поступово забуває про те, якою веселою і життєрадісною колись була. Саме депресивний стан заважає жертві ревнощів втекти від свого мучителя, адже вона вже не вірить у те, що зможе жити самостійно, забезпечувати себе та, з часом, створити нову сім'ю чи знайти нового друга. Вона вважає, що ревнивець справді сильно її кохає і тому за нього «треба триматися», а всі його підозри і докори треба просто терпіти.

Практика свідчить, що наслідками надмірних ревнощів для подружжя можуть бути інтенсивні вияви емоцій: сльози, скандали, стеження, сварки, докори і підозри. Іноді ревнощі здатні досягати такої сили, що набувають нав'язливий характер: марення ревнощів може виявлятися в агресивних діях по відношенню до партнера. Задля збереження психічного здоров'я та сімейних стосунків подружжю при виникненні підозр важливо вміти корегувати та контролювати свою мовленнєву поведінку. Для цього потрібно:

- практикувати у стосунках повну відкритість;
- якщо щось турбує, потрібно це озвучити і без докорів;
- з'ясувати з партнером, які ситуації провокують ревнощі і домовитися про можливі варіанти поведінки в таких ситуаціях;
- усвідомити для себе: що змушує мене ревнувати? в чому я не впевнена і чому?

Якщо між партнерами уже розгорівся конфлікт на ґрунті ревнощів, для його подолання потрібно: якомога швидше відновити спілкування після сварки; потрібно довіритися партнерові (повірити в його слова); важливо розібратися в собі, усвідомити

причини виникнення ревнощів (Андрєєва, 2005; Данилова, 2004; Лінчевський, 1978; Потапчук, 2015; Шнейдер, 2006).

У своїй роботі психолог може використовувати різні техніки та форми роботи з ревнивцями. У більшості випадків варто застосовувати *раціональну психотерапію* як ланцюг послідовних етапів взаємодії психолога та ревнивця: вивчення особистості ревнивця та генези ревнощів; пояснення правильного погляду на причини виникнення ревнощів, їх вияви та шляхи подолання; створення індивідуального сценарію поведінки при появі ревнощів; активування та тренування самоконтролю для запобігання виникнення ревнощів; закріплення і підтримка нових стосунків зі шлюбним партнером і перспективних планів сімейного життя. При цьому доцільно застосовувати такі форми та методи як:

✓ *пояснення* – роз'яснення сутності ревнощів, причин їх виникнення та небезпеки для сімейного життя. Це допомагає прояснити картину проблеми, зняти додаткові джерела тривоги, посприяти ревнивцеві взяти під контроль вияви ревнощів;

✓ *переконання* – корекція когнітивного та емоційного компонентів відношення до ревнощів, що сприяє переходу до модифікації особистісних установок ревнивця;

✓ *переорієнтація* – досягнення позитивних перемін в установках ревнивця, пов'язаних зі змінами в системі його цінностей.

Як бачимо, ревнощі є серйозною проблемою і ставлення до неї повинно бути не менш серйозним. Вона являє собою велику небезпеку, як для міжособистісних стосунків партнерів, так і для їхнього здоров'я. Чим швидше будуть знайдені і стануть використовуватися прості і надійні шляхи подолання, а головне – запобігання ревнощів, тим менше стане нещасних і зруйнованих сімей.

### Висновки

З'ясовано, що поведінка подружжя в ситуація ревнощів може характеризуватися різними мовленнєвими реакціями, які залежать від типу темпераменту подружжя та поведінки жертви. Застосування раціональної психотерапії дозволяє ефективно боротися з проблемою ревнощів у сім'ї. Подружжю важливо вміти позбавлятися необґрунтованих ревнощів та контролювати

свою мовленнєву поведінку. Вивчення зазначених вище питань має бути одним із *перспективних напрямків* для подальших досліджень даної проблеми

---

### Література:

- Андреева, Т. В. (2005). Психология современной семьи : монография / Т. В. Андреева. – СПб. : Речь, 436 с.
- Данилова, Т. Н. (2004). Феноменология ревности: анализ причин возникновения и способов проявления / Т. Н. Данилова // Практична психологія та соціальна робота. – № 7. – С. 34-39.
- Линчевский, Э. Э. (1978). Как быть с ревностью? / Э. Э. Линчевский. – Л. : Об-во «Знание», 34 с.
- Потапчук, С. М. (2015). Особливості психологічного консультування ревнивців / С. М. Потапчук, Н. Д. Потапчук // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Збірник наукових праць. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова. – № 2 (47). – С. 233-239.
- Шнейдер, Л. Б. (2006). Семейная психология: учебное пособие для вузов / Л. Б. Шнейдер. – [2-е изд.]. – М. : Академический проект ; Екатеринбург : Деловая книга, 768 с.

### References:

- Andreeva, T. V. (2005). Psihologija sovremennoj semi. SPb. : Rech. 436 s. [in Russian].
- Danilova, T. N. (2004). Fenomenologija revnosti: analiz prichin vzniknovenija i sposobov projavlenija. *Praktichna psihologija ta socialna robota*, 7, 34-39. [in Russian].
- Linchevskij, Je. Je. (1978). Kak byt s revnostju?. L. : Ob-vo «Znanie», 34 s. [in Russian].
- Potapchuk, S. M. & Potapchuk, N. D. (2015). Osoblivosti psihologichnogo konsultuvannja revnivciv. *Naukovij chasopis Nacional'nogo pedagogichnogo universitetu imeni M. P. Dragomanova. Serija 12. Psihologichni nauki: Zbirnik naukovih prac.* K.: NPU imeni M. P. Dragomanova. 2 (47), 233-239. [in Ukrainian].
- Shnejder, L. B. (2006). Semejnaja psihologija: uchebnoe posobie dlja vuzov. Moskva : Akademicheskij proekt ; Ekaterinburg : Delovaja kniga, 768 s. [in Russian].
- 

*Поштова адреса установи:*

Хмельницький національний університет  
вул. Інститутська, 11  
м. Хмельницький,  
29016

*Стаття надійшла до редакції 02.09.2015*

---