

Секция «Психология личности: вызовы сложности, неопределенности и разнообразия»

**Опыт близких отношений в ситуации переживания совместной самоизоляции  
во время пандемии вируса Covid-19**

**Научный руководитель – Зиновьева Елена Викторовна**

***Шушкова Ульяна Константиновна***

*Студент (магистр)*

Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии,  
Санкт-Петербург, Россия

*E-mail: uliana.parkhomenko@gmail.com*

Потребность в близких отношениях - одна из основных потребностей личности. Характерной особенностью современных союзов является нестабильность, что является глобальной психологической и социально-демографической проблемой [5]. По этой причине изучение близких отношений представляется нам крайне актуальной задачей. Пандемия вируса Covid-19 оказала значимое влияние на психологическое благополучие населения: отмечается увеличение уровня стресса, эмоциональные расстройства, тревожные состояния и т.д. [3,4]. В том числе, пандемия оказалась испытанием для пар, которые совместно проживали в период самоизоляции и оказались в условиях новой ситуации, характеризующейся уменьшением дистанции между партнерами. Если на ранних этапах кризисная ситуация может проходить незаметно для близких отношений, то при хроническом стрессе изменения в паре неизбежны, что влечет за собой актуализацию имеющихся у пары психологических ресурсов или разрыв отношений [7].

Исследователи проявляют интерес к изучению влияния карантина и самоизоляции на близкие отношения, однако данные противоречивы: в то время как в одних парах в результате самоизоляции отношения становятся менее стабильными, для других пар новая ситуация становится возможностью укрепить отношения [7].

Проведенное исследование направлено на изучение опыта, полученного парами в процессе переживания новой для них, кризисной ситуации самоизоляции, связи этого опыта с готовностью к поддержанию отношений/расставанию, а также изучение личностных качеств партнеров как предикторов, влияющих на то, как будет переживаться опыт совместной самоизоляции. Мы предполагаем, что стремление партнеров в ситуации самоизоляции к сочетанию близости и дистанцированности, согласованию действий друг с другом, обсуждению возникающего напряжения, формированию нового опыта связано с большей вероятностью укрепления отношений, в то время как чрезмерная близость/дистанцированность, избегание согласования действий друг с другом, обсуждения возникающего напряжения, избегание формирования нового опыта связаны с большей вероятностью расставания партнеров. Также мы предполагаем, что личностные черты партнеров связаны с динамикой развития близких отношений в ситуации самоизоляции.

В исследовании приняли участие 78 человек (59 женщин, 19 мужчин), средний возраст 26 лет. Все участники состояли в близких отношениях (от 6 месяцев до 5 лет) и проживали с партнером в течение самоизоляции, весной-летом 2020 года. Использовались следующие методики: методика «Шкала диадической согласованности» Г. Б. Спэннера [1], методика «ИмPLICITНЫЕ установки о близких отношениях» [6], пятифакторный опросник личности (Big Five) [2], авторская анкета, направленная на изучение опыта пребывания с партнером в течение самоизоляции, удовлетворенности отношениями, изменений и т.д.

Предварительный анализ результатов позволил выделить теоретические категории, характеризующие динамику отношений в парах в период кризисной ситуации (самоизоляции): близость/дистанцирование, переживание удовлетворенности/лишения, согласованность действий/противоречивость, эмоциональное напряжение, способы регуляции (конфликты, совместное обсуждение, избегание), выделение событий и их интерпретация и рефлексия, конструирование новых смыслов. На основании ответов участники были поделены на группы, характеризующиеся положительной/отрицательной динамикой в отношениях в период самоизоляции, также была выделена группа участников, отмечавших качественные изменения в отношениях в этот период. Анализ результатов методики «Шкала диадической согласованности» подтверждает обоснованность разделения участников на группы. Сравнительный анализ по пятифакторному опроснику выявил личностные различия между группой участников, чьи отношения укрепились в результате самоизоляции, и группой участников, чьи отношения стали менее стабильными или закончились разрывом.

Отслеживание динамики отношений в период самоизоляции подтверждает гипотезу о том, что в этот период актуализируются сложности в отношениях, однако, при определенных качествах партнеров и более высокой согласованности пары, в паре может увеличиться близость, а отношения будут характеризоваться позитивной динамикой. Также можно считать предварительно подтвержденной гипотезу о том, что личностные качества партнеров связаны с тем, как складываются отношения пары в ситуации самоизоляции: становятся более близкими и стабильными или разрушаются.

### Источники и литература

- 1) Айвазова Д.Г., Горлова Е.Л., Каширский Д.В., сабельников Н.В. Валидизация опросника «Шкала диадической согласованности» Г.Б. Спеньера (DAS) на российской выборке // Психологический журнал. 2020. Т. 41(1). С. 112-131.
- 2) Хромов А.Б. Пятифакторный опросник личности: Учебно-методическое пособие. Курган: Изд-во Курганского гос. университета, 2000. - 23 с.
- 3) Brooks S.K., Webster R.K., Smith L.E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N., Rubin G.J. The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence // The Lancet. 2020. Vol. 395(10227). P. 912–920.
- 4) Hossain M.M., Sultana A., Purohit N. Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention // Epidemiology and health. 2020. Vol. 49. 2020.
- 5) Kamp Dush C.M., Arocho R., Mernitz S., Bartholomew K. The intergenerational transmission of partnering // Plus one. 2018. No. 13(11): e0205732. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0205732>
- 6) Knee C., Patrick H., Lonsbary C. Implicit theories of relationships: orientations toward evaluation and cultivation // Journal of Personality and Social Psychology. 2003. Vol. 7(1). P. 41–55.
- 7) Stanley, S.M., Markman, H.J. Helping Couples in the Shadow of COVID-19 // Family Process. 2020. Vol. 59(3). P. 937-955.