

Копинг стратегии в романтических отношениях (в условиях пандемии)

Научный руководитель – Белинская Елена Павловна

Шомникова Ирина Валерьевна

Студент (специалист)

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

E-mail: shomnikova.irina@yandex.ru

Современная ситуация в мире кардинально изменила жизнь многих. Во время пандемии коронавируса большинство людей оказалось в вынужденной ситуации изоляции со своими соседями, родственниками и романтическими партнерами. Выстраивание и развитие романтических отношений зависит от многих условий, таких как: привязанность и сексуальное влечение партнеров, эмпатический отклик и др. [Крюкова, Екимчик, 2015]. Аффективные переживания, возникающие в таких отношениях не всегда носят положительный характер. Отрицательные переживания порождают стресс и конфликты в отношениях, которые требуют как личной, так и совместной работы над их разрешением [Екимчик, 2013],[Скиннер, Клииз, 1995].

Сохранению и развитию отношений способствуют различные стабилизаторы, в том числе и усилия, которые партнеры прикладывают для обнаружения и разрешения конфликтных ситуаций [Екимчик, 2013]. В нашей работе, мы рассматриваем изоляцию как специфический стрессовый фактор, который способен оказать влияние на стабильность романтических отношений, и который может вызывать возникновение других стрессоров и конфликтов.

В ответ на стрессор человек или пара стараются приложить усилия для их преодоления. К таким усилиям можно отнести защитные механизмы и копинг-стратегии. Копинг-стратегии, как осознанный механизм преодоления стресса, зависит от когнитивной оценки индивидом сложившейся стрессовой ситуации [Lazarus, Folkman, 1994]. В нашей работе, мы предполагаем, что на выбор диадической стратегии совладания, сохранение и развитие романтических отношений будут влиять следующие факторы: оценка каждым партнером ситуации пандемии и вынужденной изоляции как стрессовой, а также отдельное или совместное проведение карантина романтическими парами.

Гипотеза:

1. Выбор стратегий совладаний у различных романтических пар различаются в зависимости от факта переживания вынужденной изоляции (пары проводившие изоляцию вместе/порознь).

2. Выбор стратегий совладания у различных романтических пар различаются в зависимости от когнитивной оценки пандемии и изоляции как стрессовых ситуации.

Цель исследования: выявить особенности выбора диадических стратегий совладания у романтических пар в зависимости от когнитивной оценки ситуации изоляции и в зависимости от факта переживания вынужденной изоляции.

Объект исследования: диадические копинг стратегии

Предмет исследования: поиск значимых различий в процессе совладания с трудными ситуациями пар в зависимости от их оценки ситуации изоляции как стрессовой.

Методы исследования: на первом используются методики для выявления предпочитаемых копинг стратегий: индивидуальных и диадических (Экспресс-опросник копинга Brief COPE Ч. Карвера, 1987; Опросник диадического копинга Г. Боденманна (DCI - Dyadic Coping Inventory, 2008; адаптация О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой, 2017)). На этом этапе

партнерам также предлагается заполнить опросник когнитивной оценки стрессовой ситуации (А.Ю. Маленова, 2015). На следующем этапе проводится полуструктурированное интервью для выявления наиболее важных этапов динамики романтических отношений, а также выявления наиболее часто встречающихся конфликтных ситуаций.

Выборка: в исследовании принимают участие романтические пары проводившие изоляцию вместе/позднее.

Результаты: окончательная обработка данных будет завершена к концу марта. По предварительным результатам было выявлено, что на выбор диадических копинг стратегий и на стабильность романтических отношений оказывают влияние когнитивная оценка изоляции как стрессовой ситуации.

Выводы:

1. Когнитивная оценка изоляции как стрессовой ситуации, способна повлиять на выбор диадического совладающего поведения.

Источники и литература

- 1) Екимчик О. А. К ПРОБЛЕМЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ СОВЛАДАНИЯ СО СТРЕССОМ В ОТНОШЕНИЯХ МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ: ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ИЛИ ДИАДИЧЕСКИЙ КОПИНГ? //Издание осуществлено при финансовой поддержке РГНФ, проект № 13-06-14006. – 2013.
- 2) Крюкова Т.Л., Екимчик О.А. Совладание со стрессом в контексте близких (партнерских) отношений. Ученые записки Казанского университета. Сер.: Гуманитарные науки, 2015
- 3) Скиннер Р., Клииз Д. Семья и как в ней уцелеть //М.: Класс. – 1995.
- 4) Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. – Springer publishing company, 1984.
- 5) Екимчик Ольга Александровна Совладание в близких (партнерских) отношениях: стрессоры и стабилизаторы // Вестник КГУ. 2013. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovladanie-v-blizkih-partnerskih-otnosheniyah-stressory-i-stabilizatory> (дата обращения: 09.03.2021).