

Секция «28.8 Парадоксы и новые возможности зрелых возрастов в транзитивном мире»

**Романтические отношения и копинг-стратегии в период вхождения во
взрослость**

Научный руководитель – Поскребышева Наталия Николаевна

Никифорова Анастасия Валерьевна

Аспирант

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет
психологии, Москва, Россия

E-mail: anasteisha02032000@mail.ru

Научная проблема и ее актуальность. Романтические отношения являются значимой частью жизни человека – они во многом определяют отношения с миром, связаны с самооценкой, придают чувство защищенности и надежности, устойчивости.

На сегодняшний день не до конца раскрыты механизмы, благодаря которым человек с надежным типом привязанности и другими проявлениями в данных отношениях является психологически более устойчивым к стрессовым ситуациям. В связи с этим мы решили исследовать романтические отношения и совладающее поведение в период вхождения во взрослость, понять факторы романтических отношений, способствующие использованию более эффективных копинг-стратегий молодыми людьми.

Цель исследования: анализ взаимосвязи характеристик романтических отношений и совладающего поведения в период вхождения во взрослость.

Задачи исследования:

1. анализ современных исследований по теме романтических отношений, а также совладающего поведения;
2. выявление особенностей романтических отношений и копинг-стратегий (индивидуальных и диадических) у современных представителей возраста вхождения во взрослость;
3. изучение характера взаимосвязи между составляющими романтической привязанности к партнеру и копинг-стратегиями, а также эмоциональной созависимости и копинг-стратегиями;
4. анализ возможных межполовых различий в совладающем поведении.

Теоретико-методологическую основу составляют исследования особенностей юношеского возраста И.С. Кона, учение о психологическом возрасте Л.С.Выготского, теория привязанности Дж.Булби, концептуализированная в русле романтической привязанности (М.Микулинцер, Ф.Шейвер, Р.Фрейли), учение Р.Лазаруса и С.Фолкмана о копинг-стратегиях, системно-транзактная модель диадического копинга Г. Боденманна.

Гипотезы:

1. существует взаимосвязь характеристик романтических отношений и совладающего поведения в период вхождения во взрослость: респонденты с опытом надежной романтической привязанности, длительных отношений, с отсутствием выраженной эмоциональной созависимости будут использовать более эффективные копинг-стратегии (как индивидуальные, так и диадические);
2. существуют межполовые различия в индивидуальном и диадическом копинге: женщины чаще обращаются за поддержкой и чаще информируют партнера о личном стрессе.

Методики:

1. авторская анкета (сбор социально-демографических данных и некоторых сведений об опыте романтических отношений);
2. модифицированная методика К. Бреннан и Р. К.Фрейли «Опыт близких отношений» в адаптации Т.В. Казанцевой [3];

3. шкала созависимости Спенн-Фишер в модификации А.А. Бердичевского, М.А. Падун, М.А. Гагариной [1];

4. опросник способов копинга в адаптации Е.В. Битюцкой [2];

5. опросник диадического копинга Г. Боденманна в адаптации О.А. Екимчик и Т.Л. Крюковой [4].

Выборку составили 64 респондента в возрасте от 18 до 25 лет ($M=21,2$; $SD=2,37$), из них 48 женщин.

Результаты исследования романтических отношений оказались следующими.

На основании шкал «Тревожность», «Избегание близости», «Созависимость», «Продолжительность отношений», «Удовлетворенность отношениями» было выделено 4 кластера:

1) «Благополучный»/ «Надежный» тип: в данный кластер попали респонденты с надежной привязанностью, отсутствием выраженной эмоциональной созависимости, имеющие опыт продолжительных отношений и высокую удовлетворенность отношениями. ($N=21$)

2) «Тревожный» тип: респонденты с тревожной привязанностью с элементами созависимости, с опытом относительно продолжительных отношений и средней удовлетворенностью отношениями. ($N=21$)

3) «Неблагополучный» тип: респонденты с тревожно-избегающим типом привязанности к партнеру, выраженной склонностью к эмоциональной созависимости, средней продолжительностью отношений при низкой удовлетворенности отношениями. ($N=13$)

4) «Избегающий» тип: респонденты с избегающей привязанностью, низким уровнем эмоциональной созависимости, с опытом лишь непродолжительных отношений и средней удовлетворенностью отношениями. ($N=9$)

Выделенные кластеры показали значимые различия в индивидуальном и диадическом копинге:

1) «Благополучный»/ «Надежный» тип: более выражены информирование о личном стрессе ($p=0,011$), выше взаимоподдержка в паре ($p=0,017$ для поддерживающего копинга субъекта, $p=0,04$ для поддерживающего копинга партнера), выше инструментальная поддержка субъекта ($p=0,007$) и партнера ($p=0,006$), выше оценка диадического копинга ($p=0,001$).

2) «Избегающий» тип: выше негативный диадический копинг ($p=0,004$) – таким образом сохраняется эмоциональная дистанция с партнером.

3) «Тревожный» тип – в совладающем поведении более выражено фантазирование, надежда на внешние силы ($p=0,005$).

Таким образом, гипотеза 1 частично подтвердилась.

Также выявлены межполовые различия в индивидуальном и диадическом копинге: в ситуации стресса женщины чаще обращаются за поддержкой ($p=0,007$), чаще прибегают к позитивной переоценке случившегося ($p=0,041$) и к избеганию ($p=0,047$; критерий Манна-Уитни), чаще информируют партнера о личном стрессе ($p=0,04$). Гипотеза 2 подтвердилась.

В исследовании показана значимость надежной психологической привязанности к партнеру, отсутствия эмоциональной созависимости для эффективного совладания с трудностями – как индивидуального, так и диадического.

Результаты исследования могут быть полезны при проведении психологических консультаций, а также при разработке психокоррекционных программ на тему романтических отношений и совладания с трудностями.

Источники и литература

- 1) Бердичевский А. А., Падун М. А., Гагарина М. А. Апробация модифицированной версии методики «Шкала созависимости Спенн–Фишер» //Клиническая и специальная психология. – 2019. – Т. 8. – №. 1. – С. 215-234
- 2) Битюцкая Е. В. Опросник способов копинга: методическое пособие // М.: ИИУ МГОУ, 2015. – 80 с.
- 3) Казанцева Т. В. Адаптация модифицированной методики «Опыт близких отношений» К. Бреннан и Р.К. Фрейли //Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2008. – №. 74-2. – С. 139-143
- 4) Крюкова Т. Л., Екимчик О. А., Опекина Т. П. Психология совладания с трудностями в близких (межличностных) отношениях. – Кострома: Изд-во Костром.гос.ун-та, 2019. – 340 с.