

**Феноменология исполненности в близких межличностных отношениях**

*Мельникова Я.А.<sup>1</sup>, Духанина А.В.<sup>2</sup>*

*1 - Государственный университет - Высшая школа экономики, Факультет психологии, 2 - Государственный университет - Высшая школа экономики,*

*Факультет психологии, Москва, Россия*

*E-mail: lintolai@yandex.ru*

В данном исследовании основное внимание уделяется близким межличностным отношениям и феномену исполненности в них. Переживания личности исключительно субъективны и феномены, подобные экзистенциальному понятию исполненности, всегда будут недостаточно описаны. Исследуя данное переживание мы вносим свой вклад в его научное понимание, в развитие данной психологической области и возможности консультативной психологии.

Актуальность работы заключена в том, что в России на данный момент консультирование и психотерапия переживают подъем. Одни из самых актуальных клиентских запросов – это близкие отношения, трудности и проблемы в них. Данное исследование будет полезно всем практикующим специалистам-психологам, а также тем, кто интересуется темой феноменологии близких отношений, поддержания и развития и личностной реализации в них.

Нами проводилось феноменологическое интервью, призванное высветить исследуемый феномен и получить максимально полное его описание. Спустя некоторое время тем же респондентам и их партнерам предлагалось заполнить по 4 опросника – ШЭ (шкала экзистенции), ТЭМ (тест экзистенциальных мотиваций), ТЭММО (тест экзистенциальных мотиваций в близких межличностных отношениях) и СД (семантический дифференциал) для описания близких межличностных отношений. Дадим краткое описание и обоснование применяемых методов:

1. Феноменологическое интервью – показывает нам сам феномен так, каким его видит сам человек. Поскольку это беседа, да еще и малоструктурированная, то в процессе можно было наткнуться на массу тонкостей и деталей, которые никогда не заметишь, ограничиваясь только тестами [4].

2. Шкала экзистенции – этот тест измеряет экзистенциальную исполненность, как она субъективно ощущается испытуемым [2]. Экзистенциальная исполненность – понятие, описывающее качество жизни, переживание ее полноты, внутренней свободы, самопредставленности.

3. ТЭМ – позволяет выявить экзистенциальные мотивации, которые представляют собой стремление к тем содержаниям и возможностям, которые дают человеку доступ к переживанию полноты жизни и собственной аутентичности. Данный тест также отчасти проверяет чувствительность человека к этим содержаниям [1].

4. ТЭММО – исследует мотивации, характеризующие близкие отношения [3]. Их содержания касаются возможности быть в отношениях с Другим в целом. Возможности быть собой в этом контакте, слышать и быть услышанным, поддержке и близости.

5. СД – позволяет измерять коннотативное значение, т.е. нечто субъективное, строго индивидуальное и ценностное. Аналогом коннотативного значения в отечественной психологии считается понятие личностного смысла, предложенное А. Н. Леонтьевым [5].

СД в нашем варианте предлагает описать близкие межличностные отношения с точки зрения четырех фундаментальных мотиваций.

Выборка – девушки и юноши 20-23 лет, состоящие в близких отношениях от 1-ого года и их партнеры. Данные партнеров использовались для сравнения результатов тестов на предмет выявления повышенной социальной желательности, рефлексивности и возможного наличия неосознанности и копинговых реакций основных респондентов.

Таким образом, по завершении всех процедур мы получаем с одной стороны абсолютно уникальные глубинные интервью, которые обрабатываем методом контент-анализа для выявления общих тем, а с другой имеем достаточно полную экзистенциальную характеристику личности, в целом, и в межличностных отношениях, в частности. Путем сличения результатов между собой и сравнения данных интервью и тестов мы получаем новое, довольно полное видение феномена исполненности в близких межличностных отношениях в конкретной группе респондентов [4].

### **Литература**

1. Корякина Ю.М. Опросник экзистенциальных мотиваций «ТЭМ» (тест экзистенциальных мотиваций) А. Лэнгле, П. Экхард // Экзистенциальный анализ . 2011. №3. С. 169-179.
2. Кривцова С.В., Лэнгле А., Орглер К. Шкала экзистенции (Existenzskala) // Экзистенциальный анализ . 2009. №1. С. 141-170.
3. Уколова Е.М., Шумский В.Б. Тест экзистенциальных мотиваций в межличностных отношениях: разработка и апробация // Экзистенциальный анализ . 2012. №4. С. 187-203.
4. Улановский А.М. Феноменологическая психология: качественные исследования и работа с переживанием. — М.: Смысл, 2012. — 264 с.
5. Эткин А.М. Опыт теоретической интерпретации семантического дифференциала // Вопросы психологии. 1979. № 1. С.17-27