

На правах рукописи

Королева Екатерина Михайловна

**РОЛЬ ДИАДИЧЕСКОГО КОПИНГА
ДЛЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ ДИНАМИКИ
СУПРУЖЕСКИХ (ПАРТНЕРСКИХ) ОТНОШЕНИЙ**

Специальность: 19.00.05 – социальная психология
(психологические науки)

Автореферат
диссертации на соискание
учёной степени кандидата психологических наук

Кострома – 2018

Работа выполнена на кафедре социальной психологии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Костромской государственной университет»

Научный руководитель:

Крюкова Татьяна Леонидовна

доктор психологических наук, профессор кафедры социальной психологии ФГБОУ ВО Костромского государственного университета

Официальные оппоненты:

Белинская Елена Павловна

доктор психологических наук, профессор кафедры социальной психологии ФГБОУ ВО Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова

Махнач Александр Валентинович

кандидат психологических наук, старший научный сотрудник Лаборатории психологии труда, эргономики, инженерной и организационной психологии ФГБУН «Институт психологии РАН»

Ведущая организация:

ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет»

Защита состоится «22» декабря 2018 г. в 13.00 часов на заседании диссертационного совета Д 212.093.03 на базе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Костромской государственной университет» по адресу: 156005, г.Кострома, пос.Новый, д.1, ауд. 277

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Костромского государственного университета и на сайте КГУ <http://ksu.edu.ru/>.

Автореферат разослан «___» ноября 2018 года.

Учёный секретарь
диссертационного совета,
кандидат психологических наук



Тихонова И.В.

Общая характеристика работы

Актуальность исследования. Исследование супружеских отношений – задача в социальной психологии, решение которой важно и по собственно научным и по практическим основаниям. На сегодняшний день категории удовлетворенности браком и эмоционального притяжения изучены достаточно обширно (Боуэн, Керр, 1988; Карабанова, 2005; Кериг, 1998). В меньшей степени это касается семейного совладающего поведения (Крюкова, Сапоровская, Куфтяк, 2005; Крюкова, Калугина, 2013). Изучением стресса и диадического совладания с ним занимаются как зарубежные исследователи (Г. Боденманн, Дж.Л. Бранделл, А. Бертони, Р. Иафрате, С. Гаглиярди, С. Донато, К. Кэйсер, Н. Миули, Т. Ревенсон, Э.К. Рэндалл, А. Сина, Н. Хенрикс, П. Хилперт), так и отечественные. Данная работа является логическим продолжением ряда исследований проблемы в Костромской школе совладающего поведения: работ Т.Л. Крюковой, М.В. Сапоровской, Е.В. Куфтяк, Н.О. Белоруковой, Т.В. Гушиной, М.А. Голубевой, Е.А. Петровой (Дорьевой), О.А. Екимчик, Т.П. Григоровой, Н.С. Шиповой, М.А. Сизовой, О.А. Бычковой и др. Удовлетворенность браком, эмоциональное притяжение и семейный копинг по большей части исследуются порознь, хотя известно, что эти категории являются важными характеристиками близких, партнерских отношений и целостной семейной системы (ред. Бейкер, 2005; Куфтяк, 2011; Калугина, 2012). Вместе с тем, несмотря на известную разработанность каждой из этих категорий, пока не ясно, почему одни диады распадаются, а другие развиваются и функционируют долгие годы, несмотря на конфликты, трудности, стрессы. Феноменологии стресса уделено большое внимание в исследованиях брака в течение последнего десятилетия, показывая, что он играет важную роль в понимании качества и стабильности близких отношений. Исследования европейских ученых (Bodenmann, Randall, 2008, 2009) доказывают, что стресс является угрозой для удовлетворенности браком и его продолжительности.

И если феномены стресса, удовлетворенности браком, кризисы семейного развития в настоящее время неплохо исследованы, то вопрос о значении того или иного стиля поведения супругов в трудных или стрессовых ситуациях, а именно, парных усилий или диадического копинга для положительной динамики и продолжительности супружеских отношений изучен недостаточно.

Актуальность изучения близких, в том числе, супружеских отношений определяется и постоянными изменениями института семьи, и высоким уровнем разводов, включая частый распад гражданских и пробных браков. Несмотря на то, что в современной России давно преобладает индивидуальный выбор партнера (за исключением единичных случаев), в последние десятилетия брак остается нестабильным институтом (Голод, 1994; Дружинин, 2000; Варга, 2011).

Проблема данного исследования заключается в выявлении факторов, обеспечивающих динамику партнерских отношений, связанных с совладающим со стрессом поведением пары.

Цель: выявление роли диадического копинга в обеспечении положительной динамики супружеских (партнерских) отношений.

Объект исследования: диадический копинг партнеров близких взаимоотношений (супружество, партнерство).

Предмет исследования: взаимосвязь и взаимовлияние психологических особенностей (роль) диадического копинга и положительной динамики супружеских (партнерских) отношений.

Гипотеза исследования: не все виды диадического копинга одинаково сопряжены с положительной динамикой супружеских отношений. Только определенные виды диадического копинга устойчиво предсказывают удовлетворенность браком, в то время как другие его виды могут дестабилизировать супружеские отношения.

Частные гипотезы:

1) Факторами выбора копинг-стратегий, используемых партнерами при стрессе и в трудных жизненных ситуациях, являются: эмоциональная включенность супругов, статус отношений (официальный или гражданский брак), состав семьи (наличие детей), пол, положительные чувства супругов.

2) Положительные чувства супругов (притяжение, любовь, привязанность и т.д.), а также минимальная дистанцированность супругов являются психологическими стабилизаторами брака, а также факторами позитивной динамики близких (супружеских/партнерских) отношений.

3) Наличие детей стабилизирует супружеские отношения, увеличивая удовлетворенность ими; по сравнению с бездетными супругами пары, имеющие детей, чаще используют позитивно-направленный диадический копинг, нежели конфликтный.

Для достижения поставленной цели и проверки выдвинутых гипотез были сформулированы следующие задачи:

Теоретические задачи:

1) Проанализировать исследования отечественных и зарубежных психологов, касающихся вопросов динамики/распада близких (партнерских) отношений, диадического копинга партнеров, межличностной близости супругов, их положительных чувств (любовь, притяжение, привязанность), удовлетворенности браком.

2) Рассмотреть дефиниции «супружеские отношения», «семья», «брак», «удовлетворенность браком», «качество брака», «динамика близких отношений», «эмоциональное притяжение», «любовь», «привязанность», «межличностная близость», «индивидуальный копинг», «диадический копинг», «стресс». Дать феноменологическое описание факторам положительной и негативной динамики (расставания, разрыва, развода) близких отношений.

3) Проанализировать отличительные черты близких отношений супругов, состоящих в разных типах брака (официальный/гражданский).

Методические:

1) Создать дизайн эмпирического исследования роли диадического копинга в супружеских отношениях.

2) Подобрать методический комплекс для диагностики диадического совладающего поведения партнеров, динамики супружеских отношений, удовлетворенности браком, факторов, влияющих на положительную динамику супружеских отношений, в том числе, положительных чувств супругов.

3) Выделить эмпирические референты положительной динамики развития близких отношений.

4) Выполнить математическую обработку статистических данных с целью подтверждения гипотез с помощью адекватных коэффициентов и процедур.

Эмпирические:

1. Выявить более продуктивные для динамики партнерских отношений стратегии совладающего поведения.

2. Рассмотреть и описать факторы выбора комплекса определенных действий при диадическом совладании супругами в трудных жизненных ситуациях.

3. Соотнести уровень удовлетворенности браком со степенью межличностной близости (интимности) супругов, а также их с положительными чувствами.

4. Проанализировать роль детей в динамике брака, их влияние на оценку супругами своих отношений, а также эмоциональное притяжение и межличностную близость партнеров. Выяснить, является ли состав семьи (а именно, наличие в ней детей) одним из факторов выбора копинг-стратегий, используемых партнерами в трудных жизненных ситуациях.

Методологическая основа исследования

Исследование базируется на теоретических основах социальной психологии и психотерапия семьи (Ю.Е. Алешина, М. Боуэн, О.А. Карабанова, Л.Я. Гозман, В.Н. Дружинин, В. Сатир, А.Я. Варга, А.С. Спиваковская, В.В. Столин, Э.Г. Эйдемиллер, Н.Ф. Михайлова, R. Hill, G. Bodenmann и др.), теория стресса, в том числе, отечественный междисциплинарный подход к пониманию стресса (Г. Селье, Р. Лазарус, К. Олдвин, С. Фолкман, Л.А. Китаев-Смык, В.А. Бодров, А.Б. Леонова, и др.), психология совладающего поведения как поведения субъекта (Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, Е.В. Куфтяк, С.А. Хазова, О.Б. Подобина и др.), модели стресса в близких отношениях (А. DeLongis, G. Bodenmann), психология любви в близких партнерских отношениях (З. Рубин, Р. Стернберг, Э. Браунинг, Э. Бершид, Дж. Ли, К. Хендрик и С. Хендрик, Д. Майерс, О.А. Екимчик).

Методы исследования

Применён комплекс методов, включающий теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования, эмпирические и психодиагностические методы, качественный и количественный анализ полученных результатов. В эмпирическом исследовании для проверки выдвинутых гипотез применялся комплекс методических средств: феноменологическое интервью, опросные и тестовые методики. Для статистической обработки данных использовался программный пакет Statistica 6.0.

Эмпирическая база исследования составила 164 человека. На первом этапе исследования (2013 год) участвовали 45 супружеских пар (из них – 30 пар в официальном браке и 15 - в гражданском). На втором этапе исследования (2017 год) - 110 человек (47 пар, официально зарегистрировавших отношения и 8 пар в гражданском браке). 40 испытуемых участвовали в исследовании дважды (и на первом этапе, в 2013 году, и на втором – в 2017-ом). Возраст супругов: от 21 до 42 лет (средний возраст - 29 лет; SD=3,9) со стажем брака от 3-х до 18 лет (средний стаж – 5,7 лет; SD=3,07). 47 пар имеют детей, 35 пар бездетных. Средний возраст детей – 3,8 лет (SD=3,08).

Достоверность исследования обеспечивалась непротиворечивостью исходных методологических позиций, применением методического инструментария, соответствующего его предмету и задачам, использованием при анализе данных методов математической статистики, стандартизацией процедуры исследования, подтверждением воспроизводимости ряда результатов, полученных зарубежными и отечественными исследователями, а также с результатами проведенного феноменологического интервью.

Научная новизна исследования

— Впервые определена роль диадического копинга в близких/супружеских отношениях как фактор и предиктор их положительной динамики;

— Получены новые результаты, касающиеся сопряженности диадического копинга супругов и положительной динамики брака: подтверждено существование разнонаправленного влияния копинг-стилей супругов на динамику близких (партнерских) отношений.

— Найдены новые закономерности копинга, используемого в трудных жизненных ситуациях, супругами, состоящими в официальном и гражданском браках.

— Получены новые надежные данные о выраженности и напряженности диадического копинга супругов (с помощью лонгитюдного метода) путем соотнесения данных, полученных посредством двух опросников диагностики диадического копинга: Опросник диадического (супружеского) копинга М. Боуман (*MCI, Marital Coping Inventory* M.L. Bowman, 1990, адаптация Т.Л. Крюковой, Е.Л. Калугиной, 2010) и Опросник диадического копинга (*DCI, Dyadic Coping Inventory*, 2008 Г. Боденманна, адаптация Т.Л. Крюковой, О.А. Екимчик и др., 2017). Показано, что новая методика (Опросник диадического копинга (*DCI, Dyadic Coping Inventory*, 2008 Г. Боденманна), ранее не применявшаяся на российской выборке пар, в адаптации которой автор участвовала, надежна и валидна для исследования диадического совладания в парах;

— Подтверждены новые результаты о связанности эмоциональной включенности в отношения с оценкой супругами своих отношений, в частности, о позитивном значении минимальной психологической дистанции в отношениях пары. Показано, что межличностная близость супругов является одним из факторов выбора партнерами способов совладания со стрессом, трудной жизненной ситуацией.

— Новым является подтверждение феномена влияния детей на качество супружеских отношений, а также их роли при выборе копинга: пары с детьми, в отличие от бездетных супругов, более удовлетворены своими отношениями (бездетные пары чаще используют негативный копинг при совладании со стрессом, нежели партнеры, имеющие детей).

— Системно рассмотрены удовлетворенность браком, эмоциональная включенность в отношения, эмоциональное притяжение супругов, взаимопонимание партнеров как устойчивые факторы и предикторы диадического копинга. Предложено авторское понимание понятия «эмоциональное притяжение» как субъективное тяготение к партнеру, характеризующееся желанием общаться, быть рядом, оценка партнера как «привлекательного» человека (в физическом смысле и с точки зрения душевной организации) и интересного собеседника.

Теоретическая значимость исследования

Расширено теоретическое представление о диадическом совладании партнеров со стрессом и трудными жизненными ситуациями, его роли для положительной динамики близких (партнерских) отношений; сделан вклад в обоснование новых факторов положительной динамики супружества и удовлетворенности браком.

Практическая значимость исследования определяется возможностью применять его эмпирические результаты в психологическом консультировании и психотерапии пар. Также они используются в учебных курсах по дисциплинам «Психология семейных отношений», «Психодиагностика стресса и совладания», «Психология совладающего поведения».

Положения, выносимые на защиту:

1. Партнеры близких отношений/супруги владеют взаимосвязанными стратегиями диадического копинга, который сопряжен с изменяющейся близостью (интимностью) супружеских взаимоотношений и динамикой удовлетворенности браком.

2. Положительную ключевую роль для позитивной динамики супружеских отношений играет позитивно-направленный копинг партнеров. Существует отрицательное влияние на динамику супружеских (партнерских) отношений делегированного диадического копинга субъекта. Использование супругами конфликтного и избегающего диадического копинга является отрицательным предиктором удовлетворенности браком.

3. В качестве фактора диадического совладания можно рассматривать факт регистрации брака. Супругам, официально зарегистрировавшим отношения, больше присущи копинг-стратегии *планированное решение проблемы и уход в собственные переживания*. *Поддерживающий диадический копинг субъекта и негативный диадический копинг партнера* выше у супружеских пар, не узаконивших брак (их совладание противоречиво).

4. Выбор копинг-стратегий зависит от пола партнера. Реакция на стресс и совладание с ним у женщин и мужчин во многом определяется существующими гендерными стереотипами. Женщинам больше присуще эмоциональное реагирование в стрессовой ситуации, призыв к социальной поддержке, мужчины же более сосредоточены на разрешении стрессовой ситуации, возникших трудностей.

5. На удовлетворенность браком положительно влияют следующие копинг-стратегии: общий диадический копинг, оценка диадического копинга, общий балл диадического копинга, поддерживающий диадический копинг партнера. В свою очередь, удовлетворенность браком значимо сопряжена с указанными стратегиями совладающего поведения.

6. Психологически стабилизаторами брака являются: взаимная любовь супругов, эмоциональное притяжение, понимание, авторитетность, уважение партнеров, дети, минимальная дистанцированность супругов, обладание навыками управления семейными конфликтами (супруги с психологически стабильными межличностными отношениями имеют развитые навыки разрешения конфликта).

7. Супруги с детьми более удовлетворены своим браком и реже используют негативный диадический копинг партнера, нежели бездетные пары.

Соответствие диссертации паспорту научной специальности определяется следующими направлениями, изученными в работе и являющимися областью исследования социальной психологии (19.00.05): диадическая сущность совладания у супругов (раздел 1.1.), анализ роли эмоциональной поддержки в сложной жизненной ситуации (раздел 1.3.), рассмотрение особенностей стрессовых ситуаций, переживаемых личностью (раздел 3.1.), исследование специфики социального окружения личности (раздел 3.3.).

Апробация результатов исследования

Результаты диссертационного исследования неоднократно обсуждались и получили одобрение на заседаниях кафедры социальной психологии КГУ и на международных конференциях в Костроме, Москве, Ярославле; используются в учебных курсах в КГУ.

Объём и структура диссертации

Диссертация включает в себя введение, три главы (две теоретических и одну эмпирическую), заключение, список литературы, семь приложений. Работа изложена на 181 странице машинописного текста, содержит 6 таблиц и 8 рисунков. Список литературы включает в себя 201 источник, из них 40 – на иностранных языках.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **Введении** обосновывается актуальность проблемы исследования, раскрывается её научная новизна, определяются объект, предмет, цели и задачи исследования, формулируются основные гипотезы и положения, выносимые на защиту, описывается теоретико-методологическая основа исследования, раскрывается теоретическая и практическая значимость исследования.

Первая глава диссертации *«Проблема динамики супружеских (партнерских) отношений в современной психологии»* посвящена теоретическому анализу отечественных и зарубежных источников, касающихся проблематики развития супружеских отношений, факторов разных типов динамики супружеских отношений, психологических стабилизаторов брака, особенностей межличностных отношений партнеров, состоящих в разных типах брака.

В первом параграфе *«Понятие супружеских отношений в психологии»* проанализированы основные определения понятий «брак», «семья», «супружеские отношения». Для разграничения дефиниций официального и гражданского брака проанализированы нормы Семейного кодекса Российской Федерации.

Супружество рассмотрено как основная подсистема семьи. Вслед за большинством отечественных психологов (например, Райгородский, 2003; Кучинская, 2011; Ящук, 2013; Ронч, 2013) роли супружеских отношений в семье отводится ведущее значение. Приведено обобщенное определение супружеских отношений, под которыми понимаются отношения между мужчиной и женщиной, имеющие определенные права и обязанности по отношению друг к другу и другим членам семьи (при наличии), связанные определенными целями, общим семейным бытом и, как правило, проживающие на одной территории.

Во втором параграфе *«Варианты развития супружеских отношений: динамика отношений»* изложены различные типологии основных вариантов семьи, каждая из которых имеет в своем основании определенную качественную характеристику и позволяет оценить семью с точки зрения специфики ее функционирования.

Приведены поддерживаемые многими типологии брака и семьи по Р. Скиннеру (Скиннер, Клииз, 1995), В.Н. Дружинину (2000), А.Я. Варге (2011); рассмотрены модели развития отношений: «Рост-расцвет-увядание» (Кроник и Кроник, 1989) и уровни изменений в семейной системе (Варга, 2001). Теоретический анализ приводит автора к выводу о существовании различных векторов развития супружеских отношений, а также причин развития/распада близких (партнерских) отношений, связанных с преодолением объективных и субъективных трудностей, возникающих в процессе жизнедеятельности пары.

В третьем параграфе «*Факторы разных типов динамики близких (супружеских/партнерских) отношений*» сделан аналитический обзор основных отечественных и зарубежных исследований, посвящённых изучению факторов и характеристик динамики близких отношений. Основываясь на эмпирических результатах и консультативной практике, выделены фактические (объективные) и психологические факторы, способствующие/препятствующие сохранению стабильных отношений. На основе метаанализа современных психологических исследований за рубежом и в России основные факторы сохранения/распада близких отношений условно объединены в 4 группы: индивидуальный фактор, фактор межличностных отношений, фактор стресса-копинга, социальный фактор (Дорьева, Королева, 2015). Акцентируется, что на положительную/отрицательную динамику близких отношений влияет не один фактор, а несколько в совокупности, причем силу воздействия каждого нельзя достоверно определить, поскольку она подвластна характерным особенностям семьи, культуры, времени.

На основании изучения зарубежной и отечественной психологической литературы выделены объективные и субъективные факторы негативной/позитивной динамики диадических отношений.

Далее рассмотрены психологические стабилизаторы супружеских отношений. Ряд авторитетных авторов выделен ряд психологических факторов, влияющих на успешность брака: позитивность общения, эмпатия, наличие обязательств обоих супругов в отношениях, принятие, взаимная любовь и уважение, управление конфликтами; решение проблем, дружба с партнером, веселое времяпрепровождение друг с другом, наличие семейных традиций, внимание и романтика в браке (Bersheid, 1971; Myers, 1997; Leigh, Clark, 2013).

Проанализированы и обобщены данные зарубежных и отечественных авторов о влиянии детей на степень субъективной удовлетворенности супругов браком (Cowan, 1991; Варга, 2001; Карабанова, 2005; Калугина, 2012).

В четвертом параграфе «*Особенности межличностных отношений супругов, состоящих в официальном и гражданском браке*» дано лаконичное определение гражданскому браку/сожительству - форма установления супружеского союза без должного официального оформления. Сравнение межличностных отношений супругов, состоящих в разных типах брака, проводится по следующим критериям: отношения к семейному бюджету, роли детей в семейной жизни и взаимодействия между родственниками; значимости для партнеров сексуальной сферы и верности в семейной жизни. Сделан вывод о том, что между сожительством и официально зарегистрированным браком

основную разницу составляет не пресловутая метафорическая «печать в паспорте», а стратегии поведения в отношениях.

В пятом параграфе «*Межличностная близость супругов*» анализируются следующие дефиниции: «близость», «интимная близость», «любовь», «привязанность», «эмоциональное притяжение». Понятие близости рассмотрено также как область перекрытия Я образом Другого. Подчеркивается, что в современной социальной психологии ведется значительная работа по проблеме дифференциации различных аспектов близости. Специфическое определение близости как включенности Другого в собственное Я (Aron, Aron, 1986; Aron, Aron, Tudor, Nelson, 1991), на котором построена шкала включенности (методика – *IOS – Inclusion of in the Self Scale*), подразумевает, что в близких отношениях человек ведет себя так, как будто некоторые или все особенности партнера частично являются и его собственными. Рассмотрен вопрос дистанцированности супругов и характера складывающихся между ними отношений. Проанализированы мнения авторов (Кроник и Кроник, 1989; Духновский, Куликов, 2009) о неблагоприятном воздействии «короткой дистанции» на супружеские отношения.

В **выводах** первой главы подчеркивается, что существуют общие закономерности в развитии супружеских отношений, несмотря на подвластность степени воздействия факторов сохранения/распада близких отношений (индивидуальный, фактор межличностных отношений, стресса-копинга, социальный фактор) характерным особенностям семьи. Дистанция и характер складывающихся отношений взаимосвязаны. Изменение дистанции влияет на отношения, и наоборот, определенный их характер предполагает ту или иную степень близости между субъектами. Акцентируется, что факт официальной регистрации брака является причиной различия в межличностных отношений партнеров, что послужило основанием гипотезы о том, что и стрессами и трудными жизненными ситуациями супруги, возможно, совладают по-разному.

Во второй главе «*Новые данные исследований феноменологии стресса и совладающего поведения в межличностных отношениях*» содержит анализ отечественных и зарубежных источников, посвященных индивидуально и диадическому копингу. В ней рассматривается влияние стресса на удовлетворенность браком, роль диадического копинга в супружеских отношениях.

В первом параграфе «*Стресс как норма повседневной жизни и как угроза удовлетворенности отношениями/браком*» раскрывается понятие *стресса*, в том числе, ежедневного стресса и его выраженного влияния на диадическое взаимодействие, удовлетворенность отношениями и вероятности развода (Hill, 1948; Randall, Vodenmann, 2012). Раскрыто определение стресса тремя различными способами: стресс как стимул (Дохренвенд и Дохренвенд, 1974); стресс как специфическая психологическая и физическая реакция на острые или длительные воздействия (Selye, 1974); стресс как процесс взаимодействия между человеком и окружающей средой (транзакционный подход; Lazarus, Folkman, 1984). Диссертационное исследование базируется на транзакционном определении стресса и совладания с ним, которое предполагает, что ситуация становится стрессовой только по субъективным негативным реакциям и оценкам человека. Приведена дифференциация *стрессоров*, то есть неблагоприятных событий в жизни диады (Крюкова, 2010): травма, жизненное событие, хронический ролевой стресс,

жизненные трудности, возникающие при ежедневном взаимодействии личности и среды, или микрострессоры (Aldwin, 1994). Дано определение диадического стресса как стрессового события или встречи, которая всегда относится к обоим партнерам, либо непосредственно, когда оба партнера сталкиваются с одним и тем же стрессовым событием, или когда напряжение появляется внутри самой пары, или косвенно, когда напряжение одного партнера «перетекает» на другого партнера и влияет на них обоих (Bodenmann, 2005). Приведено определение и рассмотрены теории *семейного стресса*: модель семейного стресса Рубена Хилла (Hill, 1958); двойная модель Мак-Куббина и Паттерсона (McCubbin, Patterson, 1983), 3-х компонентная модель семейного стресса (Karney, Bradbury, 1995, Karney и др., 2005 г.); модель семейного стресса Г. Боденманна (Bodenmann, 1995, 2005). Сделан вывод о важной роли продуктивного копинга в устойчивости супружеских отношений, так как максимальный семейный стресс, с которым семья не справляется, может привести к семейному кризису.

Во втором параграфе «*Совладающее поведение как фактор развития супружеских отношений*» выделено 4 подхода к толкованию понятия «копинг»: *динамический подход*, развиваемый в работах Н. Хаан (копинг - как один из способов психологической защиты, используемой для снижения напряжения); *диспозиционный подход*, отраженный в работах А.Г. Биллингса и Р.Н. Мусса («копинг» как относительно стабильная предрасположенность реагировать в стрессовых ситуациях определенным образом); согласно третьему подходу, отраженному в работах Р.С. Лазаруса и С. Фолкман, под «копингом» понимается динамический процесс, специфика которого определяется не только ситуацией, но и стадией развития конфликта, столкновением субъекта с внешним миром (Нартова-Бочавер, 1997; Подобина, 2005; Белорукова, 2005; Григорова, 2015); четвертый подход является интегративным (Крюкова, 1999-2018), принимающим во внимание личностные факторы, ситуационные, социокультурные и регулятивные. С точки зрения интегративного подхода, копинг определяется как целенаправленное поведение личности, исключаящее/снижающее нежелательное влияние стрессора адекватными личностным особенностям и ситуационным характеристикам способами (Крюкова, 1999-2014).

Описаны конструктивные и неконструктивные способы поведения человека в трудной ситуации. Рассмотрен феномен «эффективности совладания». Проанализирован индивидуальный способ совладания человека с проблемной ситуацией, разграничены понятия стратегий и стилей совладающего поведения; выделены задачи копинга. Резюмируется, что в первых попытках по устранению трудной ситуации, ее преобразованию или приспособления к ней человек обычно использует индивидуальные стили и стратегии совладания. Копинг пары (или семьи) объединяет в себе совладающее поведение каждого участника и уже не сводим к простой сумме составляющих его элементов, являясь чем-то большим (Крюкова, Сапоровская, 2014; Бычкова, 2018). В данной работе совладание исследуется именно как групповой феномен, а точнее, парное (совместное, диадическое) совладание.

Рассматривается концепция Г. Боденманна (Bodenmann, 2005), в рамках которой под диадическим копингом понимается совместная форма преодоления трудностей и совместное использование для этой цели общих ресурсов. В ситуации, когда оба партнера переживают стресс, собирают о нем информацию, совместными усилиями

вырабатывают оценку сложившихся условий и оба активно участвуют в разрешении затруднительных обстоятельств, эмоционально поддерживая друг друга и фокусируясь на разрешении проблемы совместно, речь идет о собственно диадическом совладающем поведении.

Описываются возможности (функции) диадического копинга (Бычкова, 2018). Анализируются теории парного или диадического копинга, существующие в зарубежной психологии. Акцентируется внимание на благополучном приспособлении пары к новым условиям, которое выражается либо в возвращении к дострессовому состоянию, либо приводит к дальнейшему развитию отношений (Bodenmann, 2011; Крюкова, 2014). В то же время, указывается и возможность отрицательного влияния на качество супружеских отношений некоторых видов диадического совладающего поведения.

Параграф 3 *«Навыки разрешения межличностных конфликтов у супругов»* содержит определения дефиниций «семейный конфликт», «управление конфликтом». Описаны основные причины конфликтов между супругами и факторами, создающие конфликтную ситуацию. На основании изучения зарубежной литературы проанализированы навыки управления конфликтами, такие как: открытое общение, управление негативными мыслями, прощение, решение проблемы, изменение себя (Leigh, Clark, 2013). Резюмируется, что если супруги не предпринимают действий для разрешения конфликта, конфликт может создавать психотравмирующую обстановку для партнеров.

В **выводах** второй главы акцентируется внимание на том, что ежедневный стресс (даже незначительный) оказывает выраженное влияние на диадическое взаимодействие, удовлетворенность отношениями и вероятность развода (Hill, 1948; Randall, Bodenmann, 2012). Диадический стресс представляет собой особую форму социального стресса с участием общих проблем, эмоциональной близости между партнерами, и поддержанием тесных связей (Bodenmann, 2005). Совладающее поведение и способность восстанавливаться после стрессового события играет решающую роль для функционального состояния семьи, супружеских отношений в частности. Таким образом, диадический копинг играет важную роль в динамике близких (супружеских/партнерских) отношений. В тоже время, имея разнонаправленное влияние на динамику отношений, диадическое совладание может, как стабилизировать супружеские отношения, увеличивая удовлетворенность браком, так и дестабилизировать их, в том числе, приводя к разрыву/распаду диады.

В третьей главе *«Эмпирическое исследование роли диадического копинга в положительной динамике супружеских (партнерских) отношений»* описывается эмпирическое исследование, анализируются полученные результаты, обсуждаются основные итоги и перспективы исследования.

В первом параграфе *«Организационно-методическое обеспечение эмпирического исследования»* сформулированы цель, задачи, гипотезы, охарактеризована выборка, описаны психодиагностические и статистические методы исследования. Для проверки выдвинутых гипотез применялся комплекс методических средств: опросники, тесты, проективная методика, интервью, анализ случаев.

Полу-структурированное интервью, разработанное автором на первом этапе исследования, проведено после обработки опросников, с целью проверки

полученных результатов. Для этого были отобраны респонденты, имеющие высокий уровень удовлетворенности браком и эмоционального притяжения к партнеру для выявления психологических стабилизаторов их брака и выяснения какими навыками разрешения конфликтов обладают пары, так высоко оценивающие свои отношения.

Психодиагностические методики позволили получить количественные данные по следующим параметрам:

- стили супружеского копинга: *конфликтный, самообвинение, уход в собственные переживания, позитивный стиль, избегание совместных усилий, планированное решение проблемы* («Опросник супружеского копинга» *Marital Coping Inventory* автора M.L. Bowman, 1990, адаптация Т.Л. Крюковой, Е.Л. Калугиной, 2010);

- стратегии совладающего поведения супругов, а также стрессовое взаимодействие и оценка качества воспринимаемого диадического копинга: *поддерживающий, делегированный, негативный и общий диадический копинг.* («Опросник диадического копинга» Г. Боденманна, *DCI - Dyadic Coping Inventory*, 2008, адаптация Т.Л. Крюковой, О.А. Екимчик, 2017);

- удовлетворенность браком (Тест на удовлетворенность браком Ю.Е. Алешинной (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская, 1987); Опросник удовлетворенности браком, разработанный В.В. Столиным, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко, 1984);

- понимание, эмоциональное притяжение, авторитетность (Опросник ПЭА А.Н. Волковой (модификация В.И. Слепковой, 1990)

- чувства взаимосвязанности одного партнера с другим, отражения восприятия респондентами своих отношений (Проективная методика «Включенность Другого в шкалу собственной Я-концепции» (*IOS – the Inclusion of Other in the Self Scale*) (Aron et al., 1992), апробация Т.Л. Крюковой, Д.Н. Захарченко, О.А. Екимчик и др.)

Для изучения динамики супружеских отношений нами был применен лонгитюдный метод исследования.

Математическая обработка статистических данных проводилась при помощи программы STATISTICA 6.0. Для анализа были использованы: критерии различий Манна-Уитни (U), коэффициент корреляции Спирмена (R), Критерий Краскела — Уоллиса, регрессионный анализ, в т.ч. множественная регрессия, факторный анализ.

Во втором параграфе «*Представление и обсуждение основных результатов исследования*» приведены и проанализированы основные результаты эмпирического исследования, включавшего два этапа (исследования 2013 и 2017 гг.), каждый из которых состоял еще из двух. Описано разделение выборки на группы путем устного опроса, беседы с потенциальными испытуемыми, в ходе которой собирался краткий анамнез (семейное положение, стаж брака, модель брака, возраст, наличие детей (их возраст)). На каждом этапе исследования изучались удовлетворенность браком, стратегии диадического совладания, выбираемые партнерами положительные чувства супругов (любовь, эмоциональное притяжение, эмоциональная включенность).

В параграфе приведены результаты исследования феномена удовлетворенности браком как показателя динамики супружеских отношений, проанализированы связи удовлетворенности браком со следующими переменными:

- «Любовь». Значимых связей между удовлетворенностью браком и чувством любви не выявлено, в связи с чем приведено несколько рациональных объяснений с опорой на контент-анализ проведенного интервью. Вместе с тем, корреляционный анализ показал положительную значимую связь удовлетворенности браком и взаимной любви партнеров ($R=0,27$ при $p<0,000$).

- «Понимание». Положительная связь ($R=0,65$, $R^2=0,42$, $\beta=0,65$ при $p<0,000$) обусловлена, тем, что знание о чувствах супруга, его настроении, его целях и стремлениях, жизненных ценностях повышает легкость в общении. Неспособность понять смысл сообщения партнера, неготовность к пониманию его эмоционального состояния, наоборот приводит к дезорганизации общения и сотрудничества.

- «Эмоциональное притяжение». Наличие корреляционной связи на высоком уровне значимости ($R= 0,49$ при $p\leq 0,001$; $R= 0,67$ при $p\leq 0,001$) и их взаимного влияния ($R=0,75$, $R^2=0,56$, $\beta=0,75$ при $p\leq 0,000$) свидетельствует о повышении оценки своих отношений в зависимости от усиления субъективного тяготения к партнеру.

- «Авторитетность». Положительная связь ($R=0,37$ при $p\leq 0,001$; $R=0,54$ при $p\leq 0,001$) в данном случае может объясняться стремлением людей находится рядом с тем человеком, которого они считают достойным себя.

- «Близость супругов». Корреляционный анализ с помощью критерия R-критерия Спирмена выявил положительную связь между эмоциональной включенностью (близостью, интимностью) и удовлетворенностью браком ($R=0,67$, при $p\leq 0,000$), что означает – чем больше область перекрытия кругов (эмоциональная включенность) супругов, тем выше уровень удовлетворенности браком. Связь между такой сильной эмоциональной включенностью (которую метафорически назвали «потеря собственной личности»: Крюкова, Захарченко, 2015, С. 782) и удовлетворенностью браком оказалась двусторонней. Результаты схематично представлены на рис. 1:

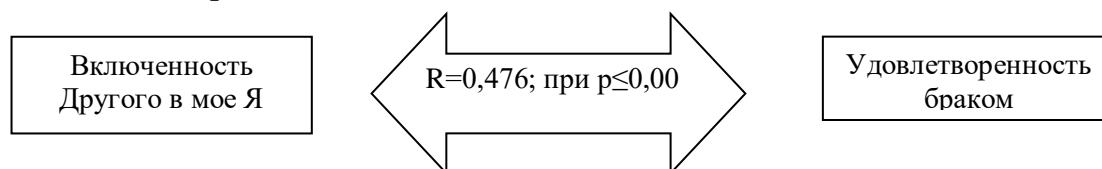


Рисунок 1. Связь удовлетворенности браком и эмоциональной включенности в супружеских отношениях ($n=110$).

Таким образом, эмпирические результаты исследования опровергают мнение о том, что минимальная психологическая дистанция в отношениях вредит им (данные результаты согласуются с результатами других авторов (например, Курбаткина, 2006).

- «Состав семьи». Существуют значимые различия в оценке уровня удовлетворенности браком супругов в нуклеарных и бездетных семьях. Так, супруги, имеющие детей более удовлетворены своими супружескими отношениями, нежели бездетные пары ($p<0,027$). Полученные статистические данные были перепроверены с помощью интервью, контент-анализ которого подтвердил, что в сознании исследуемых россиян полноценный и счастливый брак по-прежнему ассоциируется с детьми. Результаты также согласуются с эмпирическими результатами других российских исследователей (например, Узлов, 2010; Андреева, Толстова, 2001).

Для проверки основной гипотезы о разнонаправленном влиянии диадического копинга, мы исследовали один из основных источников прочности и устойчивости семейной системы - совладающее поведение партнеров. На первом этапе исследования (2013 год, на выборке в 90 (45 пар) человек) использован Опросник диадического (супружеского) копинга М. Боуман (адаптация Т.Л. Крюковой, Е.Л. Калугиной, 2010); на втором этапе исследования (2017 год, на выборке в 110 человек (55 пар) применен Опросник диадического копинга Г. Боденманна, 2008). У 20 пар диадический копинг был диагностирован с помощью обеих методик.

На первом этапе исследования была подтверждена гипотеза о применении определенных копинг-стратегий, используемых партнерами в трудных жизненных ситуациях, в зависимости от статуса отношений (официальный или гражданский брак). Супругам, официально зарегистрировавшим отношения больше присущи копинг-стратегии *планированное решение проблемы и уход в собственные переживания*, чем лицам, не узаконившим свой брак (табл. 1)

Таблица 1. Значимые различия выраженности диадического копинга у партнеров из разных типов брака

Диадический копинг по МСИ Боуман	Сумма рангов (1)	Сумма рангов (2)	U	Уровень значимости	Объем выборки (Офиц. брак)	Объем выборки (Гражд. брак)
Планированное решение проблемы	3793	1358	797	0,019	66	34
Уход в собственные переживания	3144	2109	798	0,011	66	34

При этом в процессе контент-анализа интервью, оказалось, что супруги, удовлетворенные браком, применяют вышеуказанные стратегии в последовательности: сначала абстрагируются и переключаются на иной объект внимания, занятие, хобби или деятельность, тем самым снимая эмоциональное напряжение (*уход в собственные переживания*), после чего сообща решают проблему (*планированное решение проблемы*).

Выявлены значимые связи между уровнем удовлетворенности браком и следующими стратегиями совладающего поведения:

- *«Конфликтный стиль»*. При выраженности преимущественно *конфликтного диадического копинга* как основного способа совладания, уровень удовлетворенности браком снижается ($R=-0,427$ при $p < 0,000$). Таким образом, проявление агрессивного отношения партнеров к возникшей проблемной/стрессовой ситуации, безусловном настаивании на своем мнении без учета взглядов другого супруга, в конечном счете, дестабилизирует супружеские отношения.

- *«Избегание совместных усилий»*. Установлено взаимное влияния двух рассматриваемых переменных ($R=0,51$, $R^2=0,26$, $\beta=-0,38$ при $p<0,000$), что объяснимо самой природой избегающего поведения, предполагающего апатию, изолированность, отказ от урегулирования проблемной ситуации, что в итоге ведет за собой вероятность накопления трудностей, краткосрочный эффект предпринимаемых действий по снижению эмоционального дискомфорта.

- *«Самообвинение»*. Положительную связь между рассматриваемыми переменными ($R=0,288$ при $p<0,006$) объясняется тем, что при использовании данной

стратегии совладания подавляется не только открытое проявление агрессивности к супругу, но и внутренняя злость по отношению к нему.

На **втором этапе исследования** с помощью R-критерия Спирмена выявлены значимые связи между удовлетворенностью браком и диадическими копинг-стратегиями (n=110), которые проранжированы по степени взаимного влияния и схематично представлены на рис. 2.

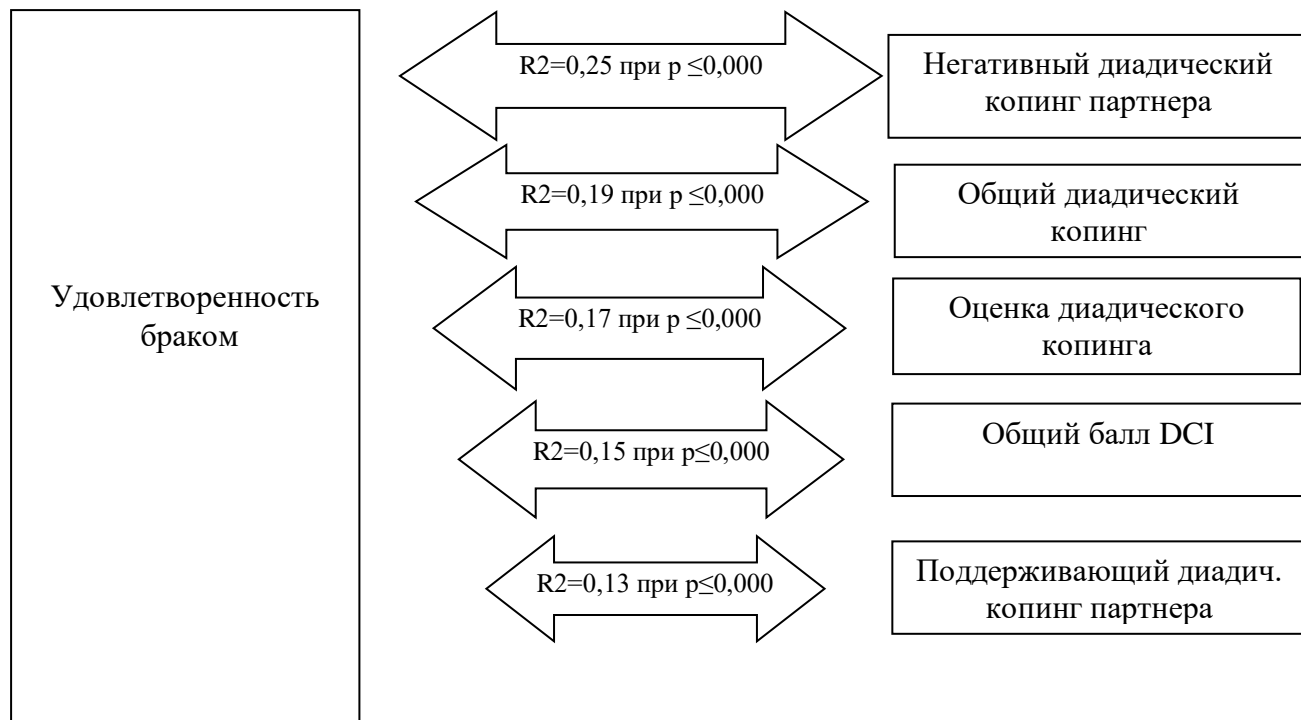


Рисунок 2. **Результаты регрессионного анализа взаимной сопряженности удовлетворенности браком и диадического копинга супругов, диагностируемого с помощью DCI**

Роль негативного диадического копинга партнера в данном случае свидетельствует о непринужденности в отношениях респондентов, поскольку агрессивный настрой партнера во время, когда он не воспринимает всерьез стрессовую ситуацию другого супруга, отрицательно не повлиял на качество отношений. Влияние общего диадического копинга на удовлетворенность браком говорит о том, что, когда супруги сообща ищут решения для устранения стрессовой ситуации, вместе находят положительные аспекты в случившемся, вместе релаксируют, проводят время, оценка супругами своих отношений повышается. Качество отношений также повышается, если в стрессовой ситуации супруги удовлетворены взаимной поддержкой, считают, что вместе они продуктивно совладают со стрессом (оценка диадического копинга). Активное сотрудничество супругов в урегулировании проблемных ситуаций, приводит к повышению удовлетворенности браком (общий балл *DCI*). Оказание проблемно-ориентированной или эмоционально-ориентированной поддержки в период переживания стресса другим супругом (поддерживающий диадический копинг партнера) также положительно влияет на удовлетворенность браком.

Выявлены половые различия при реагировании партнеров на стресс и совладании с ним:

- Информирование партнера о личном стрессе больше присуще женщинам, нежели мужчинам ($p \leq 0,000$), что полностью согласуется с результатами других исследователей (например, Екимчик, Крюкова, 2017; Бебенева, 2018).

- Общение партнера во время стресса выше оценивают мужчины, чем женщины ($p \leq 0,003$), что также согласуется с результатами других авторов (Екимчик, Крюкова, 2017; Бычкова, 2018).

- По сравнению с мужчинами у женщин делегированный диадический копинг партнера выражен сильнее ($p \leq 0,005$).

Таким образом, реагирование на стресс и совладание с ним женщинами и мужчинами определяется установленным в социуме гендерным стереотипом ролевой функции.

Далее мы сравнили выбор копинг-стратегий между испытуемыми, состоящими в разных типах брака: показатели поддерживающего диадического копинга субъекта ($p \leq 0,026$) и негативного диадического копинга партнера ($p \leq 0,006$) выше у супружеских пар, не зарегистрировавших официально свои отношения в органах ЗАГС. Данные результаты полностью согласуются с результатами О.А. Бычковой (2018), которая исследовала возможности диадического копинга при коммуникативных трудностях партнеров, состоящих в гражданском браке.

Разделив выборку на 4 группы (по половому признаку и по типу брака) с помощью одностороннего дисперсионного анализа Краскела—Уоллиса выявлено следующее:

❖ К стратегии «стресс, сообщаемый мною» чаще всего прибегают женщины, находящиеся в официальном и гражданском браках, реже мужчины, находящиеся в официальном браке, еще реже - в гражданском ($p \leq 0,000$).

❖ Общение партнера во время стресса выше оценивают мужчины, находящиеся в гражданском и официальном браках, чем женщины ($p \leq 0,019$).

❖ Мужчинам, находящимся в гражданском браке, меньше всего свойственна ситуация, когда супруга берет на себя ответственность с целью уменьшения его стресса (Делегированный диадический копинг партнера) ($p \leq 0,007$).

❖ Супругам, находящимся в гражданском браке больше свойственны в период совладания со стрессом враждебные, амбивалентные и поверхностные действия/слова, имеющие пагубные намерения (Негативный диадический копинг партнера), нежели супругам, официально узаконившим свой брак ($p \leq 0,003$).

С целью проверки одной из частных гипотез, мы оценили роль детей при использовании супругами отрицательных копинг-стратегий и получили результат, частично подтвердивший выдвинутое предположение. Несмотря на то, что значимых эмпирических результатов, подтверждающих более активное использование нуклеарными семьями позитивно-направленного диадического копинга не выявлено, все-таки супруги с детьми реже используют негативный диадический копинг партнера, нежели бездетные пары ($n=110$, $p \leq 0,02$).

Далее приводятся результаты множественного регрессионного анализа. Так, на эмоциональную включенность супругов влияют следующие стратегии совладающего поведения:

✓ Общий диадический копинг ($R=0,54$, $R^2=0,54$, $\beta=0,20$ при $p < 0,006$). Когда оба партнера испытывают стресс и симметрично совместно работают, чтобы

справиться со стрессовыми ситуациями, они становятся ближе друг другу, приобретая более теплые, нежные и доверительные отношения.

✓ *Оценка диадического копинга* ($R=0,54$, $R^2=0,54$, $\beta=0,24$ при $p<0,002$). Так, при оценке совместного совладания со стрессом как эффективного, супружеские отношения становятся более близкими, и, наоборот, при низкой оценке – психологическая дистанция между партнерами увеличивается.

Для изучения *динамики супружеских отношений* был применен лонгитюдный метод исследования.

40 человек (20 пар) участвовали в исследовании дважды. Впервые – в 2013 году (где был диагностирован супружеский копинг по методике МСІ М. Боуман, уровень удовлетворенности браком, уровень эмоционального притяжения, авторитетности и понимания) и повторно через 4 года в 2017 году (где также был диагностирован диадический копинг супругов, но уже с помощью Опросника DCI Г. Боденманна; повторно измерен уровень удовлетворенности браком и впервые – уровень межличностной близости).

Измерение уровня удовлетворенности супружескими отношениями дважды, с промежутком в диагностировании - 4 года, позволило выявить динамику удовлетворенности браком. Отрицательная динамика диагностирована у 14 испытуемых, положительная динамика – у 23-х, прежним уровень удовлетворенности браком остался у троих респондентов. Далее проанализировано то, что использование каких-то стратегий совладания со стрессом связано с ростом уровня удовлетворенности браком. С помощью R-критерия Спирмена выявлена значимая положительная связь между позитивно-направленным копингом и динамикой удовлетворенности браком ($p<0,026$). Множественная регрессия подтвердила полученные данные: при использовании позитивно-направленного копинга удовлетворенность браком повышается ($R=0,47$, $R^2=0,29$, $\beta=0,43$ при $p < 0,027$). Анализ динамики удовлетворенности браком и диадических копинг-стратегий по Боденманну, выявил отрицательную связь делегированного диадического копинга субъекта с оценкой субъектом своего брака ($R=-0,345$, при $p<0,029$).

Для исследования навыка разрешения семейных конфликтов проведено полуструктурированное интервью, контент-анализ которого позволил сделать следующие выводы:

- практически все испытуемые в парах, у которых диагностирован высокий уровень удовлетворенности браком, не сосредоточены на недостатках друг друга и стараются изменить себя, а не партнера. Пары с низкими показателями удовлетворенности браком на вопрос «Хотелось бы Вам, чтобы Ваш партнер изменился?» отвечали - «Хотелось, чтобы он был более понимающим», «Думаю, что это невозможно, но очень бы хотелось», «Да, хочу и сама измениться, и чтобы он предпринимал такие попытки».

- испытуемые, высоко оценивающие свои отношения, полагают, что для разрешения конфликта обязательно нужно разговаривать, вспомнить о хорошем, не повышать голос при разговоре, попытаться понять супруга, идти на компромисс.

- респонденты с высокой субъективной оценкой качества супружеских отношений при ответе на вопрос: «Если бы у Вас попросили совет, как сохранить семью, чтобы Вы ответили?», в подавляющем большинстве случаев, прежде всего, описывали навыки управления конфликтами, эффективные способы совладания с

трудными жизненными ситуациями. Пары с низким уровнем удовлетворенности браком также считали необходимым уметь эффективно разрешать конфликты, однако полагали, что у них самих это не получается.

По результатам исследования сделаны следующие **выводы**:

1. Полученные результаты согласуются с результатами других исследований (Куфтяк, 2009; Крюкова, 2014; Крюкова, Екимчик, 2017; Бычкова, 2018; Курбаткина, 2006; Узлов, 2010; Андреева, Толстова, 2001), что повышает их достоверность.

1) Тип брака (официальный/гражданский) и пол партнера являются факторами выбора копинг-стратегий, используемых партнерами при стрессе и в трудных жизненных ситуациях.

Супругам, официально зарегистрировавшим отношения, больше присущи копинг-стратегии *уход в собственные переживания и планированное решение проблемы (Опросник М. Боуман)*, чем людям, не узаконившим свой брак. Партнеры, официально зарегистрировавшие свои отношения, осмысленнее обсуждают, анализируют и решают возникшую проблему, либо стараются абстрагироваться в каких-то других делах, увлечениях, обязанностях, переключиться.

Поддерживающий диадический копинг субъекта и негативный диадический копинг партнера выше у супружеских пар, не зарегистрировавших официально свои отношения в органах ЗАГС (Опросник Г. Боденманна).

Реагирование на стресс и совладание с ним женщинами и мужчинами, определяется установленным в социуме гендерным стереотипом. Женщинам свойственно эмоционально реагировать в стрессовой ситуации, открыто говорить о своем состоянии и необходимости в эмоциональной поддержке со стороны партнера, просить у него помощи, мужчины же более сосредоточены в разрешении стрессовой ситуации, возникших трудностей, склонны не проявлять слабость и не обсуждать свои трудности с супругой.

2) Степень интимности/близости супругов также влияет на выбор диадического совладания.

Супружеская близость, снижая между супругами тревожность, смягчает последствия различных стрессогенных факторов, тем самым положительно влияет на общий диадический копинг. В свою очередь, общий диадический копинг также оказывает положительное влияние на степень интимности партнеров. Иными словами, когда оба супруга испытывают стресс и симметрично прикладывают усилия, чтобы совладать с ним, они становятся ближе друг другу, приобретая более теплые и нежные и доверительные отношения.

Таким образом, поскольку значимых связей между положительными чувствами супругов и копинг-стратегиями, используемых партнерами в трудных жизненных ситуациях, не выявлено, первая гипотеза должна быть незначительно скорректирована: *«Факторами выбора копинг-стратегий, используемых партнерами при стрессе и в трудных жизненных ситуациях, являются: эмоциональная включенность супругов, статус отношений (официальный или гражданский брак), состав семьи (наличие детей), пол».*

3) Стабилизаторы супружеских отношений – объект изучения многих исследований. Оказалось, что сама любовь не является стабилизатором брака, а наоборот, в случае деструктивной привязанности может быть причиной

эмоциональных страданий. Положительно на удовлетворенность браком влияет лишь взаимная любовь партнеров.

Результаты регрессионного анализа взаимной сопряженности удовлетворенности браком, эмоционального притяжения, авторитетности и понимания показали, что все три переменные влияют на удовлетворенность браком.

Выявлена также положительная связь между эмоциональной включенностью и удовлетворенностью браком. Тем самым, эмпирические результаты нашего исследования опровергают мнение о том, что минимальная психологическая дистанция в отношениях вредит им. Наоборот, чем меньше психологическая дистанция, тем выше супруги оценивают свои отношения.

Согласно статистическим результатам, несмотря на значимость положительных чувств и эмоциональной включенности/степени близости супругов для удовлетворенности браком, они не сопряжены с динамикой супружеских отношений, что, на наш взгляд, еще раз доказывает ключевую роль диадического копинга для позитивной динамики близких (супружеских/партнерских) отношений.

На основании изложенного, вторая гипотеза также требует корректировки: *«Положительные чувства супругов (притяжение, взаимная любовь, привязанность и т.д.), а также минимальная дистанцированность супругов, являются психологическими стабилизаторами брака».*

4) Третья гипотеза подтвердилась частично: супруги, имеющие детей, по сравнению с бездетными парами, реже используют конфликтный диадический копинг; дети стабилизируют супружеские отношения, увеличивая удовлетворенность браком. Так, результаты Д.Х. Олсона на американской выборке о дестабилизирующей роли детей в супружеских отношениях статистически не подтверждены, а в соответствии с контент-анализом и результатами эмпирического исследования на российских семьях - опровергнуты.

5) Диагностирование супружеского копинга с помощью методики М. Боуман показало следующие результаты:

При выраженности преимущественно *конфликтного диадического копинга* как основного способа совладания, уровень удовлетворенности браком снижается (по М. Боуман). Конфликтный стиль совладания, характеризующийся проявлением агрессивного отношения партнеров к возникшей проблемной/стрессовой ситуации, безусловном утверждении своего мнения без учета взглядов другого супруга, в конечном счете, дестабилизирует супружеские отношения.

В супружеских парах с преобладанием *стратегии избегание совместных усилий* показатели удовлетворенности браком также падают, что объясняется самой природой избегающего поведения, которая в конечном счете ведет за собой неразрешенность проблемных ситуаций, их скопление, кратковременный эффект предпринимаемых действий по уменьшению нервного напряжения.

Выявлена положительная связь между стратегией *самообвинения* и удовлетворенностью браком. При применении такой стратегии совладания подавляется не только открытое проявление агрессивности к супругу, но и внутренняя злость по отношению к нему.

6) Исследование диадического копинга по Г. Боденманну показало, что на удовлетворенность браком положительно влияют следующие копинг-стратегии: общий диадический копинг, оценка диадического копинга, общий балл *DCI*,

поддерживающий диадический копинг партнера. В свою очередь, удовлетворенность браком на высоком уровне значимости также влияет на указанные стратегии совладающего поведения.

Кроме того, негативный диадический копинг партнера как ситуативный процесс совладания со стрессом также положительно связан с удовлетворенностью браком, что говорит о большой свободе в отношениях респондентов, поскольку напряженное поведение со стороны другого супруга в моментах, когда он не воспринимает серьезно стрессовую ситуацию партнера, отрицательно не влияет на удовлетворенность браком.

7) На базе проведенного исследования, можно заключить, что адекватный выбор диадой копинг-стратегии в соответствии с условиями стрессовой или трудной жизненной ситуации играет ключевую роль для динамики близких (супружеских/партнерских) отношений. При этом роль копинга может быть как положительная и вести к позитивной динамике, укреплению отношений, повышению удовлетворенности браком, так и отрицательная. Эмпирические результаты с применением лонгитюдного метода исследования показали, что положительную роль для позитивной динамики супружеских отношений играет позитивно-направленный копинг партнеров, ведь придание проблеме позитивного значения уменьшает стресс и служит эмоциональному приспособлению к нему.

Отрицательно на динамику супружеских (партнерских) отношений влияет делегированный диадический копинг субъекта. Этому есть рациональное объяснение – постоянное возложение на себя дел и забот своего партнера с целью уменьшения его нагрузки в конечном счете снижает удовлетворенность браком.

Таким образом, нами были проанализированы, описаны и обоснованы все заявленные гипотезы. *Основная гипотеза* исследования нашла свое подтверждение: эмпирические результаты диагностики совладающего поведения супругов на обоих этапах исследования доказали разнонаправленность диадического копинга и его влияние на удовлетворенность супружескими (партнерскими) отношениями, их динамику.

В **Заключение** диссертационной работы обобщаются результаты научно-исследовательской работы, констатируется, что в процессе эмпирического исследования подтверждены основные исследовательские гипотезы, обсуждаются перспективы дальнейшей разработки проблемы.

Основные положения диссертации отражены в следующих публикациях автора:

I. Публикации в ведущих рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК Министерства образования и науки РФ:

1. Дорьева Е.А., Королева Е.М. Факторы сохранения и завершения (распада) близких отношений: обзор современных психологических исследований // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – Кострома: Костромской государственный университет им. Н.А. Некрасова, 2015, Том 21, № 4. С. 112-116.

2. Королева Е.М., Крюкова Т.Л., Екимчик О.А. Диадический копинг и положительная динамика партнерских отношений на их начальном этапе, Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова: серия: Педагогика. Психология. Ювенология. Социокинетика. Костромской государственный университет им. Н.А. Некрасова, Кострома, 2016, 3, 22, 116 – 121.

3. Королева Е.М., Крюкова Т.Л. Исследование диадического копинга: роль в укреплении супружеских отношений и психологического благополучия пары // Вестник Костромского государственного университета: серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – Кострома: Костромской государственный университет. – 2018, №2. – С. 84 – 88.

II. Публикации в других изданиях:

4. Шутова Е.М. (в наст. время Королева Е.М.). Копинг и эмоциональное притяжение в супружеских отношениях // Актуальные вопросы медицинской науки: Сборник научных работ студентов и молодых ученых Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной памяти академика М.И. Перельмана. - Ярославль: ООО Издательско-полиграфический комплекс «Индиго». - 2014. – С. 143.

5. Шутова Е.М. (в наст. время Королева Е.М.). Связь между удовлетворенностью браком и диадическими копинг-стратегиями // Материалы Международного молодежного научного форума «ЛОМОНОСОВ-2014» / Отв. ред. А.И. Андреев, А.В. Андриянов, Е.А. Антипов. [Электронный ресурс] — М.: МАКС Пресс, 2014. — 1 электрон. опт. диск (DVD-ROM); 12 см. - Систем. требования: ПК с процессором 486+; Windows 95; дисковод DVD-ROM; Adobe Acrobat Reader.

6. Шутова Е.М. (в наст. время Королева Е.М.). Факторы положительной динамики развития супружеских отношений (при стаже брака от 3-х лет) / Ступени роста-2014: тезисы студ. межрег. с междунар. участием науч.-практ. конф., Кострома, 1-29 апр. 2014 г. / сост. Л.А. Исакова; отв. ред. А.Р. Наумов. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2014. – С. 227.

7. Королева Е.М., Крюкова Т.Л. Роль диадического копинга в супружеских отношениях / Семья, брак и родительство в современной России // Выпуск 2 / под ред. А. В. Махнач, К. Б. Зуева. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. – 105-113.

8. Королева Е.М. Официальный брак как один из механизмов устойчивости семьи в эпоху социальных трансформаций // Психологические новообразования личности в эпоху социальных трансформаций / отв. ред. Н.П. Фетискин, А.И. Субетто, Т.И. Миронова. – Кострома: КГУ им. Н.А.Некрасова, 2015. – С. 133-137.

9. Королева Е.М. Психологические стабилизаторы супружеских отношений (при стаже брака свыше 3-х лет) / Ступени роста-2016: тезисы межрег. студ. науч.-практ. конф., Кострома, 28 марта - 27 апр. 2016 г. / сост. и отв. ред. Н.Б. Харчина, Л.А. Исакова. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2016. – С. 173.

10. Королева Е.М., Крюкова Т.Л. Диадический копинг как фактор положительной динамики супружеских отношений / Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Междунар. науч. конф. Кострома, 22-24 сент. 2016 г.: в 2 т. / отв. ред.: Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2016. – Т. 2. С. 61-64.

11. Королева Е.М., Крюкова Т.Л. Диадическое совладание у партнеров на начальном этапе становления их близких отношений / Материалы VII Международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего» (Москва, 14-15 ноября 2017 г.) / под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», ИП РАН, 2017. – С. 419 - 423.

Королева Екатерина Михайловна

**РОЛЬ ДИАДИЧЕСКОГО КОПИНГА ДЛЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ ДИНАМИКИ
СУПРУЖЕСКИХ (ПАРТНЕРСКИХ) ОТНОШЕНИЙ**

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Подписано в печать: 17.10.2018
Формат 60x90 1/16. Бумага офсетная.
Усл. печ. л. 1,5
Тираж 100 экз.

Отпечатано:
ФГБОУ ВО «Костромской государственный университет»
156961, г. Кострома, ул. 1 Мая, 14