

БЮЛЛЕТЕНЬ КЛУБА КОНФЛИКТОЛОГОВ

Редакционная коллегия:

Б.И. Хасан (главный редактор)

Л.А. Новопашина (отв. за выпуск)

Т.И. Юстус

И.С. Ватацак

А.И. Проводникова

ЧИТАТЕЛЮ

Сегодня в День святого Валентина не будет лекции о любви. В этот день мы предлагаем Вам возобновленный бюллетень клуба конфликтологов.

Думаем, что диалог или даже дискуссия на тему *ЛЮБВИ*, лучше отражают дух практик развития и более интересны не только нам, но и тебе, ЧИТАТЕЛЬ.

Это КЛУБНЫЙ сборник! То есть, это, прежде всего, свободные мысли, свободное общение, отсутствие напряжения и искусственных манер.

«Клубность» означает, что каждый автор выбрал удобный именно для него жанр со-общения, заявляя соответствующие претензии. Это и научный текст, отражающий (по мнению автора, конечно) ход и результаты исследования; и «мысли вслух» - полет, переходящий в ...; и воспоминания по типу: «а вот у меня был случай...» и т.п.

Поэтому здесь представлены очень разные жанры: эссе, статья и т.д. Важно, что текст рождался с искренними намерениями и желанием поделиться своими мыслями, рассуждениями, фантазиями, выводами. И если здесь есть за что зацепиться и от чего оттолкнуться Вашей мысли – пишите на адрес-ссылку указанный внизу каждого текста.

С радостью и нетерпением ждем и жаждем вопросов, отношения и прочего от всех, кому дорог Великий Интерес.

Будем благодарны и за Ваши замечания, пожелания по этому поводу.

*С уважением,
Редколлегия бюллетеня*

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Любовь как она есть или материал для анализа

Костюк С. История одного вечера (или как стандартный вечер закончился не стандартными мыслями)

Новопашина Л. Мысли о любви и конфликте. Подражание

Проводникова А. Что я смогла сказать о любви (текст в трех частях)

Юдина Ю. Курчатова знаешь...

Раздел 2. Любовь как ее нет или предмет исследования

Ватащак И. Сколько лет живёт любовь? (Читая Фредерика Бегбедера)

Кет Ю. Проба исследования связи самооценки и переживания отвергнутой любви

Хасан Б. Все, сказанное об этом – верно!

Архив

Чехов А.П. С женой поссорился (случай)

Раздел 1. Любовь как она есть или материал для анализа

Костюк С.

История одного вечера

(или как стандартный вечер закончился не стандартными мыслями).

Вечер складывался удачно, все дела сделаны, а до сна еще уйма времени. Я уселась в кресло, надела очки и решила, что сегодня, наконец-то, дочитаю книгу. Не успела прочитать и двух страниц, как дверь с шумом распахнулась, и появился старший внук. Оказывается, именно сегодня он решил быть послушным мальчиком и пришел на дополнительное чтение. Пришлось отложить свою книгу, и послушать десять минут про озорника Эмиля, а потом 20 минут читать вслух фантазию про Бастиана Балтазара Букса. Именно так, полностью, Вити нравится его называть, если в тексте встречалось просто Бастиан, он обязательно поправлял –Бастиан Балтазар Букс. Зайка слушал и собирал мозаику, а средняя внучка Ритуля щемилась к нам в комнату. Ей 1 год и 3 месяца - самый забавный и проказный возраст. Кто-то из взрослых сжалился и открыл ей дверь. С довольной мордашкой, она тут же залезла ко мне на колени, сняла с меня очки, обляпала их своими пальчиками, забрала книги, пролистала их, бросила, попутно смахнула мозаику, которую Витя только что закончил собирать, и убежала. Витя убежал следом, опять любоваться своим братиком, «ведь он такой красивый, что глаз оторвать нельзя».

Я протерла очки, надела и не успела прочесть и двух страниц, как в комнату с громким мявом зашел кот Мурзик. Так как муж был на группе здоровья, а кроме него кота кормить никто не собирался, то тот решил, обратится к самому «слабому звену». Пришлось отложить книгу и идти его кормить.

Вернулась, надела очки и прочитала еще две страницы, заглянула невестка Нина и попросила помочь покупать двухмесячного Андрюшку, так как Ваня ремонтировал машину и не мог ей помочь. Купая этого семикилограммового богатыря, вспомнила Пушкинские строчки, «И растет ребенок там, не по дням, а по часам». Он и ведет себя соответственно, не плачет, не суетится, улыбается всем и всему, даже когда Ритуля от переизбытка чувств щипает "лялю" за пальчик, он только недоуменно вскидывает бровку.

Вновь уселась в кресло, опять надела очки и прочитала три страницы, в комнату снова пришла Ритуля, попрощаться перед сном. Она тут же залезла ко мне на колени, сняла с меня очки, забрала книгу, пролистала, попутно раскидала все, что лежало рядом, но зато помогла собрать мозаику и ушла спать, надеюсь, что до утра.

Ну, все, кажется, наступил покой и можно читать дальше, но не тут, то было... Сын Ваня попросил подержать гаечный ключ, а сам что-то откручивал снизу. Помочь не помогла, а руки замарала.

Только я уселась, надела очки, но не успела вчитаться в сюжет, как пришел муж и стал рассказывать, как они обыграли соперников в волейбол, потом сообщил пару телевизионных новостей и пошел спать, оказывается, было уже 24 часа. Я тоже легла, но не дочитанная книга не давала покоя, там оставалось буквально страниц тридцать.

Потихоньку пошла на кухню, только я угнездилась в кресле, надела очки и прочитала еще несколько страниц, пришла дочь Таня попить чайку с конфетами и рассказать последние новости про Риту и кое-какие интернет-новости. К счастью новостей и конфет было мало, и она скоро ушла.

Ну, вот, наконец-то, я дочитала книгу, надо отметить, текст книги написан практически без диалогов, предложения по шестьдесят, семьдесят слов, пока продерешься сквозь все эти причастные и деепричастные обороты, теряешь смысл и приходится читать заново, короче, удовольствия от чтения ни какого. Я пошла спать, но теперь, уже прочитанная книга не давала

заснуть. Я прокручивала сюжет, про мистическую любовь тридцати трехлетнего доцента к семнадцатилетней «бездарной студентке». Что хотел автор сказать этим произведением? Зачем я потратила столько времени на книгу, практически урвав его у семьи? Сложилось впечатление, что автору не давала покоя слава набоковской Лолиты

Пришла мысль, да ну этих современных авторов, а не обратится ли к классике и не перечитать ли еще раз «Лолиту». Когда я ее читала первый раз, моей дочери было столько же лет, сколько и Лолите, меня раздирали противоречивые чувства, вот он где «конфликт интересов», но все равно, лучшего романа о любви я не читала. Теперь, даже интересно как я сейчас восприму этот роман?

Обращаясь к литературе, к фильмам, документальным историям, складывается твердое убеждение, что «любовь» всегда заканчивается или преступлением, как в «Лолите» или болезнью, или смертью. А так как я у себя этого ничего не наблюдаю, значит я не люблю???

Еще вспомнилась повесть П.Санаева «Похороните меня за плинтусом», ведь бабушка тоже любила внука, но у меня в голове ни как не укладывается, как можно так любить и так относиться к ребенку. И вообще само слово «любовь» довольно таки странное, я не задумываясь могу сказать, что «люблю читать», «люблю наблюдать за внуками», но сказать вслух, что «я люблю внуков» я физически не могу. Я их обожаю.

[Форум Бюллетеня всегда открыт для комментариев и обсуждения](#)

Мысли о любви и конфликте

Подражание

Любовь к мудрости создала философию.

Любовь к мужчине /женщине создала детей.

Любовь к Богу создала религию.

Любовь к детям создала родителей, в смысле позиции.

Вряд ли есть такой ребенок на свете, который не любит своих родителей. И как много есть родителей, которые не любят своих детей, по крайней мере, так выглядеть может со стороны и даже в душе родителя.

Тому, кто когда-либо винил в чем-то своих родителей или тому, кто переживал хоть в чем-то свою родительскую несостоятельность, предлагаю вспомнить, что именно вызывало такие чувства и мысли.

Но к делу... Когда я разводилась с мужем, опыт ребенка разведенных родителей у меня уже был. И хотя на тот момент еще не было практически никаких психологов в регионе, а я и тем более тогда про психологию ничего и не знала, понимание желаний детей, чтобы папа и мама были вместе и чувство вины, которое может переживать ребенок, что *это он* что-то сделал не так, было.

Сама по себе ситуация типичная для женщин дом и/или работа, усложнилась в данном случае еще вопросом и желанием преодолеть ситуацию разрыва в переживаниях детей и желанием их счастья и успешности.

Были быстродолгие годы поиска решений, проб и ошибок. Промашов было даже больше, чем можно было себе представить. Однако, само желание, усилия, которые ты прилагаешь, то, что ты делаешь и за что борешься, не могут быть для детей закрытыми. Они видят. Они чувствуют.

Они не могут долгое время тебя *слышать*, это случается только через долгие годы их проб, ошибок. Но, дети понимают и пытаются что делать. За каждым поступком, особенно который не нравится или сердит родителя, стоит действие. И это значит, у ребёнка есть житейский вопрос, на который он пытается отвечать. И всякого рода «выходки» детей, это тоже лишь поиск ответов на вопросы и путь к миру и согласию с родителями.

К счастью для всех, в этом клубке перипетий есть всегда любовь, которою, если хотя бы не упускать из виду как основу, разрешаются, в смысле удерживаются, конфликты.

Дети при этом жили своей жизнью, творили свой мир, задавали свои вопросы (через двадцать лет выяснилось, что вопросы были те же самые, что и у меня в детстве).

Не «ЛЮБОВЬ», а прямо какой-то «конструктивный психолог».

[Форум Бюллетеня всегда открыт для комментариев и обсуждения](#)

Что я смогла сказать о любви

(текст в трех частях)

Часть 1.

Ранняя осень. Поздний вечер. Две молодые подруги общаются, гуляя. У обеих пока нет мужей или молодых людей. Одна из них сильно беспокоится по этому поводу.

— Ты действительно веришь, что встретишь своего принца на белом коне?

— Конечно.

— А если нет?

— Предам себя и создам семью с хорошим человеком на доверии и прочем...

— Не очень-то убедительно.

— Сама в это не верю. Иногда так думаю, а как представлю натурально, жутко становится. Не хочу разменивать подлинное на подмененное.

— Но любовь же не всегда с первого взгляда. Вдруг она появится потом, а сейчас и не должна.

— Мы же терпеливые. Думаешь ждать сложно?

— Так а сколько ждать-то?! И как сейчас узнать, что именно к этому человеку появится чувство когда-то потом?!

— Не знаю.

— Удивляюсь твоему спокойствию!

— Не вижу тут трагедии.

— ...

— Верю, что так будет. Даже практически знаю это. И ты себя не терзай. Влюбись.

— Как?

— Просто так.

— У меня это еще не разу не получилось!.

— Пробуй и получится. Ты способна на это, поверь.

— Откуда ты знаешь? А вдруг не получится? С чего начать и как это делать?

— Много вопросов – вот тебе и начало. Начинай отвечать на них...

Часть 2.

Парень с девушкой беседуют.

П: Что такое любовь для тебя?

Д: Смысл жизни.

Кажется, когда мы что-то делаем без любви к делу, получаем бездушный продукт, да еще и при скучном принудительно-вынужденном процессе его приготовления. Любовь как внутренний смысл (смысл сущего).

Часть 3.

Первое сочинение о любви (и, по сути, единственный сознательный текст на эту тему до сих пор) я написала в школе классе в 7 ±. Любопытно проследить собственное отношение в течение жизни.

N.B. написать об этом через... после... когда... еще раз (не раз).

Говорят, в конце нужно резюме.

Любовь есть. Иногда мы не успеваем ее встретить, потому что молоды и спешим прожить, пожить, но не жить. Порой мы продолжаем свой век без любви, потому что боимся перемен, а может и просто считаем, что так и должно быть, особенно если речь идет о, например, работе, а не о «второй половинке». И что каждый из нас видит, оборачиваясь на себя? Есть ли в этом нашем собственном взгляде любовь?

P.S. любовь есть

[Форум Бюллетеня всегда открыт для комментариев и обсуждения](#)

Курчатова знаешь...

Однажды, в студенческие годы произошла со мной одна курьезная история, которая оставила яркий след как в моих воспоминаниях, так, полагаю, и в воспоминаниях одной бесшабашной группки первокурсников - физиков нашего университета, в то время красноярского государственного, а теперь сибирского федерального.

Я училась на психолого-педагогическом факультете, в то время на 3 курсе, и как все студенты в определенное отведенное для этого время шла обедать в нашу студенческую столовую. И вот однажды...

Стою я в длиннью-ю-ющей очереди: сначала за подносом, а потом, в такой же, за едой. Это были 90-е годы, и в столовых, еще советских, было мало сотрудников, и всегда были очереди, а стойки не предусматривали свободного выбора блюд посетителями столовой. Весь университет сбегался в эти полчаса в столовую и редко кто являлся на послеобеденные лекции вовремя. Это и понятно.

Стою, стою, стою-ю-ю-ю, взяла поднос, перехожу в очередь за едой и... вдруг, неожиданно, как всепоглащающий Вихрь, проносится мимо меня, Парень, с виду первокурсник, выхватывает мой поднос из рук и проходит... Куда? - в очередь за едой, да еще и с Моим (!) подносом.

Я от возмущения и неожиданности раскрыла рот, думаю: «Я в школе что ли, в классе так-эдак в седьмом, когда мальчишки за косички девчонок дергают, да тумаки запросто так ставят или в университете теперь учусь???» В голове начинают судорожно возникать идеи и мысли плана моего «возмездия» такой степени беспардонности: «Так, сейчас подойду, и скажу: «Не хочешь ли съездить, дружок, на Курчатова (у нас там желтый дом, психоневрологический диспансер) провериться? Что-то с твоими реакциями не так». И резко отберу свой поднос»

Подхожу плавно, как кошка, по мере приближения у меня все больше и больше начинает колотиться сердце.

- Здравствуй! – говорю решительно.

- Здравствуйте... – с легкой степенью наглости отвечает первокурсник.

- Курчатова знаешь? – начинаю я реализовывать свой план настойчиво.

И.... Только я хотела продолжить свою пламенную речь, как начинаю видеть, как лицо первокурсника медленно превращается в бледно-синий мрамор, глаза округляются, и в них появляется животный испуг. Я в доли секунды прихожу в замешательство и не понимаю...А первокурсник вдруг уже дрожащим и робеющим голосом начинает мне говорить:

- Не-е-е-т...А кто это? – и.... - робко Возвращает мне поднос.

Я, не сказав ни слова, в растерянности, с этим подносом, иду в очередь за едой и думаю: «Странный какой-то. Сначала хватает, потом пугается и возвращает». Затем отвлекаюсь на подружку и забываю этот сюжет.

На следующий день... Сидим мы на скамеечке с подружкой в «колодце» (так назывались наши большие холлы в университете) на обеде и мирно болтаем. Вдруг я вижу надвигающуюся на меня группу первокурсников, среди которых тот «вчерашний».

Я думаю: «Так. Что это? Опять фокусы какие-то» - снова начинает колотиться сердце, но не подаю упорно вида, держу «лицо».

От группки медленно отделяется мой «вчерашний» и подходит ко мне с вопросом: «Здравствуйте! Вы меня помните?»

- Помню – отвечаю я недоуменно, - на «Вы» обращается - думаю я про себя. Мне немного становится легче: «Странности прямо какие-то».

«Я у вас вчера отобрал поднос в столовой, и Вы мне сказали: «Курчатова знаешь?» А кто такой Курчатов? – студент покрывается медленно красными пятнами.

И тут до меня доходит. Ведь он меня так понял, что «типа я тут» какого-то местного «братка» или «авторитета» знаю и ему называю. И что Он теперь придет и объяснит этому «отморозку», у кого он «Ваше» поднос забрал, и что теперь ему за это будет. А в те времена вся молодежь «в

головах носила» мысли о разборках и криминале, жила в страхе. «Лихие 90-е» все-таки. Меня пронзает инсайт, озарение о том, как изменить свой план «возмездия» в этом контексте, да и в свою пользу!!!

- Не знаешь? – удивленно говорю я. – Так ты выйдешь сегодня на университетскую нашу остановку, сядешь на троллейбус, спустишься с горы на нем вниз, до остановки «ГорДК», выйдешь и у любого прохожего спросишь: «Курчатова знаете?» Так тебе там все покажут и расскажут. Понял???

- Ла-ааадно. Спа-аасибо – отвечает мне первокурсник, лицо которого уже становится мраморным и бескровным. Первокурсник возвращается в свою группку товарищей, и они медленно уходят, не оборачиваясь, от меня, почти что «на цыпочках».

А я с чувством собственного достоинства, глЫбокого удовлетворения и дикого Хохота внутри, рассказываю подружке эту историю. Победа!!! 2:0 в мою пользу!!!

Месяц спустя... На доске объявлений нашего деканата висит объявление: «Уважаемая девушка, у которой я такого-то числа забрал поднос в столовой. Очень хочу с вами познакомиться поближе, буду ждать вас в месте N в такое-то время. Студент 1 курса группы N»

А раза три, встречая эту группу первокурсников в университете, я ловила на себе их удивленно-восхищенные взгляды, а затем слышала долгий и судорожный хохот вослед.

- Дошло, наконец-то – думала я. - И про Курчатова, и про подносы, надеюсь тоже. Не повадно будет так больше себя вести. Не надо девочек обижать...

[Форум Бюллетеня всегда открыт для комментариев и обсуждения](#)

Разел 2. Любовь как ее нет или предмет исследования

Ватащак И.

Сколько лет живёт любовь? (Читая Фредерика Бегбедера)

Книга Ф. Бегбедера «Любовь живёт три года» натолкнула меня на размышления о продолжительности чувства, которому посвящён текущий выпуск Бюллетеня.

Всем тем, кто знаком с данным произведением, думаю, вспоминаются терзания главного героя относительно скоротечности и недолговечности любовного чувства, а также особый стиль французского автора – порой отталкивающий, порой притягивающий, но уж точно никого не оставляющий равнодушным.

Суждения, с которыми мы сталкиваемся, начав читать произведение и следить за жизнью главного героя – Марка Марронье – являются весьма категоричными, достаточно взвешенными, но чересчур навязчивыми и бескомпромиссными, что заставляет нас задуматься над их искренностью. Допустим:

«У комара век – один день, у розы – три. У кошки век тринадцать лет, у любви – три года. И ничего не попишешь. Сначала год страсти, потом год нежности и, наконец, год скуки. В первый год говорят: «Если ты уйдешь, я покончу с собой». На второй год говорят: «Если ты уйдешь, мне будет больно, но я выживу». На третий год говорят: «Если ты уйдешь, я обмою это шампанским».

Достаточно последовательные рассуждения следуют далее относительно формы, в культуре институционализирующей любовь, – семьи и брака.

«Брак – это колоссальная афера, чудовищное надувательство ... Мы женимся точно так же, как сдаем экзамены на аттестат зрелости или на водительские права: всегда одни и те же рамки, в которые надо втиснуться,

чтобы быть как все, как все, КАК ВСЕ любой ценой. Если лучше всех не получается, стараешься хоть не отставать, а то, чего доброго, окажешься хуже всех. И это лучший способ погубить настоящую любовь».

Такими рассуждениями с приведением различных примеров, эпитетов, всё новых и новых аргументов или просто зарисовок из собственных наблюдений наполнена первая часть книги. Но уже в восьмой главе мы начинаем находить обоснование столь активно пессимистичной позиции повествователя, обнаруживать подтверждение своим опасениям в искренности его позиции:

«Парни вроде меня, считавшие себя в детстве уродами, обычно так удивляются, пленив красивую девушку, что делают ей предложение, пожалуй, слишком поспешно». В данном фрагменте прослеживается индивидуальная история героя, его трудности в связи с заниженной самооценкой, а также их последствия. Фиксируя это, он неосознанно защищается, оправдывает свой неверный поступок, но всё же, таким образом, предполагает собственную ответственность за происходящее в своей жизни, а не только подчиняет её «природному закону, что «любовь живёт три года».

Следующее разоблачительное рассуждение мы находим в тринадцатой главе:

«Нам часто говорят, что по прошествии времени страсть превращается в «нечто иное», более прочное и прекрасное. Что это «иное» и есть Любовь с большой буквы, чувство, конечно, не такое трепетное, зато и менее незрелое. Буду называть вещи своими именами: я это «иное» в гробу видал, если это Любовь, извините-подвиньтесь, я такую Любовь оставляю людям ленивым и малодушным, «зрелым», так сказать, которым комфортно в чувствах комнатной температуры. Моя любовь – с маленькой буквы, зато она большая; век у нее недолгий, но уж когда она есть, ее всеми печенками чувствуешь. Их «иное» – туфта для тех, кто довольствуется малым и успокаивает себя: мол, все равно ничего лучше не бывает. Они напоминают

мне завистников, которые царапают дверцы роскошных машин, потому что самим такие не по карману».

Герой выдаёт в себе ту самую «незрелость», демонстрируя юношескую (подростковую?) бескомпромиссность, по сути, склеивая любовь и страсть, не видя между ними разницы, обнаруживая только поверхностные характеристики чувства. Уже на этом этапе мы можем утвердиться в своих подозрениях относительно декларируемости позиции, не занятой на самом деле.

Итак, на протяжении последующих глав мы продолжаем проследивать эволюцию взглядов на сущность любви и её жизненный срок господина Марронье: он не изменяет своей позиции, но в его рассуждениях начинают появляться более зрелые рассуждения и более лирические отступления. Например: «Самая сильная любовь – неразделенная. Я предпочел бы никогда этого не знать, но такова истина: нет ничего хуже, чем любить кого-то, кто вас не любит, – и в то же время ничего прекраснее этого со мной в жизни не случилось. Любить кого-то, кто любит вас, – это нарциссизм. Любить кого-то, кто вас не любит, – вот это да, это любовь».

И далее: «Сильнее всех влюбляются самые отъявленные циники и пессимисты: это им на пользу. Мой цинизм только и ждал, чтобы жизнь его опровергла. Отрицают любовь как раз те, кто больше всех в ней нуждается: в каждом Вальмоне скрыт неисправимый романтик, которого хлебом не корми, дай забренчать на мандолине».

Кроме того, в сороковой главе появляется позиция друга нашего героя Жан-Жоржа, который отражает принципиально другой взгляд, оставляющий открытой временную перспективу любви: «Любовь живет столько, сколько ей положено, мне это безразлично. Но если ты хочешь, чтобы она прожила подольше, думаю, тебе надо научиться как следует скучать. Надо найти человека, с которым хотелось бы подышать от скуки. Поскольку вечной страсти не бывает, пусть хоть скучается с удовольствием».

Вторая часть книги демонстрирует нам перерождение Марка Марронье и достижение развитых взглядов на сущность любви и её значение в жизни людей. «Я понял одну вещь: чтобы любовь не прошла, в каждом должно быть что-то неуловимое. Не допустить пресности – нет, это не значит подстегивать себя искусственно созданными дурацкими встрясками, просто надо уметь удивляться чуду каждого дня. Быть щедрым и не мудрить».

Мы обнаруживаем рефлексивные выводы, сделанные на собственном опыте, но с учётом аналитики культурно-исторической ситуации: «Я узнал главное – чтобы стать счастливым, надо пережить состояние ужасной несчастья. Если не пройти школу горя, счастье не может быть прочным. Три года живет та любовь, что не штурмовала вершины и не побывала на дне, а свалилась с неба готовенькая. Любовь живет долго, только если каждый из любящих знает её цену, и лучше расплатиться авансом, не то предъявят счет апостериори. Мы оказались не готовы к счастью, потому что были не приучены к несчастью. Нас ведь растили в поклонении одному богу – благополучию. Надо знать, кто ты есть и кого ты любишь. Надо завершиться самому, чтобы прожить незавершенную историю».

Мы видим, что в конце автор, устами главного героя, опровергает свою теорию, презюмируемую на протяжении всей книги, а точнее – обнаруживает собственные бессознательные надежды и ожидания, соглашается с ними и открыто заявляет.

Бесспорно, книга вызывает на диалог, заставляет нас задуматься над многими аспектами нашей жизни и значимых отношений, переосмыслить собственные чувства и поступки, оценить ценность происходящих и предстоящих событий.

«Единственный вопрос в любви – вот он: когда мы начинаем лгать? Все так же ли вы счастливы, возвращаясь домой, где вас ждет все тот же человек? Когда вы говорите ему «люблю», вы по-прежнему так думаете?».

Произведение Фредерика Бегбедера является ещё одним подтверждением того, что человек сам «кузнец своего счастья», что ответственность за нашу жизнь лежит только на нас самих, и что любовь не «живёт» сама по себе тот или иной временной отрезок, а это мы проживаем и переживаем её, развиваем и строим отношения, влюбляемся и любим.

Литература

Бегбедер Ф. Любовь живёт три года: Роман / Фредерик Бегбедер; пер. с франц Н.Хотинской. – М.: Иностранка, 2007. – 192 с. – (The Best of Иностранка).

[Форум Бюллетеня всегда открыт для комментариев и обсуждения](#)

Кет Ю.

Проба исследования связи самооценки и переживания отвергнутой любви

*Жизнь без любви я считаю греховным
и безнравственным состоянием.*

В. Ван Гог

Введение

Проблематика любви на протяжении веков интересовала человечество: о любви слагали песни, писали стихи и романы, увековечивали в скульптуре и архитектуре образы любимых – в любви искали человеческое в человеке. Необходимость психологического изучения эмоциональной сферы человека, намного менее изученна по сравнению с мышлением и другими когнитивными процессами. Психологические службы, занимающиеся оказанием помощи семьям, одиноким людям, нуждаются в практикоориентированных теориях любви, в технологиях работы в рамках психоконсультирования, психотерапии, психологического тренинга с проблемами в близких отношениях.

Психология любви интересовала и исследователей. Про любовь писали: Платон, Стэндалль, З.Фрейд, Э.Фромм, А.Маслоу, Стернберг и многие другие. Психология любви отличается отсутствием единого определения любви, общепризнанной научной теории. Концепции любви носят в основном описательный характер и отражают опыт автора как человека или терапевта. В толковых, энциклопедических, философских, психологических словарях "любовь" определяется через такие понятия как "чувство", "отношение", "состояние психики", "стремление", "влечение", "эмоция", "склонность". Во всех определениях любви подчеркивается такая ее характеристика как направленность: некоторые понятия, через которые

определяется любовь сама по себе, предполагают наличие субъекта и объекта (например, влечение, стремление, склонность, привязанность, отношение). Во многие определения включены факторы, обуславливающие возникновение любви: сексуальные инстинкты, половое влечение, благодарность за заботу, привычка общей жизни, взаимное расположение, симпатия, близость. В ряде определений подчеркиваются такие характеристики любви как интенсивность и устойчивость.

В данном исследовании под любовью будет пониматься чувство по отношению к объектам, имеющим устойчивое положительное значение для удовлетворения базовых потребностей человека. Данная работа будет посвящена отдельному виду любви - отвергнутой любви. Практически каждый из нас когда-либо переживал это особенное состояние. Его особенность определяется глубокими переживаниями, душевными муками и фрустрацией. И если обратиться к вышеописанному определению любви, как нечто важного для удовлетворения базовых потребностей человека, то станет очевидным, что переживание отвергнутой любви задевает глубинные слои психики человека, так как неудовлетворенной оказывается базовая потребность- потребность в любви и в принятии.

Нельзя сказать, что все люди одинаково переживают отвергнутую любовь, испытывают эмоции одинаково интенсивно и длительно, но, опираясь на данные Е.О.Смирновой, Г.М.Бреслава по изучению явления отвергнутой любви, можно сказать, что есть некоторые общие феноменологические явления, такие, как: ощущение отвергнутости, обида, разочарование, чувство вины, чувство стыда, снижение самооценки, повышение самооценки, возмущение объектом любви, неспособность забыть, эмоциональная опустошенность, желание избежать этого в будущем.

[2]

Специфика любовных отношений предполагает постоянную «обратную связь от партнера»- видение себя через партнера, возможность почувствовать себя любимым, или наоборот - полное слияние и размывание

границ образа «Я». Вышеописанные данные так же подтверждают, что переживание отвергнутой любви влияет на самоотношение. И в этом месте рождается вопрос о том, как же самоотношение влияет на характер переживания отвергнутой любви. Если человек больше отвергает, чем принимает себя, то ситуация, когда его отвергает еще и любимый человек, когда прерывается его базовая потребность, может существенно пошатнуть его самоотношение в еще более отрицательный полюс и вызвать бурю переживаний и глубокую фрустрацию.

Отсюда и родился исследовательский вопрос о том, влияет ли самоотношение на характер переживания отвергнутой любви, на то, что и в какой степени переживает человек.

Гипотеза данного поискового исследования звучит следующим образом: специфика переживания отвергнутой любви связана с самооценкой личности.

Цель: выявить различия в переживании отвергнутой любви у людей с высокой и низкой самооценкой.

В качестве участников для составления выборки исследования мною были отобраны 16 человек (девушки и парни), от 21 до 24 лет. Юношеский возраст был выбран из-за того, что в данном возрасте по данным российских авторов происходит расцвет поло-ролевых отношений, и вероятность получить испытуемых с опытом любовных отношений высокая.

Процедура сбора данных: Участники привлекались посредством социальной сети. Молодым людям и девушкам (случайно выбранным в списке людей - участников сайта) предлагалось участие в исследовании, кратко излагалась суть, подчеркивался момент анонимности данных. Если согласие давалось, то затем назначалась личная встреча, на которой участникам предлагались тестовые материалы: 1) методика М.Розенберга «Шкала самоуважения» с целью определения самооценки участника и 2) метода повествование, участник описывал, как он переживает, что чувствует, когда его любовь отвергают, для того, чтобы мы могли выявить специфику

переживаний отвергнутой любви. (см Приложение). В Приложении даны все рассказы участников.

Самочувствие и настроение у всех участников было хорошее, об этом спрашивалось. Все молодые люди принимали участие в исследовании с собственного согласия.

Объект: лица юношеского возраста.

Предмет: связь между самооценкой и спецификой переживания отвергнутой любви.

Гипотеза альтернативная: между спецификой переживания отвергнутой любви и самооценкой человека есть связь.

Нулевая гипотеза: между спецификой переживания отвергнутой любви и самооценкой человека связь отсутствует.

Методы:

1. Опросник М.Розенберга «Шкала самоуважения».
2. Метод повествования.
3. Статистический критерий χ^2

Результаты:

В результате проведения опросника М.Розенберга «Шкала самоуважения» удалось создать 2 группы участников: с высокой (8 человек) и низкой самооценкой (8 человек).

Затем были собраны повествования у каждого из участников и выделены смысловые единицы повествования.

Ниже представлена матрица частот, выделенных смысловых единиц отвергнутой любви, уже с суммированными данными.

Категории	Высокая самооценка	Низкая самооценка	Всего
Отвергнутой любви			
ощущение отвергнутости	6	4	10
Обида	9	13	22
разочарование	3	1	4

чувство вины	1	0	1
чувство стыда	0	1	1
снижение самооценки	9	12	21
повышение самооценки	5	2	7
возмущение объектом любви	18	12	30
неспособность забыть	2	2	4
эмоциональная опустошенность	4	13	17
желание избежать этого в будущем	4	4	8
сомнение, что все делаю правильно	2	0	2
Желание ранить в ответ	9	1	10
Радость	9		9
Прочее	10	16	26
Попытка оправдать человека	0	3	3
Всего:	94	85	179

Вычисления χ^2

1	2	3	4	5
Наблюдаемое (Н)	Ожидаемое (О)	Н-О	(Н-О) 2	(Н-О)2/О
6	5,25	0,75	0,56	0,1
9	11,55	-2,55	6,50	0,56
3	2,1	0,9	0,82	0,39
1	0,52	0,48	0,23	0,44
0	0,52	-0,52	0,27	0,51
9	11,02	-2,02	4,08	0,37
5	3,67	1,33	1,76	0,47
18	15,75	2,25	5,06	0,32
2	1,90	0,1	0,01	0,005
4	8,93	-4,93	24,3	2,72

4	4,20	-0,20	0,04	0,009
2	1,05	0,95	0,90	0,85
9	5,25	3,75	14,06	2,67
9	4,20	4,80	23,04	5,48
10	13,65	-3,65	13,32	0,97
0	4,72	-4,72	22,27	0,48
4	13,65	-9,65	93,12	6,82
13	10,44	2,66	7,07	0,67
1	4,74	-3,74	13,98	2,94
0	10,44	-0,44	0,19	0,018
1	1,89	-0,89	0,79	0,417
12	14,24	-2,24	5,01	0,35
2	0,47	1,53	2,34	4,97
12	9,97	2,03	4,12	0,41
2	1,89	0,11	0,01	0,001
13	8,07	4,93	24,3	3,01
4	3,79	0,21	0,04	0,01
0	0,64	-0,64	0,40	0,62
1	4,74	-3,74	13,98	2,94
0	4,27	-4,27	18,23	3,84
16	12,34	3,66	13,39	1,08
3	1,42	1,58	2,4	1,69

$\chi^2 = 46,13$

30- число степеней свободы

Уровень значимости $p = 0,01$

Критическое значение для $\chi^2 = 50,892$

Анализ показывает, что критическое значение χ^2 больше, чем вычисленное нами значение χ^2 , это значит, что нужно отвергнуть альтернативную гипотезу и принять нулевую.

То есть, ответ на вопрос «имеется ли значимая связь между самооценкой и спецификой переживания отвергнутой любви отрицательный, значимая связь отсутствует.

Обсуждение:

Целью исследования было выявить связь между самооценкой и спецификой переживания отвергнутой любви. Основываясь на данных полученных с помощью χ^2 , можно сказать, что эта связь отсутствует.

Я предполагаю, что на результаты исследования повлияли:

1. Субъективность в выделении смысловых кусков. Можно предположить, что данные смысловые куски могли бы быть распределены иным образом.
2. Небольшая численность выборки. Для исследования такого типа недостаточно иметь по 8 человек в группе (всего 16). Возможно, если бы численность была больше, значимые различия бы проявились. Поэтому на данном этапе трудно сказать, насколько эти данные являются достоверными, поскольку выборка является небольшой.

Все участники исследования получили гарантию конфиденциальности информации и поэтому достаточно полно описали свои ситуации, с привлечением очень личной информации. На мой взгляд, у меня получилось правильно организовать взаимодействие и пригласить участников к исследованию, поэтому за счет метода повествования, который я опробовала впервые, удалось собрать очень интересные и ценные данные.

Выводы:

Была выдвинута гипотеза о наличии связи между самооценкой и спецификой переживания отвергнутой любви. Статистический анализ опроверг гипотезу - гипотеза не подтвердилась. Учитывая малочисленность выборки и первичное знакомство исследователя с методом, нельзя точно утверждать, что этой связи нет вообще. Возможно, при улучшенных

условиях, содержательно тщательно проработанной гипотезой и адекватности методических процедур данная связь будет установлена.

Список литературы:

1. Бреслав Г.М. Основы психологического исследования: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования/ Г. М. Бреслав. – М.: Смысл; Издательский центр «Академия», 2010. – 496 с.
2. Бреслав Г.М. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонения, -М; 1990
3. Гиппентрейтер Ю.Б., Вилюнас В.К. Психология Эмоций
4. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. — 9-е изд. — СПб.: Питер, 2005. — 940 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
5. Майерс Д. "Социальная психология", С-Пб., 1999
6. Фромм Э. "Искусство любви", Харьков, 1990 г.

[Форум Бюллетеня всегда открыт для комментариев и обсуждения](#)

Все, сказанное об этом – верно!

«Я даже не уверен,
стоит ли сомневаться»
Станислав Ежи Лец

Выбирая жанр для этого со-общения, я остановился на эссеистском варианте, причем в тезисной форме. Замечу сразу, что это довольно мучительный процесс и только ирония спасает от искушения предпринять наивную попытку сказать что-то свое, связывая две вечные темы: Любви и Конфликта. Собственно для меня это не две темы, а два слова для обозначения Жизни Человека.

Только первое отвечает на вопрос: «Что это?», а второе на вопрос: «Как это?»

Теперь я пробую задавать вопросы и придумывать (!) гипотезы возможных ответов (иначе, зачем же вопросы?).

1. Не счесть попыток описать, объяснить природу (истоки), смысл и даже динамику Любви. Это же касается и проблемы (темы) Конфликта, хотя вторая тема, разумеется, как непосредственная – проигрывает. Наверно это потому, что она порой неявным образом включена в первую. Такого рода включенность обнаруживается уже у Платона (Пир и Федр) и вполне благодарно наследуется через века, например, нашими современниками и соотечественниками (М.Веллер, В. Розин и др.).

Зачем? Ведь сказано: «Тайна сия велика есть»

Гипотеза. Затем, чтобы в описании, объяснении «снять» - реализовать особую связывающую форму переживания; отделить его от себя как переживающего, поставить перед...

А это, в свою очередь, зачем?

Гипотеза. Затем, что тех способов переживать, породить, длить, завершать, которые несет в себе это явление со времен как минимум Платона – недостаточно. И недостаточность эта теперь бесконечна...

2. Из всего многими сказанного можно извлечь противоречие («великое» открытие неоднократно сделанное): в этом явлении друг другу отчетливо противопоставлено иррациональное и рациональное (чувственное и умственное). И то и другое неотделимы друг от друга и друг друга отрицают. Благодаря этому и происходит явление, острота и значимость как непосредственно переживаемые (потребность контроля над непосредственностью – опосредствованность и вместе с тем потребность этой самой непосредственности). Само по себе это противопоставление имеет не двойственную, а как минимум (опять) тройственную структуру (вспомним Фрейда). А в теориях и мифологии любви-конфликта эта тройственность описывается как три базовых разновидности (см., например, Ю.Рюриков).

И что из этого следует?

Гипотеза. Для актуализации этого противоречия, для того, чтобы стало возможным переживание не столько в акте, сколько в длительности отношений и их актуализации непременно нужна позиция, из которой «видна» и связывается в единство эта противопоставленность-сопоставленность. Иначе из рационального видна только «болезнь» страсти – безумие; а из иррационального – видна только чувственно выхолощенная функция репродукции.

3. Что мы можем, кроме как пройти уже другими пройденное и не единожды пережитое?

- Обнаружить, что эти (!) межличностные отношения представляют собой КОНТРАКТ. Именно контракт и при этом почти в юридическом смысле этого понятия, т.к. означает преодоление единичности, автономности и образование сложной зависимости.

Иными словами, очевидно, существует потребность (необходимость?) некоторого упорядочения ЭТИХ отношений. Такая потребность обнаруживается на условном полюсе, т.е., с каждой стороны: и про себя, и про другого, и про эту связь как целое.

Зачем?

Гипотеза. Затем, чтобы отличить себя в автономии от себя в зависимости, поскольку новое отношение принципиально меняет всю жизнь человека (уже надо меняться или еще ждать?). Далее, затем, чтобы соотнести переживаемое «здесь-и-теперь» с ожидаемой идеальной формой для квалификации (узнавания) и разрешения себе экстатического состояния. Далее, затем, чтобы развернуть проект-прогноз развития (консервации) этого нового состояния.

4. Контракты бывают результатом, а затем и процессом, имеющим другой результат (развитие?) культурного и/или природного наследования. А бывают и результатом собственного соглашения.

В первом случае участников отношений как бы держит и на них живет определенная традиция или традиции. Происходящее с ними (на том и другом полюсе или на одном из полюсов) подчиняется логике схемы, в которую привносится индивидуальный способ ее проживания. Иначе говоря, все происходящее: от ожидания события до его сценарного исполнения и завершения (докуда хватает знакомства со схемой) «живет» в столкновении известного сценария и личных ресурсов для его реализации. «Все романы на свадьбах кончают недаром потому, что не знают, что делать с героем потом». К.Симонов). В этом же варианте возможны и столкновения разных (у каждого полюса – свой) сценариев.

Во втором, участники могут попробовать формировать собственный, основанный именно на личных ресурсах сценарий-контракт. Несмотря на всю фантастичность этого соображения, главное в нем - это преодоление готовых схематизмов как заведомых заблуждений. Для этого они должны быть оформлены. А до того ли тем, о ком здесь идет речь?

И что нам от этого теоретического пассажа?

Гипотеза. Если люди присваивают культуру переговоров (в широком понимании этой формы совместности) для удержания, а иногда и разрешения противоречий, то:

А) они от самих переговоров, т.е. построения коопераций различного типа, могут получать удовольствие вплоть до экстатических переживаний. Ценность результата от сложности процесса возрастает.

Б) обращение к процессным характеристикам межличностных отношений (предположение возможного контракта; его подготовка; согласительные процедуры; определение перспектив и т.д.), каждый этап которых представляет самостоятельную и незаменимую ценность – отвечает потребности построения персонального отношения и к перспективам (ожиданию и готовности), и к актуальному переживанию, и к продуктивной защите (некатастрофическому завершению) частной неудачи.

[Форум Бюллетеня всегда открыт для комментариев и обсуждения](#)

С ЖЕНОЙ ПОССОРИЛСЯ (СЛУЧАЙ)

— Чёрт вас возьми! Придешь со службы домой голодный, как собака, а они чёрт знает чем кормят! Да и заметить еще нельзя! Заметишь, так сейчас рев, слезы! Будь я трижды анафема за то, что женился!

Сказавши это, муж звякнул по тарелке ложкой, вскочил и с остервенением хлопнул дверью. Жена зарыдала, прижала к лицу салфетку и тоже вышла. Обед кончился.

Муж пришел к себе в кабинет, повалился на диван и уткнул свое лицо в подушку.

«Чёрт тебя дернул жениться! — подумал он. — Хороша „семейная“ жизнь, нечего сказать! Не успел жениться, как уж стреляться хочется!»

Через четверть часа за дверью послышались легкие шаги...

«Да, это в порядке вещей... Оскорбила, надругалась, а теперь около двери ходит, мириться хочет... Ну, чёрта с два! Скорей повешусь, чем помирюсь!»

Дверь отворилась с тихим скрипом и не затворилась. Кто-то вошел и тихими, робкими шагами направился к дивану.

«Ладно! Проси прощения, умоляй, рыдай... Кукиш с маслом получишь! чёрта пухлого! Ни одного слова не добьешься, хоть умри... Сплю вот и говорить не желаю!»

Муж глубже зарыл свою голову в подушку и тихо захрапел. Но мужчины слабы так же, как и женщины. Их легко раскислить и растеплить. Почувствовав за своей спиной теплое тело, муж упрямо придвинулся к спинке дивана и дернул ногой.

«Да... Теперь вот мы лезем, прижимаемся, подлизываемся... Скоро начнем в плечико целовать, на колени становиться. Не выношу этих

нежностей!.. Все-таки... нужно будет ее извинить. Ей в ее положении вредно тревожиться. Помучу часик, накажу и прощу...»

Над самым ухом его тихо пролетел глубокий вздох. За ним другой, третий... Муж почувствовал на плече прикосновение маленькой ручки.

«Ну, бог с ней! Прощу в последний раз. Будет ее мучить, бедняжку! Тем более, что я сам виноват! Из-за ерунды бунт поднял...» — Ну, будет, моя крошка!

Муж протянул назад руку и обнял теплое тело.

— Тьфу!!.

Около него лежала его большая собака Дианка.

[Форум Бюллетеня всегда открыт для комментариев и обсуждения](#)