

*Губина С. Т. Страх супружеской измены: психологическое консультирование с применением музыкальных средств / С. Т. Губина // Научный диалог. – 2013. – № 4 (16) : Психология. Педагогика. – С. 38–48.*

---

---

УДК 159.922.1+159.942:173.1/3

## **Страх супружеской измены: психологическое консультирование с применением музыкальных средств**

С. Т. Губина

В статье раскрываются ключевые механизмы проявления феномена страха супружеской измены. Обозначены ведущие методологические подходы к изучению проблемы. Определены перспективы поиска методов и средств оказания психологической помощи в практике консультирования. Раскрываются основные механизмы применения музыки как психологического средства воздействия в семейном консультировании в контексте коррекции семейных страхов.

Ключевые слова: семья; супружеская измена; психологическое консультирование; музыка.

Проблема разрешения или запрета замены партнёра (или подключения нового) в сексуальных отношениях всегда оставалась актуальной в полемике вокруг вопросов этических и ценностных составляющих человеческого бытия и была сопряжена с политическими и экономическими законами общества, поскольку форма брака вытекает из поддерживающего идеологического воззрения, который придает ему рациональный характер. В разных культурах отношение к измене (замене) супруга рассматривалось с разных позиций в контексте организации социальных взаимодействий. Примерами

являются беспорядочные половые связи первобытного общества, расцвет различных форм проституции, связанный с жёсткими канонами средневековых моногамных браков в Западной Европе. Опыт показал, что моногамный брак исторически давал «сбои», несмотря на то, что был признан необходимым в авторитарном обществе и выступал базой для идеологического препарирования подрастающего поколения, особенно в вопросе материальной зависимости женщин. Например, после того, как численность европейцев резко сократилась в результате Тридцатилетней войны, крайстаг (окружное собрание) в Нюрнберге издал 14 февраля 1650 года указ, отменяющий требование моногамии: «Вследствие того, что насущные нужды Священной Римской империи требуют замены населения, резко уменьшившегося за время этой Тридцатилетней войны, павшего от меча, болезней и голода <...> на протяжении следующих десяти лет каждому мужчине должно быть позволено взять в жёны двух женщин» [Райх, 1997, с. 184]. В истории имеется опыт свободных (гражданских) сексуальных отношений в революционных культурах, в том числе и в Советской России. Например, немецкий журнал «Интернационал» (“Die Internationale”) в 1927 году написал следующее: «Если коммунизм означает растворение семьи в обществе, а развитие событий в Советском Союзе указывает, что путь действительно ведёт в этом направлении, то ясно, что при такого рода рассмотрении семьи исчезнет и её проблема, проблема брака» [Там же, с. 239].

Представленное выше описание исторических фактов подтверждает наличие предпосылок к рассмотрению страха супружеской измены как феномена, обусловленного не только проблемой нарушения социально-нравственных установок, но и механизмами, определяемыми психофизической и ментальной природой развития человека.

Как отмечено в исследованиях, *страх* является продуктом психологической беспомощности, которая выражается интенсивностью

бессознательного желания умереть и приписыванием возможной реальной угрозы смерти, разрушения, исчезновения чего-либо в существующей внешней ситуации. Например, отмечено, что «если качество жизни невелико и компенсаторно увеличивается желание умереть, то человек может начать бояться самых безобидных предметов, которые в нормальном состоянии никакого страха не вызывают» [Вагин, 2005, с. 39]. Таким образом, страх супружеской измены обусловлен базальным недоверием к себе и окружающему миру, отсутствием личностной (самостной) платформы, которая составляет основу саморазвития и закладывается в детстве. Причиной тому являются детские идентификации, «отзеркаливания» дисфункциональных образов мужского и женского поведения взрослых в родительской семье. Механизм заключается в том, что диффузные границы между семейными подсистемами стимулируют формирование установки хронической беспомощности у детей, которые впоследствии во взрослой жизни становятся «носителями симптома» страха потери внутренней и внешней безопасности жизни.

Проблема поиска эффективных методов консультирования, направленных на создание условий коррекции страхов у клиентов в восприятии феномена супружеской измены, определяется рядом противоречий социального, личностного и психофизического характера. **Социальное противоречие** обусловлено тем, что брак, с одной стороны, является состоявшимся социальным институтом, представленным конкретными законодательными канонами, а с другой стороны, брак – это система отношений людей, где равновесие поддерживается благодаря постоянному переходу от гомеостаза к изменениям. **Личностное противоречие** состоит в том, что личность, с одной стороны, выражает себя в супружестве через закреплённые в раннем детстве шаблоны «отзеркаленного» поведения в родительской семье, а с другой – стремится развиваться и структурировать свою будущую семью на основе переосмысления

собственного жизненного опыта, что вызывает активизацию психологических защит в виде чувств неполноценности и вины в отношениях с родителями. Наиболее острым представляется **психофизиологическое противоречие**: брачный союз выступает средством узаконения (легализации) сексуальной свободы супругов по отношению друг к другу, в то время как организму невозможно «приказать» стабильно удерживать высокую динамику сексуального влечения к одному и тому же человеку на протяжении всей жизни. Различные методологические направления в современной психологии дают базу для теоретического обоснования проявления и понимания феномена измены в супружестве. Перечислим ключевые составляющие наиболее распространённых подходов.

В контексте *бихевиористического подхода* риск измены трактуется как основывающийся на нарушении особой взаимосвязи между супругами, заключающейся в обмене ресурсами определенного рода, которые воспринимаются как вознаграждение. Вознаграждения выступают как положительное подкрепление и увеличивают вероятность поведения, которое ассоциируется с этим подкреплением. Не все вознаграждения имеют равную ценность, и чем больше у человека накопленный ресурс, тем менее ценным он становится для него. Отсюда следует, что риск измены обусловлен обесцениванием неприкосновенности супружеских уз в связи с автоматизацией («переданием») определённых семейных сценариев взаимодействия, что является предпосылкой для возникновения нормативного кризиса семьи [Олифиревич, 2006].

*Когнитивный подход* объясняет, что именно активизированные при определённых обстоятельствах когнитивные схемы мышления и поведения организуют восприятие и интерпретацию семейных отношений супругов в контексте угрозы возможной измены. Если когнитивная структура субъекта является сбалансированной, то есть подчиняется следующему правилу: «мы любим то, что любят наши

друзья», «мы не любим то, что нравится нашим врагам», – то, соответственно тематике измены, она примет аналогичную формулировку: «мы можем изменить близким, потому что это делали наши родители», «мы должны бояться измены близких, потому что этого боялись наши родители» [Губина, 2011].

Сообразно *подходу* в контексте *ролевой парадигмы*, поступки членов семьи определяются ситуацией, социальной игрой, которую они ведут вместе с другими людьми, то есть их реальное поведение – это «актерская» игра. Люди получают роль в жизни и потом играют ее по своему индивидуальному сценарию. Часто эти сценарии создаются из закоряченных, негибких и неживых образцов мыслей, чувств и поступков, и образ жизни и поведения, выбираемый взрослыми людьми, связан с обидами и травмами, перенесенными в детстве. Чувство «ожидания» измены супруга (супруги) определяется ролью и создаваемой под неё социальной ситуацией. Такая роль определена «добровольным выбором страдания» с установками (привычками) предпочитать муку и боль. Страх взять на себя ответственность за изменение своей жизни приводит к активизации психологических защитных механизмов, благодаря которым люди не признают, что сами выбрали страдание [Нельсон-Джоунс, 2002]. Тревожный член семьи стремится контролировать своё гневление и одновременно поведение других, надумывая сценарий возможных «катастроф». Он применяет деструктивные (манипулятивные) формы общения. Когда определенное содержание невозможно полноценно выразить дискретно, то часто способом коммуникации оказывается аналогическая связь, которая выражается в симптомах заболеваний организма («Мне нужна любовь, посмотри, как я болею!») [Губина, 2012]. Однако ему не удастся решить свою проблему, поскольку причиной является отсутствие осознания того, что он делает. В итоге активизируется феномен «петли» круговой каузальности в семье, проявляющейся через причинно-следственную

последовательность, в которой объяснение какого-либо паттерна приводит обратно к первопричине, либо подтверждая её, либо меняя: А вызывает В, В вызывает С, что вызывает или модифицирует А. Поведение одного члена семьи влияет на поведение другого, что, в свою очередь, оказывает влияние на первого.

Согласно *психоаналитическому подходу*, причинами измен является внутренний личностный конфликт партнёров, состоящих в длительном браке, развивающийся между притуплением (временным или окончательным) чувственного желания, с одной стороны, и растущей со временем нежной привязанности к партнёру – с другой. Свободные сексуальные отношения, наиболее ясным проявлением которых являются связи, длящиеся всего час или одну ночь, отличаются от длительных сексуальных отношений отсутствием нежности к партнёру и интереса к нему. В целом отношение к половому партнёру может быть вызвано различными мотивами. Например, сексуальная привязанность к партнёру вследствие совместно пережитого чувственного наслаждения или вследствие вытесненной ненависти – реактивной любви [Калина, 2001]. Отношения чаще всего носят симбиотический характер («вместе не могут и порознь тоже») и обусловлены садомазохистской позицией по отношению к себе и партнёру. Причинами деструкции сексуального поведения являются отношения, возникшие вследствие неудовлетворённой чувственности, характерная особенность которых – переоценка, торможение чувственности и бессознательно гаснущее ожидание сексуального удовольствия. Оно легко может превратиться в ненависть, и в этом случае характерно постоянное ожидание «чего-то» от партнёра.

*Экзистенциально-феноменологический подход* к изучению семьи объясняет деструктивные переживания её членов как неосознаваемую попытку интенсифицировать аффективный опыт для поиска личностного смысла, роста и самоактуализации. Переживания, связанные со страхами измены (предательства) супруга, выступают

бессознательным средством фасилитации энергетических ресурсов на пути к инсайтному «взрыву» осознания ответственности и ценности собственной жизни тревожащегося и неуверенного в себе человека. Супруги искусственным образом моделируют стрессовые условия трансформации отношений всемье. Такая стратегия позволяет расшатать привычные стереотипы семейных взаимоотношений, подвергнуть человека «пиковым переживаниям» [Маслоу, 1999]. Если эмоции достаточно велики, то энергетический импульс в процессе конфликтов, выяснений отношений может вытолкнуть семейную систему из застоя, приведя к конструктивным изменениям. Описанный выше механизм можно объяснить в соответствии с логикой законов термодинамики: если семейная система не получает энергии извне, то постепенно приходит в состояние недостаточного дифференцирования, утраты структуры и полной аморфности. И наоборот: здоровое функционирование семейной системы может поддерживаться только через взаимодействие со средой, благодаря которой, происходит обмен (ввод, вывод). Поскольку процессы, происходящие в системах, необратимы и безвозвратны, то возникающая неосознаваемая «идея возможной измены» супруга – это не что иное, как предпосылка осуществления эффективного энергоинформационного обмена в системе отношений «семья – среда» для перехода на более высокий уровень функционирования.

Рассмотренные методологические точки зрения на природу переживаний, обосновывающих страх измены, образуют базу для применения психотехнического инструментария, направленного на оказание помощи в ситуации ненормативного кризиса семьи.

В процессе консультирования анализ причин измены необходимо проводить с учётом того, на какой стадии развития брака она произошла, а именно: есть ли совпадения с нормативными семейными кризисами? Целесообразно учитывать её длительность и тип: была ли эта связь продолжительной или случайной? и насколько

сильна эмоциональная связь с новым сексуальным партнёром? Значение имеет опыт детских воспоминаний измен, имевшихся со стороны родителей, их стиль и качество отношений, стратегии выхода из конфликтов в подобных ситуациях. Важно и то, как подобные ситуации повлияли на нарушение детско-родительских взаимоотношений: имеют ли место межпоколенные коалиции, перевернутая иерархия, ролевые инверсии и др. Супружеская неверность может носить как эпизодический, так и систематический характер. Измена чаще всего обозначает супружескую дисгармонию и свидетельствует о противоречиях и конфликтах между супругами. Не всегда она является следствием нарушений сексуальных отношений в браке. В ходе консультирования необходимо осуществлять как индивидуальную работу с носителем симптома, так и групповую с членами семьи с целью создания условий для разделения ответственности за проблему между всеми членами семьи – выход на один уровень осознания.

Музыка может быть использована в качестве вспомогательного средства в практике психологического консультирования семьи, регулирующего эмоциональную сферу личности. По сравнению с другими видами искусства, она оказывает более динамичный (быстрый) эффект воздействия. Отмечено, что при акцентировании внимания консультируемых на музыкальных фрагментах, которые оцениваются ими как актуальные (значимые), связанные с важными жизненными событиями, воспоминаниями, наблюдается эффект психологической поддержки: воспринимающий оценивает данную музыку как «свою», ощущая сопричастность [Губина, 2006]. Прослушивание музыкальных тем оказывает фасилитирующее воздействие на процесс актуализации мотивов и ценностей.

Музыкальное воздействие необходимо осуществлять с учётом двух типов ситуаций, которые способствуют развитию психотравмирующих переживаний страха супружеской измены. *Первый тип*

ситуаций основывается на воспоминаниях травматических событий, связанных с темой измены, воспринимаемых как внезапное (неожиданное) событие. Такие события могут быть связаны с всплывающими в памяти детскими переживаниями или с воспоминаниями о предыдущем опыте личной жизни. Для решения проблемы членам семьи не хватает психологических ресурсов совладания, поэтому событие оставляет «сильный след». «Навязчивое воспоминание» усиливает психологические защиты и акцентирует характер в плане подозрительности, агрессивности. *Второй тип* ситуаций связан с повторяющимся воздействием какого-то травматического стрессора, связанного, например, с манипулированием, шантажом, моделированием сцен ревности. Фактор повторения травматической ситуации, вызывающего у членов семьи страх сцен, связанных с тематикой измены, приводит к истощению ресурсов совладания. На уровне ощущений проявляется чувство беспомощности перед постоянным повторением травмы. Итогом является изменение Я-концепции на фоне чувства вины, стыда и снижения самооценки. Например, формируется «реактивная любовь» к партнёру вследствие сексуальной неудовлетворённости и вытесненной ненависти к нему.

При консультировании по поводу выше изложенных моделей ненормативных семейных ситуаций при гибком подходе применяются музыкальные средства. Возможно прослушивание музыкальных фрагментов при индивидуальных встречах с членами семьи, применение методов музыкотерапии в работе с отдельными семейными подсистемами (родителями, прародителями, детьми): беседа с консультантом проходит на фоне музыки. В качестве вспомогательного средства музыка используется при разработке сценариев семейного будущего во время совместных встреч, а также при коррекции повторяющихся симптоматичных стереотипов взаимодействия. Совместное прослушивание музыки, её обсуждение как элемент

семейного ритуала обеспечивают закрепление мифа, который бы способствовал сохранению семьи. Танцедвигательная импровизация (например, «отзеркаливание» движений, мимики и др. под музыку) является полезной для налаживания эффективной обратной связи между членами семьи. Большое значение уделяется «музыке воспоминаний», связанных со значимыми семейными событиями, которые являлись основой семейной гармонии и взаимопонимания.

В заключение подчеркнем, что музыка побуждает к развёртыванию свободных (спонтанных) образных ассоциаций, поэтому необходимо ориентировать воспринимающих музыку на особое внимание к переживаниям и мыслям, связанным со страхами измены (потери) с последующим анализом телесных ощущений, ассоциативного содержания образов, общего эмоционального состояния. Эффект «погружения» в музыку и переживания её в настоящем времени подталкивает воспринимающего к осознанию (принятию) своего состояния.

### Литература

1. Вагин Ю. Р. Страх : тифоаналитический подход / Ю. Р. Вагин. – Пермь : ПониЦАА, 2005. – 112 с.
2. Губина С. Т. Профилактика и коррекция эмоционального выгорания педагогов с помощью музыкальных психологических средств воздействия : диссертация... кандидата психологических наук / С. Т. Губина. – Ижевск, 2006. – 188 с.
3. Губина С. Т. Психологическая составляющая речевой коммуникации : значение обратной связи / С. Т. Губина // Вестник педагогического опыта. – 2012. – Вып. 33 (Серия Иностранные языки. История). – С. 5–7.
4. Губина С. Т. Психологическое консультирование семьи в ситуации ненормативного кризиса : учебно-методическое пособие / С. Т. Губина. – Глазов : Изд-во Глазов. гос. пед. ин-та, 2011. – 112 с.
5. Калина Н. Ф. Основы психоанализа / Н. Ф. Калина. – Москва : Рефлбук; Киев : Ваклер, 2001. – 352 с.
6. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – Москва : Смысл, 1999. – 425 с.
7. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования / Р. Нельсон-Джоунс. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – С. 74.

8. *Олифирович Н. И.* Психология семейных кризисов / Н. И. Олифирович, Т. А. Зинкевич-Куземкина, Т. Ф. Велента. – Санкт-Петербург : Речь, 2006. – 260 с.

9. *Райх В.* Сексуальная революция / В. Райх. – Санкт-Петербург. – Москва : Университетская книга, АСТ, 1997. – 352 с.

© Губина С. Т., 2013

## **Fear of Marital Infidelity: Psychological Counseling Using Music**

S. Gubina

The article covers key manifestation mechanisms of the adultery fear phenomenon. Leading methodological approaches to the problem study are outlined. Prospects for seeking methods and means of rendering psychological help in the counseling practice are identified. The author reveals major mechanisms of using music as a psychological effect means in family counseling in the context of family fears correction.

Key words: family; marital infidelity; psychological counseling; music.

---

**Губина Светлана Тельмановна**, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, ФГБОУ ВПО Глазовский государственный педагогический институт имени В. Г. Короленко (Глазов, Удмуртская Республика), [svetgubina@gmail.com](mailto:svetgubina@gmail.com).

**Gubina, S.**, PhD in Psychology, associate professor, Department of Psychology, Glazov State Pedagogical Institute named after V. G. Korolenko (Glazov, Udmurt Republic), [svetgubina@gmail.com](mailto:svetgubina@gmail.com).