

МИНОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
КОСТРОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
РОССИЙСКИЙ ФОНД ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Т. Л. КРЮКОВА, О. А. ЕКИМЧИК, Т. П. ОПЕКИНА

ПСИХОЛОГИЯ СОВЛАДАНИЯ
С ТРУДНОСТЯМИ В БЛИЗКИХ
(МЕЖЛИЧНОСТНЫХ) ОТНОШЕНИЯХ

Кострома
2019

УДК 159.9
ББК 88.3
К 856

Печатается по решению редакционно-издательского совета
Костромского государственного университета

Рецензенты:

А.В. Куликов, профессор, доктор психологических наук,
Санкт-Петербургский государственный университет;
А.Г. Жедунова, профессор, доктор психологических наук, Ярославский
государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского

Крюкова, Т.А.

К856 Психология совладания с трудностями в близких (межличностных) отношениях / Т.А. Крюкова, О.А. Екимчик, Т.П. Опекина – Кострома: Изд-во Костром. гос. ун-та, 2019. – 340 с.

ISBN 978-5-8285-1054-2

Книга посвящена новой сфере изучения психологии совладающего поведения – близким отношениям. Отношения оказывают огромное влияние на здоровье и благополучие человека на протяжении всей жизни и занимают одно из первых мест в иерархии общечеловеческих ценностей. Авторы показывают роль стресса разного уровня (повседневный стресс, экстремальный стресс, сопровождающий ревность и измену и т.д.) в понимании качества и продолжительности близких отношений. Виды близких отношений – романтические, партнерские, супружеские – исследуются в парадигме когнитивной социальной психологии. Авторы рассматривают специфику стрессовых состояний и совладающего с ними поведения у партнеров близких отношений. Особое внимание уделено соотношению трех видов coping: индивидуального, диадического и ориентированного на отношения (relations-oriented), мало изученных в отечественной психологии. Подтверждено, что позитивное диадическое (совместное) совладание со стрессом партнерами выступает важнейшим фактором развития их близких отношений. Последняя глава книги представляет разработанные и адаптированные авторами и их коллегами разнообразные психодиагностические методики для русскоязычной выборки, позволяющие изучать стресс, взаимоотношения и совладающее поведение.

Книга будет полезна исследователям, психологам, консультантам в сфере психологии семьи, супружеских отношений, социальной работы, медицины и образования, преподавателям и студентам высших учебных заведений.

The book is devoted to the new aspects of stress-coping studies in psychology – to close relationships. Relationships have an enormous impact on human health and well-being across the life-span and occupy one of the highest places in universal human values hierarchy. The authors show the role of different level stress (everyday stress, and extreme stress accompanying jealousy and infidelity / cheating, etc.) in understanding close relationships' quality and duration. Types of close relationships – romantic, partnership, marital are explored in cognitive social psychology paradigm. The authors explore specifics of stress and coping among partners in the close relationships as a context. A book focuses on the correlation of three types of coping: individual, dyadic and relationship-oriented, understudied in Russian psychology. It is confirmed that partners' positive dyadic coping with stress is a most important factor of close relationships' development. The last chapter of the book presents a variety of psycho-diagnostic measures to study stress, relationships and coping which are developed and adapted by the authors and their colleagues for a Russian-language sample. The book will be useful to researchers, psychologists, counselors in the field of family psychology, marital relations, social work, medicine and education, teachers and students of higher educational institutions.



Издание осуществлено при финансовой поддержке
Российского фонда фундаментальных исследований
по проекту № 19-113-00067, не подлежит продаже

© Т.А. Крюкова, О.А. Екимчик,
Т.П. Опекина, 2019
© КГУ, 2019

ISBN 978-5-8285-1054-2

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	7
ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГИЯ БЛИЗКИХ ОТНОШЕНИЙ: СТРЕСС И ТРУДНОСТИ	11
1.1. Близкие (межличностные) отношения в психологии	11
1.2. Стресс и трудности в близких отношениях	17
1.2.1. Обзор современных исследований стресса в близких отношениях	17
1.2.2. Стрессогенность повседневных трудностей в близких отношениях	19
1.2.3. Деструктивная привязанность как хронический ненормативный стресс в близких отношениях.....	25
1.2.4. Стресс измены как психологическая травма.....	52
1.3. Динамика завершения/разрыва близких отношений партнеров: возможности профилактики негативных последствий	56
1.4. Социокультурный контекст исследования стресса, жизненных трудностей и совладающего поведения	63
Выводы.....	68
Литература	70
ГЛАВА 2. СОВАЛАДАНИЕ СО СТРЕССОМ В КОНТЕКСТЕ БЛИЗКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ	75
2.1. О типах совладающего поведения: индивидуальный, диадический и копинг, ориентированный на отношения.....	75
2.2. Совладание с жизненными стрессами у партнеров близких отношений: что способствует позитивным последствиям?.....	83

2.3. Совладание с трудностями начала и завершения близких (партнерских) отношений	95
2.3.1. Динамика совладающего поведения партнеров близких отношений в зависимости от их этапа	95
2.3.2. Совладание со стрессами у партнеров на начальном этапе близких отношений	97
2.3.3. Совладание со стрессами при завершении/разрыве отношений	108
2.3.4. Эмпирические исследования совладания с завершением/разрывом близких отношений.....	114
2.3.5. Применение шкалы IOS «Включенность Другого в собственное Я» при изучении совладания с трудностями завершения первых романтических отношений у подростков	124
2.4. Диадический копинг, его возможности при коммуникативных трудностях у партнеров и половые различия	132
2.5. Совладание со стрессами детско-родительских отношений....	142
2.5.1. Совладание замещающих родителей (прародителей) с ситуацией ненормативного (долгосрочного) кризиса в семье	142
2.5.2. Факторы выбора копинга замещающими родителями (прародителями): особенности личности и копинг	149
2.5.3. Специфика отношений привязанности между детьми и родителями в замещающих семьях как фактор совладания со стрессом.....	152
2.6. Совладающее поведение как стабилизатор близких отношений партнеров	166
Выводы.....	170
Литература.....	172
ГЛАВА 3. ДИАГНОСТИКА СТРЕССА, СОВАДАНИЯ И ИХ ФАКТОРОВ В БЛИЗКИХ ОТНОШЕНИЯХ	183
3.1. Диагностика стресса и совладающего поведения/копинга	183
3.1.1. Измерение стрессоров	183
§ 1. Линия жизни: индивидуальный и диадический варианты	183
§ 2. Когнитивная оценка стрессовой ситуации (А.Ю. Маленова, 2015)	184

3.1.2. Копинг-шкалы	191
§ 1. Кросс-культурная копинг-шкала (CCCS – Cross-cultural Coping Scale: Kuo, Roysircar & Newby-Clark, 2006, адаптация Т.Л. Крюковой, Т.В. Гушиной, О.А. Екимчик, 2015).....	191
§ 2. Опросник супружеского (диадического) копинга (MCI – Marital Coping Inventory: M.L. Bowman, 1990, адаптация Е.Л. Калугиной, Т.Л. Крюковой, 2013)	200
§ 3. Экспресс-опросник копинга (Brief Copre: C. Carver, 1987)	208
§ 4. Опросник диадического копинга (DCI – Dyadic Coping Inventory: G. Bodenmann, 2008, адаптация О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой, 2017)	211
§ 5. Шкалы конфликтов и решения проблем (CPS – Conflicts and problem-solving scales: P.K. Kerig, 1996).....	226
3.2. Психологическая диагностика близких взаимоотношений партнеров (в паре/диаде)	234
§ 1. Методика шкалы взаимоотношений (RSQ – Relationship Scales Questionnaire: D. Griffin & K. Bartholomew, 1994)	234
§ 2. Мульти-опросник измерения романтической привязанности у взрослых (MIMARA – Multi-Item Measure of Adult Romantic Attachment: K.A. Brennan & P.R. Shaver, 1995, адаптация О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой, 2009).....	239
§ 3. Методики установки на любовь и секс (AALS – Attitudes About Love and Sex – «Colors of Love»: C. Hendrick & S. Hendrick, 1986, адаптация О.А. Екимчик, Т.Л. Крюковой, 2011)	253
§ 4. Треугольная шкала любви (TLS – Triangular Love Scale: R.J. Sternberg, 1986/1997, адаптация О.А. Екимчик, 2011)	269
§ 5. Шкала истории любви (LSS – Love Stories Scale: R.J. Sternberg, 1996, адаптация О.А. Екимчик, 2015)	279
§ 6. Методика «Включенность Другого в шкалу собственной Я-концепции» (IOS, Inclusion of Other in the Self Scale: A. Aron, E. Aron, D. Smollan, 1992)	291
3.3. Диагностика факторов стресса и копинга в контексте взаимоотношений.....	294
§ 1. Одиночество как стрессор. Шкала социального и эмоционального одиночества для взрослых (SELSA – Social and Emotional Loneliness Scale for Adults: E. DiTommaso, B. Spinner, 1993, адаптация Т.Л. Крюковой, О.А. Екимчик, 2015)	294

§ 2. Шкала одиночества (LO – Loneliness Scale: J. de Gierveld, T. van Tilburg, 1999, адаптация Т.А. Крюковой, О.А. Екимчик, 2013)	300
§ 3. Шкала доверия (TS – Trust Scale: J.K Rempel, J.G. Holmes, M.P. Zanna, 1985, адаптация Н.О. Белоруковой, 2008).....	310
§ 4. Психокоррекция стресса. Как разработать личный проект по уменьшению стресса (по К. Матени, 2010)	321
Литература.....	329
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	333