

## Розділ: Гендерна психотерапія

УДК 159.98-058.8:159.942.2

**ИСКАЖЕНИЯ ОБРАЗА ПАРТНЕРА ПРИ СИНДРОМЕ «ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ХОЛОДА» (на примерах из консультативной практики)****Терещенко Н. Н.**

У статті на прикладах з консультативної практики проаналізовані варіанти викривлення образу партнера і відповідні цим варіантам психокорекційні стратегії при синдромі «емоційного холоду». Психокорекційні стратегії у випадках викривлення образу партнера повинні бути спрямовані більшою мірою на структури синдрому «емоційного холоду», які забезпечують ці спотворення. Викривлення можуть бути пов'язані як з міжособистісної залежністю, так і з контрзалежністю, так і зі страхом психологічної інтимності та іншими феноменами. Найбільш характерним для викривлення образу партнера при синдромі «емоційного холоду» є втрата реальних, динамічних рис особистості партнера, що значно ускладнює можливість побудови задовільних, стабільних відносин психологічної інтимності.

Ключові слова: синдром «емоційного холоду», сімейне консультування, викривлення образу партнера.

The article on examples of counseling practices analyzed variants of the distortion of partner image corresponding to these options psychocorrectional strategy of the syndrome of "emotional coldness". Psychocorrectional strategy in cases of distortion of the image of the partner should be focused more on the structure of the syndrome of "emotional coldness" to ensure these distortions. Distortion may be associated with interpersonal dependency, and with contradiction and with the fear of psychological intimacy and other phenomena. The most characteristic distortion of the image of a partner in the syndrome of "emotional coldness" is the loss of the real, dynamic personality traits partner, which complicates the possibility of constructing satisfactory, stable relations of psychological intimacy.

Key words: syndrome of "emotional coldness", family counseling, distortion of the image of a partner.

В статье на примерах из консультативной практики проанализированы варианты искажения образа партнера и соответствующие этим вариантам психокоррекционные стратегии при синдроме «эмоционального холода». Психокоррекционные стратегии в случаях искажения образа партнера должны быть направлены в большей степени на структуры синдрома «эмоционального холода», обеспечивающие эти искажения. Искажения могут быть связаны как с межличностной зависимостью, так и с контрзависимостью, так и со страхом психологической интимности и другими феноменами. Наиболее характерным для искажения образа партнера при синдроме «эмоционального холода» является утрата реальных, динамических черт личности партнера, что значительно усложняет возможность построения удовлетворительных, стабильных отношений психологической интимности.

Ключевые слова: синдром «эмоционального холода», семейное консультирование, искажение образа партнера.

В современном обществе институт семьи утратил или значительно в меньшей степени стал осуществлять ряд традиционных эксклюзивных функций, среди которых экономическая, социальная, сексуальная, репродуктивная и др. [1, 2]. Тем не менее, несмотря на большую вариативность социально принимаемых форм совместного существования (гостевые и дистанционные браки, «свободные отношения» и т.п.) традиционная семья остается предпочтительной для большинства людей. На замену традиционным функциям семья все больше приобретает психотерапевтическую функцию, связанную с поддержкой, установлением эмоциональной близости, со-бытием супругов.

Исследователи говорят о появлении нового явления, который называется «интимный брак» [3]. Именно качество отношений, а не осуществление социальных и экономических функций, в интимном браке становятся основным фактором, объединяющих пару вместе. Способность устанавливать эмоционально близкие, интимные отношения являются необходимыми в современной семье. Жалобы на неудовлетворительные партнерские отношения становятся одним из наиболее частых при обращении за помощью к специалисту в семейном и добрачном консультировании.

Нами было введено понятие синдрома «эмоционального холода» [4] для того, чтобы объединить различные феномены межличностных отношений, которые препятствуют установлению отношений психологической интимности. Межличностная зависимость, контрзависимость, интимофобия, любовная аддикция, невротическая любовь – эти различные по форме девиации межличностных отношений, по содержанию являются сходными, так как для любого из описанных феноменов характерен «эмоциональный холод», дистанцированность от партнера. Эмпирические исследования демонстрируют, что такие противоположные по форме межличностная зависимость и контрзависимость на самом деле представляют собой различные полюса континуума «эмоционального холода». А яркие и бурные проявления чувств при невротической любви лишь маскируют страх перед подлинной близостью с партнером.

Ранее [5] нами было показано, что проявления синдрома «эмоционального холода» могут не осознаваться супругами, поэтому, связанные с ним проблемы, формулируются в формате жалоб на ревность, измены, проблемы с детьми и т.п. Ригидные семейные роли могут способствовать реализации синдрома «эмоционального холода» в супружеских отношениях и препятствовать психокоррекции этого синдрома. Люди с синдромом «эмоционального холода» склонны к выбору супруга с такими личностными особенностями, которые способствуют уходу от психологической близости.

Одной из важных проблем, осложняющих психологическую коррекцию партнерских отношений при синдроме эмоционального холода является искажение образа партнера. В литературе [6] описаны следующие варианты искажения образа партнера при синдроме «эмоционального холода», а именно «*драматизация*» образа партнера и партнерских отношений, которые наполняются страстями, драматическими переживаниями, экстравагантными поступками и событиями, «*сверхобобщение*», при котором все поступки партнера описываются как закономерные, предсказуемые, реализующие тот или иной

---

сценарий; «черно- белое» восприятие, при котором партнер воспринимается категорично и однозначно. Следует отметить, что в консультативной практике чаще всего встречается сочетание различных форм искажения образа партнера, однако одна из них в большинстве случаев является преобладающей.

Цель работы: проанализировать варианты искажения образа партнера и соответствующие этим вариантам психокоррекционные стратегии при синдроме «эмоционального холода».

Метод исследования: анализ случаев консультативной практики.

Люди с синдромом «эмоционального холода» склонны *драматизировать образ партнера*, приписывая ему и своим отношениям заостренные, сверхэмоциональные черты. При этом драматизация может иметь как позитивный смысл (сверхидеализация партнера), так и негативный (обесценивание, агрессивные чувства). Следует отметить, что наличие нормальной идеализации, способность выражать агрессию являются одними из важных факторов успешных партнерских отношениях [7]. Кроме того, идеализация отношений характерна для этапа влюбленности и является условием формирования любовных отношений и привязанности. В данном случае речь идет о выраженной драматизации отношений при синдроме «эмоционального холода», препятствующей установлению отношений психологической интимности.

Например, за консультацией обратился мужчина А., 39 лет, имеющий многолетние отношения в форме гостевого брака с женщиной О. на несколько лет старше его. Причиной его обращения было то, что, по его словам, женщина хотела прекратить отношения с ним в связи с бесперспективностью. А. хотел продолжать отношения, боялся остаться в одиночестве. В его описании О. выступала как идеальная партнерша, «чувствующая его на расстоянии», принимающая его таким, как он есть. Мужчина рассказывал о том, что она прощала ему измены, помогала в ситуациях финансовых затруднений, он мог «плакать у нее на коленях». А. говорил о том, что в их отношениях присутствует мистическое начало и если он ее потеряет то, больше никого и никогда не сможет полюбить.

Анализ данного случая в контексте синдрома «эмоционального холода» позволяет заключить, что А. имеет отношения межличностной зависимости, которые он выстраивает с женщиной материнского типа. Всепрощающая женщина О., безусловно принимающая все его недостатки, годами, живущая с ним в форме гостевого брака без обязательств с его стороны, с одной стороны идеализируется, а с другой стороны – построить отношения психологической близости с ней не удастся. Склонность к межличностной зависимости в данном случае сочетается со страхом психологической интимности, который не позволяет строить стабильные долгосрочные партнерские отношения. Маятникообразные отношения – симбиотическое слияние с О., которое сменяется уходом и сексуальными отношениями с другими женщинами, а затем возвращением и примерением с О., позволяли мужчине сохранить иллюзию собственной свободы и приглушить ощущение страха психологической близости. Драматизация образа О. служила для того, чтобы, с одной стороны, позволять А. «погружаться» в симбиотическую связь, а с, другой стороны, не видеть в О. реальную женщину, отдельную личность, имеющую свои желания, чувства, ожидания. Таким образом, драматизация в таком варианте обеспечивает полюс «Псевдочувства» синдрома «эмоционального холода», который предполагает наличие экстремальных форм любовных

переживаний, являющихся фасадными, скрывающими отсутствие реальной близости между партнерами.

Мишенью психокоррекционной помощи в данном случае является страх психологической интимности, который препятствует построению партнерских отношений «мужчина-женщина», ведущий к отношениям «мужчина-сын – женщина-мать».

«Сверхобобщение» в восприятии партнера при синдроме «эмоционального холода» способствует сохранению ригидного образа партнера, препятствующего построению отношений в режиме «здесь и сейчас». Как было указано выше, люди с синдромом «эмоционального холода» склонны к выбору супруга с такими личностными особенностями, которые способствуют уходу от психологической близости. Поэтому именно эти личностные особенности подчеркиваются, фокусируются, утверждается, что они являются основными, а проявления не соответствующие ригидному образу игнорируются, не замечаются.

Так, на прием обратилась женщина Е., 31 год, состоящая в браке 8 лет, с жалобами на неудовлетворительные отношения с мужем. По ее словам муж был холодным, эмоционально дистанцированным. Они редко проводили время вместе, выходные и отпуск она чаще всего проводила с подругами, с которыми у нее было больше общих интересов, чем с мужем. В процессе работы выяснилось, что выражение эмоций для нее также является проблематичным.

На одной из встреч Е. рассказала о том, что поссорилась с мужем из-за того, что в очередной выходной он сказал, что уходит с друзьями на рыбалку, не посоветовавшись с ней. По ее словам, она очень бурно выражала эмоции, плакала, говорила о том, что он игнорирует ее чувства, безразличен к ней. Муж ответил, что он не знал, что для нее это так важно, что не понимает в чем дело. Через некоторое время сказал, что он не поедет на рыбалку, потому что вспомнил, что ему нужно сделать важную работу. После этого предложил ей сходить на лыжную прогулку, на которой они много говорили о своих отношениях. В рассказе о прошедших выходных Е. была в большей степени сконцентрирована на начале истории, снова и снова возмущалась по поводу того, что муж, не посоветовавшись, собирался на рыбалку. Складывалось впечатление, что все последующие его действия, направленные на примирение и близость, были гораздо менее важными, чем игнорирование ее интересов в начале истории.

Таким образом, у Е. сформирован ригидный образ мужа, который на самом деле имеет сложности в коммуникации и в установлении отношений психологической интимности, при этом его потребности в эмоциональной близости и действия, направленные на ее установление, не допускаются в этот образ или интерпретируются как исключения или не настолько важные поступки. Такое «сверхобобщение» искажает образ партнера, затрудняет понимание Е. собственной роли в формировании неудовлетворительных семейных отношений. Также как и в случае с драматизацией сверхобобщение препятствует установлению партнерских отношений с реальной личностью. Все, что не укладывается в ригидный образ партнера, практически не имеет шанса быть воспринятым, имеющим оказать влияние на отношения.

Психокоррекционной мишенью в случае Е. является ее собственная контрзависимость (полюс «Холод» синдрома «эмоционального холода»), за которой, как оказалось, стоит ощущение обиды на мужчин, связанное с особенностями ее дочерне-отцовских отношений в

---

родительской семье.

«Черно-белое» восприятие, в котором партнер имеет четкие оценочные черты, чаще всего в формате «плохо-хорошо». При этом эти черты являются разрозненными, расщепленными, которые трудно совместить в одном человеке. Образ партнер не воспринимается как целостный, скорее как набор различных качеств хороших или плохих по отношению к человеку с синдромом «эмоционального холода». Это вызывает противоречивые чувства по отношению к партнеру, которые одновременно притягивает и отталкивает.

Например, за психологической помощью обратилась Н. 23 лет, для которой было сложно принять решение о вступлении в брак с молодым человеком, с которым она встречалась около 2 лет. Пара часто ссорилась, потом мирилась. У Н. было много обид и претензий к своему молодому человеку, который, с ее слов, вел себя часто «по-свински», мог нагрубить, был безответственным. На вопрос, почему Н. сохраняет эти отношения, девушка ответила, что иногда ее молодой человек бывает совсем другим: заботливым, внимательным, любящим. Когда Н. рассказывала о своем парне, могло сложиться впечатление, что она говорит о двух разных людях, настолько позитивно она оценивала один образ и негативно – другой. О причинах таких кардинальных перемен в поведении своего партнера Н. не могла ничего сказать, считала, что все зависит от его настроения или от каких-то других не связанных с их отношениями событий. О своем поведении она говорила, как о реактивном, в связи с его поступками. То есть злилась она, когда он ее злил, проявляла заботу, когда он был нежен с ней. Е. было сложно принять решение о вступлении в брак со своим молодым человеком, а он настаивал на браке и просил принять решение как можно скорее.

В данном случае синдром «эмоционального холода» у Е. проявляется как невозможность принять и проявить собственные чувства, ее межличностная зависимость выражается в форме того, что партнер воспринимается ею эгоцентрично, то есть с точки зрения того, как он относится к ней. Поэтому все его поступки оцениваются только в контексте его отношения к ней «плохо» или «хорошо». Отметим, что в специальных эмпирических исследованиях [8] было показано, что для девушек с межличностной зависимостью характерным является преобладание эгоцентричных черт в образе брачного партнера (заботливый, любящий, помогающий, верный), в ущерб социальным (социальный статус, профессия, материальное обеспечение и т.п.) и личностным (связанным с его характером, личностными ценностями и т.п.) характеристикам. В то время, как девушки, не склонные к отношениям межличностной зависимости, при оценке партнера в большей степени опираются на его личностные и социальные характеристики

Психокоррекционной мишенью в этом случае является незрелая эмоциональная сфера девушки. Психокоррекция должна быть направлена на ее собственные чувства и переживания, которые должны стать определяющими в формировании отношения к партнеру. Можно сказать, что необходимо сменить внешний локус контроля на внутренний.

Таким образом, было показано, что описанные в результате эмпирических исследований, типам искажения образа партнера при синдроме «эмоционального холода» подтверждаются случаи в консультативной практике. Психокоррекционные стратегии в случаях искажения образа партнера должны быть направлены в большей степени на структуры синдрома «эмоционального холода», обеспечивающие эти искажения. Искажения

могут быть связаны как с межличностной зависимостью, так и с контрзависимостью, так и со страхом психологической интимности и другими феноменами. Наиболее характерным для искажения образа партнера при синдроме «эмоционального холода» является утрата реальных, динамических черт личности партнера, что значительно усложняет возможность построения удовлетворительных, стабильных отношений психологической интимности.

### Литература

1. Голод С.И. Социолого-демографический анализ состояния и эволюции семьи // Социол. исслед. - 2008. - № 1. - С. 40-49.
2. Андреева Т. В. Психология современной семьи. Монография. / Татьяна Владимировна Андреева – СПб.: Речь, 2005. – 436 с.
3. Пейдж С. Близость /Пейдж С. // Психология и психоанализ любви. Учебное пособие для факультетов психологии, педагогики и социальной работы. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ – М». 2007. – С. 486 – 520.
4. Синдром «эмоционального холода» в межличностных отношениях: аддиктивный контекст [Кочарян А.С., Терещенко Н.Н., Асланян Т.С., Гуртовая И. В.] // Вісник Харківського університету. Сер. Психологія. – Х.: Вид-во ХНУ, 2007. - №771. – с. 115-119.
5. Терещенко Н.Н. Особенности синдрома «эмоционального холода» в супружеских отношениях (на примерах из консультативной практики)/Н.Н. Терещенко// Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія: психологія. Харків: ХНУ.– 2015. - Вип.58, №1. – С. 107-111.
6. Асланян Т. С. Структурні та функціональні характеристики симптомокомплексу «емоційного холоду» у жінок/Асланян Тетяна Сергіївна. – Дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01 – Харків, 2010. – 201 с.
7. Кернберг О. Ф. Отношения любви: норма и патология / Кернберг О. Ф. //Пер. с англ. М. Н. Георгиевой. – М.: Независимая фирма “Класс”, 2000. – 256 с. – (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 76).
8. Літвінова В. Я. Особливості психосемантичної структури уявлень про шлюбного партнера у дівчат, схильних до міжособистісної співзалежності/ Літвінова Вероніка Яківна. – Дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01 – Харків, 2013. – 199 с.

#### Literatura:

1. Golod S.I. Sotsiologo-demograficheskiy analiz sostoyaniya i evolyutsii semi // Sotsiol. issled. – 2008. - # 1. - S. 40-49.
2. Andreeva T. V. Psihologiya sovremennoy semi. Monografiya./Tatyana Vladimirovna Andreeva – SPb.: Rech, 2005. – 436 s.
3. Peydzh S. Blizost /Peydzh S. // Psihologiya i psihoanaliz lyubvi. Uchebnoe posobie dlya fakultetov psihologii, pedagogiki i sotsialnoy raboty. – Samara: Izdatelskiy Dom «BAHRAH - M». 2007. – S. 486 – 520.
4. Sindrom «emotsionalnogo holoda» v mezhlichnostnyih otnosheniyah: addiktivniy kontekst [Kocharyan A. S., Tereschenko N. N., Aslanyan T. S., Gurtovaya I. V.] // Visnyk Harkivskogo universytetu. Ser. Psihologiya. – H.: Vid-vo HNU, 2007. – №771. – S. 115-119.
5. Tereschenko N. N. Osobennosti sindroma «emotsionalnogo holoda» v supruzheskih otnosheniyah (na primerah iz konsultativnoy praktiki)/N.N. Tereschenko // Visnyk Harkivskogo

natsionalnogo universitetu Imeni V. N. KarazIna. Seriya: psihologija. Harkiv: HNU.– 2015. - Vyp.58. – №1. – S. 107-111.

6. Aslanyan T. S. StrukturnI ta funktsIonalnI harakteristiki simptomokompleksu «emotsIynogo holodu» u zhInok/Aslanyan Tetyana SergIYivna. – Dis. ...kand. psihol. nauk: 19.00.01 – Harkiv, 2010. – 201 s.

7. Kernberg O. F. Otnosheniya lyubvi: norma i patologiya / Kernberg O. F. //Per. s angl. M. N. Georgievoy. – M.: Nezavisimaya firma “Klass”, 2000. – 256 s. – (Biblioteka psihologii i psihoterapii, vyip. 76).

8. Litvinova V. Ya. Osoblyvosti psihosemantichnoji struktury uyavlen pro shlyubnogo partnera u divchat, shilnih do mizhosobistisnoji spivzalezhnosti/ Litvinova Veronika Yakivna. – Dis. ...kand. psihol. nauk: 19.00.01 – Harkiv, 2013. – 199 s.

Надійшла до редакції 10.08.2015

---