

Лепехин Николай Николаевич
(Санкт-Петербург)

УСТОЙЧИВОСТЬ ПАРЫ: МОТИВАЦИЯ СОХРАНЕНИЯ ОТНОШЕНИЙ И ПРЕОДОЛЕНИЕ РАЗНОГЛАСИЙ

Аннотация: В статье рассматривается проблема развития и сохранения устойчивости пары как качества и процесса совместной жизни. Описана специфика устойчивости пары, как новообразования несводимого к индивидуальной устойчивости. Анализ мотивационных диспозиций, лежащих в основе устойчивости пары, в частности мотивированного прощения, позволяет оценить их потенциал при столкновении с противоречиями совместной жизни. Мотивация прощения позволяет обсуждать конфликты и разрывы, сохраняя устойчивость пары.

Ключевые слова: устойчивость пары, несправедливость в психологическом обмене, идентичность Мы, мотивированное прощение, процесс прощения.

Актуальность проблемы устойчивости семейных пар определяется ростом числа разводов, в том числе и воцерковленных супругов. Как правило, несмотря на наступление «полынного месяца», за терапевтической или духовной помощью один из супругов или пара обращаются тогда, когда уже сложился ряд обстоятельств и событий, подорвавших устойчивость пары. Часто такое обращение направлено не на сохранение брака, а предполагает мало осознаваемый мотив оправдания прошлых действий для получения «индальгенции на развод».

Другой аспект устойчивости касается тех пар, которые несмотря на долгий период знакомства или даже совместного

проживания, не решаются закрепить свои отношения браком. В таких парах развитие устойчивости подрывается систематическими ошибками психологического или духовного характера, которые отбрасывают пару назад и препятствуют перерастанию отношений из неформальных в семейную форму. Косвенным признаком такой разрушающей неустойчивости является откладывание рождения детей, или даже прерывание беременности. В консультационной или душепопечительской практике возникает задача профилактического укрепления факторов устойчивости и ограничения влияния факторов, разрушающих устойчивость как в паре, так и в семье в целом.

Целью данной статьи является описание мотивационных и коммуникативных характеристик совместной жизни пары, которые способствуют сохранению устойчивости пары, а также факторов, разрушающих эту устойчивость. На основе данного анализа предлагаются рекомендации для консультационной практики, направленные на развитие у членов пары поведения (компетенций) укрепляющих устойчивость.

Устойчивость пары как новообразование. В современных концепциях устойчивости хорошо проработаны вопросы индивидуальной устойчивости, менее объемно, но также значительно исследуются вопросы устойчивости семей в случае, смерти, болезни, инвалидности члена семьи.

Индивидуальная устойчивость может рассматриваться как набор личностных черт, например, стрессоустойчивости и других, или набора поведенческих диспозиций как приобретенных способов реагирования на угрозы, как например, конфликтоустойчивость и другие. При встрече с угрозой индивидуальная устойчивость рассматривается как процесс достижения запланированных целей несмотря изменившиеся стрессовые условия социальной ситуации. Устойчивость пары может включать на те же качества, которые были обнаружены в исследованиях индивидуальной устойчивости, например, оптимизм, удовлетворенность жизнью, позитивные эмоции, самоэффективность и социальная поддержка (Lee et al., 2013).

Однако даже развитая индивидуальная устойчивость не может решить проблему устойчивости в паре, поскольку один

устойчивый человек не способен в одиночку сформировать устойчивую пару, а два индивидуально устойчивых члена не обязательно могут достичь устойчивости в паре. Результаты на уровне пары требуют «степени взаимности, поскольку поведение одного члена учитывает поведение другого» (Dutton, Rugins. 2007, p. 9). Некоторые характеристики индивидуальной устойчивости могут фактически нарушить развитие парной устойчивости, такие как сильная приверженность независимости или власти. Мужчина может быть стойким перед лицом индивидуальных невзгод и управлять своим социальным окружением, становится сильнее, решая индивидуальные проблемы, но у него могут возникнуть огромные трудности в совместной жизни с женщиной, особенно если он имеет индивидуалистичную самооценку. Примером возникновения диадической устойчивости на фоне ограниченного уровня индивидуальной устойчивости может быть мужчина, у которого при потенциально высоких способностях присутствует низкий уровень самооценки, надежды и оптимизма в одиночестве. Но он вдохновляется и заряжается энергией в семейной жизни с женщиной, эмоционально поддерживающей его, и благодарной ему за доброту и материальную поддержку семьи.

Таким образом, взаимодействие и взаимозависимость в паре могут создать контекст для устойчивости отношений и высокий уровень защитных факторов даже при отсутствии высокого уровня устойчивости на индивидуальном уровне, особенно если у обоих присутствует осознание ценности отношений (Cooper & Thatcher, 2010). Уровни защитных мотивационных факторов и факторов риска в паре являются ключевыми для парной устойчивости, даже если член пары не обладает индивидуальной устойчивостью.

Супружеские диады принципиально отличаются от отдельных лиц и более крупных семейных групп с точки зрения интенсивности эмоций, вовлеченности, зависимости, самораскрытия, эмоционального соучастия и поведенческого «танца». Поэтому устойчивость пары критически зависит от близости и глубине связей внутри диады.

Устойчивость в семейной паре является вновь возникающим (эмерджентным) качеством, поскольку предполагает взаимовлияние сексуальных, мировоззренческих, экономических, родственных и многих других форм взаимодействия в паре. В каждой из этих сфер члены пары испытывают взаимные и более сильные эмоции, чем отдельные люди или члены расширенной семьи.

Устойчивость в паре является состоянием, которое возникает в результате динамичного процесса взаимодействия во всех сферах совместной жизни, и благодаря которому семейная диада реализует свою мотивацию позитивно преодолеть все внешние и внутренние трудности. Этот диадный процесс включает в себя восстановление отношений после размолвки или принудительного рассоединения, углубление этих отношений по сравнению с докризисным периодом, и использования новых умений и способностей (новых семейных компетенций) для преобразования кризисов внутри пары в положительный обучающий опыт.

Семейная устойчивость — это способность семейной системы, например, расширенной семьи, эффективно реагировать, восстанавливаться и действовать в условиях быстрых изменений в микро- и макро социальной среде. Современной актуальной проблемой является проблема сохранения устойчивости расширенной семьи в случае социальных или военных катаклизмов, разрушающих семьи по политическим «лекалам». Проблема семейной устойчивости, например в вопросах воспитания и образования детей, не может быть решена без решения проблемы устойчивости пары, поскольку подобные вопросы опираются на фундаментальные образцы межличностного взаимодействия супругов.

Способность пары к духовному росту и личная способность к самосовершенствованию в любви зависят не только от индивидуальной устойчивости к внешним стрессам, внутрисемейным и личным кризисам, но главным образом определяются мотивацией и совместной готовностью развивать эту устойчивость, учитывая индивидуальное видение семейной ситуации каждым из супругов.

Кризисы внутри пары как неотъемлемый атрибут семейной жизни. Отношения в паре являются смысловым ядром и ценностью семейной жизни. Отношения в паре имеют основополагающее значение для здоровья семьи в целом и являются новым качественным (эмерджентным) состоянием, благодаря которому люди находят смысл в семейной жизни. Такие отношения помогают раскрыться человеку в его способности к любви и наполнить пару целеустремленностью, к которой мужчина и женщина могут оказаться неспособными в одиночку. Взаимодействие супругов в различных сферах: духовной, интимной, воспитательной, хозяйственной — это среда, с помощью которой семейная деятельность наполняется содержанием и обретает конкретный индивидуальный смысл для каждой пары.

Семейные взаимодействия неизбежно сталкиваются с трудностями, которые в отсутствие устойчивости пары могут постепенно разрушать отношения, сначала ухудшая общение, затем теряя вовлеченность в семейную жизнь, а затем может утратиться и цель семьи. На фоне того, что все пары сталкиваются с неизбежными стрессами во все более динамичной и турбулентной социальной среде значение устойчивости в отношениях становится критическим. Кризисы внутри пары являются неотъемлемой частью семейной жизни, однако ошибкой является ложное смирение, которое вместо совместного преодоления кризисов, направлено на пассивную адаптацию к неприятностям («стерпится — слюбится»), тем более что семейные отношения нелегко обсуждать без значительных корректировок в самооценке, изменения образа жизни и обязанностей в паре, что в свою очередь может сопровождаться страхом потери смысла и разочарованию.

Неверно утверждать, что любые внутренние разногласия негативно влияют на пару из-за неожиданных эмоций и потенциального повышения уровня стресса. Трудности внутри пары — это потенциальная новизна, которая может вызвать дезориентацию, когда члены пары не могут определить себя в условиях новых стимулов и незнакомых обстоятельств. Пары, которые положительно адаптировались к кризисам отно-

шений, больше не сталкиваются с той же степенью новизны, которую они испытывали в предыдущих эпизодах размолвок, потому что эти столкновения больше не являются полностью новыми для этой пары. Позитивная адаптация изменяет существующую схему отношений в паре и позволяет характеру отношений развиваться по мере преодоления проблем.

Трудности внутри пары также могут создавать стрессовую обстановку, в которой участники испытывают негативные эмоции, нервозность и напряжение. Тем не менее, не все потенциальные стрессоры приводят к негативным результатам. Фактически, определенная степень стресса часто необходима для концентрации эмоциональных и когнитивных ресурсов при достижении оптимального баланса между стрессом и рутиной семейной жизни. В той мере, в какой пары способны позитивно адаптироваться к умеренным уровням трудностей, они могут стать сильнее после прохождения этого процесса. Если уровень стресса достигает, но не превышает порогового уровня, члены пары разовьют высокий уровень приверженности друг другу и станут привычными к преодолению трудностей. Понимаемая способность приспосабливаться к невзгодам — это ресурс пары, на который можно опереться. Кроме того, поскольку члены пары работают совместно, чтобы разрешить трудности, ролевая неопределенность в паре уменьшается, увеличивается вероятность положительной адаптации к своей семейной роли, позволяя паре не просто перетерпеть кризис, но и укрепить отношения.

Возникновение устойчивости в паре. Состояние устойчивости пары возникает и укрепляется посредством совместимых ментальных моделей, взаимовлияния, совместных эмоций, поддерживающего поведения. В результате взаимодействий в паре устойчивость становится качеством более высокого уровня по сравнению с индивидуальной устойчивостью (Kozlowski & Klein, 2000, p. 55). Процесс возникновения устойчивости отношений начинается с индивидуальных мыслей, чувств и поведения независимых индивидов и усиливается, чтобы стать свойством отношений пары, которые приобретают устойчивое качество. Именно эти взаимодействия,

а не индивидуальные черты устойчивости мужчины и женщины, формируют устойчивость пары. Синхронизируя свои мысли, чувства и действия пара создает разделяемую ментальную модель совместного образа жизни. Разделяемые ментальные модели способствуют координации и поведенческой подстройке, и таким образом приобретается новое «эмерджентное состояние, которое как формирует устойчивость, так и формируется процессами поведенческого взаимодействия» (DeChurch, Mesmer-Magnus, 2010, p. 2).

Взаимодействие пары в различных сферах жизнедеятельности сочетается с возникающими внутри диады состояниями принятия/непринятия друг друга, что отражается на достигнутом уровне устойчивости пары. Как правило, пары с регулярной периодичностью выполняют привычные шаблонные взаимозависимые действия, сопровождаемые эмоциональным отношением к друг другу. Эти повторяемые циклы поведения в паре являются способом, с помощью которого супруги общаются, выполняют хозяйственные роли или разрешают конфликт на основе требований семейной ситуации. Они могут варьировать как по стилю, так и по результатам. Возникающие состояния близости или отстраненности связаны с меняющимися аттитюдами и мотивацией членов пары, могут зависеть от результатов предыдущих взаимодействий и изменяться с течением времени.

Позитивное отношение друг к другу и мотивация укрепления отношений являются результатом предыдущего взаимодействия, и в тоже время вкладом в последующее взаимодействие. Таким образом пара совместно создает свою семейную среду, и семейная среда в такой же степени зависит от супруга, как и супруг от семейной среды. (Bateman & Crant, 1993, p. 103–104).

Нарушение устойчивости при конфликте в паре. Во время конфликта или разногласий происходит снижение уровня близости в отношениях и пара может перейти в режим взаимодействия двух независимых Я. Взаимодействие между двумя независимыми индивидами — это поведение, которое определяется их индивидуальными характеристиками и

отражает различные точки зрения отдельных людей. Такие независимые коммуникации при обсуждении конфликта сопровождаются различными эго-защитами, что приводит к явлениям, разрушающим идентичность пары. В результате конфликтное поведение взаимно усиливается, синхронизируется, что приводит к эскалации конфликта, развитию восприятия Я и Он(а).

Мотивация пары на сохранение отношений. Имеется ряд теоретических концепций, которые могут объяснить заинтересованность пары в сохранении устойчивых отношений. Каждая из этих концепций обладает ограниченной практической релевантностью, и в консультационной работе должна быть соотнесена с индивидуальной картиной отношений и образа жизни пары. В работе с парой невозможно опираться только на одну модель, даже если она максимальной соответствует мировоззрению терапевта, но скорее ориентироваться на приоритетное принятие той или иной модели членами пары. Особой трудностью консультационной практики является приверженность каждого в паре своему мотивационному взгляду на отношения и нежелание обсуждать другие мотивы совместной жизни.

Мотивация психологического обмена является наиболее прагматичной концепцией для объяснения мотивации создания и поддержания устойчивости пары. Пытаясь свести семейные отношения к экономике теорию обмена активно использовали материалисты начиная с Энгельса, и используют сейчас сторонники концепции семьи как «ячейки общества». Однако концепция работает и на психологическом уровне. Многообразие мыслей, чувств и поступков в парных отношениях возникает в результате коммуникативного и поведенческого ролевого обмена при выполнении совместных задач. Личный взаимообмен формирует понимание необходимости отвечать взаимностью на действия другого, и ожидать этой взаимности в ответ на свои действия. В свою очередь это порождает чувство долга и принадлежности к паре. Процессы личного взаимообмена многообразно присутствуют в семейных отношениях, и дополняя друг друга дают целостную

картину отношений в паре, что позволяет консультанту обсуждать и развивать позитивную динамику отношений. Теория личного взаимообмена хорошо подкрепляет чувство взаимности и поддержку в отношениях, и особенно хорошо подкрепляет устойчивость пары в благоприятных внешних условиях и при отсутствии сильных внутренних кризисов.

Однако при возникновении внешних или внутренних трудностей — беременности, рождении ребенка, вынужденной роли домохозяйки, необходимости работать на двух работах, оплачивать ипотеку или кредиты, работы и учебы одновременно, ухода за инвалидом, больных родителей и т. п. — возникают неравномерности семейной нагрузки и различия в несении семейных обязанностей. Поэтому мотивация устойчивости на основе психологического обмена терпит крах, когда хотя бы у одного члена пары возникает мотивация на основе *чувства несправедливости*. Это чувство может не зависеть от рациональной оценки вклада каждого и возникнуть на эгоцентричной основе, поскольку моя тяжесть забот всегда переживается сильнее, чем это видится у другого. Опасность для устойчивости возникает даже если только один член пары воспринимает разрыв в справедливости создавшихся отношений и распределении трудностей совместной жизни.

Разрыв в справедливости выражается в общем и постоянно воспринимаемым несоответствии между нынешними и желаемыми условиями совместной жизни — как, по мнению обиженного несправедливостью человека, они должны быть. Разрыв в справедливости вызывает негативные эмоции, которые могут усиливаться и накапливаться с течением времени, если ощущение несправедливости не исчезает. Обиженный несправедливостью член пары стремится получить компенсирующий взнос от другого, который пропорционален тяжести его переживаний. Воспринимая несправедливость член пары ищет подтверждения своим негативным мыслям и чувствам в отношении другого — и, с целью самосохранения, начинает критически воспринимать отношения, если не почувствует уверенность в том, что другой готов и желает облегчить тяжесть его ситуации.

Характер несправедливости оценивается на основе серьезности последствий, намеренности действий, ответственности за ситуацию, возможности избежать стресса. Чем меньше ощущение несправедливости, тем легче восстановить отношения, особенно когда действия по сокращению несправедливости иницируются не под принуждением, а осознанно. В этом случае член пары может уменьшить чувство несправедливости, принося извинения, идя на уступки, добровольные ограничения, предоставляя возмещение временных и физических затрат. Искреннее выражение сочувствия и помощь в делах, может смягчить разрыв в справедливости и помочь обиженному человеку принять оптимистичную перспективу выхода из трудностей.

Если чувство несправедливости сохраняется в сознании члена пары, а акты сочувствия и помощи носят эпизодический характер, будущее развитие отношений пары будет заблокировано, что представляют угрозу для ее устойчивости. Чувство обиды будет побуждать члена пары стремиться уравниваться в несправедливости с другим, и в случае нарастания неустойчивости искать другого партнера по отношениям.

В целом ограничение концепции психологического обмена заключается в том, что она не позволяет говорить о создании нового качества пары, поскольку мы имеем только общность, состоящую из двух индивидуальных Я со своими эго мотивами, которая легко начнет разрушаться при восприятии обмена как несправедливого. Следует также понимать моральную ограниченность теории обмена. Она порождает в отношениях пары мораль «ты — мне, я — тебе», которая в семейных конфликтах, как часто наблюдает консультант, легко переходит в мораль «око за око, зуб за зуб».

Мотивация идентичности связана с образованием эмоциональной, когнитивной и поведенческой общности Мы. Член пары представляет себя не как отдельного индивида, но идентифицирует себя как представителя уникальной общности и переживает чувство принадлежности к ней. При заключении брака символическим жестом идентичности (к сожалению, часто только жестом) является принятие общей фамилии.

В таких парах суждения, чувства, действия в рамках мужских и женских ролей осуществляются не независимо друг от друга, но подчиняются приоритету семейной идентичности. Устойчивость пары в значительной степени опирается на чувство принадлежности к Мы, желание развить и укрепить эту общность. Идентичность и чувство Мы являются новой качественной характеристикой пары, которая развивает свои новые способности к устойчивости (Cooper, Thatcher, 2010).

Мотивация идентичности находится в постоянном противоречии с *мотивацией независимости*. Сила мотивации независимости определяется степенью, в которой по крайней мере один член пары осознает, что он или она не хотят зависеть от другого в получении необходимого целеуказания, советов и эмоциональной поддержки. Даже если только один член пары ощущает потребность в независимости это может представлять угрозу для устойчивости пары. Независимость снижает готовность проявлять позитивные эмоции к другому, подавляет желание углублять интимность отношений на личностном уровне, уменьшает привязанность и чувство принадлежности к Мы. У независимой личности практически отсутствует непреодолимый интерес к обмену чувствами, оценками или опытом с другим и на неё меньше влияют действия другого. Независимость поощряет эгоистичное поведение, способствует дистанцированию в отношениях (Van der Vegt, 2001), снижает вероятность взаимодействия с другим человеком (Lawler, 2001), ограничивает взаимопомощь и снижает стабильность отношений (Feeney, 2007).

Таким образом, воспринимаемая независимость другого или убеждение в том, что другой не нуждается в другом (или же наоборот), препятствует возникновению «зависимости внутри пары» (Kenny et al., 2006). Зависимость внутри пары способствует взаимности поведения, при которой ответ одного члена пары, пропорционален ответу, полученному от другого члена пары. Воспринимаемая независимость хотя бы только одного члена пары угрожает такому обмену и разрушает близость взаимодействия внутри пары.

Такая независимость подрывает возникновение парной устойчивости, потому что члены пары не будут мотивированы

обсуждать проблемы в отношениях и могут просто избегать взаимодействия. Мотивация независимости подвергает пару риску и уменьшает положительную синхронизацию совместной жизни.

Воспринимаемая независимость другого может быть вызвана структурой рабочего времени и объективными обстоятельствами. Например, член пары с более высоким рабочим статусом или загрузкой может восприниматься как более независимый, поскольку вынужден ограничивать своей общение в паре в силу больших внешних обязанностей, или покидать другого из-за должностных командировок. На основе того, что поведение одного члена учитывается в поведении другого может порождаться взаимная независимость образа жизни, что в свою очередь разрушает устойчивость пары.

Мотивированное прощение для сохранения пары. Прощение как духовное делание занимает центральное место в христианстве, оно независимо от лица и поступка и совершается полностью взаимно: «остави нам долги наша, яко же и мы оставляем должником нашим» (Мф. 6, 12).

В отличие от духовного акта прощения, который целостен и протекает одномоментно, психологическое прощение «коснеет» и представляет собой процесс, который происходит с течением времени, постепенно рождая позитивные эмоциональные и поведенческие изменения по отношению к согрешившему (McCullough et al., 2003; Fehr и др., 2010).

Осуществление прощения разворачивается в контексте близких отношений после проступка одной из сторон, или же взаимного прощения негативных действий по отношению друг к другу (Kearns and Fincham, 2004). Психологическое определение прощения предполагает описание мотивов прощения, а также диспозиционных, временных и ситуационных факторов, влияющих на акт прощения конкретного индивида. Например, прощение подтверждается уменьшением чувства мести и/или избегания друг друга. (McCullough et al., 2003). Прощение в паре отражает взаимное возникающее состояние прощения в отношениях, так что оба члена диады даже после оскорбительного поведения последовательно удаляют негативные эмоции и когнитивные установки из отношений

(Aquino, 2003; Rusbult, 2005). Прощение в отношениях пары не одномоментно, но возникает в результате того, что члены пары предотвращают или прекращают разрушительные циклы межличностного взаимодействия посредством последовательных актов снисхождения и сдержанности, последовательно устраняя негативные мысли, чувства и поведение (Bright & Exline, 2011). Прощение улучшает самочувствие, повышает уровень счастья и самооценку (Fehr, Gelfand, & Nag, 2010) и может быть сохраняющимся и упреждающим образом отношений, так что члены пары ожидают прощения друг друга. При высоком уровне отношений члены пары вырабатывают разделяемый подход к прощению и предыдущие действия прощения в прошлых ситуациях формируют ожидаемое прощение в настоящем (McCullough, Hoyt, 2002).

Желание сохранить отношения обеспечивает критически важный шаг в межличностном прощении в паре. Ценность достигнутых отношений близости в паре мотивирует на прощение и способствует желанию воссоздать отношения. Однако, хотя человек может простить из-за своего желания сохранить отношения, такое прощение требует объяснения для самого себя. Отсутствие такого объяснения приводит к когнитивному диссонансу, чувству дискомфорта, возвращению к негативным эмоциям и периодическим упрекам.

Мотивированное рассуждение дает возможность такого объяснения и снятию внутреннего сопротивления. Опираясь на чувство эмпатии субъект воссоздает объясняющую историю, благодаря которой начинает понимать проступок другого, что, в свою очередь, дает возможность продолжать нарушенные отношения без угрозы амбивалентных чувств внутри своего Я. Такое мотивированное рассуждение создает видение ситуации, с помощью которого можно оправдать перед самим собой продолжение отношений с человеком, который причинил нам вред, но с которым мы хотим восстановить близость. Таким образом, в основе межличностного прощения в паре лежат желание восстановить отношения, а позитивно мотивированное рассуждение о ситуации проступка укрепляет и объясняет это желание и облегчает последующее поведение.

Резюмируя, можно выстроить последовательность результатов терапевтического процесса: 1) осознание ценности близких отношений приводит к желанию воссоздать отношения; 2) желание воссоздать отношения приводит к мотивированным рассуждениям и 3) мотивированные рассуждения приводят к расширенному восприятию и пониманию ситуации, которые облегчают межличностное прощение на уровне возникновения положительных эмоций (Donovan, Priester, 2017).

В терапевтическом процессе мотивированное рассуждение, т. е. мысли, чувства и поведение человека по отношению к обидчику управляются его желанием воссоздать отношения: чем больше желание, тем более позитивными и/или менее негативными будут мысли, чувства и реакции. Иными словами, мотивированное рассуждение выражается в позитивности и/или негативности мыслей человека по отношению к преступившему. Степень осуждения — неосуждения другого в мыслях, чувствах, мимике и жестах обеспечивает направленность мотивированного рассуждения на прощение или непростение.

Исследования показывают, что выраженность прощения более высока при более высокой оценке близости отношений, но даже при этом значительно снижается в случае имеющих негативных мыслей, чувств, оценок в адрес другого (Donovan, Priester, 2017), таким образом осуждение другого блокирует мотивацию прощения. Для реализации прощения мотивированные рассуждения должны отражать больше позитивности и меньше негативности мыслей, чувств и реакций в адрес другого. Поэтому в терапевтическом процессе необходимо отслеживать выборочность извлечения воспоминаний и конструктивность построения мотивированных рассуждений прощения.

Заключение. В отличие от подходов, направленных на нейтрализацию угрозы диспаритета отношений и поиск компромиссов между двумя самодостаточными индивидуальностями, развитие устойчивости пары описывается как совместное преодоление трудностей: «носите бремена друг друга» (Гал. 6, 2). Консультирование направленное на устойчивость

пары помогает развить оптимальное взаимодействие, повысить эмоциональную переносимость, создать чувство смысла (Lilius, 2008; Porath, 2012; Sarkar, Fletcher, 2014).

Опираясь на потенциал мотивации прощения пара приобретает способность к изменению своей жизни без разрыва отношений, что позволяет ей вернуться к более сильной взаимосвязи, развить определенную степень невосприимчивости к будущим угрозам и преодолевать внутренние и межличностные стрессы. Концепция парной устойчивости может быть полезна для понимания общесемейной устойчивости, поскольку позитивные отношения супругов и их духовная близость являются необходимым условием устойчивости семьи в целом.

Устойчивые пары формируют вокруг себя позитивное восприятие семейной жизни и задают нормативное отношение к семье в целом. Пары, которые могут продуктивно реагировать на трудности отношений, способны развивать свою семью и оказывать влияние на восприятие семейной жизни, поскольку сохраняют жизнерадостность в условиях трудностей, достигают трудных целей, не боятся креативных решений сложных и неоднозначных проблем, например, усыновления\удочерения.

В социальных сетях парная устойчивость влияет на то, какие формы отношений закрепляются, поддерживаются и служат образцом, тем самым влияя на восприятие семейной жизни в обществе.

Соблюдение законов духовной жизни играет важную роль в развитии устойчивости пар. Если индивидуалистическая культура приучает к норме, которая отвергает прощение и поощряет месть, у приверженцев этой культуры будет меньше возможностей развить мотивацию прощения. Аналогичным образом, восприятие ближнего как самого себя требует исправления несправедливости между двумя в паре. В тоже время у лиц с сильной приверженностью к индивидуальной справедливости в межличностном обмене может в меньшей степени проявляться идентификация Мы с парой и прощение.

Супругам необходимо подумать о снижении уровня независимости, если они хотят обрести устойчивость. Снижение личной независимости может повлечь издержки с точки зре-

ния мужской или женской автономии, но эти издержки могут компенсироваться преимуществами устойчивых и процветающих пар.

К влиянию культурных норм имеет отношение ориентация на самооценку, при которой люди склонны думать о себе или как о части парной идентичности отношений, или воспринимать только личную идентичность. Люди, которые думают о себе как о части пары и идентифицируются с ней, обладают большим потенциалом прощения, поскольку понимают, что, прощая ближнего, сами получают прощение свыше.

Литература

- Триандофилова Е. И. Радость прощения. М., 2018.
- Aquino, K., Grover, S.L., Goldman, B., & Folger, R. When Push Doesn't Come to Shove. *Journal of Management Inquiry*. 2003, 12, P. 209–216.
- Bateman, T. S., & Crant, J. M. The proactive component of organizational behavior: A measure and correlates. *Journal of Organizational Behavior*. 1993, 14, 103–118.
- Bright, D. S., & Exline, J. J. Forgiveness at four levels: Intrapersonal, relational, organizational and collective-group. In K. Cameron & G. Spreitzer (Eds.), *Handbook of positive organizational scholarship*, pp. 244–259. New York, NY: Oxford, 2011.
- Cooper, D., Thatcher, S. M. B. Identification in organizations: The role of self-concept orientations and identification motives // *Academy of Management Review*. 2010. Vol. 35 (4). P. 516–538.
- DeChurch, L. A., & Mesmer-Magnus, J. Measuring Shared Team Mental Models: A Meta-Analysis. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. 2010, 14, 1–14.
- Donovan LAN, Priester JR. Exploring the Psychological Processes That Underlie Interpersonal Forgiveness: Replication and Extension of the Model of Motivated Interpersonal Forgiveness. *Front Psychol*. 2020, Oct 8;11: 2107.
- Dutton, J.E., Ragins, B. R. Exploring positive relationships at work: building a theoretical and research foundation, Mahwah, NJ: Erlbaum, 2007.
- Feeney, B. C. The dependency paradox in close relationships: Accepting dependence promotes independence. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2007, 92, 268–285.

Fehr, R., Gelfand, M., & Nag, N. The road to forgiveness: A meta-analytic synthesis of its situational and dispositional correlates. *Psychological Bulletin*. 2010, 136, 894–914.

Fincham, F. D. Forgiveness: Integral to a science of close relationships? In M. Mikulincer & P. Shaver (Eds.), *Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature* (pp. 347–365). Washington, DC: American Psychological Association, 2009.

Kearns, J. N., & Fincham, F. D. A Prototype Analysis of Forgiveness. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2004, 30, 838–855.

Kenny, D. A., Kashy, D. A., & Cook, W. L. *Dyadic data analysis*. New York, NY: Guilford, 2006.

Kozlowski, S. W. J., Klein, K. J. A multilevel approach to theory and research in organizations: Contextual, temporal, and emergent processes. In K. J. Klein & S. W. J. Kozlowski (Eds.), *Multilevel theory, research, and methods in organizations: Foundations, extensions, and new directions* Jossey-Bass. 2000. P. 3–90.

Lawler, E. J. An affect theory of social exchange. *American Journal of Sociology*. 2001, 107, 321–352.

Lee, J. H., Nam, S. K., Kim, A.-R., Kim, B., Lee, M.Y., & Lee, S. M. Resilience: A metaanalytic approach. *Journal of Counseling and Development*. 2013, 91, p. 269–279.

Lilius, J., Worline, M., Maitlis, S., Kanov, J., Dutton, J., & Frost, P. The contours and consequences of compassion at work. *Journal of Organizational Behavior*. 2008, 29, 193–218.

McCullough, M. E., & Hoyt, W. T. Transgression-related motivational dispositions: Personality substrates of forgiveness and their links to the Big Five. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2002, 28, P. 1556–1573.

McCullough, M. E., Fincham, F. D., & Tsang, J. A. Forgiveness, forbearance, and time: The temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003, 84, p. 540–557

Porath, C., Spreitzer, G., Gibson, C., & Garnett, F. G. Thriving at work: Toward its measurement, construct validation, and theoretical refinement. *Journal of Organizational Behavior*, 2012, 33, P. 250–275.

Rusbult, C. E., Hannon, P. A., Stocker, S. L., & Finkel, E. J. Forgiveness and relationship repair. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of forgiveness* (PP. 185–206). New York, NY: Brunner-Routledge, 2005.

Sarkar, M., & Fletcher, D. Ordinary magic, extraordinary performance: Psychological resilience and thriving in high achievers. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*. 2014, 3, 46–60.

Thompson, B., & Ravlin, E. Protective factors and risk factors: Shaping the emergence of dyadic resilience at work. *Organizational Psychology Review*. 2017, 7 (2), p. 143–170.

Van der Vegt, G. S., Emans, B. J. M., & van de Vliert, E. Patterns of interdependence in work teams: A two-level investigation of the relations with job and team satisfaction. *Personnel Psychology*. 2001, 54. P. 51–69.