

На правах рукописи
УДК: 316.6

Екимчик Ольга Александровна

Психология диадического (совместного) копинга в близких отношениях

Специальность: 5.3.5. Социальная психология, политическая и экономическая психология (психологические науки)

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени
доктора психологических наук

Санкт-Петербург

2025

Работа выполнена на кафедре общей и социальной психологии федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Костромской государственный университет» (КГУ)

Научный консультант: доктор психологических наук, профессор, научный руководитель магистратуры кафедры нейро- и патопсихологии взрослых НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа»

Крюкова Татьяна Леонидовна

Официальные оппоненты: доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социальной психологии факультета психологии ФГБОУ ВО «Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова»

Белинская Елена Павловна

доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социальной психологии ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет»

Куликов Леонид Васильевич

доктор психологических наук, доцент, заведующий кафедрой социальной психологии ФГАОУ ВО «Российский государственный гуманитарный университет»

Хорошилов Дмитрий Александрович

Ведущая организация: федеральное государственное бюджетное учреждение науки «Институт психологии Российской академии наук»

Защита состоится «09» октября 2025 года в 13:30 часов на заседании Совета по защите диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук 33.2.018.17, созданного на базе федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена» по адресу: 191186, г. Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, д. 48, кор. 11, ауд. 64.

С диссертацией можно ознакомиться в фундаментальной библиотеке Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена (191186, г. Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, 48, корп.5) и на сайте университета по адресу: https://disser.herzen.spb.ru/Preview/Karta/karta_000001126.html

Автореферат разослан « » июля 2025 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета

Кондакова Ирина Владимировна

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования:

Современный мир, его нестабильность, неопределенность, природные и техногенные катастрофы, социально-экономическая неустойчивость, политические процессы оказывают стрессогенное воздействие на человека, на большие и малые общности людей, группы. Проблема совладающего поведения и его исследования сегодня актуальны как никогда. В отечественной науке активно разрабатывается совладающее поведение индивидуального субъекта (Т.Л. Крюкова и др.), разрабатывается совладающее поведение в защитной системе семьи (Е.В. Куфтяк), но очень малочисленны исследования совладающего поведения человека, включенного в общности (А.Л. Журавлев) и группы (Е.П. Белинская). Группа как механизм усиления, продуцирования стресса и группа как механизм совладания со стрессом практически не исследованы. Неясно, каким образом и какое адаптивное поведение проявляет человек, включенный в малую группу и подверженный стрессу: индивидуальное или диадические (групповое). Какое поведение будет более продуктивно, особенно, если групповые отношения и принадлежность ценны, а от сохранности группы зависит эффективность ее функционирования и адаптация человека. В связи с этим проблема диадического копинга приобретает особую актуальность.

В настоящее время в обществе дифференцировался и продолжает расширяться паттерн партнерских взаимодействий, при этом растет количество людей, которые предпочитают осознанное одиночество и совсем не имеют партнера. Близкие отношения претерпевают трансформации. Можно констатировать противоречие между значимостью в жизни человека, масштабностью распространения в обществе феномена близких отношений и отсутствием теории, концепции, которая данный феномен может объяснить, описать его структуру и содержание, раскрыть механизмы его функционирования и развития.

Близкие отношения подвержены внешним и внутренним негативным воздействиям, которые угрожают их целостности, а также создают напряжение, стресс у партнеров в диаде. Но не все и не всегда близкие отношения распадаются и травмируют их субъектов, какие-то укрепляются и продолжают развиваться, функционировать дальше. За счет чего сохраняются, укрепляются и продолжают развиваться отношения при негативном воздействии? Близкие отношения существуют в определенной социокультурной среде. Следовательно, они подвержены внешним негативным воздействиям и внутренним стрессорам, которые создают напряжение в диаде, порождают нестабильность, угрожают ее целостности, развитию и функционированию. Несмотря на это, немало аспектов диадического совладания не разработаны ни в отечественных, ни в зарубежных исследованиях, до сих пор неясно: когда и как формируется диадический копинг как тип совладающего поведения диады, группового субъекта? Как он соотносится с индивидуальным совладанием каждого из партнеров? В отношении каких стрессоров будет эффективней диадический копинг, а в отношении каких - индивидуальный? Таким образом, обозначены существующие противоречия и

пробелы в психологии диадического копинга как типа совладающего поведения группового субъекта и близких отношений.

Разработанность проблемы: теоретический анализ проблемы позволяет утверждать, что в отечественной науке отсутствует методологически оформленное направление - психология близких отношений в рамках психологии межличностных отношений. Можно обнаружить отнесение близких отношений к межличностным отношениям без раскрытия их содержательной сущности и собственно механизмов формирования и функционирования (Н.Н. Обозов). Обобщение имеющихся разрозненных психологических (А.К. Бочавер, Т.П. Григорова, О.А. Екимчик, Т.В. Казанцева, Т.Л. Крюкова, С.Е. Поддубный, В.П. Позняков, М.В. Сапоровская, Е.В. Тихомирова, Н.С. Шипова, A.L. Alexander, A. Aron, E. Berscheid, M.L. Chapman, D.M. Frost, B.W. Hadden, S. Hasen, C. Hendrick, S. Hendrick, M.C. Pistole, P. Regan, A. Roberts, P.R. Shaver, C.V. Smith, R. Sternberg, G.D. Webster и др.), социологических (А.А. Голзицкая, И.С. Голод, И.С. Кон и др.) и антропологических (П. Буайе, М.Л. Бутовская, С.А. Ушакин, Х. Фишер и т.д.) исследований показывает, что интересы ученых сосредоточены на отдельных компонентах или аспектах близких отношений, на удовлетворенности отношениями в паре, а также на переходе пары к родительству; на равенстве в браке и родительстве; на вопросах эмоциональной регуляции в диаде и совладании со стрессом и тревогой. Акцент ставится на социальном контексте, что повышает валидность результатов. Отсутствует целостное представление о том, что составляет сущность близких партнерских отношений, каковы механизмы их развития, каким закономерностям они подчиняются. В зарубежной психологии проблема близких отношений разрабатывается с середины прошлого века, можно выделить несколько векторов ее развития: теория привязанности (Дж. Боулби, М. Эйнсворт, K. Bartholomew, K. Brennan, C.L. Hasan, M. Mikulincer, P.R. Shaver и др.); теория взаимовлияния (Н.Н. Kelley, J.W. Thibaut и др.), эволюционная теория (M. Buss, D.T. Kenrick, St.L. Neuberg, A.E. White), исследования любви и отношений в рамках когнитивно-поведенческого подхода (Д. Майерс, E. Berscheid, P. Regan, R. Sternberg и др.).

При анализе зарубежных исследований близких отношений установлено, что целый ряд авторов указывает прямо или косвенно на стресс как негативный фактор развития и функционирования близких отношений (Дж. Боулби, D. Balliet, S. Columbus, J.L. Derrick; P.W. Eastwick, E.J. Finkel, J.G. La Guardia, J.G. Holmes, Н.Н. Kelley, M. Mikulincer, S.L. Murray, H. Patrick, F. Righetti, P. Shaver, J.A. Simpson, J.W. Thibaut). Исследователи согласны в том, что роль стресса в понимании отношений немаловажна (G. Bodenmann, T. Revenson, K. Kayser, A.K. Randall и др.); дистресс относят к предикторам разрыва, развода (Д. Майерс, G. Bodenmann) и неблагоприятного развития отношений в паре, их негативных последствий для здоровья и жизни человека вплоть до депрессии и суицида (Э.Г. Эйдемиллер).

В отечественной психологии на протяжении последних трех десятилетий активно разрабатывается проблема совладающего со стрессом поведения (А.Г. Асмолов, Е.П. Белинская, Е.В. Битюцкая, В.А. Бодров, Л.И. Вассерман, И.И. Ветрова, Г.А. Виленская, Н.Е. Водопьянова, Р.М. Грановская, Л.А. Головей, Л.И. Дементий,

А.Л. Журавлев, Е.Р. Исаева, Е.Ю. Коржова, Т.Л. Крюкова, А.С. Кузнецова, Е.В. Куфтяк, Т.Д. Марцинковская, А.Б. Леонова, И.М. Никольская, А.Н. Поддяков, М.В. Сапоровская, Е.А. Сергеенко, Н.А. Сирота, О.Ю. Стрижицкая, Н.В. Тарабрина, С.А. Хазова, Н.Е. Харламенкова М.А. Холодная, В.М. Ялтонский, и др.). Совладание – это адаптивное поведение субъекта, реализуемое им для уменьшения воздействия стрессора и регуляции эмоциональных состояний (Крюкова, 2022). Можно выделить типы совладающего поведения в зависимости от количества человек, вовлеченных в процесс копинга: индивидуальное (индивидуальный субъект) и групповое (групповой субъект), в том числе диадическое (групповой субъект – диада). Исследования индивидуального совладания со стрессом, в том числе, и в близких, супружеских, семейных отношениях активно реализуются последние 20 лет. Проблема группового совладания (а именно, диадического копинга) менее исследована в отечественной науке. Имеются наработки в рамках изучения совладающего поведения семьи (Н.О. Белорукова, Т.В. Гушина, Е.Л. Калугина, Е.М. Королева, Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, Е.А. Петрова, М.В. Сапоровская). При этом существуют разные подходы к его пониманию и содержанию (Т.И. Бонкало, Е.Л. Калугина, Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк и др.) в рамках отечественной психологии, а также присутствует разнообразие концепций в зарубежной науке, где проблема исследована гораздо шире. Индивидуальный и диадический копинг обладают свойствами, позволяющими их рассматривать как адаптивное поведение. Особенности субъекта индивидуального или диадического копинга и цели, на которые направлены данные типы поведения, определяют их специфичность.

Научная проблема: создание концепции диадического копинга как особого типа совладающего поведения в диадических отношениях, анализ его вклада в динамику и функционирование близких отношений. Обоснованием служат: недифференцированность диадического копинга как группового поведения в близких отношениях; сопряженность развития диадического копинга и близких отношений в диаде как малой группе; неясность, каким образом и за счет чего близкие партнерские отношения остаются устойчивыми к негативному воздействию стресса; незнание того, что является механизмом сохранения динамического равновесия в близких отношениях, способствует их развитию.

Цель: обоснование нового научного направления в социальной психологии – психология диадического копинга и разработка концепции диадического копинга как механизма развития близких партнерских отношений, ее верификация в эмпирическом исследовании.

Объект: совладающее поведение малой группы партнеров близких отношений (диады).

Предмет: диадический копинг как особый тип совладающего поведения диады: структура, функции, динамика; вклад в развитие близких отношений партнеров.

Гипотеза: диадический копинг становится особым самостоятельным типом адаптивного поведения группового субъекта. Он обладает структурой, категориальными характеристиками, сложной динамикой, является механизмом становления

совместности и сохранения близких отношений при трудностях, проявляется на разных уровнях жизнедеятельности субъекта-индивида и субъекта-диады.

Частные гипотезы:

1. Структура диадического копинга как группового поведения начинает формироваться в номинальной диаде при столкновении со стрессорами, воздействующими на партнеров близких отношений и актуализирующими групповое состояние – диадический стресс.
2. Близкие отношения партнеров / супругов подвержены воздействию внешних и внутренних стрессоров, которые могут их дестабилизировать и негативно отражаться на содержании и качестве связей партнеров друг с другом.
3. Динамика диадического копинга связана с онтогенезом близких отношений и обусловлена диадическим стрессом группового субъекта в социокультурном контексте.
4. Индивидуальный и диадический копинг у партнеров диады могут быть актуализированы одновременно.
5. Выбор диадических копинг-стратегий и их продуктивность в близких отношениях обусловлены в разной степени социально-психологическим, социокультурным, ситуационным и индивидуально-личностным факторами.
6. Продуктивный диадический копинг в близких отношениях является важным механизмом становления совместности в диаде.

На основе проблемы, цели и гипотез были сформулированы **задачи** исследования:

1. Провести теоретический анализ и систематизацию подходов, концепций к изучению диадического копинга и близких отношений в отечественной и зарубежной психологии для обозначения и концептуализации нового научного направления в социальной психологии «Психология диадического копинга».
2. Охарактеризовать: диадический копинг как тип адаптивного поведения группового субъекта, а диадический стресс как групповое психическое состояние. Разработать структурно-динамическую концепцию развития диадического копинга в близких отношениях.
3. Создать комплексный дизайн теоретико-эмпирического исследования диадического копинга в близких отношениях, его структуры, и динамики, факторов развития и продуктивности, с обоснованием принципа диадичности в организации исследования.
4. Адаптировать новый психодиагностический инструментарий для эмпирического исследования диадического копинга и близких отношений.
5. Определить соотношение индивидуального и диадического копинга у человека при совладании со стрессором близких отношений.
6. Описать структурные особенности диадического копинга на разных этапах развития близких отношений и его функциональную динамику.
7. Установить вклад индивидуально-психологического, социально-психологического и социокультурного факторов в развитие и продуктивность диадического копинга.
8. Охарактеризовать продуктивный диадический копинг как механизм динамического равновесия близких отношений.

Новизна:

1. Создано новое направление в социальной психологии «Психология диадического копинга», изучающее адаптивное поведение группового субъекта – диады в ситуации столкновения с общим или разделяемым партнерами стрессором.
2. Расширены теоретические представления о стрессорах близких отношений, путем их систематизации, обоснована актуальность их дальнейшего исследования. Уточнено понятие диадического стресса и впервые обосновано как групповое психическое состояние.
3. Впервые представлена концепция развития диадического копинга пары (малой группы) в близких отношениях.
4. Диадический копинг как особый тип адаптивного поведения группового субъекта – диады – осмыслен и дифференцирован, в том числе описаны его функции, специфические задачи, параметры и свойства.
5. Впервые подтверждено существование трех уровней динамики диадического копинга: онтогенетического, функционального и ситуативного. Онтогенетический уровень включает формирование и развитие диадических навыков у индивидуального субъекта на протяжении жизни. Функциональный уровень – это формирование и развитие диадического копинга в диаде в процессе ее жизнедеятельности. Ситуативный уровень – это проявление диадического копинга в конкретной ситуации диадического стресса и напряжения при взаимодействии со стрессором. Дана характеристика и описание этапов функциональной динамики диадического копинга в близких отношениях. Выявлено и доказано, что функциональная динамика диадического копинга сопряжена с динамикой близких отношений, становлением группового субъекта. Совместный диадический копинг начинает формироваться в диаде с ее номинального возникновения, является механизмом укрепления близких отношений как при повседневном стрессе, так и при столкновении с кризисными ситуациями.
6. Впервые выявлены и описаны факторы диадического копинга: индивидуально-психологический (мотивация к отношениям, индивидуальные ценности партнеров) и социально-психологический (характеристики близких отношений, установки партнеров), не обнаруженные ни в каких исследованиях других авторов. Подтверждено влияние социокультурного фактора (контекста, в который погружены отношения) на диадический копинг.
7. В отечественной социальной психологии обозначена категория «близких отношений», обоснована актуальность ее вычленения из категории «межличностных отношений», с акцентированием специфики содержательных и процессуальных аспектов. Обозначена актуальность и перспективность изучения близких отношений в отечественной психологии, с выделением двух возможных стратегий исследования, а именно, 1) изучение близких отношений через призму внутригрупповых процессов и группой динамики; 2) изучение переживаний и моделей близких отношений в субъективной картине мира каждого из партнеров и их сопоставление. Диадический копинг рассмотрен как характеристика близких отношений партнеров.

8. Адаптирован комплекс психодиагностических методик – порядка 10 опросников для изучения различных содержательных аспектов близких отношений и диадического копинга у русскоязычных респондентов с установлением эмпирических норм, а именно: компонентов привязанности, близости, страсти, обязательства; диадического копинга у партнеров, типа гибкости совладания у человека; восприятия и проявления фаббинга в близких отношениях; одиночества.

9. Впервые выявлены закономерности диадического копинга: 1) соотношение диадического и индивидуального копинга у человека, включенного в близкие отношения, опосредовано типом гибкости совладающего поведения индивидуального субъекта и источником происхождения стресса; 2) в близких отношениях женщина выступает инициатором диадического копинга. Диадический копинг мужчины в большей степени обусловлен социально-психологическим фактором, а у женщины индивидуально-психологическим фактором.

10. Впервые надежно подтверждено, что диадический копинг обоснованно назван одним из главных механизмов становления совместности и формирования адаптивного поведения группового субъекта в социокультурном контексте.

Теоретическая значимость: разработка нового научного направления «Психология диадического копинга» вносит вклад в становление и развитие актуальной отрасли психологической науки – социальной психологии. Расширяет проблематику исследований психологии совладающего поведения и социальной психологии. Расширяет представления о поведении группового субъекта в состоянии стресса. Вносит вклад в изучение психологии групповых состояний, понимая диадический стресс – как групповое психическое состояние. Также в работе предложен принцип диадичности в исследовании близких отношений и диадического копинга (обязательно учитывать взаимосвязи и взаимовлияние характеристик партнеров в исследовании).

Практическая значимость: результаты позволяют прогнозировать устойчивость диады к негативным воздействиям нормативных стрессоров на разных этапах ее развития, продуктивность совладающего поведения диады. Результаты исследования представляют интерес для психологического консультирования пар, для психологического просвещения молодежи и взрослых людей, для специалистов, ведущих тренинги. Кроме того, результаты могут быть полезны при разработке учебных курсов по программам бакалавриата и магистратуры по социальной психологии, психологии здоровья и психологии семьи с основами семейного консультирования. Также результаты исследования могут быть положены в основу профилактических и коррекционных программ по развитию диадического копинга и укрепления близких отношений партнеров.

Теоретико-методологическая основа исследования. Субъектный подход, системный принцип, принцип развития и детерминизма; совокупность концепций близких отношений и их развития: теория взаимозависимости (D. Balliet, S. Columbus, H.H. Kelley, F. Righetti, J.W. Thibaut); теория самоопределения (J.G. La Guardia, H. Patrick); равновесная модель отношений (J.L. Derrick, J.G. Holmes, S.L. Murray); модель траектории взаимоотношений (P.W. Eastwick, E.J. Finkel, J.A. Simpson), теория

привязанности (Дж. Боулби, М. Эйнсворт, R.C. Fraley, M. Mikulincer, P.R. Shaver), теория стресса (Р. Лазарус, С. Фолкман, К. Олдвин), психология совладания как поведения субъекта (Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, Е.А. Сергиенко, С.А. Хазова, и др.), подходы к изучению диадического копинга в близких и супружеских отношениях (G. Bodenmann, J.C. Coyne, A. DeLongis, M.K. Falconier, T.B. O'Brien, A.K. Randall, T. Revenson, D.A.F. Smith и др.). Кроме того, теоретическая основа исследования выстроена на тщательном анализе фундаментальных идей социальной психологии развития малой группы и понимании диады как малой группы (К. Левин, А.В. Петровский, Л.И. Уманский, А.Г. Кирпичник, Т.Л. Крюкова, Н.О. Белорукова) межличностных отношений (А.А. Бодалев, А.А. Кроник, В.Н. Мясищев, Н.Н. Обозов, В.П. Позняков, М.В. Сапоровская), психологии интимных отношений (А. Kinsey, G.E. Dirnbaum, H.T. Reis, B. Wojcizke), психологии психических состояний (А.О. Прохоров).

Методы. В рамках исследования были применены методы: теоретический анализ, синтез и моделирование при формулировке понятий и обоснования эмпирического исследования. Сочетание номотетического и идиографического методов в эмпирическом исследовании заявленной проблемы. В качестве диагностических методик для сбора данных использовался следующий комплекс: интервьюирование и анкетирование, опросники для изучения диадического и индивидуального совладания (Опросник диадического копинга в адаптации О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой; Экспресс-опросник копинга Ч. Карвера и Опросник способов совладания в адаптации Т.Л. Крюковой и др.; Опросник самовоспринимаемой гибкости совладания со стрессом в адаптации О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой); опросники и шкалы для изучения близких отношений (Шкала оценки отношений в адаптации О.А. Сычева; Методика диагностики намерений и ожиданий в ситуации социального обмена с партнером по близким эмоциональным отношениям В.П. Познякова, С.Е. Поддубного; Методика «Включенность другого в шкалу собственной Я-концепции» А. Aron; Мульти-опросник измерения романтической привязанности у взрослых в адаптации О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой; Треугольная шкала любви в адаптации О.А. Екимчик; Шкала доверия в адаптации Н.О. Белоруковой; Шкала уважения к партнеру в близких отношениях R. Frei, P.R. Shaver); тесты и опросники для изучения индивидуально-психологических особенностей партнеров близких отношений (Тест экзистенциальных мотиваций В.Б. Шумского и др.; Портретный ценностный опросник Ш. Шварца PVQ-R в адаптации Т.П. Бутенко и др.); проективный тест, шкалы и опросники для изучения внутренних стрессоров близких отношений («Реакции на ревность» и шкалы ассоциаций с ревность; Шкала фаббинга в адаптации О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой; Шкала партнерского фаббинга в адаптации О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой; Тематического апперцептивного теста (ТАТ) в адаптации Д.А. Леонтьева; Методика для измерения уровня субъективного ощущения одиночества – UCLA в адаптации Л.А. Пергаменщик, Н.Н. Лепешинский); опросники для изучения социокультурного фактора близких отношений (Шкала сиблинговых отношений в адаптации О.В. Алмазовой; Генеральная шкала воспринимаемого фаббинга V. Chotpitayasunondh и К.М. Douglas; Генеральная шкала фаббинга V. Chotpitayasunondh, К.М. Douglas).

Для обработки применялся контент-анализ и статистические методы: дескриптивная статистика; сравнительный анализ; корреляционный анализ; множественный регрессионный анализ; дисперсионный анализ: однофакторный, многофакторный, с повторными измерениями и многомерный; факторный анализ.

Выборка: 2720 человек в возрасте 18-77 лет, включая женщин ($N_1=1516$) и мужчин ($N_2=1204$). Из общей выборки 1496 человек приняли участие в основном диссертационном исследовании, включая 618 диад ($n=1236$), что составило 82,6% респондентов выборки основного диссертационного исследования с продолжительностью близких отношений от полугода до 25 лет. Критериями отбора были: субъективная оценка диадой своих отношений как близких и согласие участвовать в исследовании. Были привлечены 1224 респондента, обязательно имеющие опыт близких отношений, в возрасте 18-77 года (493 мужчины и 731 женщина) для адаптации психодиагностических методик. В исследовании приняли участие русскоговорящие респонденты, проживающие в г. Костроме и Костромской области, а также Центральном Федеральном округе Российской Федерации.

Положения, выносимые на защиту:

1. Диадический копинг – это тип совладающего поведения, субъектом которого выступают оба партнера близких отношений, прилагающие индивидуальные и / или совместные копинг-усилия в ситуации стресса. Единицей анализа в исследованиях диадического совладающего поведения выступает диада и отношения в ней, действия самих партнеров.
2. Функции диадического копинга: регуляция эмоциональных состояний в малой группе; сохранение близких взаимоотношений как особенно значимых; приспособление диады к изменяющемуся контексту ситуации. Специфика диадического копинга в соотношении с индивидуальным проявляется в параметрах: направленность, валентность, сопряженность и динамичность.
3. Динамика близких отношений уязвима к воздействию стресса. Близкие отношения - субъективно значимые партнерские связи, содержательными компонентами которых являются близость, привязанность, вовлеченность, доверие, приверженность, мотивация к поддержанию отношений. Континуальность указанных характеристик у партнеров и степень их согласованности будет определять своеобразие и качество близких отношений в диаде.
4. Диадический копинг как механизм становления совместности группового субъекта - диады способствует формированию / нарушению чувства «мы» через коммуникацию в ситуации воздействия стрессора, рефлексию общих целей, вклада (своего и партнера), оценку продуктивности взаимодействия. Стратегии диадического копинга выступают механизмами регулирования близости в диаде в стрессовой ситуации, так как Другой и отношения с ним, несмотря на ценность, могут выступать источником напряжения.
5. Диадический копинг как групповое поведение предсказывается рядом факторов. Его продуктивность обусловлена характеристиками близких отношений (социально-психологический фактор), индивидуально-психологическими особенностями партнеров (типом гибкости совладания, мотивацией к отношениям, ценностными ориентациями),

содержанием социокультурного контекста (в том числе, источником возникновения и типом стрессора).

6. Динамика диадического копинга является «многослойной». В ней выделяются: онтогенетический аспект, или развитие диадических копинг-навыков в течение жизни индивида в различных парных отношениях; функциональный аспект – возникновение и изменение диадического копинга в диаде при развитии отношений; ситуативный аспект – выработка адаптивного поведения и укрепление отношений при столкновении с идентифицированным стрессором.

7. Диадический копинг партнеров близких отношений направлен на совладание с внешним и внутренним диадическими стрессорами. При актуализации внутреннего стрессора наиболее явно проявляется взаимодействие индивидуального и диадического копинга у партнеров. Выбор индивидуальных и диадических копинг-стратегий является ключевой характеристикой совладания диады как малой группы.

Достоверность и надежность полученных результатов, а также выводов, сформулированных на их основе, обеспечивалась сочетанием глубокого теоретического анализа современных исследований психологии диадического копинга, психологии совладания и психологии близких отношений, подбором и применением комплекса валидных эмпирических методов, адекватных предмету и задачам исследования, сочетанием качественного и количественного анализа, репрезентативностью выборки.

Апробация внедрение результатов исследования: результаты научного исследования отражены в 60 публикациях из них 20 статей в рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК при Министерстве науки и высшего образования РФ общим объемом 21,6 печатных листов / личный вклад автора 13,5 печатных листов; 1 авторская монография (10,25 п.л.), 2 коллективных монографии (31,8 п.л.), общим объемом 42,05 печатных листов / личный вклад автора 19,25 п.л. Основные результаты апробированы и представлены на 2 Международных конгрессах и 21 Российской научной конференции: III Международной научно-практической конференции «Психология стресса и совладающего поведения» 26-28 сентября 2013 г., Кострома; IV-я Международной научной конференции «Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие», Кострома, 22-24 сентября 2016 г.; V Международной научной конференции «Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие», Кострома, 26-28 сентября 2019 г.; V Всероссийской научно-практической конференции по психологии развития «Горизонты зрелости», Москва, 16–18 ноября 2015 г.; Седьмой международной конференции по Когнитивной науке, Светлогорск, 20–24 июня 2016 г.; Международной научной конференции «Ананьевские чтения – 2017 преемственность в психологической науке: В.М. Бехтерев, Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов», Санкт-Петербург, 24–26 октября 2017 г.; VII Международной конференции молодых ученых «Психология - наука будущего», Москва, 14-15 ноября 2017 г.; III Международной научной конференции «Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы», Казань, 08–10 ноября 2018 г.; Международной научной конференции «Психология субкультуры: феноменология и современные тенденции развития», Москва, 22–23 апреля 2019 г.;

Международной научной конференции «Ананьевские чтения — 2021. 55 лет факультету психологии в Санкт-Петербургском государственном университете: эстафета поколений», Санкт-Петербург, 19–22 октября 2021 г.; V Международной научной конференции «Психосоциальная адаптация в трансформирующемся обществе: субъект субъектная коммуникация как фактор социализации индивида», БГУ, Минск, 23-24 октября 2020 г.; Международной научно-практической конференции "Зейгарниковские чтения. диагностика и психологическая помощь в современной клинической психологии: проблема научных и этических оснований", Москва, 18–19 ноября 2020 г.; Международной научной конференции «Ананьевские чтения — 2020. Психология служебной деятельности: достижения и перспективы развития (в честь 75-летия Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.)», Санкт-Петербург, 08–11 декабря 2020 г.; I Международной научно-практической конференции «Жизненные траектории личности в современном мире: социальный и индивидуальный контекст», Кострома, 22-23 апреля 2021 г.; Международной научной конференции «Ананьевские чтения — 2022. 60 лет социальной психологии в СПбГУ: от истоков — к новым достижениям и инновациям», Санкт-Петербург, 18-21 октября 2022 г.; Международной юбилейной научной конференции, посвященной 50-летию Института психологии РАН «История, современность и перспективы развития психологии в системе Российской Академии Наук», Москва, 17-19 ноября 2022 г.; V Всероссийской научной конференции с международным участием «Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы», Казань, 08–10 ноября 2023 г.; Всероссийской научной конференции, посвященной 90-летию со дня рождения А. В. Брушлинского и 300-летию основания Российской академии наук «Человек, субъект, личность: перспективы психологических исследований», Москва, 12–14 октября 2023 г.; Международной юбилейной научной конференции «Проблемы социальной и экономической психологии: итоги и перспективы исследований», Москва, 7-8 декабря 2023 г.; Международной научной конференции «Андреевские чтения. Социальная психология в современном обществе», Москва, 21-22 июня 2024 г.; VII Международной научно-практической конференции Герценовские чтения: психологические исследования в образовании посвященной Году семьи «Семья как ресурс развития ребенка», Санкт-Петербург, 30–31 октября 2024 г.; 31st International Congress of Psychology, Yokohama, Japan 24-29 July 2016; 32nd International Congress of Psychology, Prague, Czech Republic, 18-23 July 2021.

Структура и объем диссертации. Работа состоит из Введения, двух разделов, включающих в себя 5 глав (21 параграф 6 подпараграфов), Заключение, Тезауруса и Списка литературы. В работе содержится 45 таблиц, 16 рисунков. Список литературы включает в себя 475 наименования, из них 231 – на иностранном языке. Работа дополнена Приложением, содержащим бланки методик.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **Введении** обосновывается актуальность исследования заявленного направления, формулируется проблема и оценивается степень ее разработанности. Кроме того, описываются теоретико-методологические основы исследования,

представлены цель, объект, предмет, гипотезы, задачи, теоретические и эмпирические методы исследования, положения, выносимые на защиту, новизна и апробация, полученных результатов.

Раздел I. Методологические и концептуальные основы исследования диадического копинга в близких отношениях включает в себя три главы. **Глава 1 «Теоретические основы психологии близких отношений»** обосновывает междисциплинарный характер проблемы близких отношений, в ней проанализированы теории, модели и принципы исследования близких отношений, их структуры и динамики, обозначены перспективы исследований. В параграфе *1.1 «Междисциплинарный характер проблемы близких отношений»* проанализированы исследования по антропологии и эволюционной биологии поведения (П. Буайе, Р. Сапольски, Ф. Вааль, М.Л. Бутовская, Х. Фишер и др.), социологии (Э. Гидденс, И.С. Кон, И.С. Голод, В.И. Паниотто, Ю.Б. Рюриков, Ю.Г. Миронова, А.А. Голзицкая, В.А. Смирнов и др.), философии (Платон, Д. фон Гильдебранд, М. Хайдеггер, Ж.П. Сартр, В.С. Соловьев, В.А. Сакутин), психоанализу (З. Фрейд, Э. Фромм, М. Кляйн, П. Куттер, О. Кернберг, К. Хорни, К.Г. Юнг, Э. Эриксон), посвященные близким отношениям, обосновывающие междисциплинарный характер проблемы исследования.

В параграфе *1.2 «Методологические основы психологии близких отношений: стратегии, подходы и теории»* выделены две стратегии исследования близких отношений в психологии. Согласно первой стратегии (Е. Berscheid, С. Hendrick, S. Hendrick, P.R. Shaver, R. Sternberg, О.А. Екимчик, Т.П. Опекина (Григорова), Н.С. Шипова) близкие отношения можно анализировать с точки зрения переживания и проживания их отдельным индивидом (влюбленность, любовь, неверность, ревность и т.д.). Вторая стратегия предполагает анализ близких отношений как взаимосвязей между субъектами (Дж. Боулби, Н.О. Белорукова, О.А. Екимчик, Т.Л. Крюкова, Т.П. Опекина, О.А. Бычкова, Е.М. Королева, Т.В. Казанцева, В.П. Позняков, А. Aron, X.B. Arriaga, E. Auger, H.H. Kelley, D.T. Kenrick, D. Menzies-Toman, M. Mikulincer, J.E. Lydon, St.L. Neuberg, P.R. Shaver, J.W. Thibaut, A.E. White). Проанализирован объяснительный потенциал теории привязанности, эволюционной теории, теории взаимозависимости и теории приверженности при изучении близких партнёрских отношений. Обозначенные теории подчеркивают взаимовлияние партнеров в отношениях. Констатируется недостаточность разработанности проблемы близких отношений в отечественной науке. Создание концепции близких отношений, раскрывающей природу, содержание, особенности, механизмы функционирования и развития, является перспективой исследования. Отмечается, что есть наработки с фокусом на межличностных отношениях (Н.Н. Обозов) и динамике развития малой группы (коллективно-образования), ее механизмах, особенностях малой контактной группы и взаимоотношениях в ней (А.В. Петровский, Л.И. Уманский).

Автор предлагает в исследованиях близких отношений опираться на принципы: онтологического подхода, деятельностного подхода, системного и событийного анализа. Нужно учитывать принципы субъектного подхода, так как вступают в близкие отношения два индивидуальных субъекта, а по мере развития диады появляется

групповой субъект. Автор указывает на значение теории взаимовлияния и идей А.В. Петровского, Л.И. Уманского для данной работы, которые помогают понять: каким образом стрессор, воздействующий на одного партнера, в результате вызывает стресс у всей диады.

В параграфе 1.3 *«Понятие, структура и характеристика близких отношений»* дано определение «близким отношениям» как субъективно значимым избирательным партнерским связям / узам, предполагающим отзывчивость, основанным на привязанности и взаимозависимости. Они обуславливают социальное восприятие партнера как значимого Другого, стратегии взаимодействия и жизнедеятельности в диаде. В структуре близких отношений выделены элементы: близость, привязанность, отзывчивость, вовлеченность (мотивация, приверженность), доверие. Анализ исследований (Aron, et al., 2013; Berscheid, Snyder, Omoto, 1989; Eastwick et al., 2019; Bazan, Bakhtiari, Arani, 2021; Mills, et al., 2004; Laurenceau, et al., 2004; Ranasinghe, Weerasinghe, 2021; Reis, Shaver, 1988; Schaefer, Olson, 1981; Казанцева, 2011; Куликов, 2013; Екимчик, 2017; Крюкова, Екимчик, 2015) показывает, что близость понимают как свойство отношений, процесс, результат, субъективное ощущение, возникающее в отношениях. Близость усиливает чувство связи с Другим, взаимозависимость от Другого и предполагает взаимность отношения. Привязанность является одной из наиболее разработанных категорий близких отношений (Bartholomew, Horowitz, 1991; Bodner, Bergman, Cohen-Fridel, 2014; Feeney, 1999; Fraley, Shaver, 2000; Eller, Simpson, 2020; Hasan, Shaver, 1987; Mikulincer, Shaver, 2007 / 2012; Simpson, et al., 2015; Боулби, 2003; Екимчик, 2009; Екимчик, Опекина, 2022; Опекина, Екимчик, 2022; Казанцева, 2011; Григорова, 2015; Воронина, 2017; Крюкова, Григорова, 2015; Куфтяк, 2021). Близкие отношения включают отношения партнерства и отношения привязанности не тождественные между собой. Характеристики близких отношений континуальны, динамичны по своей сути, что определяет содержательное своеобразие и качество отношений каждой отдельной диады.

Автор соотносит диаду и близкие отношения в ней с категорией группового субъекта, используя принцип системности. Сделан вывод: диада партнеров близких отношений наделена всеми категориальными признаками и формально-структурными свойствами группового субъекта. Системный анализ диады и близких отношений в ней создает целостное представление об этом социально-психологическом феномене, обозначая проблематику и направления дальнейших исследований, а также подчеркивая необходимость изучения процессов и группового поведения в близких отношениях, так как они являются не статичной, а динамической системой.

В параграфе 1.4 *«Динамика близких отношений: концепции, феноменология и факторы»* приводятся основные зарубежные концепции, теории и модели развития близких отношений: Стадии развития привязанности в отношениях (S. Hasan, D. Zeifman); Модель циклического роста (C.E. Rusbult); Равновесная модель отношений (S.L. Murray и др.); Концепция инвестиций и рисков в отношениях (W. Goodfriend, C.R. Agnew); Теория самоопределения как функциональная теория близких отношений (J.G. La Guardia, H. Patrick); Концепция «Историй любви» (Р. Стернберг); Модель

траектории взаимоотношений (P.W. Eastwick, E.J. Finkel, J.A. Simpson). Автор приходит к выводу, что динамика близких отношений характеризуется: 1) изменением качественных характеристик партнерства; 2) поведение субъектов частично взаимообусловлено; 3) механизмы качественного изменения отношений не изучены до настоящего момента; 4) динамика близких отношений может быть рассмотрена как с позиции индивида, так и с позиции диады; 5) отношения подвержены внутренним и внешним стрессорам, которые могут оказывать негативное воздействие на отношения, приводить к их распаду; 6) при возникновении угрозы отношениям запускается поведение, направленное на ее устранение и сохранение отношений; 7) динамика близких отношений связана с их феноменологией; 8) факторы динамики близких отношений нуждаются в уточнении и упорядочивании.

В параграфе 1.5 *«Актуальные проблемы исследования близких отношений в психологии»* представлены исследования близких отношений в психологии, сгруппированные по направлениям: 1) изучение структуры, содержания, качества и динамики близких отношений (P. Regan, A.K. Randall, Екимчик О.А., В.П. Позняков, М.В. Сапоровская Е.В. Тихомирова и др.); 2) исследование близких отношений сквозь призму привязанности (М. Mikulincer, P. Shaver, К. Brennan, О.А. Екимчик, Т.В. Казанцева, Т.П. Опекина, И.А. Фурманов, К.А. Чистопольская и др.) 3) изучение феноменологии близких отношений и ее обусловленности социокультурным фактором (E.S Byers, J. Fox, M. David, K. Goldsmith, J. Mark, Н.С. Шипова); 4) разработка и адаптация психодиагностического инструментария (А. Aron, К. Bartholomew, P.R. Shaver, R. Sternberg, О.А. Екимчик, Т.В. Казанцева, Т.Л. Крюкова, В.П. Позняков, О.А. Сычев, К.А. Чистопольская и др.).

В *выводах к первой главе* автор указывает, что в настоящий момент нет теории, которая объясняла бы одновременно структуру и динамику близких отношений как отдельной самостоятельной категории социальной психологии. Отсутствует всесторонний анализа факторов развития и функционирования близких отношений в изменчивом социальном контексте. Не установлены механизмы становления группового субъекта - диады в близких отношениях, закономерности функционирования близких отношений.

ГЛАВА 2. «Психология совладающего поведения в близких отношениях: методологический аспект» состоит из шести параграфов и содержит теоретико-методологический анализ проблемы диадического копинга в отечественной и зарубежной психологии, авторскую концепцию развития диадического копинга в близких отношениях,

В параграфе 2.1 *«Соотнесение категорий “совладающее поведение” и “близкие отношения”»* автор указывает, что в близких отношениях возникает диадический стресс, групповое психическое состояние, обусловленное не только воздействием стрессора, но и взаимовлиянием партнеров друг на друга (К. Левин). «Диадический стресс – это стрессовое событие или встреча, которая всегда относится к обоим партнерам; либо когда оба партнера непосредственно сталкиваются с одним и тем же стрессовым событием, или когда напряжение появляется внутри самой пары; либо

косвенно, когда напряжение одного партнера перетекает, заражает другого партнёра и влияет на них обоих» (Bodenmann, 1995, р. 35). Совладающее поведение активизируется в стрессовых, трудных жизненных ситуациях и направлено на решение задач, связанных с адаптацией субъекта, имеет свою структуру (Крюкова, 2010). Индивидуальное совладающее поведение активизируется в стрессовой ситуации у человека и отражает его субъектную позицию по отношению к стрессору и взаимодействию с ним, с ситуацией. Диадический копинг рассматривается как совместные усилия, действия пар или совместное использование общих ресурсов для преодоления стресса (Bodenmann, 2006; Крюкова и др., 2019). Диадический копинг определяет G. Bodenmann «как системный копинг-паттерн, вовлекающий обоих партнеров» в совладание с диадическим стрессором (Bodenmann, 1995, р. 44). Следовательно, диадический копинг относится к категориям социальной психологии, так как является проявлением группового адаптивного поведения в ситуации стресса.

При диадическом стрессе у человека могут активизироваться защитные механизмы, индивидуальное совладание и / или диадический копинг. Все эти типы адаптивного поведения имеют разные цели, функции, структуру и результаты для партнеров в отдельности и для диады. Анализ индивидуального совладания в ситуации диадического стресса, не учитывает взаимовлияние партнеров в отношениях на поведение друг друга, а также трансформации самих отношений, их целостность и функциональность. Совладание в близких отношениях имеет *специфику*, категориальные признаки и функции: сопряженность индивидуальных и диадических копинг-усилий; динамичность и гибкость, связанные с погруженностью в контекст близких отношений; способность фасилитировать / ухудшать изменения самих отношений партнеров; прогностичность исхода развития отношений партнеров (Крюкова и др., 2019).

Автор расширяет проблемное поле и обозначает перспективы исследований, указывая, что диадический стресс и диадический копинг – это феномены, возникающие в любых субъект-субъектных диадических отношениях, в которых партнеры находятся во взаимозависимости друг от друга. Автор указывает, что в данной диссертации в фокусе исследования находятся диадические стрессоры, диадический стресс и диадический копинг, которые возникают и развиваются в контексте близких отношений, по мере их динамики в социокультурном контексте. Эта позиция направлена на изучение сущности, содержания и функций диадического копинга в близких отношениях как самостоятельного феномена, который способен оказывать влияние на динамику отношений с силу своей специфики.

В параграфе 2.2 «Обзор исследований отечественной и зарубежной психологии совладающего поведения в близких отношениях: концепции, подходы, принципы» одной из важнейших проблем психологии близких отношений является изучение совладающего поведения со стрессорами диады. Изначально изучалось индивидуальное совладание субъекта со стрессом в семейных (супружеских) отношениях (Крюкова, Сапоровская, Куфтяк, 2004), с опорой на диспозиционный, ситуационный и интегративный подходы. Более 20 лет назад проблема диадического копинга возникла

из концептуализации стресса и совладания в романтических диадах в работах G. Bodenmann. С тех пор опубликован ряд теоретических работ о диадическом копинге и эмпирических исследований (Bodenmann, 1997-2024; Falconier et al., 2016-2019; Revenson et al., 2005; Revenson, Lepore, 2012; Бонкало и др. 2020; Екимчик, 2013-2023; Королева, 2018 Крюкова 2012-2022; Куфтяк, 2011), которые расширяют проблематику концептуализации диадического копинга и его связи с индивидуальным благополучием и удовлетворенностью отношениями.

Изначально диадический копинг понимали как индивидуальные усилия партнеров в семейных отношениях. Соотношение стилей совладания у супругов определяет способы разрешения конфликтов и противостояние трудностям, степень удовлетворенности брачными отношениями (Bowman, 1991; Калугина, 2012; Королева, 2018; Куфтяк, 2011). Стресс, включая кризис в развитии межличностных отношений, определялся на уровне индивида, что противоречит идеи взаимозависимости в отношениях. Была предложена модель соответствия: координация усилий по преодолению трудностей может привести к положительным психосоциальным результатам (Revenson, 1994). Она анализирует непосредственное межличностное влияние индивидуальных стратегий преодоления на функционирование пары. Данный подход к исследованию активно использовался в отечественной психологии в 2000-2010 годах (Н.О. Белорукова, М.С. Голубева, Т.В. Гущина, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, и др.).

Автор отмечает, что в отечественной психологии мало представлены следующие подходы к диадическому копингу, его модели: центрированный или ориентированный на отношения копинг (Coyne, Smith, 1991; DeLongis, O'Brien, 1990); коммунальная модель преодоления трудностей (Lyons, et al., 1998); модель семейно-культурного совладания (Kayser, Revenson, 2016); подход преодоления трудностей в контексте развития (Berg, Upchurch, 2007); интегративная модель диадического копинга (Falconier, 2019). Эти подходы преимущественно применялись для исследования диадического совладания с экстремальными ненормативными стрессорами.

Далее автор подробно характеризует системно-транзакционную модель диадического копинга (Bodenmann, 2008), в которой интегрированы индивидуально-ориентированная теория стресса и совладания Р.С. Лазаруса и С. Фолкман (1984) и теория взаимозависимости (Kelley et al., 1983). Исходным посылом выступает: стресс одного романтического партнера всегда влияет на другого партнера (Bodenmann et al., 2007; Neff, Karney, 2007). Данная модель пригодна для изучения повседневных стрессоров пары (Bodenmann, 1995), что выгодно отличает ее от других моделей.

Итак, существует ряд моделей диадического копинга, в которых стресс прямо или косвенно воздействует на обоих партнеров (супругов). В них выделены продуктивный диадический копинг, предполагающий усилия одного и / или совместные обоих партнеров, и непродуктивный индивидуальный диадический копинг, причем он варьируется: враждебный / чрезмерно контролирующий, а также совместный негативный, предполагающий совместное избегание, отстранение, разобщенность партнеров. Мишени диадического копинга и стратегии различаются, но все модели

объединяет то, что он ситуационный (не стилевой) и динамичный, многофакторный. Автор подчеркивает, что проблема развития диадического копинга, его вариативности в конкретных отношениях и детерминированности разработана недостаточно.

Вариабельность подходов к исследованию диадического совладания свидетельствует о сложности и многоаспектности феномена, их противоречивость к пониманию и фокусу диадического копинга затрудняют создание целостной картины адаптивного поведения в паре. Некоторую упорядоченность задает выделение структурных компонентов и обозначение функций диадического копинга. Многообразие форм и траекторий развития близких отношений и трудностей, с которыми сталкиваются партнеры, намечает перспективу исследования адаптивного поведения диады. Актуальным остается изучение предикторов диадического копинга, анализ качественных характеристик близких отношений как контекста.

В параграфе 2.3 «Классификация стресса и стрессоров близких отношений» автор дифференцирует понятия «стрессор» и «стресс». Близкие отношения подвергаются воздействию стрессоров, упорядоченным по нескольким основаниям: экстремальных, ненормативных и нормативных; внешних, порожденных средой, и внутренних, возникших в процессе жизнедеятельности в отношениях. Стресс как психическое состояние, возникающее под воздействием стрессора, можно классифицировать: по количеству участников, которые его переживают одновременно в какой-то конкретной ситуации; по длительности и по интенсивности. По количеству участников стресс бывает индивидуальный (Г. Селье, Р. Лазарус и др.), диадический стресс (Bodenmann, 2005; Екимчик, 2023) и семейный стресс (Куфтяк, 2011; Fallahchai, Fallahi, 2022; Enuşă, Turliuc, 2024; Reindl, et al., 2024). По длительности стресс делится кратковременный, длительный и хронический. По интенсивности стресс может быть слабым, средней степени интенсивности и сильным. Актуальной остается проблема специфики диадического стресса и его измерения как группового психического состояния для дальнейшего анализа и разработки категории диадического копинга.

В параграфе 2.4 «Понятие, структура и характеристика диадического копинга» проанализирована структура диадического копинга в близких отношениях, которая включает в себя: восприятие, идентификацию стрессора и оценку стресса каждым из партнёров, коммуникацию в стрессовой ситуации, вербализирующую стрессор и стресс; индивидуальные диадические стратегии (поддерживающие, делегированные и негативные), совместные диадические стратегии с партнером, их оценку. Диадический копинг – это групповое поведение, обязательным его элементом является социальная перцепция усилий друг друга партнерами в ситуации диадического стресса и на основе этого регуляция собственных действий, оценок совладания. Важным элементом диадического копинга является непосредственная или опосредованная через социальную перцепцию сопряженность копинг-усилий партнёров и их коммуникации. Далее проанализированы альтернативные модели диадического копинга: пятифакторная (стресс-коммуникация; эмоционально-ориентированный и проблемно-ориентированный диадический копинг; делегированный диадический копинг; негативный диадический копинг) в восприятии себя и партнера; трехфакторная модель (сфокусированный на

проблемах, стремление к близости и релаксация) для общего диадического копинга (Donato, Iafrate, Barni, Bertoni, 2009). Автор уделяет внимание функциям и свойствам диадического копинга. Сопоставляет свойства диадического, семейного (Е.В. Куфтяк) и группового (Е.П. Белинская) копингов, подчеркивая специфику первого. Ряд свойств являются общими для индивидуального и диадического копинга и характеризуют совладание в целом как адаптивное поведение: модальность, продуктивность, вариативность, гибкость. Специфичными для диадического копинга будут следующие свойства: социокультурная детерминированность, ситуативность, ориентация на партнера, связь с характером взаимодействия и коммуникацией в диаде. Специфика диадического копинга и отличие от индивидуального совладания обусловлены наличием внутригрупповых отношений и внутригрупповых процессов, которые влияют на состояние и характер поведения человека, включенного в группу, а также расширения спектра задач совладания.

В параграфе 2.5 *«Современные исследования и разработанность проблемы диадического копинга»* посвящен анализу эмпирических исследований диадического копинга. Исследование совладающего поведения в близких отношениях в отечественной психологии началось с изучения индивидуального копинга в семье в 2000-2010 гг. в (Крюкова, Сапоровская, Куфтяк, 2005; Белорукова, 2005; Гущина, 2005; Куфтяк, 2004 и др.) в Костромской школе. При этом анализировались диады или семейные системы. В 2010-х годах начались разработки супружеского копинга (Куфтяк, 2011; Калугина, 2012; Королева, 2018), диадического копинга (Крюкова, Калугина, 2012; Королева, 2018; Крюкова, Екимчик, 2013; Екимчик, 2015; Екимчик, Крюкова, 2017; Крюкова, Бычкова, 2017; Крюкова, Бебнева, 2016; Крюкова, Екимчик, Опекина, 2019; Екимчик, Опекина, 2022). Калугина Е.Л. (2012), изучая супружеский копинг в ситуации нормативного кризиса, предложила два направления совладания: диадическое (индивидуальные усилия партнеров в контексте ситуации отношений) и парное (процесс объединения и распределения совместных ресурсов как реагирование на возникший стресс). Королева Е.М. (2018) охарактеризовала стили супружеского копинга и его симметричность, конгруэнтность и комплементарность. Она отметила: регистрация брака является позитивным фактором диадического и супружеского копинга. Куфтяк Е.В. (2011) выделила критерии совладающего поведения семьи как субъекта. Одинцова О.Ю. (2021) установила доминирование индивидуальных копинг-стратегий над диадическими при совладании с индивидуальным стрессором (страхом), качество близких отношений при этом опосредует стресс и совладание в ситуации беременности и родов.

Анализ собственных исследований, а также работ Бебневой Е.А., Бычковой О.А., Королевой Е.М. и Сапыуз А.А., позволил автору сформулировать предположение: диадический копинг обладает динамикой, сопряженной с развитием и трансформацией формы близких отношений. Автор отмечает положительные возможности диадического копинга, акцентирует его ограничения относительно стрессоров: одиночество, ревность, измена, конфликты (Екимчик, 2013; Ронч, Крюкова, 2012; Шипова, 2014), страх беременности и родов (Одинцова, 2021). Затем автор анализирует новые направления

исследований диадического копинга в близких партнерских отношениях, обусловленные изменением социокультурного контекста (Крюкова и др., 2020, 2021; Силина, Крюкова, 2021; Тихонова, Мисюк, 2023), приводит современные зарубежные исследования диадического копинга, включая совладание в диадах: родитель-ребенок, напарников, пациент-человек, осуществляющий уход.

Подводя итог, автор подчеркивает: проблема диадического копинга имеет значительные наработки в Костромской школе совладающего поведения. Разрозненные эмпирические исследования, противоречивость данных и закономерности, выявленные в них, требуют осмысления, систематизации, которые бы позволили их интегрировать в концепцию диадического совладания в близких отношениях.

В параграфе 2.6 «Концепция развития диадического копинга в близких отношениях» концепция выстроена на основе переосмысления разработок Костромской школы совладающего поведения (исследования под руководством Т.Л. Крюковой, 2000-2024), идей системно-транзактной модели Г. Боденманна (1995-2021). Автор подчеркивает: феномен диадичности совладания гораздо шире, выходит за рамки близких партнерских отношений и характеризует адаптивное групповое поведение любой диады, в которой оба ее участника подвержены воздействию и переживанию стресса, а сохранение и стабилизация связи с Другим / партнером является значимым на момент воздействия стрессора. Диадический копинг – это тип совладающего поведения, субъектом которого выступают оба партнера как диада, прилагающие индивидуальные и / или совместные копинг-усилия в ситуации диадического стресса (Таблица 1).

Таблица 1

Характеристика диадического копинга как социально-психологического феномена

Диадический копинг – это тип совладающего поведения, субъектом которого выступают оба партнера как диада, прилагающие индивидуальные и / или совместные копинг-усилия в ситуации диадического стресса. Единицей анализа выступает диада и / или отношения в ней		
Характеристика диадического копинга		
Функции:		
• снижение воздействия стрессора на диаду; • регуляция эмоциональных состояний ее членов, сохранение за счет этого их близких взаимоотношений как особенно значимых; приспособление диады к изменяющемуся контексту ситуации		
Параметры:	Свойства:	Динамика:
• направленность; • валентность; • сопряженность • динамичность	• социокультурная детерминированность, ситуативность, • ориентация на партнера, • связь с характером взаимодействия и коммуникации в диаде	• онтогенетическая • функциональная • ситуативная
Задачи:		
1. вербализация стресса и идентификация стрессора; 2. выбор диадических стратегий и реализация партнерами; 3. восприятие копинг-усилий партнера и своих собственных; 4. коррекция собственных копинг-усилий; возможно, попытки изменить поведение партнера 5. рефлексия копинг-усилий и состояния в диаде, оценка результатов		

Единицей анализа выступает диада и отношения в ней. Диадический копинг предполагает наличие номинальной диады, состоящей из ориентирующихся друг на

друга партнеров в ситуации воздействия стресса. Автор утверждает, что диадический стресс – это групповое состояние. А совладающее поведение – это сложный многоплановый феномен адаптивного поведения, его типы: индивидуальное, диадическое и коллективное (Крюкова, 2011); вариативность определяется мишенью стрессора (на кого распространяется его воздействие) и субъектом (отдельный человек; человек, включенный в диаду, в группы). Человек выступает носителем индивидуальных, диадических и коллективных способов совладания одновременно. Диадический копинг выполняет следующие функции: снижение воздействия стрессора на диаду, регуляцию ее эмоциональных состояний, сохранение взаимоотношений, как особенно значимых, а также приспособление диады к изменяющемуся социально-культурному контексту. Если при индивидуальном совладании идет речь о системе «среда-субъект-стрессор», то при диадическом совладании система усложняется «среда-субъект-субъект-стрессор» и ее механизмы будут усложняться. Субъективная оценка угрозы стрессора может различаться между партнерами так же, как и оценка наличия ресурсов для совладания с ним. Диадический стресс между партнерами может увеличиваться благодаря взаимовлиянию друг на друга, при этом отношения дестабилизируются. Каждый из партнеров должен для себя определить цели, на которые он направит энергию: на индивидуальную адаптацию к среде, но в этом случае диадический стресс выступает дополнительным стрессором, он будет усиливать влияние первичного стрессора и ослаблять индивидуальные стратегии совладания, поэтому для эффективной индивидуальной адаптации партнер (партнеры) прибегают к негативному диадическому копингу, который позволяет преодолеть давление стресса в диаде. Если для диады важно сохранение отношений и преодоление воздействия стрессора, тогда спектр целей совладания изменяется, партнер и отношения с ним воспринимаются, как ценность, которую необходимо сохранить. Большую роль в этом процессе приобретает коммуникация, которая помогает регулировать взаимовлияние и взаимодействие партнеров, координировать их усилия относительно стрессора, рефлексировать результат.

Структура диадического копинга включает следующие элементы (Bodenmann, 2008; Falconier, 2019): партнеры (субъекты отношений), оценка диадического стресса, коммуникация диады, характеризующая степень осознанности, вербализацию стрессора (информирование партнера о стрессе и его отклик); индивидуальные копинг-стратегии каждого из партнеров; восприятие состояния и поведения, индивидуальных диадических стратегий своих собственных и партнера; совместные действия партнеров; рефлексия результатов диадического копинга.

Автор характеризует диадический копинг как групповой процесс, в котором участвуют партнеры. Анализ и обобщение исследований позволили сформулировать параметры диадического копинга как процесса: направленность, валентность, степень сопряженности, динамичность, - также выделить его специфические свойства: социокультурная детерминированность, ситуативность, ориентация на партнера, сопряженность характером взаимодействия и коммуникации в диаде.

По направленности диадический копинг может быть: эмоционально-ориентированный и проблемно-ориентированный (Р. Лазарус, Г. Боденманн), ориентированный на поддержку либо на дистанцирование. По валентности диадический копинг бывает позитивным и негативным, а также противоречивым.

Далее охарактеризована динамика диадического копинга: ситуативная, функциональная и онтогенетическая. Ситуативная динамика – это процесс совладания диадой с конкретным стрессором. Генезис диадического копинга предполагает два аспекта: онтогенетический и функциональный. Онтогенетический аспект диадического копинга – это становление навыков диадического копинга по мере взросления человека в диадных отношениях. В близких партнерских отношениях будет проявляться функциональный аспект генезиса диадического копинга как процесса, а именно его структурные изменения в диадных отношениях по мере их развития. Структура диадического копинга пластична и сопряжена с особенностями близких отношений, в том числе, с внутригрупповыми процессами, а также задачами, стоящими перед партнерами на каждом этапе развития отношений. Развитие диадического копинга в близких отношениях предполагает: 1) первый этап «мой» и «твой» стресс, появление диадического копинга.; 2) Второй этап «мой» + «твой» стресс = «наш» стресс, развитие диадического копинга; 3) третий этап «наш» стресс и «наш» копинг, сформированность диадического копинга. Данная динамика характеризует развитие диадического копинга в близких отношениях при столкновении с нормативными и повседневными трудностями.

Механизмы диадического копинга в близких отношениях (рис. 1): с момента возникновения номинальной диады он выступает механизмом становления совместности и формирования групповой идентичности и адаптивности диады к меняющемуся социокультурному контексту. Использование негативного диадического копинга ограничивает возможность эмоционального сближения партнеров независимо от стажа отношений.

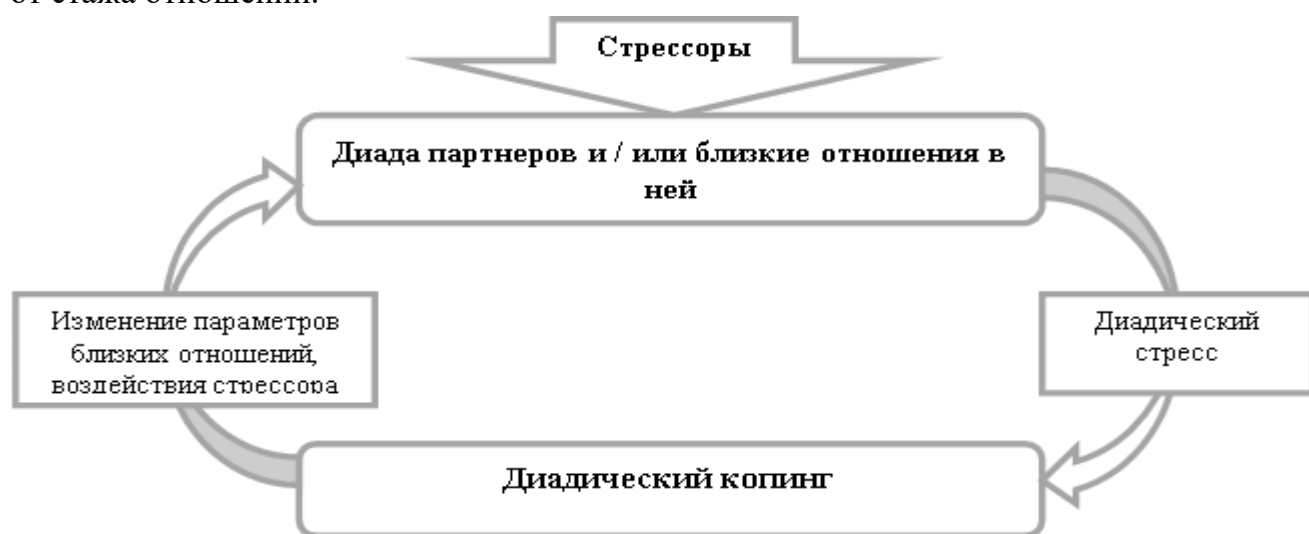


Рис. 1. Механизм диадического копинга в близких отношениях партнеров

Сопряженность и выраженность индивидуальных и/или совместных негативных диадических копинг стратегий партнеров свидетельствует о наличии кризиса в

отношениях и их повышенной уязвимости к конфликтам, распаду или разрыву, а также непродуктивности диадического копинга. Продуктивность диадического копинга партнеров близких отношений достигается за счет согласования позитивно направленных индивидуальных диадических копинг стратегий и выработки навыков совместных действий. Возможности диадического копинга как адаптивного поведения различны в разных отношениях и на разных этапах их развития. Диадический копинг партнеров близких отношений направлен на совладание с внешними диадическими стрессорами и внутренними стрессорами диады. Позитивное действие диадического копинга может быть ограничено низким уровнем близости, спецификой внутреннего стрессора. К факторам диадического копинга можно отнести: социокультурный, индивидуально-психологический, социально-психологический (близкие отношения и их характеристики) и контекстуальный (стрессовая ситуация).

Автор обобщает, что диадический копинг как многомерный конструкт, процесс в диадических отношениях выступает механизмом поддержания их динамического равновесия.

В выводах к второй главе автор подчеркивает актуальность и новизну проблемы диадического копинга в близких отношениях за счет расширения спектра стрессоров близких отношений, трансформации самих отношений. Указывает значимость систематизации стрессоров и стресса в близких отношениях. Отмечает потребность в изучении системы факторов развития и функционирования диадического копинга в близких отношениях. Обозначает перспективность проблемы соотношения индивидуального и диадического совладания в близких отношениях, их продуктивности, одновременного или гетерохронного «включения». Подчеркивает специфику диадического копинга и необходимость интеграции теоретико-эмпирических исследований в концепцию развития диадического копинга в близких отношениях.

Глава 3. Стратегии и методы исследования диадического копинга в близких отношениях включает в себя три параграфа, в которых обозначены причины методологических трудностей в исследовании диадического копинга в близких отношениях, а также результаты адаптации опросных методов. В параграфе 3.1 *«Трудности и подходы к исследованию диадического копинга в близких отношениях»* автор указывает, что трудности обусловлены: 1) структурой, процессуальностью и динамичностью близких отношений и их контекста. 2) В отношения включены два индивидуальных субъекта, носителя сознания, у каждого своя модель близких отношений в индивидуальной картине мира. Модели отношений (представления, эмоции и смыслы), мотивация, поведенческие акты партнеров они не только не идентичны, но могут быть не согласованы, противоречивы и не все их элементы осознаются в полной мере. Модель отношений у каждого партнера занимает какую-то область в его психологическом пространстве. И собственно пересечение этих областей у партнеров представляет собой пространство отношений. Оно воспринимается каждым из партнеров субъективно. 3) Сложность в фиксации с помощью опросников и самоотчетов диадического копинга как группового процесса, его сущности. 4) Сложность в дифференциации индивидуального и диадического копинга у субъекта-

индивида, включенного в диадy при совладании со стрессом, оценки их вклада в совладание и продуктивности.

В параграфах 3.2 *«Психодиагностика близких отношений и результаты авторских разработок по адаптации опросников»* и 3.3 *«Психодиагностика стресса и совладания в близких отношениях и результаты авторских разработок по адаптации опросников»* представлены результаты авторских разработок по адаптации опросников для диагностики характеристик близких отношений и диадического копинга, гибкости совладания. В выводах к третьей главе автор подчеркивает, что, несмотря на обозначенные трудности и проделанную работу по адаптации опросников, необходимо расширять арсенал методов исследования близких отношений и диадического копинга как группового феномена в них.

Раздел II. «Эмпирические исследования диадического копинга в близких отношениях» состоит из 2 глав. Глава 4 **«Дизайн исследования верификации концепции развития диадического копинга в близких отношениях»** содержит два параграфа, описывающие дизайн и организацию исследования диадического копинга в близких отношениях. В параграфе 4.1 *«Методы и выборка эмпирического исследования диадического копинга в близких отношениях»* дана характеристика общей выборки, выделены эмпирические референты и их индикаторы, подробно описаны методы диагностики и статистического анализа данных. В параграфе 4.2 *«Эмпирические стратегии организации исследования диадического копинга в близких отношениях»* обозначены эмпирические стратегии организации исследования диадического копинга в близких отношениях, представлены эмпирические задачи для проверки частных гипотез, указан объем выборки, на которых та или иная гипотеза проверялась.

Глава 5 **«Верификация концепции развития диадического копинга в близких отношениях: эмпирические исследования»** включает в себя 5 параграфов, результаты которых подтверждают авторскую концепцию развития диадического копинга в близких отношениях. В параграфе 5.1 *«Стрессоры и трудности в близких отношениях и совладание с ними»* содержится три подпараграфа. В 5.1.1 *«Восприятие и оценка партнерами близких отношений повседневных стрессоров»* обобщены результаты интервьюирования (n=50 партнеры в близких отношениях). Автор указывает, что большинство опрошенных отмечают наличие трудностей вне отношений (88%) и часть рефлексировать влияние повседневных трудностей на отношения и диадические копинг-усилия партнера (46%). В отношениях наличие повседневных трудностей отметили - 92% респондентов, партнеры согласовано отмечают наличие повседневных стрессоров и их негативное влияние на отношения (73%). Автор подчеркивает, что в близких отношениях не всегда партнеры рефлексировать, особенно в начале отношений, косвенное влияние внешних стрессоров на диадy в целом, «переливание» стресса. Это создает напряжение и разногласия внутри отношений, а неумение проговаривать стресс, сообщать о нем партнеру затрудняет диадический копинг. В тех случаях, когда партнеры проговаривают свой стресс, они получают поддержку как совладание с напряжением внутри пары. Это исследование иллюстрирует этап в формировании диадического копинга: «мой» и «твой» стресс, появление диадического копинга».

В 5.1.2 «Ревность, измена в близких отношениях как внутренние стрессоры» выборку исследования составили 164 человека: 102 женщины и 62 мужчины в возрасте 20 - 40 лет ($m = 25,6$). Автор пришел к следующим выводам: стрессогенность ситуаций ревности проявляется в комплексах негативных эмоциональных переживаний и физиологическом дискомфорте, направленных на оценку собственных ресурсов, самой ситуации, способов совладания с ней, посредством отреагирования. Женщины воспринимают и переживают ситуации ревности как более стрессогенные, чем мужчины, что проявляется в интенсивности их физиологических и эмоциональных реакций (бессонница, страх потери, жалость к себе и фрустрация). Для совладания с ситуациями измены, респонденты используют широкий репертуар индивидуальных копинг-стратегий, ориентированных на совладание с негативными эмоциями или на избегание, в связи с их травматичностью для человека и отсутствием доверия к неверному партнеру.

В 5.1.3. «Фаббинг как внутренний стрессор близких отношений», автор характеризует фаббинг как пренебрежение партнером в непосредственном общении путем постоянного отвлечения на гаджет, что способствует напряжению и стрессу в диаде. В исследовании приняли участие 206 человек (из них 95 пар): 100 женщин и 96 мужчин, состоящие в близких отношениях. Автор установил, фаббинг – это внутренний стрессор для близких отношений, порожденный изменением социокультурного контекста. Стрессогенность фаббинга усиливается под влиянием индивидуально-личностных особенностей человека.

Ревность и измена являются внутренними стрессорами близких отношений, которые их дестабилизируют. Специфика ревности и измены в том, что партнер и его поведение воспринимаются как угроза, а это ослабляет диадический копинг и активизирует индивидуальный.

В параграфе 5.2. «Структура и функциональная динамика диадического копинга в близких отношениях» автор представляет результаты исследования на 303 парах (89 пар- «встречаются»; 122 пары – «проживают вместе в незарегистрированных отношениях» и 92 пары – «в зарегистрированном браке»). Был проведен корреляционный анализ стратегий диадического копинга партнеров в диаде на разных этапах отношений. Подтверждена идея, что диадический копинг партнеров начинает формироваться на этапе романтических встреч. Выявлено 27 корреляционных связей между диадическим копингом партнеров: 3 связи слабых ($r \leq 0,29$), 2 связи средних ($r \leq 0,50$) и 3 очень сильных ($r > 0,70$), остальные умеренные, все положительные. Сильные прямые корреляции между негативным копингом партнеров и восприятием его друг у друга. На этапе романтических встреч партнеры уже осознают свой отказ или партнера справляться со стрессором отношений. Средние связи между оценкой общего копинга и оценкой негативного копинга партнера свидетельствуют о высокой вероятности совпадения оценок в диаде общего диадического копинга и восприятия отказа партнера от совладания в ситуации стресса. Остальные связи умеренные и слабые. На этом этапе отношений у партнеров появляется коммуникация в стрессовой ситуации. Мужчина и женщина на этапе романтических встреч проявляют тенденцию к совместному

совладанию со стрессорами, информируя партнера о переживаемом стрессе и воспринимая подобные сообщения от него. Выявлено отсутствие связей с отдельными стратегиями: коммуникация партнеров о стрессе еще не сопряжена ни с индивидуальными, ни с совместными стратегиями диадического копинга у партнера. Делегированный копинг не включен в структуру диадического копинга на данном этапе отношений, ограничен в силу психологической дистанции и неопределённости обязательств по отношению друг другу, неясности ролевых ожиданий. Индивидуальные стратегии – поддерживающего диадического копинга и его восприятия у партнера прокоррелировали у мужчины и у женщины. Стресс партнера еще неинтенсивно воздействует на человека, но воспринимается как угроза для Значимого, ценного Другого и вызывает реакцию помочь ему, поддержать. Таким образом, на этапе романтических встреч у партнеров начинает оформляться некоторая структура диадического копинга, которая все более явно себя обнаруживает по мере развития отношений.

Далее были проанализированы корреляции в парах, которые проживают совместно в незарегистрированных отношениях ($n=122$), имеют общее хозяйство и осознают повседневные трудности и их влияние на отношения (Крюкова и др., 2019). Было выявлено 36 корреляционных связей между диадическими копинг-стратегиями партнеров в близких отношениях от очень слабых до сильных ($0,23 \leq |r| \leq 0,84$), большая часть из них положительные. Отрицательные связи между *негативным диадическим копингом* мужчины и индивидуальными диадическими стратегиями женщины: *поддерживающим, делегированным копингом, а также ее сообщениями о личном стрессе*. Также отрицательные связи между *негативным копингом* женщины и *восприятием ее коммуникации в стрессе* мужчиной; восприятием *негативного копинга* женщиной у партнера и отзывчивостью мужчины на ее сообщения о стрессе в отношениях. Чем чувствительней мужчина к сообщениям женщины о стрессе, тем реже она проявляет негативный копинг, рассматривая его усилия в совладании как формальные / поверхностные. Сильные прямые связи между негативными индивидуальными стратегиями диадического копинга каждого из партнеров, и их восприятием друг у друга. Наличие общего негативного копинга в диаде (партнеры дистанцируются друг от друга, как источника напряжения) может привести к распаду отношений. На этом этапе развития близких отношений у обоих респондентов особую роль приобретает *коммуникация в ситуации стресса*. Расширяется спектр диадических копинг-стратегий, появляется делегированный копинг, связанный с перераспределением обязанностей в паре. Партнеры демонстрируют комплекс взаимосвязей между индивидуальными диадическими копинг-стратегиями и в большей степени удовлетворены совместным копингом, если их усилия отмечает партнер (партнерша). Таким образом, на этапе совместного проживания партнеров идет активное развитие и интенсификация диадического копинга: либо продуктивного, либо непродуктивного («мой» + «твой» стресс = «наш» стресс, развитие диадического копинга).

Далее были проанализированы диадические копинг-стратегии у супругов в официальном браке. Стаж брака от 0,5 года до 13 лет ($m=5,5$, $sd=3,1$), представляет

собой довольно значительный разброс. Общим условием для отбора респондентов было отсутствие экстремальных ненормативных стрессоров на момент исследования, браки всех диад были условно благополучными, не находящимися в ситуации развода. Структура диадического копинга у партнеров в официальном браке имеет свои особенности. Выявлены 21 достоверно значимые от умеренных до сильных корреляции ($0,28 \leq |r| \leq 0,72$), большинство из которых прямые, а четыре – обратные. Обратные связи выявлены преимущественно между негативным копингом субъекта, восприятием негативного копингом партнера и конструктивными диадическими стратегиями мужчины / женщины. Отказ от диадического совладания одним из партнеров, приводит к снижению совместных усилий у другого. С обозначенным распределением обязанностей и ролей в официальном браке мужчина активней включается в заботы и дела партнерши, помогая ей преодолевать стресс. Женщина реже демонстрирует отказ в поддержке партнеру в трудной ситуации, а он склонен брать на себя часть ее обязанностей. Особенность диадического копинга супругов – инициатором коммуникации в ситуации стресса выступает женщина, что активизирует поддержку и делегированный копинг мужчины. Мужчина подключается к обсуждению стресса для координации усилий, ему важна обратная связь, которую активно дает партнерша. Индивидуальные диадические стратегии мужчины чаще коррелируют с чувствительностью женщины к его инициативе и ее оценкой общего копинга, вкладом в общий копинг. Связи между негативным копингом субъекта и негативным копингом партнера получились аналогичными тем, что были на этапе романтических встреч, но менее тесные. Партнеры либо совместно, согласовано прибегают к негативному диадическому копингу, хорошо рефлексировав его проявление в отношениях, либо отказываются от него совместно, что свидетельствует о развитии и определенном качестве диадического совладания в паре. Таким образом, на этапе брака отмечается БОльшая координация усилий партнеров в совладании. Причем иницирует процесс женщина, а мужчина активно к нему подключается – «наш стресс – наш копинг». Начиная с этапа романтических встреч и далее по мере развития отношений, у партнеров согласуются совместные усилия в преодолении диадического стресса и оценки этих усилий.

Автор представил интенсивность выраженности индивидуальных и общих диадических стратегий в парах на разных этапах отношений и отдельно у мужчин, у женщин. Анализ диаграммы (рис.2) показывает, что негативный копинг субъекта и его восприятие у партнера более характерен для проживающих совместно в незарегистрированных отношениях. На этом этапе диадический стресс оказывает более интенсивное воздействие на партнеров, но в силу разногласий и противоречий они не всегда способны активизировать продуктивный диадический копинг для сохранения целостности отношений и совладания со стрессом совместно.

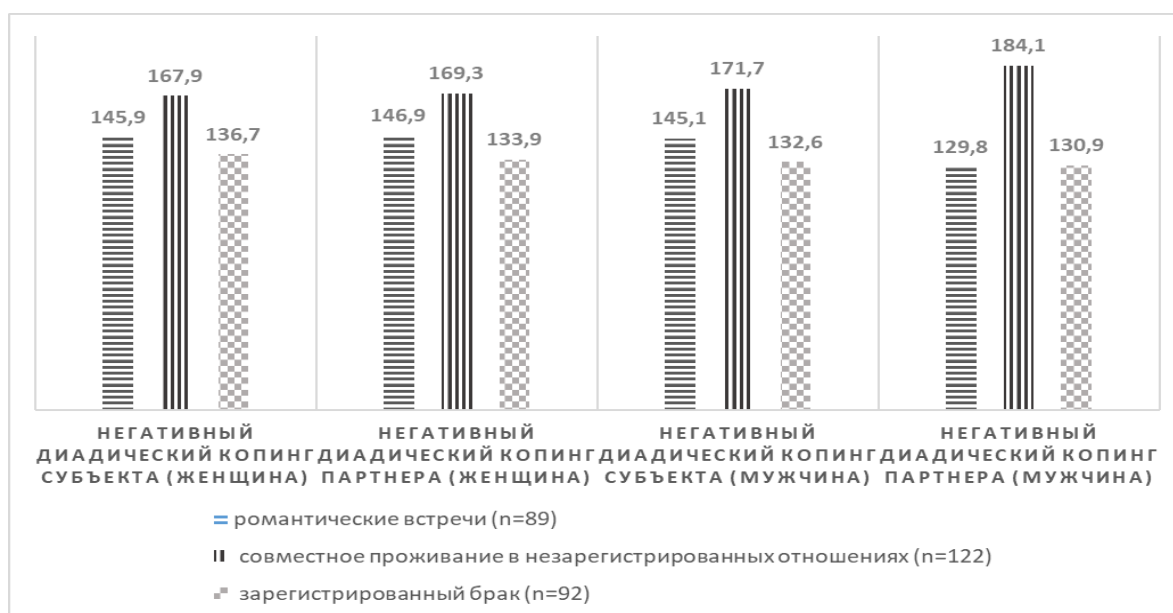


Рис. 2. Различия по критерию Краскала-Уоллеса в интенсивности негативного диадического копинга и его восприятия у партнера у мужчин и женщин ($p < 0,05$)

Проведён дисперсионный анализ с повторными измерениями для определения: каким образом проявляются индивидуальные и общие диадические стратегии партнеров на разных этапах отношений, критерий Бокса указывает на допустимость его (М-Бокса=22,00 $p=0,36$). Пол субъекта и партнера коммуникации рассматривался как внутригрупповой фактор, а этап отношений – как межгрупповой фактор. Выявлено влияние этапа развития близких отношений (след Пилая=0,05 $F=3,57$ $p=0,01$ $\eta^2=0,02$) и пола субъекта на инициацию коммуникации в отношениях (след Пилая=0,34 $F=76,94$ $p=0,001$ $\eta^2=0,34$). При взаимодействии межгруппового и внутригруппового фактора значимых результатов не обнаружено. Этап развития (2% дисперсии) имеет меньший вклад в вариативность выраженности коммуникации субъекта и партнера, чем фактор пола респондентов (34% дисперсии). Коммуникация в стрессовой ситуации запускает диадический копинг в паре. Женщины чаще выступают инициаторами коммуникации на всех этапах развития отношений, это подтверждают и их партнеры (табл. 2), то есть функция закрепляется.

Таблица 2

Выраженность коммуникации в ситуации диадического стресса на разных этапах близких отношений

Коммуникация в ситуации диадического стресса	Романтические встречи (n=89)	Живут вместе в незарегистрированных отношениях (n=122)	Зарегистрированный брак (n=92)
	М (Sd)	М (Sd)	М (Sd)
Информирование о личном стрессе (ж)	3,56 (0,63)	3,80 (0,61)	3,77 (0,63)
Информирование о личном стрессе (м)	3,05 (0,65)	3,24 (0,79)	3,02 (0,77)
Общение партнера во время стресса (ж)	3,21 (0,62)	3,19 (0,70)	3,27 (0,77)
Общение партнера во время стресса (м)	3,42 (0,69)	3,51 (0,67)	3,60 (0,75)

В отношении других стратегий диадического копинга совокупного влияния факторов не установлено. Автор провел однофакторный дисперсионный анализ диадического копинга отдельно у женщин и у мужчин. В качестве фактора выступает этап близких отношений. У женщин были выявлены различия (табл. 3) в следующих стратегиях: делегированный диадический копинг субъекта ($F=5,50$ $p=0,01$) и поддерживающий диадический копинг партнера ($F=5,58$ $p=0,03$).

Таблица 3

Выраженность диадических копинг-стратегий у женщин на разных этапах близких отношений

Название стратегии	Романтические встречи (n=89)	Живут вместе в незарегистрированных отношениях (n=122)	Зарегистрированный брак (n=92)
	M (Sd)	M (Sd)	M (Sd)
Делегированный диадический копинг субъекта	3,14 (0,97)	3,53 (0,88)	3,44 (0,74)
Поддерживающий диадический копинг партнера	3,84(0,73)	3,88(0,64)	3,63(0,79)

Женщина на этапе романтических встреч делегированный диадические копинг использует реже, чем при совместном проживании в незарегистрированных отношениях и браке. Она не стремится взять на себя дополнительных обязанностей партнера, чтобы снизить его нагрузку в ситуации стресса. Обязанности в диаде еще не определены или вообще отсутствуют. Восприятие поддерживающего диадического копинга партнера снижается на этапе зарегистрированного брака. Женщины отмечают меньше поддержки от супруга при диадическом стрессе. Данный эффект связан с большей вовлеченностью супругов в общий диадический копинг и с меньшей чувствительностью самих женщин к поддерживающим усилиям супруга, что согласуется с Законом Неверности, сформулированным Э. Бершид (Екимчик, 2009). Далее проведен анализ диадического копинга мужчин на разных этапах близких отношений. Установлены различия в стратегии (табл. 4) делегированный диадический копинг партнера ($F=3,44$ $p=0,03$).

Таблица 4

Выраженность диадической копинг-стратегии у мужчин на разных этапах близких отношений

Название стратегии	Романтические встречи (n=89)	Живут вместе в незарегистрированных отношениях (n=122)	Зарегистрированный брак (n=92)
	M (Sd)	M (Sd)	M (Sd)
Делегированный диадический копинг партнера	3,41 (0,94)	3,73 (0,820)	3,54 (0,98)

Мужчины, проживающие в незарегистрированных близких отношениях, выше оценивают делегированный диадический копинг партнерши, чем на этапе романтических встреч и зарегистрированном браке. На данном этапе развития отношений активно протекают групповые процессы в диаде, происходит распределение функций и ролей,

лидерства и власти, что делает мужчину более чувствительным к проявлению женщиной стремления взять на себя функции и обязанности партнера. Сопоставив эти результаты с описанными различия по негативному диадическому копингу на разных этапах развития отношений, согласно которым его интенсивность и чувствительность к нему выше у мужчин и женщин именно в незарегистрированных отношениях, можно заключить: происходит не только активный процесс формирования отношений, но и диадического совладания. На этапе совместного проживания в незарегистрированных отношениях выражена нестабильность отношений и уязвимость их к внешним и внутренним стрессорам.

Автор делает вывод: функциональная динамика диадического копинга сопряжена с динамикой развития близких отношений. Структура и специфика диадического копинга отражены в интенсивности общего совместного диадического копинга и его оценке партнерами, а также в сопряженности диадических стратегий и чувствительности мужчины и женщины к усилиям друг друга. Особое место в диадическом совладании играет коммуникация, которая не только его инициирует, но и помогает координировать усилия партнеров, путем обратной связи. Функция коммуникации в ситуации диадического стресса по мере развития диадического копинга и отношений закрепляется за женщиной.

В параграфе 5.3 *«Соотношение индивидуального и диадического копинга, их продуктивность в близких отношениях»* на основании результатов исследования (Екимчик О.А., Ронч А.М., 2012) автор приходит к выводу о непродуктивности индивидуального совладания с чувством одиночества в семье на стадии «пустого гнезда», если в отношениях партнеров присутствует неудовлетворенность качественными характеристиками (близостью, низкая мотивация и нет страсти). Происходит актуализация механизмов психологических защит от негативных переживаний, связанных с одиночеством и изменением взаимоотношений. Чувство субъективного одиночества является внутренним стрессором отношений, который не рефлексруется на уровне диады, что затрудняет активизацию диадического копинга.

В исследовании (Екимчик О.А., Жеронкина Д.Р., 2022) совладания с повседневными трудностями в новом социокультурном контексте выборку составили 76 респондентов, состоящих в близких отношениях. С помощью дисперсионного анализа с повторными измерениями были выявлены различия в интенсивности использования диадического копинга и индивидуального копинга в совладании со стрессогенными социокультурным контекстом. Внутригрупповой фактор представлен замерах диадического копинга и стратегиями индивидуального копинга, межгрупповой фактор - пол. Дисперсионный анализ с повторными измерениями применим к имеющимся эмпирическим данным (M Бокса=172,4, $F=1,11$ $p=0,17$). Многомерный критерий при сравнении интенсивности индивидуальных копинг-стратегий и диадического копинга дал статистически значимые результаты (Тест Пилая=0,857; $F=25,78$ $p=0,000$ $\eta=0,857$). У респондентов существуют различия в интенсивности выраженности индивидуальных копинг-стратегий и диадического копинга в совладании со стрессогенными социокультурным контекстом (объясняют 85,7% дисперсии вариативности

индивидуального и диадического копинга). Различия в интенсивности использования индивидуальных и диадических копинг-стратегий человеком не обусловлены его половой принадлежностью. Анализ данных показал: наибольшая интенсивность характерна для диадического копинга и для индивидуальных стратегий: активный копинг, самоотвлечение, планирование и принятие при совладании со стрессогенными социокультурным контекстом в марте 2022 года. Было сделано попарное сравнение диадического копинга респондентов и интенсивности отдельных стратегий индивидуального копинга (табл. 5).

Таблица 5

Результаты сопоставления выраженности диадического копинга и стратегий индивидуального копинга у респондентов (n=76)

(I) фактор1	(J) фактор1	Разность средних (I-J)	Знч. (p)
<i>Диадический копинг</i>	Самоотвлечение	0,39	0,88
	Активный копинг	-0,25	0,90
	<i>Отрицание</i>	36,63*	0,00
	<i>Использование психоактивных веществ</i>	40,24*	0,00
	<i>Поиск эмоциональной поддержки</i>	13,40*	0,00
	<i>Поиск инструментальной поддержки</i>	15,18*	0,00
	<i>Избегание</i>	37,76*	0,00
	<i>Выражение (выплеск) эмоций</i>	15,73*	0,00
	<i>Позитивная переоценка</i>	10,68*	0,00
	Планирование	2,13	0,40
	<i>Юмор</i>	13,46*	0,00
	Принятие	0,97	0,64
	<i>Уход в религию</i>	39,02*	0,00
	<i>Самообвинение</i>	11,16*	0,00

Примечания: курсивом выделены статистически значимые различия.

Установлено, что диадический копинг в близких отношениях применяется статистически достоверно чаще следующих стратегий индивидуального копинга: Отрицание, Поиск эмоциональной и инструментальной поддержки, Избегание, Выплеск эмоций, Позитивная переоценка, Юмор, Уход в религию и Самообвинение. И одинаково часто диадический копинг в близких отношениях используется с такими индивидуальными стратегиями: Самоотвлечение, Активный копинг, Планирование и Принятие. Люди в близких отношениях для совладания со стрессогенным социокультурным контекстом, внешними стрессорами предпочитают использовать диадический копинг и отдельные стратегии индивидуального. В данном случае диадический копинг как внутригрупповое поведение выполняет функции: не только адаптации к внешним стрессорам, принятия изменений, но и сохранения отношений как ресурсных, поддерживающих и особенно ценных. Автор утверждает, что диадический копинг препятствует активизации мало продуктивных стратегий индивидуального

копинга. Стратегии индивидуального копинга интенсивные наравне с диадическими относятся к условно продуктивным и хорошо согласуются с совместными усилиями партнеров. Они направлены на обретение чувства контроля над ситуацией и на индивидуальное принятие ситуации для дальнейшей адаптации к ней на уровне субъекта и на уровне диады.

Таким образом респонденты чаще обращаются к диадическому копингу, чем к стратегиям индивидуального копинга в целом для совладания со стрессогенностью социокультурного контекста. Наиболее явно эти различия проявляются в отношении условно-непродуктивных стратегий. Диадический копинг представляет собой совокупность индивидуальных и совместных усилий партнеров, направленных на совладание с общим стрессором.

Был оценен вклад индивидуального и диадического копинга в продуктивность совладания с повседневными трудностями. Показателем продуктивности выступила удовлетворённость отношениями. Повышают продуктивность копинга коммуникация с партнером в ситуации диадического стресса и высокая оценка диадического копинга, состояние счастья. Снижают продуктивность восприимчивость к негативному диадическому копингу партнера, множественный копинг и планирование. Полученный результат, объясняет 69% дисперсии удовлетворённости отношениями и вносит свой вклад в исследование продуктивности диадического копинга. При этом важно отметить, что абсолютные коэффициенты предикции стратегий диадического копинга выше, чем индивидуальных стратегий. Сопоставив свои результаты с результатами Одинцовой О.Ю. (2021) автор увидел противоречие. В исследовании совладания со страхом беременности и родов у мужчин и женщин Одинцова О.Ю. установила усиление индивидуальных стратегий и ослабление диадических у женщин и мужчин.

Опираясь на свою методологическую позицию, автор утверждает, что при столкновении с такими «индивидуальными» стрессорами, как ревность, измена, страх беременности и родов присутствует и диадический, и индивидуальный копинг. Но диадический копинг преимущественно негативный, направленный на дистанцирование и отчуждение от партнера, отказ от совместных усилий в пользу индивидуального копинга.

В параграфе 5.4 *«Факторы диадического копинга в близких отношениях»* включено 3 подпараграфа и представлен анализ факторов диадического копинга в близких отношениях. В 5.4.1 *«Индивидуально-психологический фактор диадического копинга»* автор приводит два эмпирических исследования: 1) влияние экзистенциальной мотивации к близким отношениям на диадический копинг; 2) влияние индивидуальных ценностей на диадический копинг.

В выборку первого исследования вошло 212 человек, включая 105 диад с продолжительностью отношений 0,25-12 лет ($m=3,4$; $sd=3,9$ года). Среди респондентов было 107 женщин и 105 мужчин в возрасте 18-57 лет. Автором установлено, что экзистенциальная мотивация к близким отношениям у мужчины и женщины не различается в интенсивности, содержании и хорошо выражена у обоих партнеров в диаде. Близкие отношения характеризуются сопряженностью содержательных

компонентов экзистенциальной мотивации у партнеров (либо взаимное усиление мотивации, либо взаимное ослабление ее). Экзистенциальные мотивации к близким отношениям влияют на все компоненты диадического копинга субъекта. Специфика предикции обусловлена полом. У женщин предсказательной силой для диадического копинга обладают только ее мотивация и длительность отношений. У мужчин на диадический копинг влияет его мотивация к отношениям, мотивация партнерши и ее возраст. Для мужчины речь идет не только об индивидуально-психологическом факторе диадического копинга (его личная мотивация), а о сопряженности с социально-психологическим фактором (мотивация к отношениям партнерши).

Выборку второго исследования составили 70 человек ($m=36,5$ лет), состоящие в близких отношениях не менее 1,5 лет ($m=11,7$ лет). Индивидуальные ценности человека влияют на выбор диадических копинг-стратегий и восприятия усилий партнера для совместного совладания. Предикция установлена в отношении всех стратегии, кроме негативного диадического копинга. Влияние ценностей объясняет от 11% до 34% дисперсии стратегий диадического копинга. Интенсивное влияние и большую долю дисперсии ценности объясняют у поддерживающего диадического копинга и его восприятие. Поддерживающие стратегии обусловлены ценностями преданности группе и ее благополучием, стремлением избежать причинение вреда партнеру, стремлением самостоятельно развивать мысли, поддерживать безопасность и стабильность в отношениях. Поддерживающие стратегии используют люди, для которых отношения с партнёром, безопасность в них являются ценностью. Важным предиктором диадического копинга является ценность стремление к сохранению среды, в данном случае речь о среде, которую создает диада (малая группа) для себя. Наибольший вклад в предсказание диадического копинга вносит ценность – Благожелательность - Забота, которая относится к приоритетным у респондентов. Наличие общих ценностей партнеров в близких отношениях или их значительное сходство будет способствовать согласованию диадических копинг-стратегий при диадическом стрессе.

Таким образом, индивидуально-психологический фактор, представленный мотивацией к близким отношениям и ценностями, влияет на выбор диадических копинг-стратегий.

В 5.4.2 *«Социально-психологический фактор диадического копинга»* автор анализирует результаты трех эмпирических исследований: 1) влияние взрослой романтической привязанности на диадический копинг в близких отношениях (Екимчик О.А., Опекина Т.П., 2021); 2) сопряженность намерений и установок с диадическим копингом партнеров в отношениях (Екимчик О.А., 2024); 3) Совокупное влияние индивидуальных особенностей партнеров и характеристик их отношений на диадический копинг (Екимчик О. А., Суворкина Л.А., 2024).

В первом исследовании выборку составили 65 пар ($n=130$ человек) от 18 до 35 лет. Для множественного регрессионного анализа, автор взял в качестве предикторов характеристики привязанности субъекта и его партнера, а зависимой переменной - диадические стратегии и восприятие усилий партнера в совместном совладании. Установлено, что компоненты привязанности объясняют 14% - 39% дисперсии

собственных копинг-стратегий и 18% - 34% дисперсии копинг-стратегий партнера. Привязанность – это только одна из характеристик близких отношений, и масштаб ее предикции довольно весом. Влияние на диадическое совладание характеристик собственной привязанности больше свойственно женщинам, нежели мужчинам. Диадический копинг мужчин определяется совокупностью собственных характеристик привязанности и компонентами привязанности партнерши. Женщины выше оценивают совместные усилия диады при эмоциональной близости партнера. Ненадежные стили привязанности негативно влияют на диадический копинг. Компоненты тревожной / избегающей привязанности у женщины активизируют диадический копинг партнера. Надежная привязанность усиливает диадический копинг в близких отношениях у обоих партнеров.

Во втором исследовании выборку составили 65 пар ($n=130$ человек) в близких отношениях ($m=8,9$; $sd=9,9$ лет) в возрасте 18-66 лет ($m=32$, $sd=11$ лет). Получены ожидаемые результаты относительно намерений и ожиданий в близких отношениях мужчин и женщин, которые соответствуют традиционному распределению ролей, принятому в культуре. Выявлена сопряженность установок с собственным диадическим копингом и диадическим копингом партнера. Включенность в отношения, которая отражается в готовности к обмену материальными и не материальными ресурсами, ожиданиями от отношений способствует продуктивному диадическому совладанию. Снова прослеживается закономерность, которая была выявлена в отношении экзистенциальной мотивации и романтической привязанности как факторов диадического копинга. Диадический копинг мужчины и его восприимчивость к усилиям партнерши обусловлены установками женщины на отношения. Женщина и ее вклад в отношения, ее поведение и взаимодействие с мужчиной обуславливают его стратегии совместного совладания или отказ от них.

В третьем исследовании выборку составили 35 пар ($n=70$ человек) в возрасте от 20-65 лет ($m=36,5$), состоящие в близких отношениях не менее 1,5 лет, проживали совместно в незарегистрированных отношениях либо в зарегистрированном браке ($m=11,7$ лет). Автор отмечает важность результатов предикции общего диадического копинга. Его предсказывает совокупность характеристик близких отношений: уважение к партнёру, близость, сплоченность ($R=0,76$; $R^2=0,58$; $p=0,01$), объясняя 58% дисперсии. Уважение и близость, высокая адаптивность (согласованные пары) повышает вероятность использования общих совместных стратегий для совладания с диадическим стрессором. Общий диадический копинг, совместные усилия партнеров во много определяются качеством их отношений. Результаты подтвердили весомость вклада социально-психологического фактора в диадический копинг партнеров.

Итак, романтическая привязанность к партнёру, установки на обмен ресурсами и ожидания от отношений в совокупности с уважением к партнеру и сплочённостью объясняют выраженность индивидуальных стратегий диадического копинга и совместных.

В 5.4.3 «Социокультурный фактор диадического копинга» автор анализирует влияние наличие опыта сиблинговых отношений и социокультурные изменения в

общении (появление фаббинга как новой нормы). При изучении влияния опыта сиблинговых отношений и их качества на диадический копинг (исследование Екимчик О.А., Жеронкина Д.Р., 2022) выборку составили 76 человек (42 женщины и 34 мужчины) в возрасте от 19 до 55 лет ($m=28,4$ $Sd=8,3$), состоящие в близких отношениях. У большей доли респондентов (72%) есть опыт сиблинговых отношений, у остальных (28%) отсутствует. В ходе анализа установлено, что наличие сиблинга и опыта сиблинговых отношений оказывает влияние на гибкость копинга, на восприятие диадического копинга партнера в ситуации диадического стресса. В отдельных случаях проявляется сопряженное влияние совместно с полом респондентов. Выявленные случаи влияния объясняют небольшие доли дисперсии копинга (6%-15,3%). Регрессионным анализом было подтверждено, что особенности отношений в сиблингов в детстве, в настоящее время являются предикторами диадического копинга, объясняя 18%-47% дисперсии. Наиболее значимыми являются позитивные эмоциональные отношения с сиблингом в детстве, эта характеристика оказывает влияние на отдельные индивидуальные копинг-стратегии субъекта и на оценку диадического копинга. Важную роль играет опыт взаимодействия с сиблингом в детстве, в настоящее время, выступая моделью для интеракций с партнером по близким отношениям.

При исследовании влияния изменений в общении (фаббинг как социокультурная норма) выборку составили 80 человек (40 пар) в близких партнерских отношениях, возраст респондентов 18-50 лет. Все респонденты являются активными пользователями гаджетов. Автор констатирует: различий между мужчинами и женщинами в проявлении и восприятии фаббинга как новой социокультурной нормы поведения не выявлено. Фаббинг вызывает напряжение в общении, но при этом он присутствует, его проявляют партнеры друг к другу. Фаббинг в близких отношениях партнеров влияет диадический копинг женщины, объясняя от 12% до 51 % дисперсии стратегий и восприимчивости к усилиям партнера. Фаббинг не влияет на восприимчивость к сообщениям партнера о стрессе у женщины, так как фаббинг в общении с партнером может выступать предметом конфликта. У женщины в отношении большинства стратегий диадического копинга предсказательной силой обладают именно ее проявления и восприятие фаббинга. Установлено влияние проявления и восприятия фаббинга в отношениях на стратегии диадического копинга мужчины, объясняющее от 13 до 65% дисперсии. На диадический копинг мужчины и его восприимчивость к усилиям совместного совладания оказывает влияние фаббинг партнерши, снижая у него частоту обращения к продуктивным диадическим стратегиям. Диадический копинг мужчины более чувствителен к внутри групповым процессам, чем женщины. Диадический копинг женщины больше ориентирован на ее собственную оценку и восприятие ситуации взаимодействия в диаде. В тех случаях, когда фаббинг партнерами воспринимается негативно или служит способом дистанцироваться от партнера, то он снижает продуктивность диадического копинга и его оценку, указывает на отказ от совместного совладания, обострение конфликта в отношениях.

Снова автор подтвердил закономерность: диадический копинг женщины определяется ее индивидуальными особенностями и установками на близкие

отношения, на взаимодействие с партнером. Автор обобщает, что социокультурный фактор (сиблинговые отношения, изменение норм общения) оказывают влияние на восприятие диадических усилий партнерами у друг друга и выбор совместного копинга или отказ от него.

В параграфе 5.5 «Диадический копинг как механизм становления совместности в близких отношениях и их стабилизатор» автор приводит результаты, подтверждающие что диадический копинг является механизмом становления совместности, стабилизатором близких отношений. На выборке в 305 пар была произведена факторизация методом максимального правдоподобия, вращения Варимакс общих диадических стратегий, их оценки и коммуникации в ситуации диадического стресса. В результате факторизации установлено, что КМО=0,72, Критерий Бартлетта=460,3 $p<0,001$ набор данных и выборка адекватны для применения факторного анализа. В первый фактор с весом в 1,90 вошли переменные, характеризующие усилия женщины в совместном копинге, ее оценку общего копинга и инициативу в коммуникации в состоянии диадического стресса (23,8% накопленной дисперсии). Второй фактор с весом 1,73 включает в себя переменные, характеризующие усилия мужчины в общем диадическом копинге, оценку эффективности совместных усилий и его отклик к сигналам женщины о стрессе (21,66 % накопленной дисперсии). Третий фактор с весом всего в 0,74 (9,30% накопленной дисперсии) включает в себя инициативу, информирование о личном стрессе мужчины и отклик к этому женщины. Факторный анализ объясняет 54,74% накопленной дисперсии путем выделения трех факторов: вклад женщины в общий диадический копинг (F 1); Вклад мужчины в общий диадический копинг (F 2); Коммуникация мужчины в диадическом копинге (F 3). Полученные результаты еще раз подтверждают идею, что инициатором коммуникации в ситуации диадического стресса выступает женщина. Ее сообщения о напряжении и переживаниях стимулируют не только ее вклад в общие диадические стратегии, но и вклад ее мужчины. Затем автор проанализировал связи выявленных факторов с негативным копингом в близких отношениях и его восприятием (табл. 6). Негативный копинг проявляется в дистанцировании от партнера и обесценивании отношений, то есть совершенно противоположен «совместности».

Таблица 6

Связи между вкладом субъекта в общий диадический копинг и проявлением негативного диадического копинга в паре (n=305 диад)

Название стратегии	Вклад женщины в общий диадический копинг (F 1)	Вклад мужчины в общий диадический копинг(F 2)
Негативный диадический копинг субъекта (женщина)	-0,51**	-0,22**
Негативный диадический копинг партнера (женщина)	-0,55**	-0,37**
Негативный диадический копинг субъекта (мужчина)	-0,36**	-0,34**
Негативный диадический копинг партнера (мужчина)	-0,23**	-0,33**

Примечания: ** уровень значимости - $p<0,01$

Установлены отрицательные связи F1 и F2 с негативным диадическим копингом партнеров. Когда субъект снижает свой вклад в общий диадический копинг пары, то он становится более чувствителен к проявлению негативного диадического копинга партнером, и сам склонен к его проявлению. Множественный регрессионный анализа подтвердил предположение о роли копинга в становлении совместности и стабилизации отношений. Как упоминалось в *параграфе 5.3.* продуктивность диадического копинга определяется не столько его высокими оценками партнеров, сколько сочетанием двух характеристик, свидетельствующих о наличии позитивного результата диадических усилий, а именно это длительность функционирования отношений и удовлетворенность ими партнеров. Соответственно в анализе становления совместности в близких отношениях оценивался стаж отношений, удовлетворенность отношениями партнеров и согласие их оценок, а также показатели доверия и близости в отношениях партнеров. Выявлено значимое влияние на удовлетворенность отношениями у мужчины и женщины факторов общего диадического копинга (табл. 7).

Таблица 7

Предикция общего диадического копинга партнеров удовлетворенности в близких отношениях у мужчины и женщины

Предикторы	Зависимая переменная	(R ²)	(β)
Вклад женщины в общий диадический копинг (F 1)	Удовлетворенность отношениями (женщина)	0,43	0,65**
Вклад мужчины в общий диадический копинг(F 2)			0,30**
Вклад мужчины в общий диадический копинг(F 2)	Удовлетворенность отношениями (мужчина)	0,63	0,81**
Вклад женщины в общий диадический копинг (F 1)			0,26**

*Примечания: * уровень значимости- $p < 0,005$*

*** уровень значимости - $p < 0,01$*

Автор подчеркнул, что удовлетворенность близкими отношениями у партнеров обусловлена их совместными усилиями для совладания с диадическими стрессорами. На удовлетворённость и мужчины, и женщины влияет именно совместность усилий обоих партнеров. Выявленные предикции объясняют 43% и 63% дисперсии удовлетворенности отношениями у женщины и мужчины соответственно. Коммуникация мужчины (F3) в ситуации диадического стресса не оказывает линейного достоверно значимого влияния. При этом установлено, что удовлетворённость отношениями у партнеров близких отношений прямо коррелирует друг с другом при высоком уровне статистической значимости ($r=0,34$ $p < 0,01$). Следовательно, еще раз подтверждена продуктивность совместного диадического копинга для стабилизации близких партнёрских отношений.

Таким образом, совместный диадический копинг партнеров наличие коммуникации и высокие оценки его эффективности способствуют стабилизации отношений и формированию чувства «мы». Чувство «мы» строится вокруг совместных обязательств, желания, ожидания общности (Р. Сапольски, 2021; С. 351). Стабильность и постоянство какой-либо группы являются необходимым элементом чувства «Мы-Свои». При этом значимую роль играет вклад каждого из партнеров близких отношений в становление и укрепление этого чувства «мы». Совместное совладание со стрессом и

забота друг о друге в состоянии диадического стресса способствуют не только адаптации пары к изменившейся внешней и / или внутренней среде, но и укреплению чувства «мы».

В *выводах к 5 главе* автор обобщил результаты представленных эмпирических исследований, подчеркнув, что концепция развития диадического копинга в близких отношениях нашла свое подтверждение. В **Заключении** автор обозначает перспективы дальнейших исследований в рамках нового направления социальной психологии «Психология диадического копинга» и делает общие выводы по работе.

ОБЩИЕ ВЫВОДЫ ПО РАБОТЕ:

1. Близкие отношения – это самостоятельная категория социальной психологии. В близких отношениях присутствует континуальность выраженности качественных характеристик, определяющих их специфику и согласованность, принятие отношения партнера (его привязанности, ожиданий и представлений об отношениях). Диады имеют свои универсальные параметры стабильности отношений, соотносящиеся с задачами развития и этапом развития отношений.
2. Динамика близких отношений (целостность и развитие) уязвима к воздействию диадического стресса – группового психического состояния. Близкие отношения пронизаны стрессорами, которые классифицируются по разным основаниям, а именно, источник возникновения, нормативность в развитии отношений.
3. Диадический копинг является одним из типов совладания человека как адаптивного поведения, он выступает самостоятельным многомерным динамичным конструктом за счет того, что реализуется только при наличии группового субъекта и влечет изменение задач, структуры, свойств, механизмов, объясняющих его факторов.
4. Динамика диадического копинга многоплановая: ситуационная (наиболее изучена), онтогенетическая и функциональная (изучены частично). Функциональный аспект динамики диадического копинга в близких отношениях сопряжен с развитием отношений. Он проявляется в коммуникации при стрессе в диаде, улучшении в согласованности оценок результативности усилий, выборе позитивных или негативных диадических стратегий. Инициатором коммуникации на всех этапах отношений является женщина.
5. Основная специфика диадического копинга отражена в его параметрах и свойствах, проявляется во внутригрупповых процессах, взаимодействии партнеров, отражаясь в жизнедеятельности диады.
6. Обобщение результатов собственных исследований, а также диссертационных работ, выполненных в лаборатории совладающего поведения КГУ, позволяет сделать вывод о том, что диадический копинг всегда реализуется вместе с индивидуальным у партнеров диады (Королева Е.М., 2018; Одинцова О.Ю., 2021). Это усложняет природу как индивидуального, так и (в большей мере) диадического совладания.
7. При совладании с внешними угрозами партнеры близких отношений отдают предпочтение продуктивному диадическому копингу. При воздействии внутренних стрессоров присутствует и диадический, и индивидуальный копинг. Особенности внутреннего стрессора ограничивают возможности продуктивного диадического

совладания: партнер воспринимается как угроза, что приводит отказу от совместных усилий в пользу индивидуального копинга.

8. Диадический копинг партнеров близких отношений обусловлен качественными характеристиками отношений (компонентами привязанности, установками, уважением), индивидуально-личностными особенностями (мотивацией, ценностями) и социокультурным контекстом (опыт сиблинговых отношений, изменение норм общения). У женщины выбор диадических копинг-стратегий в большей мере определяется ее индивидуальными особенностями и ментальной моделью отношений. У мужчины он обусловлен прежде всего поведением партнерши.

9. Общий позитивный диадический копинг в близких отношениях выступает механизмом укрепления отношений и становления совместности, повышая доверие партнеров и чувство «мы». Он улучшает удовлетворенность партнеров отношениями. Укрепление и развитие (положительная динамика) близких отношений происходит одновременно с развитием диадического совладающего поведения, которое выступает их важнейшим механизмом в повседневной жизни и кризисных, ненормативных ситуациях.

10. Диадический копинг является самостоятельной категорией социальной психологии. Его изучение открывает новое направление исследований в социальной психологии: адаптивное поведение группового субъекта в меняющемся социальном контексте.

**Статьи в рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК при
Министерстве науки и высшего образования РФ**

1. Екимчик, О. А. Психологические аспекты любви у взрослых людей / О. А. Екимчик // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2009. – Т. 15, № 2. – С. 176-180. (1 п.л.)

2. Екимчик, О. А. Результаты адаптации методики "Треугольная шкала любви" Р. Стернберга / О. А. Екимчик // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2011. – Т. 17, № 4. – С. 216-221. (1 п.л.)

3. Екимчик, О. А. Динамические аспекты близких (романтических) отношений и совладающее поведение партнеров / О. А. Екимчик, Т. П. Григорова, Н. С. Смирнова // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. – 2014. – Т. 20, № 6. – С. 278-281 (1 п.л. / 0,6 п.л.)

4. Екимчик, О. А. Совладание в близких (партнерских) отношениях: стрессоры и стабилизаторы / О. А. Екимчик // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. – 2013. – Т. 19, № 5. – С. 195-198. (1 п.л.)

5. Екимчик, О. А. Культура, стресс и копинг: влияние социокультурного контекста на выбор типа совладания / Т. В. Гущина, Т. Л. Крюкова, О. А. Екимчик // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2014. – Т. 20, № 4. – С. 73-81. (1,2 п.л. / 0,4 п.л.)

6. Екимчик, О. А., Феноменология совладания с одиночеством в романтических отношениях / О. А. Екимчик, Т. Л. Крюкова // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2014. – Т. 20, № 4. – С. 81-86. (1 п.л. / 0,5 п.л.)
7. Екимчик, О. А. Совладание со стрессом в контексте близких (партнерских) отношений / Т. Л. Крюкова, О. А. Екимчик // Ученые записки Казанского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2015. – Т. 157, № 4. – С. 203-214. (1 п.л. / 0,5 п.л.)
8. Екимчик, О. А. Результаты адаптации методики Р. Стернберга "Шкала историй любви" (1996) / О. А. Екимчик // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2015. – Т. 21, № 4. – С. 95-100. (1 п.л.)
9. Екимчик, О. А. Психология совладания с завершением близких отношений / О. А. Екимчик, Т. Л. Крюкова // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2015. – Т. 21, № 4. – С. 117-124. (1 п.л./0,5 п.л.)
10. Екимчик, О. А. Диадический копинг и динамика партнерских отношений на их начальном этапе /Е. М. Королева, Т. Л. Крюкова, О. А. Екимчик // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2016. – Т. 22, № 3. – С. 116-120.(1 п.л. / 0,3 п.л.)
11. Екимчик, О. А. Стресс в близких гетеросексуальных отношениях / О. А. Екимчик // Психологические исследования. – 2016. – Т. 9, № 49. – С. 6. [электронный ресурс] DOI: <https://doi.org/10.54359/ps.v9i49.424> (1 п.л.)
12. Екимчик, О. А. Кросскультурное сравнение установок на любовь и секс у русскоязычных и американских респондентов (результаты адаптации методики для измерения стилей любви) / О. А. Екимчик, Т. Л. Крюкова // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2009. – Т. 15, № 5. – С. 111-116. (1 п.л./0,75 п.л.)
13. Екимчик, О. А. Диадический копинг в российских парах: исследование психометрических качеств Опросника диадического совладания Г. Боденманна/ О. А. Екимчик, Т. Л. Крюкова // Психологические исследования. – 2017. – Т. 10, № 55. – С. 4. [электронный ресурс] URL: <https://doi.org/10.54359/ps.v10i55.346> (1 п.л./ 0,75 п.л.)
14. Екимчик, О. А. Близкие отношения мужчины и женщины как контекст диадического стресса и копинга / О. А. Екимчик // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2017. –Т. 23, № 4. – С. 77-82. (1 п.л.)
15. Екимчик, О. А. Стресс и совладание в семье в период самоизоляции во время пандемии COVID-19 / Т. Л. Крюкова, О. А. Екимчик, Т. П. Опекина, Н. С. Шипова // Социальная психология и общество. – 2020. – Т. 11, № 4. – С. 120-134. DOI: [10.17759/sps.2020110409](https://doi.org/10.17759/sps.2020110409). (1,5 п.л. / 0,5 п.л.)

16. Екимчик, О. А. Русскоязычная адаптация опросника самовоспринимаемой гибкости совладания со стрессом / О. А. Екимчик, Т. Л. Крюкова // Вопросы психологии. – 2020. – № 5. – С. 145-156. (1,2 п.л./ 0,6 п.л.)
17. Екимчик, О. А. Близкие отношения: теоретический обзор исследований и концептуализация модели / М. В. Сапоровская, О. А. Екимчик, Т. П. Опекина // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2021. – Т. 27, № 4. – С. 144-154. DOI: 10.34216/2073-1426-2021-27-4-144-154. (1,5 п.л. / 0,5 п.л.)
18. Екимчик, О. А. Привязанность как предиктор удовлетворенности близкими отношениями у партнеров / Т. П. Опекина, О. А. Екимчик // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. – 2022. – Т. 7, № 4(28). – С. 101-121. DOI: 10.38098/ipran.sep_2022_28_4_05. (1,2 п. л. /0,6 п.л.)
19. Екимчик, О. А. Копинг и благополучие родителей детей с Синдромом Дауна: контент-анализ нарративов/ О. В. Кирпичник, О. А. Екимчик // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2020. – Т. 26. №3. – С. 112-120 (1 п.л. / 0,5 п.л.)
20. Екимчик, О. А. Жизненный стиль современника: референты и их взаимосвязь / О. А. Екимчик, О. Б. Подобина // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2015. – Т. 21. №3. – С. 83-88 (1 п.л./ 0,5 п.л.)

Монографии и коллективные монографии

1. Екимчик, О. А. Психология близких отношений в контексте стресса и совладания / О. А. Екимчик. – Кострома: Костромской государственный университет, 2021. – 164 с. – ISBN 978-5-8285-1181-5. (10, 25 п.л.)
2. Екимчик, О. А. Психология совладания с трудностями в близких (межличностных) отношениях / Т. Л. Крюкова, О. А. Екимчик, Т. П. Опекина. – Кострома: Костромской государственный университет, 2019. – 340 с. – ISBN 978-5-8285-1054-2. (15,3 п.л. / 6 п.л.)
3. Екимчик, О. А. Современная семья: переосмысление контекстов / В. В. Груздев, О. А. Екимчик, В. Н. Ершов [и др.]. – Кострома: Костромской государственный университет, 2020. – 264 с. – ISBN 978-5-8285-1130-3. (16,5 п.л. / 2 п.л.)
4. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / Ю. В. Бессонова, В. А. Бодров, И. И. Ветрова [и др.]. – Москва: Институт психологии РАН, 2011. – 512 с. – (Психология социальных явлений). – ISBN 978-5-9270-0222-1. (32 п.л. / 1 п.л.)

Другие публикации

1. Екимчик, О. А. Фаббинг как угроза благополучию близких отношений/ Т. Л. Крюкова, О. А. Екимчик // Консультативная психология и психотерапия. – 2019. – Т. 27, №3 (105). – С. 61-76. DOI: 10.17759/cpp.2019270305. (1 п.л. / 0,5 п.л.)
2. Екимчик, О. А. Романтическая привязанность как предиктор диадического копинга в паре / О. А. Екимчик, Т. П. Опекина// Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2022. – Т. 19, № 2. – С. 223-240. – DOI: 10.17323/1813-8918-2022-2-223-240. (1,5 п.л. / 1 п.л.)

3. Екимчик, О. А. Адаптация методик измерения фаббинга в близких отношениях: Шкала фаббинга Карадага и Шкала партнерского фаббинга Робертса / О. А. Екимчик, Т. Л. Крюкова // Консультативная психология и психотерапия. – 2022. – Т. 30, № 3(117). – С. 112-128. DOI: 10.17759/cpp.2022300307. (1 п.л. / 0,75 п.л.)
4. Екимчик, О. А. Вступительное слово. Специальная тема выпуска – Психология близких отношений / О. А. Екимчик // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2022. – Т.19. № 2. – С.221-222 (0,3 п.л.)

Материалы конференций

1. Екимчик, О. А. Факторы диадического копинга партнеров близких отношений / О. А. Екимчик, Л. А. Суворкина // Ананьевские чтения - 2024 : Материалы международной научной конференции, посвященной 80-летию общей психологии в Санкт-Петербургском государственном университете, Санкт-Петербург, 16–18 октября 2024 года. – Нижний Новгород: ООО "Союзкниг", 2024. – С. 366.
2. Екимчик, О. А. Изменение ценностей и установок на близкие отношения у современных молодых женщин поколений «миллениалов» и «зуммеров» / О. А. Екимчик, М. И. Разумова // Ананьевские чтения - 2024 : Материалы международной научной конференции, посвященной 80-летию общей психологии в Санкт-Петербургском государственном университете, Санкт-Петербург, 16–18 октября 2024 года. – Нижний Новгород: ООО "Союзкниг", 2024. – С. 483.
3. Екимчик, О. А. Совладание со стрессом неопределенности у современной молодежи / О. А. Екимчик, В. В. Кукушкина // Жизненные траектории личности в современном мире: социальный и индивидуальный контекст : сборник статей II Международной научно-практической конференции, Кострома, 18–19 апреля 2024 года. – Кострома: Костромской государственный университет, 2024. – С. 118-121.