



МОДЕЛИ НА ПАРТНЬОРСКИ ОТНОШЕНИЯ В НАЧАЛОТО НА ЗРЯЛАТА ВЪЗРАСТ

доц. д-р Румен Бостанджиев, д.м.
Бургаски свободен университет

PATTERNS OF COUPLE INTERACTIONS IN EMERGING ADULTHOOD

Assoc. Prof. Roumen Bostandjiev, Ph.D.
Burgas Free University

РЕЗЮМЕ: В статията се прави преглед на основните теории за разбиране на динамиката в двойковите отношения при партньори в периода на ранната зрелост. Предлага се оригинален тримерен модел, включващ – интимност, ангажираност и еротично взаимодействие. Въз основа на този модел се обособяват пет специфични типа партньорска връзка в прехода между младостта и зрелостта.

Ключови думи: *период на ранната младост, модели на партньорски отношения, интимност, свързаност.*

ABSTRACT: We try to identify different patterns of interactions between partners in period of emerging adulthood. Analyzing most popular theoretical constructs we offer three dimensional model of understanding couple interaction, giving us opportunity to separate five patterns of interactions.

Key words: *emerging adulthood, couple interaction, intimacy, commitment, sexual attraction and interaction.*

Актуалност на темата за качеството на партньорските отношения в интимната двойка

Все повече съвременни проучвания разкриват същественото значение, което имат пълноценните партньорски отношения в сексуалната двойка за цялостното личностно развитие, професионалната реализация, здравния статус и благополучието на съвременния човек. Повечето изследователи на тази тема споделят мнението, че върху стила на партниране в двойковите отношения ключово значение имат изборите, които младият човек прави във фазата на ранната зрелост (emerging adulthood). В теориите за индивидуалното личностно развитие тази фаза се определя като преход между младежката възраст и зрелостта, когато младата личност придобива нарастваща автономност, позволяваща ѝ да се откъсне от родителското семейство и да започне самостоятелен живот. През последните десетилетия сред младежите в развитите страни се наблюдават две основни тенденции:

1. Повишените изисквания спрямо образованието и професионалната квалификация на съвременния млад човек *правят прехода между младежката въз-*



раст и зрелостта все по-продължителен (Caspi, 2002; Shulman & Connolly, 2013). Така, ако преди няколко десетилетия повечето пълнолетни младежи са ставали самостоятелни почти веднага след завършване на средното си образование, на съвременното младо поколение, което предимно живее в градовете, са нужни между 5 и 10 години за преминаване през допълнителни образователни и квалификационни степени, за да се впише пълноценно в съвременния пазар на труда (Arnett, 2004, Settersten & Ray, 2010).

2. Изборите, които съвременният млад човек може да направи в сферата на личния си живот са значително по-разнообразни и варират според конкретните личностни предпочитания и социален контекст (Paul and Hayes, 2002). Докато за представителите на младото поколение от преди половин век създаването на собствено семейство на основата на брак е било почти единствената възможност, днес младите хора могат да избират стил на интимно партниране в много по-широк диапазон – от повърхностни и необвързани отношения, през съжителство на семейни начала до създаване на егалитарна семейна общност с равноправни отношения между партньорите (Gute, G., & Eshbaugh, E. M. (2008).

Тези две тенденции се проявяват по специфичен начин в условията на нашата българска социо-културна реалност, в която сериозно влияние оказват съществуващите *патриархалнородови традиции*, перманентни икономически кризи и особености в националния ни менталитет.

Изследването на поведението, което има съвременният млад българин в сферата на личния живот, са изключително оскъдни. Мотивът ни да насочим интереса си в тази област е продиктуван от убедеността ни, че по-доброто разбиране на тези явления би позволило изработването на по-адекватна социална политика спрямо младите хора в България, би дало ценни насоки за подобряване на образователните стратегии и не на последно място – би направило консултативната и терапевтичната работа с младите хора значително по-ефективна.

Теоретична рамка за разбиране на изборите, които правят съвременните млади българи в сферата на партньорските си отношения

В психологичната традиция основополагащо значение за разбиране на прехода между младежката възраст и зрелостта има теорията за *Стадиите на психо-социалното развитие на личността на Ерик Ериксон* (Erikson, E., 1968). Определящо значение в прехода към зрелостта Ериксон отдава на способността на младата личност да изгражда *пълноценни интимни отношения*. Основната предпоставка за това Ериксон вижда в постигането на стабилно чувство за *собствена идентичност* в края на младежката възраст (Erikson, E., 1963). Според тази теория невъзможността да се развие личностният потенциал и компетентността в партньорските отношения е основната причина за конфликтните връзки и изолацията в периода на зрелостта.

Темата за *интимността* е коментирана по-рано и от **A. Maslow** (1954). Той разграничава зрялата проява на еротична интимност при самоактуализиращата се личност, която търси общност с другия на основата на автономната свърза-



ност, и „незрелите форми“ на любовни отношения при хора, които се свързват на основата на „дефицитарните си потребности“.

Ерик Фром също противопоставя „истинската интимност“, която според него изисква отговорност, взаимно уважение, загриженост за общото благо и взаимно познаване, от незрялата „псевдоинтимност“, при която хората се свързват чрез отношения, които ги поставят във взаимна зависимост (Fromm, E., 1956). Подобен акцент в разбирането на интимността прави и **Карл Роджърс**, който подчертава, че истинската интимност предполага свободна възможност на свързаните партньори да се развиват и да се диференцират като автономни личности, а не да упражняват взаимен натиск за промяна на другия в посока, съответстваща единствено на егоистичните потребности и интереси на някого от двамата (Rogers, C., 1972).

Очевидно развитието на интимните отношения в периода на преход между младежката възраст и зрелостта (18-35-годишната възраст) изисква отчитането на повече аспекти от личностното развитие и качеството на отношенията, които се изграждат между партньорите в двойката. Освен споменатите вече категории „идентичност“ и „интимност“ (въведени от Е. Ериксон), както и категориите „автономност“ и „диференциация“ (акцентирани в постановките на хуманистичните психолози), за разбирането на отношенията в сексуалната двойка е необходимо да отчитаме и измерението **„ангажираност“** (commitment), върху което акцентира Джекъб Леви Орловски (Orlofsky, J. I., 1993). Той предлага двуменсионален модел за изследване на отношенията в интимната двойка, в който едно от ключовите измерения на партньорската връзка е „интимността“ – дълбочината и качеството на междуличностните отношения, това до каква степен те са основани на емоционална близост, общност на интереси, общи житейски цели и ценности (от една страна) и „ангажираността“ (commitment) – до каква степен партньорите се чувстват взаимно свързани, посветени и отдадени един на друг в своята връзка. Идеята в тази постановка е, че колкото по-ангажирани с отношенията си са партньорите в една двойка, толкова по-сериозна е личната им инвестиция в общото благополучие и просперитет.

Според това в каква степен партньорите в една двойка са свързани на основата на интимност и ангажираност, Орловски определя седем модела на партньорски отношения.

Намираме тази постановка за категоризиране на отношенията в интимната двойка през периода на ранната зрелост за изключително подходяща като теоретична рамка, която позволява да се изследва качеството на партньорските отношения, както и ефектът им върху други индивидуални индикатори като благополучие и психично здраве.

Важно е да отбележим, че в развитието на пълноценните междуличностни отношения, както и в други области на индивидуалното развитие (кариерното развитие), човек преминава през множество междинни фази и ролеви модели, преди да се установи в сравнително стабилна позиция (Marcia, 2002). В този смисъл развитието на интимните отношения предполага последователно преминаване през различен тип връзки или развитие на отношенията в една връзка.



Разглеждани в цялостния променящ се контекст на живота, характерен за съвременния млад човек, различните модели на свързаност в интимната двойка биха могли да се разглеждат не само като проява на уменията за справяне със специфичните предизвикателства на личностното развитие, но и като елемент на повишената динамика в други области на живота. Колебанията и нестабилността, присъщи на този етап от развитието на младия човек, не бива непременно да се интерпретират като нещо негативно (Raley, Crissey, & Muller, 2007). В периода на ранната зрелост младите хора правят много повече специфични избори, отколкото в който и да е друг период от живота си (Caspi, 2002). Тези избори в областта на интимните отношения, образованието и кариерното развитие най-често са взаимно обвързани и трябва да се извършват в една все по-несигурна и динамична социално-икономическа среда (Leccardi, 2006).

Типологизиране на моделите на партньорски отношения в двойката

Представеният вече модел на „Интимните статуси“ на Орловски е чудесна основа, върху която бихме могли да изградим актуална за съвременните български условия теоретична постановка.

Като начало следва пределно ясно и операционално да дефинираме основните категории, определящи качествените характеристики на партньорските отношения в интимната двойка. Както вече бе споменато в първоначалния обзор, основната теоретична категория, определяща взаимодействието между партньорите в двойката, е „интимността“. Традиционно това понятие се разбира в неговата двузначност – веднъж като „личностен потенциал за саморазкриване, доверие и емоционално свързване“ и едновременно с това като „характеристика на партньорските отношения“, които са основани на емоционална близост, общност на ценности и интереси, способност за ефективно взаимодействие между партньорите. Ако се опитаме да обобщим и операционализираме съществуващите в литературата разбирания за това какво би могло да се възприеме като наличие на интимност в една връзка, то би се получило следното:

Интимността е:

1. Наличие на взаимно доверие и готовност за саморазкриване и споделяне;
2. Готовност и способност да се проявява разбиране и приемане по отношение на емоционалните преживявания, възгледи, ценности, идеи и планове дори и когато между партньорите се появяват различия;
3. Наличие на емоционална близост и чувство на емоционална свързаност, която кара партньорите да имат потребност от присъствието на другия и да се чувстват спокойни и сигурни с него както в трудни моменти, така и в моменти на забавление и отдых;
4. Наличие на общи интереси, ценности, житейски планове и общи занимания, чрез които партньорите взаимно се подкрепят и постигат значими и за двамата цели;
5. Взаимна загриженост и всеотдайност, при която всеки от двамата се стреми към личното си благополучие през общото благополучие.



Отчитайки **хуманистичната традиция** в интерпретациите на интимността, следва да добавим и следните особености на т.нар. „истинска интимност“:

1. Тя включва способност да разкриваме пред партньора си не само тези свои преживявания и мисли, които сме сигурни, че той би приел, но и свои аспекти, за които не е сигурно, че ще бъдат одобрени от партньора. Дейвид Снарч разграничава тези два вида интимност като такава, „валидизирана от партньора“, и такава, при която не се нуждаем от валидизация (Schnarch, D., 2009);

2. Истинската интимност предполага всеки от партньорите да притежава достатъчна личностна зрелост, която му позволява да носи лична отговорност за своите преживявания и поведение;

3. Истинската интимност предполага личностна автономност и способност за нарастваща диференциация, позволяваща на всеки от партньорите в двойката активно и самостоятелно да развива уникалните си способности и ресурси;

4. Тя предполага съзнателно избрани ценности, модели на поведение и конкретни умения за общуване, необходими за изграждане на пълноценни междуличностни отношения, основани на взаимно уважение, зачитане, съпричастност и справяне с различията и конфликтите чрез търсене на консенсус;

5. Истинската интимност е свързана с ясни индивидуални граници и идентичност, които позволяват партньорът да бъде приет като равнопоставена, автономна личност, а не като „екстензия“ на собственото аз, което следва да попълва или да компенсира личностните ни дефицити и травми.

Взаимната ангажираност (отдаденост, посветеност) с партньорската връзка би могла да се определи като:

1. Съзнателен избор да съгласувам и синхронизирам собствените си преживявания, планове и действия с тези на партньора в името на общото ни благо и просперитет;

2. Съзнателно поемане на отговорност за последиците, които има моето поведение върху преживяванията и благополучието на партньора;

3. Активно ангажиране и поемане на инициатива за развитието на взаимоотношенията в позитивна посока чрез личен принос за общото благо;

4. Поставяне на отношенията с избрания партньор в приоритетна позиция спрямо отношенията с други хора извън интимната двойка;

5. Готовност за взаимопомощ и временно понасяне на несгоди в името на общото оцеляване и развитие.

И в това отношение е необходимо да се направят някои важни уточнения:

1. Ангажираността на партньорите в интимната връзка би могла да е формална (по силата на сключен брак) или неформална – при наличие на свободно поети ангажименти от партньорите.

2. Ангажираността с връзката може да е на основата на взаимната зависимост, в която са се поставили партньорите, разчитайки един на друг за удовлетворяването на свои важни потребности, които не могат да удовлетворят самостоятелно (най-често материални и битови). При този вид взаимозависимост от



значение са не личностните качества на партньорите, а техният статус и богатата, които осигуряват. Нивото на интимност в подобни отношения обикновено е ниско.

3. Ангажираността може да е и резултат от психологически манипулации чрез чувство на страх, вина и ниска самооценка, които принуждават някой от партньорите да остане във връзка, което очевидно е против неговите интереси и възможности за благополучие и развитие.

Ако се опитае да **типологизираме отношенията в партньорските двойки**, използвайки двумерната координатна система на така операционализираните категории „Интимност“ и „Ангажираност“, биха се получили следните варианти:

1. Повърхностни отношения (ниска степен на интимност в съчетание с ниска степен на ангажираност)

При този тип отношения партньорите се свързват в сравнително краткотрайни и повърхностни връзки (често за една вечер или най-много до седмица – две). Основната мотивация за подобни контакти е еротичното преживяване, което се приема пред всичко като възможност за чувствено удоволствие без трайно емоционално ангажиране. Привържениците на този тип партньорски отношения мотивират своя избор с желанието си да запазят своята свобода и независимост, както и да имат максимална възможност за разнообразни еротични преживявания.

2. Ангажирани без интимност (висока степен на ангажираност при ниска интимност)

Този тип отношения се доближават до традиционния тип брачна връзка, характерен за поколенията, създаващи семейство до втората половина на двадесети век. За тях е характерно приемането на брачните ангажименти и задължения като неизбежен житейски сценарий, уреждан обикновено от родителите, а не от младоженците. В тази постановка, запазила се и до днес в някои райони на страната, доминира задачата за битовото оцеляване и постигането на материален просперитет. Преживяванията на партньорите, както и техните лични предпочитания и стремежи, обикновено остават на заден план. Партньорите в подобни отношения не само са в тежка взаимозависимост един от друг, поради която раздялата дори и при сериозни конфликти е невъзможна, но подобна зависимост съществува и при други членове на семейната общност.

3. Интимни, неангажирани (висока степен на интимност, съчетана с ниска ангажираност)

Типичен пример за подобни отношения са тези между студенти от различни градове и държави, свързани в романтична връзка без ясна перспектива. Разбираема причина за отсъствието на дългосрочни планове в развитието на връзката са неизвестностите, свързани с различните посоки, в които е възможно да продължи професионалното и личностното развитие на партньорите. Съществува и възможност значителната емоционална свързаност да не води до трайно обвързване и поради отсъствие на личностна или икономическа зрелост, което кара единият или двамата от партньорите да живеят и да бъдат издържани от родителите си.



4. **Интимни и свързани** (висока степен на интимност, съчетана с висока степен на свързаност)

Независимо дали такива двойки имат сключен брак, или живеят на семейни начала, техните отношения съчетават по оптимален начин двете основни измерения на интимната връзка. Множество емпирични проучвания показват, че именно при такъв тип отношения съществуват най-благоприятни условия за професионалното и личностното развитие на партньорите (Shulman, S., M. Scharf, Y. Livne and T. Bar, 2013).

По аналогия с типологията, предложена от Орловски, следва да допълним и още един модел на организиране на личния живот, при който интимното партньорство е практически изключено. Този модел бихме могли да определим като **модел на самотника**. Клиничната практика показва, че най-честата причина млади мъже и жени да се оказват самотни е изключително здравата им връзка с някой от родителите (особено след драматичен развод), както и наличие на други специфични телесни или соматични заболявания.

Взаимоотношенията в интимната двойка трудно биха могли да се изследват и разберат, ако не отчитаме още едно, изключително важно измерение на партньорската връзка – **ЕРОТИЧНОТО**. То фигурира в разработената от Роберт Сърнберг „Триангуларна теория на любовта“ (Sternberg, R., 1986, 1988). Моделът на Сърнберг разглежда любовта като човешко преживяване и отношение, изградено от три основни компонента – „Страст“, „Интимност“ и „Ангажираност“. В зависимост от това кой или кои от тези елементи присъстват в конкретната връзка, тя може да бъде определена като страстна (при наличие единствено на еротично привличане), приятелска (при наличие главно на интимност) или отговорно (при присъствие единствено на ангажираност). При съчетаване на два от изброените компонента говорим за романтична връзка (при съчетаване на страст и интимност), улегнала съпружеска връзка (при съчетаване на интимност и ангажираност) и ревнива любов (при съчетаване на страст и ангажираност). Пълноценните любовни отношения според Сърнберг са възможни, когато във връзката присъстват и трите съставни елемента.

Тримерният модел за разбиране на отношенията в партньорската двойка дава значително по-голяма пълнота и цялостност, тъй като освен психологичното, междуличностно измерение – „интимността“ и предимно социално – моралното измерение – „ангажираност“, в разбирането на двойковата динамика се включва и базисното биологично – емоционално измерение – „еротично привличане и взаимодействие“. Неговото значение за развитието на партньорските отношения би могло да се разглежда основно като мотивиращ и енергитизиращ фактор, който създава предпоставки за търсене на партньор, избор на партньор и трайно емоционално свързване с избрания партньор. Някои антропологични и неврофизиологични проучвания хвърлят допълнителна светлина върху специфичните роли, които играе сексуалността в различните етапи от развитието на интимната връзка (Fisher, H., 1992). Различни структури в мозъка, както и различни системи за ендокринна регулация участват в различните фази на репродуктивния



процес – привличане, свързване, партниране в отглеждането на потомството. Включването на сексуално-еротичния компонент в разбирането на интимните отношения ни позволява да интегрираме еволюционно-биологичните (филогенетичните) предпоставки, стоящи в основата на двойковата динамика с индивидуално психологичните (онтогенетичните), свързани до голяма степен с индивидуалния личен опит на всеки от партньорите и моделите им на свързаност, които са изградили в ранното детство (Bowlby, J., 1988), със специфичните избори, които партньорите правят в конкретната социо-културна среда, съчетавайки възможността да се диференцират и да се интегрират в общуването помежду си. Като специфични за еротичната компонента в партньорското взаимодействие могат да бъдат обособени следните елементи:

1. Еротично привличане (субективно усещане за сексуална атрактивност);
2. Емоционално – еротично взаимодействие (възможност за създаване на еротична атмосфера и мотивация);
3. Еротична адаптация (възможност за съгласуване на сексуалното поведение в съответствие с индивидуалните предпочитания, ценности и разбирания на партньорите);
4. Емоционално – еротична саморегулация (свързана със самопознанието и самоконтрола на собствените еротични реакции, приемането на собственото тяло и интегрираността на еротичните преживявания и опит).

Безспорно върху тези измерения на еротичното взаимодействие в двойката влияние имат както специфични биологични фактори, така и индивидуалният емоционално-еротичен опит на всеки от партньорите, неговите сексуални ценности и морални разбирания, както и конкретните умения за общуване.

Приложение на теоретичния модел за разбиране на различните типове партньорски отношения в практиката

Предлаганият теоретичен модел би могъл да се използва за създаване на изследователски инструмент за оценка на взаимоотношенията в интимната двойка. По този начин биха могли да се валидизират коментираните теоретични конструкции, както и да се изследват в по-голяма дълбочина техните взаимодействия.

Предлаганата теоретична постановка, както и съответният изследователски инструментариум, който би могъл да се разработи на нейна основа, биха позволили много по-детайлна диагностика на партньорските отношения в консултативната и терапевтичната практика, както и подобрена възможност за оценка на терапевтичната ефективност.

Литература:

1. Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. New York: Oxford University Press.
2. Caspi, A. (2002). Social selection, social causation, and developmental pathways: Empirical strategies for better understanding how individuals and environments are linked across the life-course. От P. &. (Eds.), *Paths to*

- Successful Development: Personality in the Life Course (стр. 281 - 301). New York: Cambridge University Press.
3. Erikson, E. (1963). Childhood and Society, 2nd ed. New York: Norton.
4. Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and crisis. New York: Norton.
5. Fisher, H. (1992). Anatomy of Love. New York: The Random House Publishing Group.
6. Fromm, E. (1956). The art of Loving. New York: Harper and Row.
7. Gute, G. &. (2008). Personality as a predictor of hooking up among college students. Journal of Community Health Nursing, 25(1), 26 - 43.
8. Leccardi, C. (2006). Facing uncertainty, Temporality and biographies in the new century. Or C. &. Leccardi, New youth? Young people, generations and family life (стр. pp. 15-40). Hampshire, UK: Ashgate.
9. Marcia, J. E. (2002). Identity and psychosocial development in adulthood. Identity. Marcia, J. E. (2002). Identity and psychosocia An International Journal of Theory and Research, 2(1), 7-28. .
10. Maslow, A. (1954). Motivation and personality. New York: Harper and Row.
11. Orlofsky, J. (1993). Intimacy Status: Theory and Research. Or D. M. J.E. Marcia A.S. Waterman, Ego Identity (стр. 111 - 155). New York: Springer - Verlag.
12. Paul, E. &. (2002). The casualties of 'Casual' sex: A qualitative exploration of the phenomenology of college students' hookups. Journal of Social and Personal Relationships, 19(5), 639-661.
13. Raley, R. K. (2007). Of sex and romance: Late adolescent relationships and young adult union formation. Journal of Marriage and Family, 69(5), 1210 - 1226.
14. Rogers, C. R. (1972). Becoming partners: Marriage and its alternatives. New York: Delacorte Press.
15. Schnarch, D. (2009). Intimacy and Desire - Awaken the Passion in Your Relationship. New York: Beaufort Books.
16. Settersten Jr, R. A. (2010). What's going on with young people today? The long and twisting path to adulthood. The Future of Children, 20(1), 19-41. doi: 10.1353/foc.0.0044.
17. Shulman S., &. C. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood. Shulman S., & Connolly. (2013). The challenge of romantic relationship. Emerging Adulthood, 1,, 1 - 13.
18. Shulman, S. e. (2013). Romantic engagement in emerging adulthood. International Journal of Behavioral Development, 56 - 78.
19. Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. Psychological Review, 93, 119 - 135.
20. Sternberg, R. J. (1988). Sternberg, R. J. (1988) The Triangle of Love: Intimacy, Passion, Commitment. New York: Basic Books.