

Abstract: One of the most current problems of the social psychology are presented in the article. Different socialpsychological theories of communication and interpersonal relationships are considered. The specific of the socialpsychological perspective in investigation of human interactions is pointed. Also, actual research themes within the social psychology such as social roles, personal identity, attitudes and interrelation between attitudes and behaviour are analyzed in that article. The place of the interpersonal attraction and love within the scientific socialpsychological knowledge system is shown, stressing on the applied character of the contemporaneous socialpsychological knowledge to investigated problems.

Keywords: Social roles; communication; interpersonal relationship; gender roles stereotypes; human interactions.

1. Общуване и близост в партньорските отношения между мъжа и жената

Общуването между двама души може да се разглежда като протичащи в самите тях и между тях двустранни процеси, свързани с обмяна на информация, взаимодействия, взаимовлияния, възприемане и разбиране на другия (Герчева-Несторова 2012). Единствено в процеса на общуването можем да удовлетворим и потребността си да съпреживяваме, да обичаме и да даваме, да оказваме грижа и подкрепа, като по този начин се развиваме и актуализираме. Пъл-

* **Петър Нешев** – доц. д-р, преподавател във Варненския свободен университет „Черноризец Храбър“, катедра „Психология“, e-mail: neshev_peter@abv.bg.

ноценните близки взаимоотношения със значими други хора имат безспорно значение за физическото и психическото здраве, за продължителността на живота, за личностното развитие, за преживяването на сигурност, щастие, удовлетвореност и благополучие. Едни от най-близките и значими взаимоотношения са партньорските отношения между мъжа и жената. Бракът, съжителството и другите романтични отношения са динамични процеси, които се разгръщат в определен времеви период. Пряката и най-очевидната полза от този тип близки взаимоотношения е в социалната подкрепа, която двамата партньори взаимно си дават в една пълноценно развиваща се връзка.

Според Харолд Кели *близки взаимоотношения* са връзки с продължителност във времето, които се характеризират с взаимно разбиране за близост между двама души. Ключова характеристика на близката връзка са взаимозависимостите между мислите, чувствата и поведението на двамата – животите им са преплетени по безброй начини. В анализа си на близките взаимоотношения Харолд Кели и сътрудници (Kelley, Berscheid, Christensen, Harvey, Huston, Levinger, McClintock, Peplau, Peterson 1983) открояват като техни основни елементи събитията във взаимодействието, вътрешната каузална динамика, различните условия и връзки между събитията.

Действията, реакциите, емоциите и мислите са примери за събития. Във взаимодействието помежду си всеки от партньорите променя своите действия, реакции, емоции и мисли поради действията, реакциите, емоциите и мислите на другия, промени в тях или в средата. Респективно тези промени водят до следващи промени. По този начин събитията формират динамиката на взаимодействието между двамата.

Характерните за двойката събитийни модели се оформят като отличителни белези на връзката. Използвайки принципите на каузалния анализ, Кели и сътрудници установяват, че определени събития са причинно обусловени от други и единството на двойката, нейното съществуване като цялостна единица произтича от обстоятелството, че редица събития при единия партньор са причинно обусловени от събития при другия. Те стигат до извода, че съществуват повече или по-малко стабилни и продължителни каузални условия.

Например определени атрибуции на партньорите (способност, отношения, заетост) или на тяхната социална или физическа среда (брой роднини и приятели, битови условия) са причина за и следствие от отличителните белези на тяхното взаимодействие. Тези каузални условия имат отношение към стабилността на връзката, но и към промените в нея. Определени характерни черти на взаимодействието са в резултат от определени каузални условия, от една страна, а от друга – самото взаимодействие често води до промени в тези условия. Близостта в междуличностните взаимоотношения се определя от степента на взаимна зависимост между двама души, която произтича от относително продължително във времето взаимодействие между тях.

Според Памела Рийгън това взаимодействие следва да бъде уникално по някакъв начин – моделът трябва да се различава от моделите на взаимодействие, които всеки от партньорите има с други хора, както и от моделите на взаимодействие в други двойки. При това условие е възможно най-пълно въздействие в поведението на всеки от двамата върху другия. В случаите, когато взаимодействието се подчинява на социални норми и предписания, намиращи израз в ролево обусловено поведение, то взаимоотношението може да бъде определено по-скоро като „формално“. Партньорите следва да имат ментална репрезентация на историята на своето общуване, която ще влияе върху бъдещото им взаимодействие. Рийгън прави разлика между субективните и поведенчески близките взаимоотношения. Субективните близки взаимоотношения се определят от чувството за близост и взаимна свързаност, а поведенчески близките се отнасят до модела на взаимодействие между партньорите и до степента на проява на значително взаимно влияние. Според Кели и сътрудници, колкото по-често двамата партньори си взаимодействат и всеки от тях силно повлиява повече различни избори и поведения на партньора си за продължителен период от време, толкова по-близко е тяхното взаимоотношение.

2. Индивидуалистичен и системен подход към партньорските отношения

Повечето изследователи в областта на взаимоотношенията се стремят да установят връзка между личностните характеристики

на отделния индивид (например невротизъм, стил на привързаност, др.) и неговите преживявания във връзките, както и последиците от тях (например брачна стабилност). Този индивидуалистичен подход към взаимоотношенията поставя известни ограничения, тъй като двойките се създават и поддържат от двама души. Следователно типът и качеството на тяхното взаимодействие се определят не само от характеристиките на единия партньор, а от взаимодействието между двамата – всеки със своите индивидуални черти и особености, от социалната и физическата среда, в която се случва връзката, и от това как всички тези причинно обусловени условия си влияят взаимно (Reis, Collins 2004).

Това насочва към другия изследователски подход на взаимоотношенията – системния. Дотолкова, доколкото всяка връзка функционира като цяло посредством взаимозависимостта между нейните части, то тя представлява система. Според дефиницията на Пол Вацлавик, Джанет Бавелас и Дон Джаксън (2005) една интеракционна система, каквато представлява връзката, се състои от обекти (хора), техните атрибути (комуникативни поведения), които са обвързани в едно цяло посредством взаимоотношенията помежду им. Те и други автори (например Reis, Collins 2004) описват взаимоотношенията като отворени системи, тъй като обменят информация, енергия и материали със своята среда. Всяка система съществува в йерархия от други системи, като всяко по-високо ниво е по-сложно от предходното и се характеризира с отличителни белези, които не са съществували на по-ниските нива и не са били предвидени от тях.

В двойката обектите или частите на системата са двамата партньори, всеки със своите индивидуални интрапсихични процеси – нагласи, представи, очаквания, афективност, личностни черти и произтичащите от тях и от взаимодействията между обектите поведения. Но връзката не е изолирана и се осъществява в конкретна физическа среда (географско местоживееене, климат, населеност, икономически условия и др.), социална среда (семейство, съседи, приятели, колеги и др.), цялата общност (например България), култура (например европейска). Освен това всеки от партньорите участва и в други връзки, т.е. те се влияят от и въздействат върху хоризонталните и вер-

тикалните взаимодействия с други хора и системи. Промените във всяка от тези системи оказва въздействие върху взаимоотношенията като система и върху всеки от участващите в нея като отделни личности (Regan 2011). Вацлавик, Бавелас и Джаксън (2005) обстойно разглеждат свойствата на отворените системи – цялост, обратна връзка и еквифиналност. Целостта като свойство показва взаимозависимостта вътре в системата – нейните отделни елементи (в случая на двойка – двамата партньори) са свързани така, че всяка промяна в който и да е аспект на единия (мисъл, емоция, действие) ще доведе до изменения в другия и в цялата система.

В този смисъл „системата се държи не като проста комбинация от независими елементи, а като кохерентно и неотделимо цяло“ (Вацлавик, Бавелас, Джаксън 2005: 118). Тази кръгова каузална обвързаност на веригите от събития при двамата партньори е пряко свързана с концепцията за обратната връзка – поведението на единия въздейства върху и е повлияно от поведението на другия. Обратната връзка като свойство на системата се отнася до нейната стабилност или липса на такава, като нито едното от двете състояния не е статично и непроменяемо във времето. Именно процесите на обратната връзка в системата формират динамиката на отношенията в двойката. Качественото съдържание на тези процеси и организацията на взаимодействието между двамата са от значение за връзката, а не толкова първоначалните условия за нейното възникване.

Има все по-широко съгласие сред изследователите, че системите на взаимоотношенията са от съществено значение за разбиране поведението на хората и на хода на човешкото развитие. Присъщата им сложност доказва, че общуването в двойката се определя от множество фактори, които могат да бъдат групирани в три широки категории – личностни, отношенчески и средови. Техният крос-анализ позволява разбирането на процеси като междуличностно привличане, любов, удовлетвореност в брака, конфликт, преживяване на тежки загуби, насилие в двойката, социална подкрепа, развод (Regan 2011).

Както вече бе посочено, личностните характеристики (диспозиции, вярвания, нагласи, ценности, предпочитания, афективност, физически характеристики, психично състояние) и на двамата парт-

ньори са от съществено значение за тяхното взаимодействие и за развитието на връзката. Например хора със сигурен стил на привързаност са по-удовлетворени в романтичните си връзки. По-високият невротизъм се асоциира с по-слаба удовлетвореност. Хората, които имат положителни нагласи и очаквания за любовта и връзката си, са по-щастливи във взаимоотношенията. Отношенческите фактори произлизат от взаимодействието между двамата партньори или от комбинацията на личностните характеристики на двамата. Сред тях са близостта, приликите, равнопоставеността, споделянето и привличането помежду им, а така също и техните атрибуционни модели, стратегии за решаване на конфликти и комуникативни стилове. Например системното разминаване в степената, в която всеки от двамата влага себе си и дава във връзката, е предпоставка за неудовлетвореност от нея.

Средовите фактори обхващат всички променливи, които идват от физическата и социалната среда, в която функционира двойката. От значение са икономическото състояние на партньорите, тяхната трудова заетост, наличието или липсата на деца, роднинските взаимоотношения, социалните норми и порядки, законите, културните ценности, религията, политическата ситуация.

Например изборът на партньор се влияе от съществуващите социални норми и културни ценности. Бракът е формално институционализиран, което определя с кого е допустимо или не да създадем семейство. Икономическите трудности могат да доведат до разпадане на връзката. Следователно поведението на един човек може да бъде анализирано и разбрано като функция от взаимодействието между индивидуалните му личностни характеристики и средата, но за разбирането на динамиката на общуването между двама души е необходимо да се анализира и междуличностният контекст.

3. Влияние на привързаността върху партньорските отношения

Една от широко прилаганите теории като концептуална рамка за изследване на близките взаимоотношения е теорията за привързаността на Джон Боулби. И това не е случайно, тъй като едни от

най-характерните отличителни черти на общуването са чувствата и емоциите – положителни (любов, обич, радост, благодарност, сигурност, гордост) и отрицателни (омраза, ярост, гняв, фрустрация, унижение, обида, тъга, разочарование, ревност, страх от отхвърляне, отчаяние). Близките взаимоотношения провокират силни емоции и се влияят от афективния отговор на всеки от партньорите в различни отношенчески събития (Mikulincer, Shaver 2005). Чувствата и емоциите влияят върху мотивацията на партньорите, върху поведението на всеки от двамата и върху произтичащото от това качество на взаимодействието в двойката. Например преживяването на яд, страх или обич може да мотивира определени поведения към единия – нападение, отдръпване или утвърждаване, привличане, а те от своя страна, да предизвикат реципрочен отговор у другия. И още, близките взаимоотношения влияят силно върху афективната регулация – подпомагайки я или разрушавайки я.

Според Марио Майкулинцър и Филип Шейвър (2005) афективната регулация би могла да бъде разбрана чрез концептуалната рамка на теорията на привързаността. Те подчертават акцентите в трудовете на Боулби с приложение в изучаването и разбирането на близките взаимоотношения при възрастните, а именно: 1) във връзките е възможно буферизиране на тревожността и физическа защита; 2) търсенето на близост е основен начин за регулиране на дистреса; 3) различните стратегии за афективна регулация в хода на целия живот могат да бъдат обяснени с историята на формиране на стиловете на привързаност според различните модели на взаимодействие със значимите други в ранното детство. Теорията за привързаността е конструирана върху идеята, че при раждането си човек не би могъл да оцелее без грижата и закрилата на възрастен поради своята физическа и психическа безпомощност в началото на своя живот.

Благодарение на обгрижването, което получава, у детето се формират поведения, чиято функция е поддържането на близост с човека, който се грижи за него. Това е възможно под действието на вродена поведенческа система на привързаността, която е еволютивно унаследена и има адаптивна ценност. У възрастния човек функционира поведенческа система за обгрижване. При взаимодействието между двете системи се формира връзка, която способства за оцеляването и развитието на детето.

Поведенческата система на привързаността позволява човек да търси близост със значимите други, особено в моменти на нужда. При появата на заплаха или препятствие пред поддържането на близостта системата се включва, за да осъществи своите регулаторни функции – предпазване на детето от опасността и намаляване на тревожността и дистреса. Системата функционира у човека независимо от възрастта му. Майкулинцър и Шейвър (2005) разглеждат още значимите индивидуални разлики във функционирането на системата на привързаност, описани от Боулби. Взаимодействието със значими други, които са присъстващи и откликващи при необходимост или заплаха, подпомага оптималното функциониране на системата на привързаност, повишава усещането за сигурност и увеличава доверието в другите, че ще предоставят подкрепа в случай на необходимост.

Когато обаче значимите други не са устойчиво присъстващи и даващи подкрепа, търсенето на близост не успява да намали тревожността и не се развива усещане за сигурност при търсене на подкрепа. В този случай се развиват вторични стратегии на привързаност – избягване и тревожност (Mikulincer, Shaver 2005).

В резултат от взаимоотношенията със значимите други в ранното детство във връзка с търсенето и получаването на подкрепа и сигурност в ситуации на нужда и преживявана опасност човек формира стил на привързаност – модел на отношенчески очаквания, чувства, емоции и поведения, които са следствие от интернализирането на специфичната му лична история по отношение на привързаността. Майкулинцър и Шейвър разработват трикатегориален модел на активиране и динамика на системата за привързаност през 2002 г., стъпвайки върху постулираното от Боулби, че рутинното проследяване на преживяванията и събитията води до активиране на системата на привързаност, когато бъде засечена потенциална или реална опасност.

Ако при активиране на системата има значима фигура, която откликва на търсенето на близост и предоставя подкрепа, тогава у човека се затвърждава сигурността му на привързаност и се подпомага прилагането на сигурни стратегии за афективна регулация. Целите на тези стратегии са да се намали дистресът, да се поддър-

жат утешаващи и подкрепящи близки взаимоотношения и да се подобри адаптацията на човека. Те включват оптимистични вярвания относно управлението на стреса, доверие в добрата воля на другите и сигурност в собствените възможности за справяне със заплахите. Стратегиите, които се основават върху сигурността, позволяват на човек също така да признае и премине през дистреса без личностна дезорганизация, да търси подкрепа от другите и да решава проблемите. Тези стратегии се прилагат от хора, които са със сигурен стил на привързаност и в отношенията си не са тревожни или отбягващи.

Когато човек смята, че няма на разположение значими фигури при необходимост, той развива несигурност на привързаността, в резултат на което формира несигурност към търсенето на близост като защитна стратегия. Такъв човек придава прекомерно значение на близостта и предприема упорити и прекомерни действия в търсенето и поддържането на близост, подкрепа и обич. Подобни хора са силно тревожни и изключително упорити в усилията си да намерят друг, към когото да се привържат, и едва когато решат, че са намерили такава фигура, добиват известно усещане за сигурност. Те са силно изискващи към партньора си по отношение на неговото включване и даване на подкрепа – вкопчват се, прилагат различни механизми за контрол, свръхзависими са от него като източник на защита и възприемат себе си като относително безпомощни и неспособни в афективната регулация.

Проявяват също така повишена бдителност за сигнали за опасност и намалена способност да отчитат адекватно наличието на значима фигура – все предпоставки за по-бързото и често активиране на поведенческата система на привързаност. Интензифицират негативните емоционални отговори на заплашителни събития и засилват преживяването на възприета опасност, държейки я активна в оперативната си памет. В резултат дори и на минимална заплаха веднага се идентифицира, системата на привързаност е постоянно активирана и психологическата болка от неналичието на фигури на привързаност е изострена.

Третата група от хора включва онези, чиито очаквания, че търсенето на близост няма да намали дистреса, спират търсенето на подкрепа и се опитват сами да се справят с него. Целта на подобни

стратегии е да не се активира системата на привързаност, за да се избегнат фрустрацията и по-нататъшен дистрес, причинен от евентуална неналичност на значима фигура. Примери за такива стратегии са отричането на потребността от привързаност и избягване на емоционално обвързване, интимност и зависимост в близките взаимоотношения. Те включват още пренебрегването на сигнали и потискането на мисли за опасност и такива, свързани с привързаността. Подобни тенденции се подсилват от допускането, че човек може да разчита единствено на себе си, което допълнително намалява зависимостта от другите и не допуска признаването на собствените грешки. Всичко това са психологически прояви на избягването на привързаност. Майкулинцър и Шейвър смятат, че всяка от тези три стратегии има регулаторна цел, а определени когнитивни и афективни процеси подпомагат постигането ѝ. Освен това тези стратегии влияят върху качеството на емоционалните преживявания въобще и в частност в близките взаимоотношения.

Безспорно е, че привързаността е интегрална част от човешкото поведение, като се приема, че функциите и динамиката на поведенческата система на привързаност не се променят в хода на живота, най-вероятно защото неврологичната основа на тази система почти не се променя (Hazan, Shaver 1994). Все пак е необходимо да се посочат и разликите в привързаността на възрастните, тъй като са съществени, от тези при малките деца. Привързаността при децата обичайно е еднопосочна и допълваща – значимата фигура осигурява, но не получава грижа и сигурност. Във връзките при възрастните привързаността е реципрочна – всеки от партньорите дава и получава грижа и сигурност. Нещо повече, Синди Хейзън и Филип Шейвър смятат, че в близките взаимоотношения привързаността не остава на нивото на външните, наблюдаеми взаимодействия, а се трансформира във вътрешно представени явявания и очаквания – възрастните могат да бъдат спокойни дори само при мисълта, че могат да се свържат със значимата за тях фигура при необходимост, ако тя не е физически налична.

Друга съществена разлика се състои в това, че при възрастните обикновено значимата фигура не е родителска, а тази на приятел

или любим човек. Взаимоотношенията при възрастните интегрират три поведенчески системи – на привързаност, на грижа и на сексуално партниране (Hazan, Shaver 1994). Различни са и мотивите при търсенето на близост, като те се променят с развитието. Тревожността и стресът са мотиватори във всички възрасти. При подрастващите и възрастните обаче има и други. Такива са потребността от свързване и търсенето на подкрепа от връстници, желанията да се осигуряват защита и грижа и за сексуално общуване.

Разбирането на партньорските взаимоотношения между мъжа и жената – създаване, поддържане и развитие – може да се осъществи чрез проследяване функционирането на различните поведенчески системи, които се формират в хода на човешката и индивидуалната еволюция, за да осъществят удовлетворяването на значимите за човешкото оцеляване, възпроизводство и благополучие потребности. Важни са и индивидуалните различия в когнициите, афектите и поведенията на двамата партньори, опосредствани от конкретната социална среда, както и от менталните репрезентации, формирани на базата на опита в реалната връзка.

БИБЛИОГРАФИЯ BIBLIOGRAPHY

1. **Вацлавик, П., Бавелас, Дж. Б., Джаксън, Д. Д. 2006:** Вацлавик, П., Бавелас, Дж. Б., Джаксън, Д. Д. Прагматика на човешкото общуване. Изследване на моделите, патологиите и парадоксите на взаимодействието. София. // **Vatslavik, P., Bavelas, Dzh. B., Dzhaksan, D. D. 2006:** Vatslavik, P., Bavelas, Dzh. B., Dzhaksan, D. D. Pragmatika na choveshkoto obshtuvane. Izsledvane na modelite, patologiite i paradoksite na vzaimodeystviето. Sofia.
2. **Герчева-Несторова, Г. 2012:** Герчева-Несторова, Г. Социални комуникации. Междуличностна парадигма. Варна. // **Gercheva-Nestorova, G. 2012:** Gercheva-Nestorova, G. Socialni komunikatsii. Mezhdulichnostna paragigma. Varna.
3. **Hazan, C., Shaver, P. R. 1994:** Hazan, C., Shaver, P. R. Attachment as an organizational framework for research on close relationships. New York.
4. **Kelley, H. H., Berscheid, E., Christensen, A., Harvey, J. H., Huston, T. L., Levinger, G., McClintock, E., Peplau, L. A., Peterson, D. R. 1983:** Kelley, H. H., Berscheid, E., Christensen, A., Harvey, J. H., Huston, T. L.,

Levinger, G., Mcclintock, E., Peplau, L. A., Peterson, D. R. Analyzing close relationships. New York.

5. **Mikulincer, M., Shaver, P. R. 2005:** Mikulincer, M., Shaver, P. R. Attachment theory and emotions in close relationships: exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. New York.

6. **Regan, P. 2011:** Regan, P. Close relationships. New York.

7. **Reis, H. T., Collins, W. A. 2004:** Reis, H. T., Collins, W. A Relationships, human behavior and psychological science. New York.