

Заклад вищої освіти «Український католицький університет»

Факультет наук про здоров'я

Кафедра психології та психотерапії

Бакалаврська робота

**ДІАДНИЙ КОПІНГ ЯК КОРЕЛЯТ ЕМОЦІЙНОЇ БЛИЗЬКОСТІ У
РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКАХ МОЛОДІ: КОНТЕКСТ ВОЄННОГО СТРЕСУ**

Виконала: студентка

IV курсу, групи ЗПС19-Б

спеціальності 053 Психологія

Бланяр Ангеліна Вікторівна

Науковий керівник:

доцент кафедри психології та психотерапії

Миколайчук М. І.

Львів – 2023

РЕФЕРАТ

Діадний копінг як корелят емоційної близькості у романтичних стосунках молоді: контекст воєнного стресу: 38 с., 26 с. – основного тексту, 3 ч., 1 табл., 7 рис., 6 дод., 36 джерел.

Ключові слова: ДІАДНИЙ КОПІНГ, ЕМОЦІЙНА БЛИЗЬКІСТЬ, ПРИВ'ЯЗАНІСТЬ, СТОСУНКИ, СТРЕС.

Добре розвинені навички діадного копінгу позитивно впливають на емоційну близькість у романтичних стосунках молоді. Втім на сьогоднішній день існує мало подібних досліджень, які брали б до уваги контекст воєнного стресу, в якому станом на 2022-2023 рік знаходяться українці. Відтак, метою цієї роботи стало цього визначення діадного копінгу як корелята емоційної близькості в романтичних стосунках молоді, враховуючи контекст воєнного стресу. Для цього було проведено кроссекційне дослідження на 112 українцях, яке включало анкетні запитання та 4 методики для вимірювання діадного копінгу, емоційної близькості та її корелятив. В результаті було виявлено, що між діадним копінгом, стилями прив'язаності (тривожність, уникнення) та емоційною близькістю існують кореляційні зв'язки (r в межах 0,50-0,66). Також було виявлено, що діадний копінг та стилі прив'язаності (тривожність, уникнення) відіграють роль у вираженості емоційної близькості в романтичних стосунках молоді ($R^2 = 0,62$; β в межах 0,16-0,46). Такі результати дають змогу краще зрозуміти взаємозв'язки діадного копінгу, емоційної близькості та її корелятив в тих умовах, в яких перебувають українці, а це дозволить зосередити увагу на покращенні програм допомоги тим парам, які мають труднощі у функціонуванні та, відповідно, слабо виражену емоційну близькість.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	6
1.1. Емоційна близькість у романтичних стосунках молоді	6
1.1.1. Поняття емоційної близькості	6
1.1.2. Емоційна близькість та її кореляти	6
1.2. Зв'язок емоційної близькості та діадного копінгу.....	7
1.2.1. Поняття діадного копінгу.....	7
1.2.2. Зв'язок між діадним копінгом, емоційною близькістю та її корелятами в романтичних стосунках: результати попередніх досліджень	8
1.2.3. Роль стресу в діадному копінгу, емоційній близькості та її корелятив.....	8
1.3. Теоретична модель та гіпотези дослідження.....	10
РОЗДІЛ II МАТЕРІАЛИ ТА ПРОЦЕДУРИ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	12
2.1. Етапи дослідження	12
2.2. Методи дослідження	12
2.3. Група досліджуваних	14
2.4. Аналіз даних	17
РОЗДІЛ III РЕЗУЛЬТАТИ ТА ДИСКУСІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	19
3.1. Результати перевірки гіпотез	19
3.2. Дискусія результатів	22
3.3. Обмеження та перспективи дослідження	24
ВИСНОВКИ.....	25
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	27
ДОДАТКИ.....	30

ВСТУП

Стресові події мають значний вплив на романтичні стосунки: надто сильний, хронічний чи тривалий стрес, а також невизначеність, пов'язана з ним, можуть активізувати примітивні захисти та негативні копінги в парі. Це в свою чергу має вплив на потребу в підтримці та саму здатність переживати емоційну близькість в романтичних стосунках, що призводить до частих розлучень (від 22,3 в Угорщині до 91,5 в Португалії розлучень на 100 одружень, станом на 2020) (Statista Research Department, 2022).

Емоційно близькі пари здатні ефективно давати раду зі стресом в діаді, є більш стабільними та менше піддаються впливу стресу на якість стосунку (Bodenmann, 1997; Cutrona, 1996; Falconier, Nussbeck, & Bodenmann, 2013). Такі пари мають добре розвинені навички діадного копінгу, який характеризується залученістю обох партнерів до подолання стресу та відновлення фізичного, психологічного чи соціального гомеостазу (Bodenmann, 1997). Попередні дослідження показали, що існує зв'язок між стилями прив'язаності та емоційною близькістю - особи, які сформували безпечну прив'язаність в дитячому віці будуть більш емоційно близькими з партнером (Mikulincer & Shaver, 2007; Nofle & Shaver, 2006). Дослідження осіб, які перебували в стосунках більше 6 місяців показали позитивну кореляцію між емоційною близькістю та такими особистісними характеристиками як екстраверсія, згідливість (agreeableness) та сумлінність (conscientiousness) (Gottman, 1993; White, Hendrick & Hendrick 2004). Відтак, основними корелятами емоційної близькості можна виділити особистісні характеристики та стилі прив'язаності, що дозволяє їх вивчати в одному контексту з діадним копінгом.

Однак, наразі є небагато вітчизняних досліджень, які вивчали взаємозв'язок діадного копінгу, емоційної близькості та її корелятивів в контексті воєнного стресу. Оскільки, повномасштабна війна зачепила всі сфери життя українців, є сенс дослідити емоційну близькість, її кореляти та здатність справлятися зі стресом на рівні романтичних стосунків. Відтак, **метою** цього дослідження є визначення діадного копінгу як корелята емоційної близькості в романтичних стосунках молоді, враховуючи контекст воєнного стресу. **Об'єктом** цього дослідження виступає емоційна близькість у романтичних стосунках молоді, а **предметом** - діадний копінг як корелят емоційної близькості у стосунках.

Завдання дослідження:

1. Встановити ключові чинники емоційної близькості в романтичних стосунках.
2. Обґрунтувати методичні засади для вивчення діадного копінгу, емоційної близькості та її корелятивів.

3. Визначити роль діадного копінгу в емоційній близькості в романтичних стосунках.
4. Окреслити основні напрямки застосування отриманих результатів.

В поточному дослідженні було висунуто такі **гіпотези**:

1. Досліджувані з більш розвиненими навичками діадного копінгу будуть мати вищі показники емоційної близькості.
2. Досліджувані з безпечним стилем прив'язаності будуть мати вищі показники емоційної близькості.
3. Особистісні характеристики мають зв'язок з емоційною близькістю та діадним копінгом.

Також в контексті першої гіпотези було висунуто таку додаткову гіпотезу: Навички діадного копінгу є суттєвим чинником емоційної близькості.

В поточному дослідженні було використано теоретичні, емпіричні та статистичні методи опрацювання результатів. Теоретичні методи опрацювання даних були використані при роботі з літературою (аналіз, синтез, порівняння). Емпіричні методи були використані у вигляді проведення опитування з використанням таких методик: «П'ятифакторний особистісний опитувальник (Велика п'ятірка)» (Howard, Medina, & Howard, 1996), «Коротка шкала доступності, чуйності та залученості» (Sandberg, Novak, Davis, & Busby, 2016), «Методика стилю прив'язаності» (Fraley, Waller, & Brennan, 2000), «Методика діадного копінгу» (Vodenmann, 2008). При опрацюванні первинних даних були використані процедури описової статистики, кореляційного та регресійного аналізу.

Теоретична та практична значущість поточного дослідження полягає у тому, що отримані результати дадуть змогу розширити знання про зв'язок емоційної близькості та способів копінгу, які сприяють та перешкоджають цій близькості, враховуючи вплив воєнного стресу. Більше того, результати поточного дослідження наголошують на важливості розвитку навичок діадного копінгу, що у свою чергу впливатиме на розвиток емоційної близькості в романтичних стосунках української молоді та покращуватиме функціонування всього суспільства. Разом з тим, постає питання виховання дітей у здоровому та приймаючому оточенні, яке стане підґрунтям для подальшого вміння застосовувати позитивні копінги та будувати емоційно стабільні стосунки.

Групою дослідження були 112 українців, віком 18-35 років, які на момент дослідження перебували у романтичних стосунках. Збір даних тривав з грудня 2022 року по лютий 2023 року з використанням онлайн опитувальника (Google forms), дотримуючись конфіденційності.

Структура та обсяг роботи: 3 частини, 38 сторінок (26 – основна частина), 1 таблиця, 7 рисунків, 6 додатків та 36 використаних джерел.

РОЗДІЛ I

ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

1.1. Емоційна близькість у романтичних стосунках молоді

1.1.1. Поняття емоційної близькості

Попри те, що існують певні розбіжності у трактуванні поняття емоційної близькості, вона є важливим чинником романтичних стосунків молоді, який вимагає залученості обох партнерів. Зокрема, за В. Fast емоційна близькість - це можливість проявляти свої переживання та почуття, не відчуваючи страху чи хвилювання (Fast, 1979). S. Bond вважає, що емоційна близькість - процес, який включає в себе повідомлення партнеру інформації та почуттів, отримуючи підтримку та розуміння у відповідь (Bond, 2009). Проявляючи любов, ніжність та довіру партнери очікують таких же проявів до себе (Timmerman, 1991). Партнери з високим рівнем емоційної близькості здатні піклуватися одне про одного, відкриватися та насолоджуватися близькістю (Plora, 2007). Відтак, емоційна близькість передбачає прояв своїх переживань з обох сторін і не є можливою без залученості та відкритості обох партнерів.

1.1.2. Емоційна близькість та її кореляти

Емоційна близькість має зв'язок з особистісними характеристиками. Зокрема, дослідження J. K. White та ін. (2004) показали, що екстраверсія, згідливість (agreeableness) та сумлінність (conscientiousness) позитивно корелювали з емоційною близькістю, в той час як нейротизм – негативно (Gottman, 1993). Оскільки, невідомо, який зв'язок у відкритості (openness) та емоційної близькості, для поточного дослідження було відібрано саме цю шкалу разом зі шкалою сумлінності (conscientiousness), яка описується як схильність бути відповідальним, організованим, працелюбним, дотримуватись обіцянок, що є важливим для романтичних стосунків (Psychology today, 2020).

Емоційна близькість також має зв'язок з тим, який стиль прив'язаності сформувався в обох партнерів у ранньому віці - чим менші рівні тривожності та уникання демонстрували досліджувані, тим вищий рівень емоційної близькості у них був (Shaver & Brennan, 1992). Оскільки емоційна близькість передбачає вираженість певних особистісних характеристик обох партнерів та залежить від того, який стиль прив'язаності сформувався в дитинстві, доцільно вивчати її як багатофакторний конструкт. Більше того, дослідники пропонують вивчати емоційну близькість та прив'язаність у романтичних стосунках як сукупність таких факторів як доступність, чуйність та залученість свої та партнера, адже саме вони дають змогу оцінити емоційну близькість з різних сторін (Sandberg, Busby, Johnson, & Yoshida, 2012).

Попередні дослідження показують, що стилі прив'язаності та особистісні характеристики можуть відігравати роль у вираженості емоційної близькості в романтичних стосунках. Зокрема, дослідження студентів університетів США показали, що шкали уникнення та тривожності, які визначали стиль прив'язаності мали значний вплив на те, наскільки емоційно близькими є досліджувані у романтичних стосунках (Nofle & Shaver, 2006; Shaver & Brennan, 1992). В тих же дослідженнях, було виявлено, що особистісні характеристики тією чи іншою мірою теж впливають на емоційну близькість, втім їх внесок є значно меншим у порівнянні з прив'язаністю. Важливо зазначити, що в наведених дослідженнях використовували іншу варіацію опитувальника Big Five, що могло вплинути на результати дослідження.

Відтак, можна зробити висновок, що емоційна близькість має зв'язок з особистісними характеристиками та стилями прив'язаності, що дозволяє вивчати ці показники разом.

1.2. Зв'язок емоційної близькості та діадного копінгу

1.2.1. Поняття діадного копінгу

За G. Bodenmann (1997) діадний копінг – це процес, який включає в себе вербальне чи невербальне висловлювання переживання стресу та реакцію партнера на ці висловлювання; іншими словами – це концепт, який описує те, як пари обмінюються вимогами, оцінюють ставлення та планують активності, даючи раду зі стресом (Bodenmann, Falconier, & Randall, 2019). Оскільки самопочуття одного партнера впливає на самопочуття іншого партнера, при переживанні стресу, ресурси обох мобілізуються для того, щоб відновити гомеостаз окремих індивідуальностей в парі, так і в парі як об'єднання (Bodenmann, 1997). Згідно G. Bodenmann (1997), така мобілізація ресурсів є спробою через стабілізацію стану партнера, зменшити й свій власний стрес і тому обоє партнерів зацікавлені в підтриманні гомеостазу не залежно від того, до якого діадного копінгу вони вдаються. Більше того, дослідження показують, що спільне залучення до підтримання гомеостазу сприяє покращенню ментального самопочуття, задоволеності стосунками та емоційній близькості в романтичних стосунках (Bodenmann, 1997).

Залежно від типу ситуації та ставлення партнерів до неї, копінг може бути емоційно чи проблемо фокусованим та поділятися на такі види:

- спільний (обоє партнерів напряду піддаються впливу зовнішнього стресу) – такий копінг передбачає спільний пошук вирішення проблеми, рівний поділ завдань та/або спільні розслаблюючі чи ресурсні активності тощо;
- підтримуючий (один з партнерів напряду піддається впливу зовнішнього стресу) – цей копінг передбачає намагання одного партнера зменшити стрес іншого через надання

прикладних порад, допомозі із завданнями та/або надання емоційної підтримки, висловлення уваги та цікавості до переживань партнера тощо;

- делегуючий – копінг, який передбачає взяття на себе обов'язків іншого партнера з метою зменшення його стресу; на відміну від підтримуючого копіngu, партнер, що переживає стрес чітко просить про взяття тих чи інших обов'язків;
- негативний (амбівалентний, ворожий, поверхневий) – копінг, який проявляється незацікавленням в наданні підтримки, знеціненням проблем та критикою партнера та/або надання на перший погляд корисної підтримки, яка насправді не має внутрішньої мотивації до допомоги партнеру (Bodenmann, 1997).

1.2.2. Зв'язок між діадним копіngом, емоційною близькістю та її корелятами в романтичних стосунках: результати попередніх досліджень

Діадний копінг відіграє значну роль у вираженості емоційної близькості. Зокрема, в дослідженнях більше 600 пар, було виявлено, що діадний копінг позитивно корелює з кращим функціонуванням та вищим рівнем емоційної близькості одружених пар (Bodenmann, 1997); психологічним та фізіологічним благополуччям обох партнерів (Bodenmann, Meuwly, & Kayser, 2011); діадний копінг негативно корелює з униканням та тривожністю (Heinicke & Westheimer, 1966). Більше того, регресійний аналіз показав, що діадний копінг пояснює 30-40% задоволеності шлюбом в досліджуваних (Bodenmann, 1995). До схожих висновків дійшли M. J. Traa, J. De Vries, G. Bodenmann та D. Oudsten (2014) у своєму дослідженні пар, в яких один з партнерів хворіє на рак: використання позитивних діадних копіngів (спільний, підтримуючий, делегуючий) призводило до покращення функціонування пари, в той час, як використання негативних (амбівалентний, ворожий, поверхневий) – до погіршення. Втім, є мало досліджень, які сфокусовані на визначені зв'язку та впливу діадного копіngu на емоційну близькість у молодих неодружених пар і саме тому більша частина досліджуваних в поточному дослідженні – молодь, віком 18-35 років (Міністерство юстиції України, 1993), які перебувають у романтичних стосунках.

1.2.3. Роль стресу в діадному копіngу, емоційній близькості та її корелятив

Стрес є невід'ємною частиною життя кожного, впливаючи таким чином на всі можливі сфери, включаючи романтичні стосунки. Більше того, зовнішній стрес є одним з предикторів задоволеності стосунками та стабільності у шлюбі (Bradbury & Karney, 2010; Randall & Bodenmann, 2009). Відтак, відчуваючи сум, страх чи тривогу, ми найбільш гостро відчуваємо потребу у емоційній близькості з об'єктом прив'язаності. В дитячому віці такими об'єктами

виступають батьки, а в дорослому віці – партнери, так як романтичні стосунки є відтворенням прив'язаності, сформованої у дитинстві (Johnson, 2017).

Зовнішній стрес або як його називають в літературі – екстра-діадний стрес (проблеми на роботі, конфлікти з оточенням, хвороби, проблеми з фінансами тощо) переходить в інтра-діадний стрес в парі, провокуючи конфлікти, що зрештою зменшує задоволеність стосунками та емоційну близькість (Bodenmann, Ledermann, & Bradbury, 2007; Ledermann, Bodenmann, Rudaz, & Bradbury, 2010; Neff & Karney, 2004). Навички діадного копіngu дають змогу справлятися із екстра-діадним стресом, зменшуючи його руйнівний вплив на якість стосунку та емоційну близькість (Falconier et al., 2013). Втім, більшість досліджень, які дали змогу отримати такі результати, проводилися на дорослих одружених парах і саме тому швейцарські дослідники С. J. Breitenstein, A. Milek, F.W. Nussbeck, J. C. Davila та G. Bodenmann (2017) перевірили чи такі ж результати буде отримано в дослідженні молодих неодружених пар, які проживають окремо. Результати показали, що на задоволеність стосунками та емоційну близькість впливав як екстра-діадний, так і інтра-діадний (різні цілі, бажання, ставлення та потреби) стрес, а екстра-діадний, тобто зовнішній стрес ще більше посилював та провокував конфлікти між партнерами. Більше того, для цієї вибірки також був актуальним факт того, що діадний копінг зменшує вплив екстра- та інтра- діадного стресу на емоційну близькість.

Отже, діадний копінг виступає медіатором між стресом та емоційною близькістю, дозволяючи послабити вплив стресу на нормальне функціонування романтичних стосунків, що ще раз наголошує на важливості володіння навичками позитивного діадного копіngu.

Існує мало досліджень, які б вивчали вплив воєнного стресу на емоційну близькість в романтичних стосунках. В схожих дослідженнях, які були сфокусовані на ветеранах війни у В'єтнамі, в яких було діагностовано ПТСР було виявлено, що вони менш задоволені їхніми романтичними стосунками; вони менш згуртовані з партнерами та в їхніх стосунках більше конфліктів (Carroll, Rueger, Foy, & Donahoe, 1985; Jordan, Marmar, Fairbank, Schlenger, Kulka, Hough, & Weiss, 1992). Втім, як можна побачити, ці дослідження брали до уваги саме ті пари, які були одруженими та де один з партнерів брав участь у воєнних діях. Так як на момент проведення поточного дослідження у Україні триває повномасштабна війна, яка впливає на життя всіх українців, фокус дослідження зосередився сама на молоді, які перебувають в романтичних стосунках та де обоє партнерів є цивільними.

1.3. Теоретична модель та гіпотези дослідження

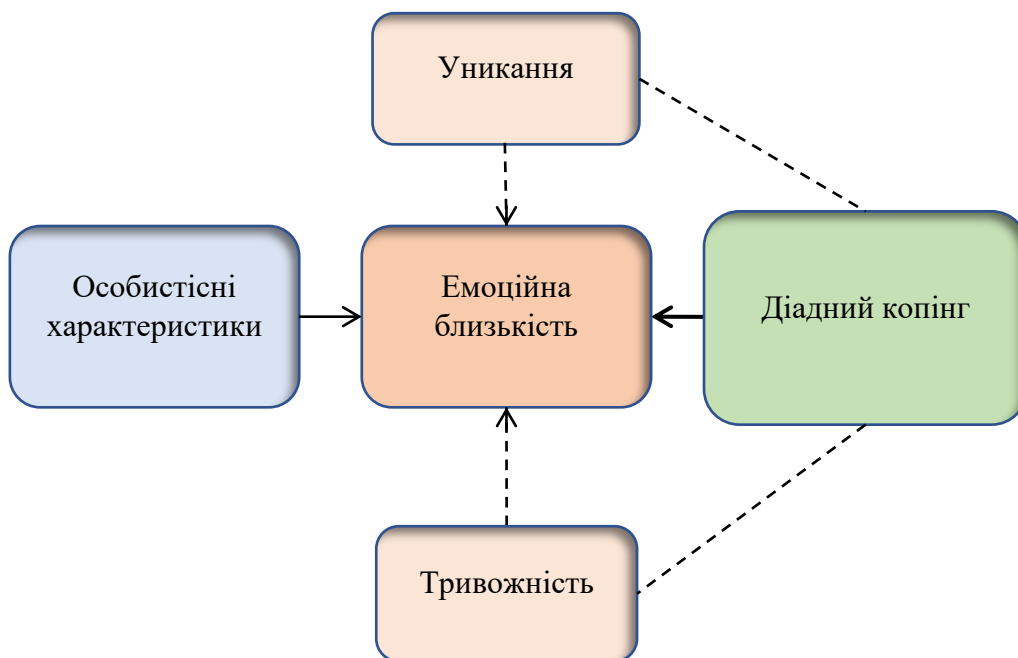


Рис. 1.1 Теоретична модель зв'язків між діадним копінгом, емоційною близькістю та її корелятами

На теоретичній моделі (рис. 1.1) відтворено зв'язок емоційної близькості, особистісних характеристик, уникання та тривожності. Емоційна близькість має прямий зв'язок з діадним копінгом (Bodenmann, 1997), особистісними характеристиками (White et al., 2004) та обернений – з униканням та тривожністю (Shaver & Brennan, 1992). Діадний копінг має обернений зв'язок з униканням та тривожністю (Heinicke & Westheimer, 1966). Уникання, тривожність, особистісні характеристики (Nofle & Shaver, 2006; Shaver & Brennan, 1992) та діадний копінг відіграють роль у вираженості емоційної близькості (Bodenmann, 1995).

На основі проаналізованої теорії, в поточному дослідженні було висунуто такі гіпотези:

1. Досліджувані з більш розвиненими навичками діадного копінгу будуть мати вищі показники емоційної близькості.
2. Досліджувані з безпечним стилем прив'язаності будуть мати вищі показники емоційної близькості та діадного копінгу.
3. Особистісні характеристики мають зв'язок з емоційною близькістю та діадним копінгом.

Також в контексті першої гіпотези було висунуто такі додаткові гіпотези:

Навички діадного копінгу є суттєвим чинником емоційної близькості.

Існують статистично значущі відмінності за показником діадного копінгу та емоційної близькості у групах, в яких стосунки покращилися, погіршилися, не змінилися чи почалися після початку повномасштабної війни.

Висновки до першого розділу

Більшість досліджень, які займалися вивченням діадного копіngu, емоційної близькості та її корелятивів були проведені в кінці 20 – початку 21 століття і тривають по сьогоднішній день. Основною групою дослідження виступали одружені пари середнього та старшого віку; переважна більшість досліджень була проведена у США, Центральній Європі та Азії. Оскільки значна кількість попередніх досліджень фокусувалася на вибірці, що перебувала у відносно безпечних умовах, бракує даних про вплив воєнного стресу як на емоційну близькість, так і на навички діадного копіngu. Крім того, переважна більшість попередніх досліджень проводилася на дорослих одружених парах, ігноруючи вибірку молодих дорослих віком 18-35 років. Відтак, метою поточного дослідження є визначення діадного копіngu як корелята емоційної близькості в романтичних стосунках молоді, враховуючи контекст воєнного стресу.

РОЗДІЛ II.

МАТЕРІАЛИ ТА ПРОЦЕДУРИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Етапи дослідження

Процедура проведення кроссекційного дослідження для курсової роботи складалася з кількох важливих етапів. Першим етапом виступив аналіз теорії та попередніх наукових досліджень, дотичних до теми поточної роботи. В наступному етапі було сформовано список анкетних питань для відбору досліджуваних, куди були додані питання статі, віку, наявності актуальних романтичних стосунків, їх тривалості, досвіду проживання в різних містах, країнах тощо. Також на основі проаналізованої літератури було відібрано опитувальники, які найкраще підходили для замірювання обраних змінних: «Велика п'ятірка (Big Five)», «Коротка шкала доступності, чуйності, залученості (BARE)», «Методика стилів прив'язаності (ECR-R)», «Методика діадного копінгу (DCI)». Після того, як досліджуваних було поінформовано про анонімність їхньої участі в опитуванні, кожен з них дав свою згоду на добровільну участь та можливість опрацювати їхні дані в узагальненому вигляді. Зібрання даних відбувалося через онлайн опитувальник (Google forms), в який було додано згадані вище питання й методики. Дані збиралися з грудня 2022 року по лютий 2023 року в соціальних мережах (Telegram, Instagram, Facebook, Skype). Згодом зібрані дані було підраховано та первинно опрацьовано в програмі Excel, після чого їх було проаналізовано в програмі STATISTICA 8.0 математично-статистичними методами. Отримані результати було описано та проінтерпретовано, що дозволило зробити висновки та перспективи для майбутніх досліджень.

2.2. Методи дослідження

Для відбору досліджуваних був складений анкетний перелік питань, де досліджуваних запитувались вік, стать, сфера діяльності, наявність актуальних романтичних стосунків та їхня тривалість – загалом 5 запитань. Якщо респонденти не перебували на момент проведення дослідження у романтичних стосунках, їхні відповіді не враховувалися. Також було виключено досліджуваних, вік яких був менший 18 чи більший 35 років. Додатково був складений перелік питань, які стосувалися досвіду проживання в різних містах чи країнах, суб'єктивної оцінки впливу війни на якість стосунку та сімейного статусу. Тих респондентів, які на момент дослідження перебували у шлюбі було запитано про вплив війни на рішення одружитися/вийти заміж та те, коли вони вирішили взяти шлюб.

Для визначення особистісних характеристик було використано методику «П'ятифакторний особистісний опитувальник (Велика п'ятірка)» (The Big Five locator, Howard et

al., 1996), адаптовану та перекладену українською мовою Бурлачук та Королевим (2000). Показники Альфа-Кронбаха в адаптованій версії становили 0,41 для шкали відкритості та 0,70 для шкали сумлінності (Бурлачук, Королев, 2000). Опитувальник складається з п'ять шкал та містить в собі 25 пар протилежних характеристик. Для поточного дослідження було відібрано дві шкали «Відкритість досвіду» та «Сумлінність», щоб перевірити кореляцію цих шкал з іншими показниками та підтвердити чи спростувати результати, отримані в попередніх дослідженнях. В кожній парі характеристик, досліджуваним потрібно було обрати той бал, який є ближчим до тієї характеристики, яка більшою мірою їх описує. Результат підраховується як сума балів кожної шкали окремо, після чого від тієї суми віднімається середнє по тій шкалі, ділиться на стандартне відхилення, множиться на 10 та додається 50. Чим вищий бал отримав досліджуваний, тим вища чи нижча в нього вираженість тієї чи іншої характеристики, при цьому найнижчий бал, який може набрати досліджуваний 15, а найвищий – 74 (залежно від шкали).

Для визначення рівня емоційної близькості у стосунках досліджуваних, було використано методику «Коротка шкала доступності, чуйності та залученості» (The brief accessibility, responsiveness, and engagement scale, Sandberg et al., 2016), перекладену на українську мову. Показник Альфа-Кронбаха в поточному дослідженні становив $\alpha = 0,86$. Методика складається з 6 шкал та містить в собі 12 тверджень, 4 з них є прямими та 8 – оберненими (наприклад, «Я рідко доступний/а для свого партнера»). Методика містить такі шкали як «Залученість», «Чуйність», «Доступність», «Залученість партнера», «Чуйність партнера», «Доступність партнера».

Учасникам дослідження було запропоновано обрати відповідь за 5-ти бальною шкалою, де 1 – це «Ніколи», а 5 – «Завжди», залежно від того наскільки вони погоджуються з твердженням. Для визначення результату тестування було визначено середнє значення у кожній шкалі. Найнижчим балом в кожній шкалі, найвищим – 5, відповідно 3 бали вказують на середню вираженість тієї чи іншої складової емоційної близькості. Для визначення загального рівня емоційної близькості були підсумовані показники всіх шкал: найнижчим показником, який могли набрати досліджувані є 6, найвищим – 30.

Для визначення стилів прив'язаності досліджуваних був використаний, перекладений українською мовою, опитувальник «Методика стилю прив'язаності» (The experiences in close relationships-revised (ECR-R) questionnaire, Fraley et al., 2000), який в українському варіанті містить 14 тверджень. Методика містить 2 шкали: шкала «Тривожність»

та шкала “Уникнення”. Обидві шкали складаються з 7 питань. Показник Альфа-Кронбаха в поточному дослідженні становив $\alpha = 0,87$. Досліджуваним потрібно було визначити наскільки вони погоджуються з твердженнями за 7-ми більшою шкалою від "Цілком не погоджуюся" до "Цілком погоджуюся". Для отримання результату тестування підраховується середнє значення в обох шкалах, відповідно результати досліджуваних коливаються в межах 1-7 балів, а 3,5 бали вказують на середню вираженість того чи іншого стилю. Низькі показники по обом шкалам вказують на безпечну прив'язаність досліджуваних (1-3,5 бали).

Для визначення того, які навички діадного копіngu переважають у досліджуваних був використаний, перекладений українською, опитувальник «Методика діадного копіngu» (Dyadic coping inventory, Bodenmann, 2008). Показник Альфа-Кронбаха в поточному дослідженні становив $\alpha = 0,88$. Методика містить 37 тверджень, з яких було відібрано 20 запитань для того, щоб скоротити дослідження, останнє питання не враховувалося в результаті. Частина питань була модифікована заміною виразів «чоловік/дружина» на «партнер/партнерка» для можливості участі в дослідженні неодружених пар (наприклад, «Я радий/а практичній підтримці, діловим порадам і допомозі від мого партнера, і я ділюсь цією радістю з нею/ним»). Опитувальник містить 10 шкал, втім, результати останньої не входять в загальний рахунок. До цих тверджень респонденти могли обрати один з 5 запропонованих варіантів відповіді від «Дуже рідко» до «Дуже часто». Для визначення результату тестування було підсумовано бали у всіх шкалах. Отримані результати могли коливатися від 19 до 95, відповідно, середніми значеннями є 45-70 бали. Також було визначено середнє значення окремо в кожній шкалі, які показали, який діадний копінг, позитивний (підтримуючий, делегований, спільний) чи негативний притаманний досліджуваним.

2.3. Група досліджуваних

В опитуванні взяли участь 125 досліджуваних, з яких 13 було виключено з подальшого аналізу за показником віку. Середній вік досліджуваних становить 21,7 років, медіана – 21, а стандартне відхилення – 3,01 (Додаток А).

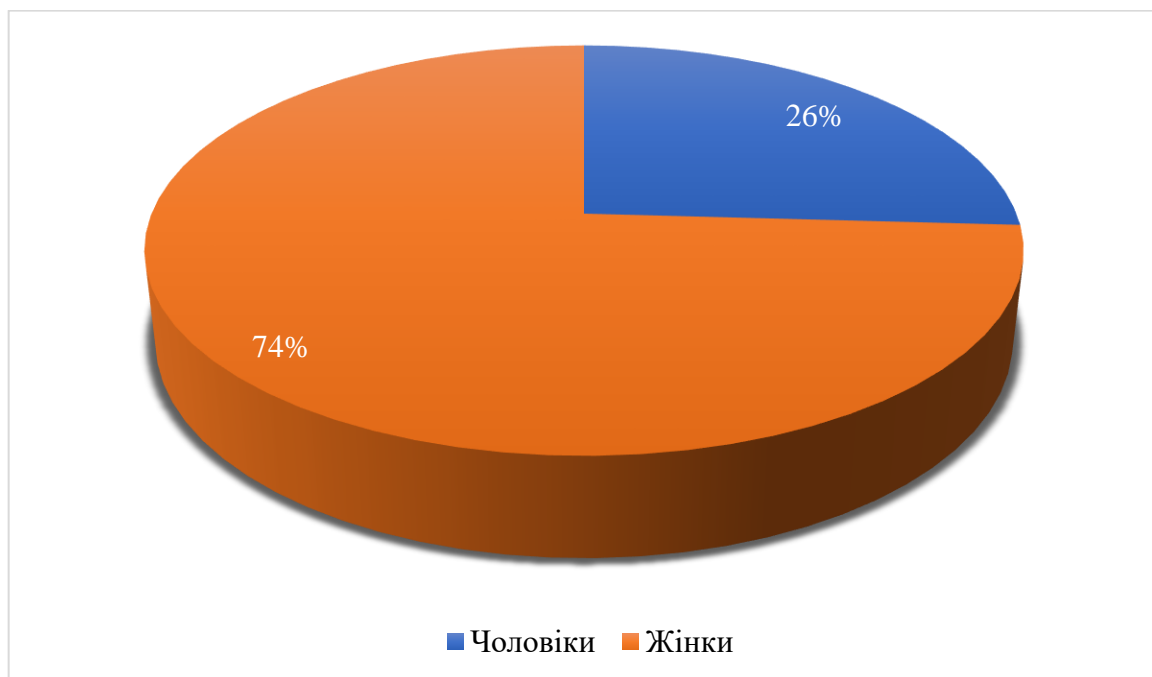


Рис. 2.1 Статевий розподіл досліджуваних

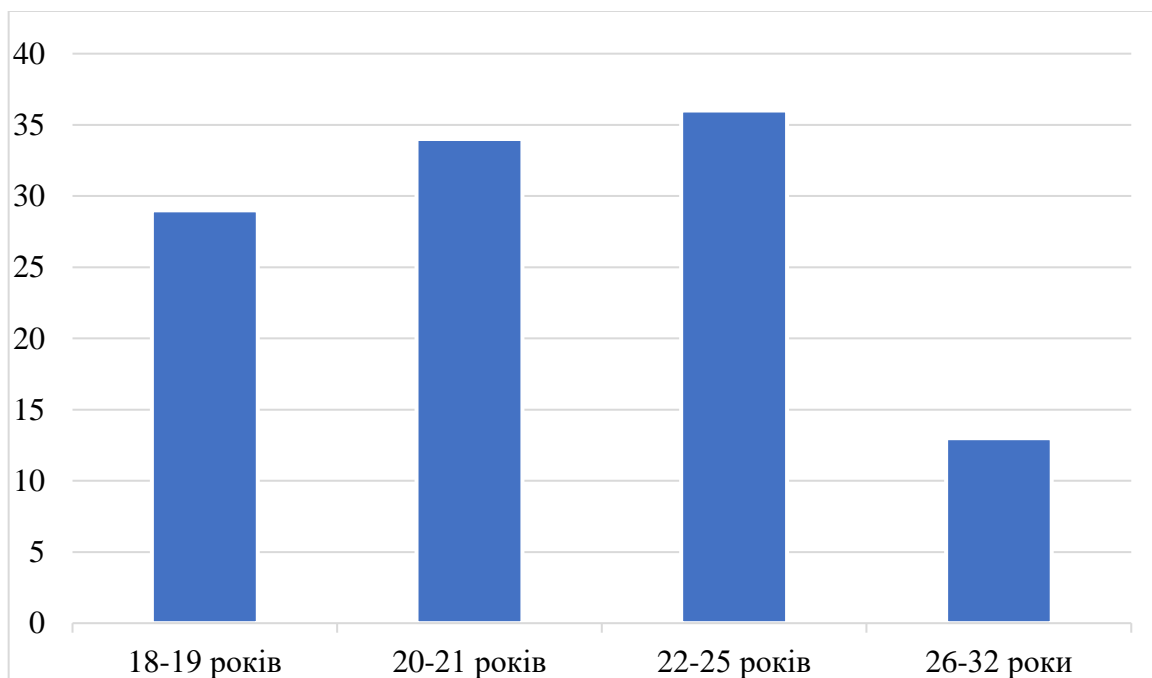


Рис. 2.2 Віковий розподіл досліджуваних

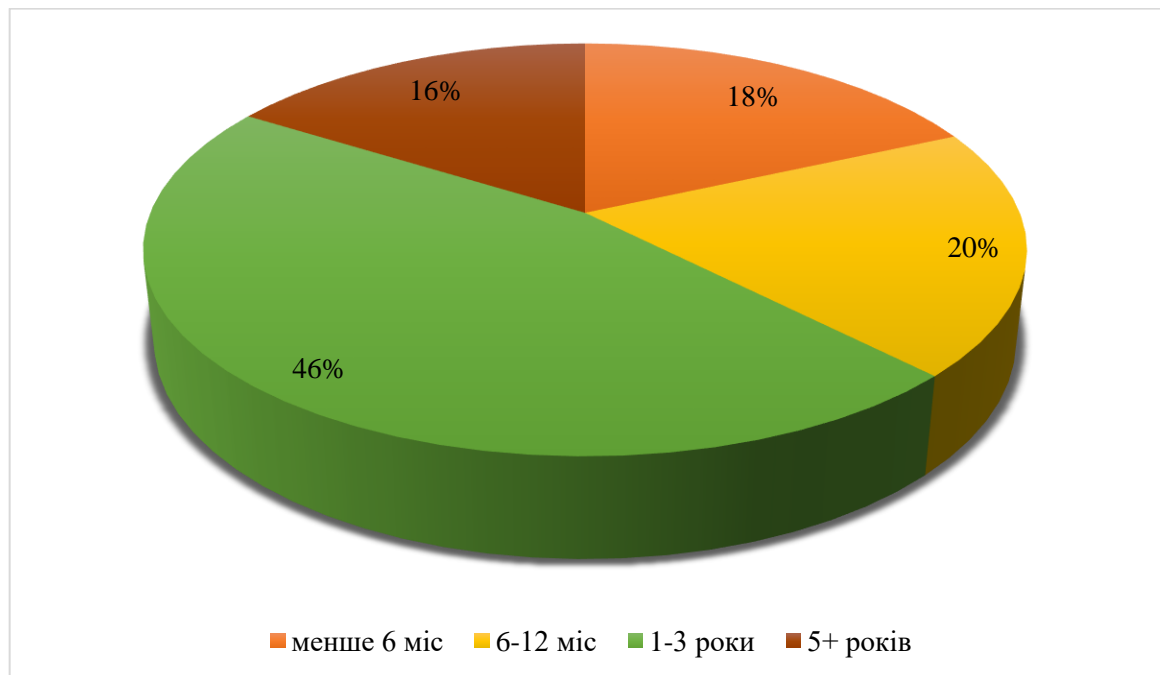


Рис. 2.3 Розподіл досліджуваних за тривалістю стосунків

Таблиця 2.1

Характеристика досліджуваної групи, %

Сфера діяльності	36 – Працюю
	31 – Навчаюся
	31 – Навчаюся, працюю
	2 – Нічого з переліченого
Досвід проживання в різних містах/країнах	23 – Так, після 24.02.22
	19 – Так, і до, і після 24.02.22
	16 – Так, до 24.02.22
	42 – Ні
Сімейний статус	21 – Одружені/заміжні
	79 – Неодружені/незаміжні
Вплив війни на якість стосунку	37 – Стосунки покращилися
	28 – Не змінилися
	14 – Погіршилися
	21 – Стосунки почалися після 24.02.22
Коли одружилися/вийшли заміж	8 – До 24.02.22
	13 – Після 24.02.22
	79 – Не одружені/заміжні

Вплив	2 – Вплинула
повномасштабної	3 – Певною мірою
війни на рішення	16 – Не вплинула
одружитися/вийти	79 – Не одружені/заміжні
заміж	

2.4. Аналіз даних

Аналіз отриманих даних та перевірка гіпотез здійснювалися у програмі STATISTICA 8.0. Спершу всі шкали було перевірено на узгодженість з нормальним розподілом і оскільки частина шкал не узгоджувалася з ним, було обрано непараметричні статистичні методи аналізу даних для подальшої перевірки гіпотез (Додаток В). Крім того, було проаналізовано групу досліджуваних для визначення середнього значення, медіани, стандартного відхилення та відсоткових співвідношень за віком, статтю та іншими показниками.

Для перевірки гіпотези про те, що досліджувані з більш розвиненими навичками діадного копінгу будуть мати вищі показники емоційної близькості, було здійснено кореляційний аналіз між шкалами емоційної близькості та діадного копінгу. Так як в обох шкал був ненормальний розподіл, було обрано критерій Спірмена для перевірки цієї гіпотези.

Щоб перевірити гіпотезу про те, що досліджувані з безпечним стилем прив'язаності будуть мати вищі показники емоційної близькості, було здійснено кореляційний аналіз між шкалами тривожності, уникання та емоційної близькості. При перевірці узгодженості шкал з нормальним розподілом було виявлено, що всі три шкали мають ненормальний розподіл і саме тому для перевірки цієї гіпотези було обрано непараметричний метод – критерій Спірмена (Додаток Г).

Для того, щоб перевірити гіпотезу про те, що особистісні характеристики мають зв'язок з емоційною близькістю та діадним копінгом було здійснено кореляційний аналіз між шкалами відкритості, сумлінності, емоційної близькості та діадного копінгу. При перевірці узгодженості шкал з нормальним розподілом було виявлено, що шкали відкритості та сумлінності мають нормальний розподіл. Втім, так як шкали емоційної близькості та діадного копінгу мали ненормальний розподіл, для подальшої перевірки цієї гіпотези було обрано критерій Спірмена (Додаток Г).

Також в контексті першої було перевірено додаткову гіпотезу про те, що навички діадного копінгу є суттєвим чинником емоційної близькості. Для цього було здійснено множинний регресійний аналіз між шкалами діадного копінгу та емоційної близькості, контролюючи такі змінні як уникання, тривожність, особистісні характеристики, вік, стать, тривалість романтичних

стосунків, сфера діяльності, досвід проживання у різних містах та країнах, сімейний статус, вплив війни на якість стосунку (Додаток Д).

Для ще однієї додаткової гіпотез про те, що існують статистично значущі відмінності за показником діадного копінгу та емоційної близькості у групах, в яких стосунки покращилися, погіршилися, не змінилися чи почалися після початку повномасштабної війни, було здійснено порівняльний аналіз 4 груп. Для цього всі чотири групи було перевірено на гомогенність за критерієм Лівена. Оскільки гомогенність дисперсій спостерігалася за обидвома шкалами, емоційної близькості та діадного копінгу ($p < 0,05$), було використано параметричний спосіб для подальшого аналізу результатів – однофакторний дисперсійний аналіз (Додаток Е).

Висновки до другого розділу

Поточне дослідження є кроссекційним, в ньому було використано чотири методики «П'ятифакторний особистісний опитувальник (Велика п'ятірка)», «Коротка шкала доступності, чуйності та залученості», «Методика стилю прив'язаності», «Методика діадного копінгу», метою яких було виміряти обрані показники способами, які рідко чи, взагалі, не використовувалися у попередніх дослідженнях. В дослідженні взяли участь 112 досліджуваних, які станом на 2022 рік перебували в романтичних стосунках. Так як групою, на якій було сфокусовано увагу в дослідженні, була українська молодь, яка перебувала в романтичних стосунках станом на 2022 рік, отримані дані дадуть змогу дослідити вплив стресу війни на функціонування пар. Для аналізу отриманих даних було здійснено описову статистику, порівняльний, кореляційний та регресійний аналізи.

РОЗДІЛ III.

РЕЗУЛЬТАТИ ТА ДИСКУСІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

3.1. Результати перевірки гіпотез

В поточному дослідженні середній показник за шкалою діадного копінгу становив 77, медіана – 79, при цьому 22% досліджуваних мали середні значення за цією шкалою, 3% нижче середнього та 75% - вище середнього і, відповідно, добре розвинені навички діадного копінгу, стандартне відхилення становить 10,66. За шкалою емоційної близькості середній показник становив 25, медіана – 26, при цьому 27% досліджуваних мали нижчу середнього емоційну близькість, 25% - середню та 48% - вищу середнього; стандартне відхилення в поточній шкалі становило 3,31 (Додаток В).

Зв'язок між діадним копінгом та емоційною близькістю в романтичних стосунках молоді

В результаті перевірки гіпотези про те, що досліджувані з більш розвиненими навичками діадного копінгу будуть мати вищі показники емоційної близькості, було виявлено, що між шкалами діадного копінгу та емоційної близькості існує статистично значуща пряма кореляція, яка до того ж показує має силу зв'язку вище середнього ($r = 0,66; p = 0,00$) (рис. 3.1) (Додаток Г). Це вказує на те, що люди, які мають більш розвинені навички діадного копінгу і, відповідно, краще справляються зі стресом у парі, є більш емоційно близькими. Відтак, можна сказати, що ця гіпотеза підтвердилася і між навичками діадного копінгу та емоційною близькістю справді є суттєвий зв'язок.

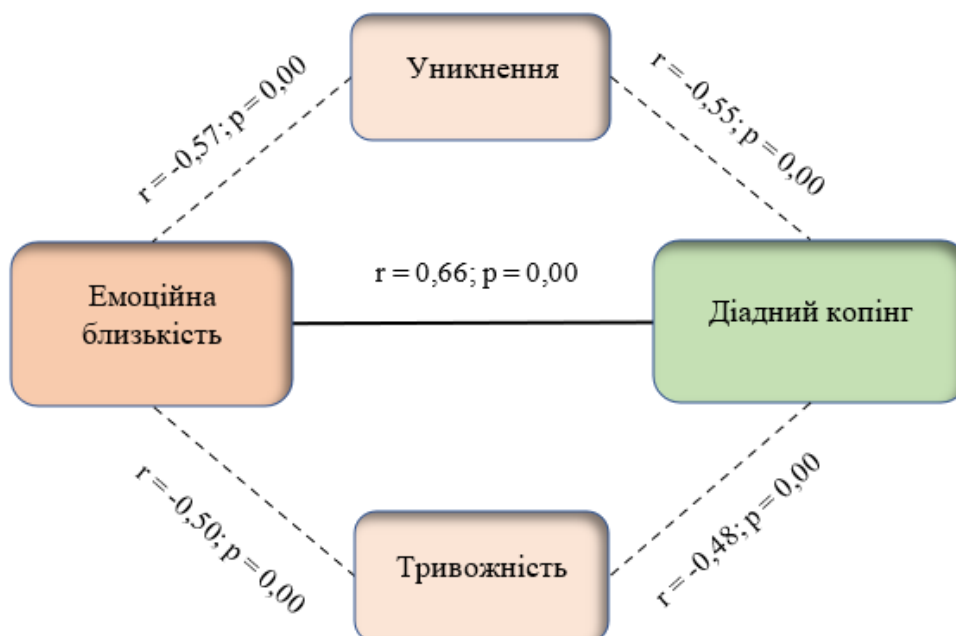


Рис. 3.1 Кореляційна плеяда зв'язку показників емоційної близькості з діадним копінгом, униканням та тривожністю в романтичних стосунках молоді

Зв'язок між стилем прив'язаності та емоційною близькістю, діадним копінгом в романтичних стосунках молоді

Перевірка гіпотези про те, що досліджувані з безпечним стилем прив'язаності будуть мати вищі показники емоційної близькості та діадного копінгу показала, що існує статистично значущий обернений зв'язок між шкалами тривожності та емоційної близькості й діадного копінгу; також статистично значущий обернений зв'язок спостерігався між шкалами уникнення та емоційної близькості й діадного копінгу (рис. 3.1) (Додаток Г). Це вказує на те, що ті досліджувані, які мають більш розвинені навички діадного копінгу і, відповідно, краще справляються зі стресом у парі, а також мають вищий рівень емоційної близькості в стосунках, мають нижчі рівні уникнення та тривожності. Отже, можна сказати, що ця гіпотеза також підтвердилася і між прив'язаністю та емоційною близькістю й діадним копінгом є значуща обернена кореляція.

Зв'язок між особистісними характеристиками та емоційною близькістю, діадним копінгом в романтичних стосунках молоді

У результаті перевірки гіпотези про те, що особистісні характеристики мають зв'язок з емоційною близькістю та діадним копінгом, було виявлено, що існує статистично значущий прямий зв'язок між шкалою відкритості та діадного копінгу ($r = 0,24; p = 0,01$) (Додаток Г). Втім, не було виявлено статистично значущого зв'язку між шкалою сумлінності та діадного копінгу ($r = 0,10; p = 0,34$) (Додаток Г); між шкалою емоційної близькості та шкалами відкритості ($r = -0,01; p = 0,89$) й сумлінності ($r = -0,02; p = 0,83$) (Додаток Г). Отже, можна зробити висновок, що ця гіпотеза підтвердилася частково, так як існує статистично значущий зв'язок тільки між шкалами відкритості та діадного копінгу.

Роль діадного копінгу у вираженості емоційної близькості в романтичних стосунках молоді

Перевірка додаткової гіпотези про те, що навички діадного копінгу є суттєвим чинником емоційної близькості, було виявлено, що діадний копінг справді значною мірою відіграє роль у вираженості емоційної близькості ($\beta = 0,46; R^2 = 0,62; p = 0,00$) (рис. 3.2) (Додаток Д). Також було виявлено, що окрім діадного копінгу у емоційній близькості відіграють роль такі чинники як: тривожність, уникнення, вплив війни, стать та сумлінність, проте останні три чинники не мали статистично значущої ролі у емоційній близькості (рис. 3.2) (Додаток Д). Відтак, можна зробити

висновок, що ця гіпотеза повністю підтвердилася, оскільки діадний копінг відіграє суттєву роль у вираженості емоційної близькості у романтичних стосунках.

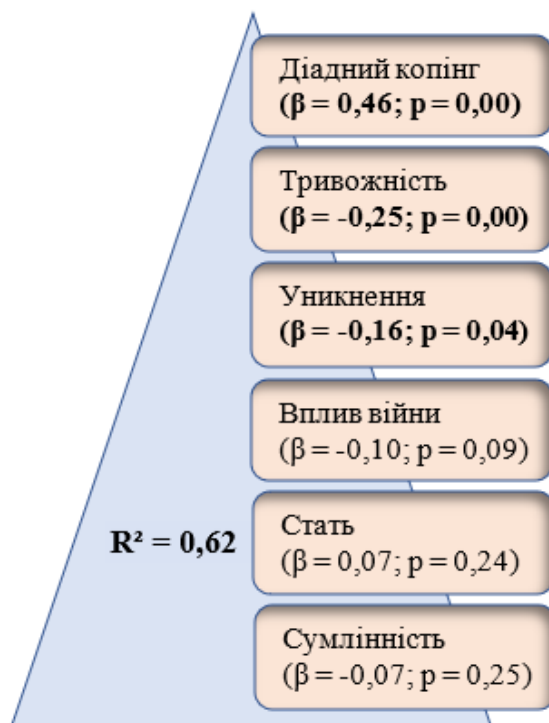


Рис. 3.2 Регресійна модель емоційної близькості в романтичних стосунках молоді

Особливості діадного копінгу та емоційної близькості у групах з різним ставленням до впливу війни на якість стосунку

Також в поточному дослідженні було додатково перевірено гіпотезу про те, що існують статистично значущі відмінності за показником діадного копінгу та емоційної близькості у групах, в яких стосунки покращилися, погіршилися, не змінилися чи почалися після початку повномасштабної війни. Було виявлено, що в таких групах справді є суттєві відмінності – найвищі рівні емоційної близькості та діадного копінгу були у першій групі, де стосунки після початку повномасштабної війни покращилися; середні показники були у групі, де в досліджуваних стосунки не змінилися з початку повномасштабної війни, та найнижчі – у групі, де стосунки досліджуваних погіршилися з початку повномасштабної війни. Група, в якій досліджувані розпочали стосунки після початку повномасштабної війни, показала середні показники емоційної близькості та вищі середнього показники діадного копінгу (Рис. 3.3) (Додаток Е). Отже, можна зробити висновок, що ця гіпотеза повністю підтвердилася і між різними групами за показниками емоційної близькості та діадного копінгу справді є статистично значущі відмінності.

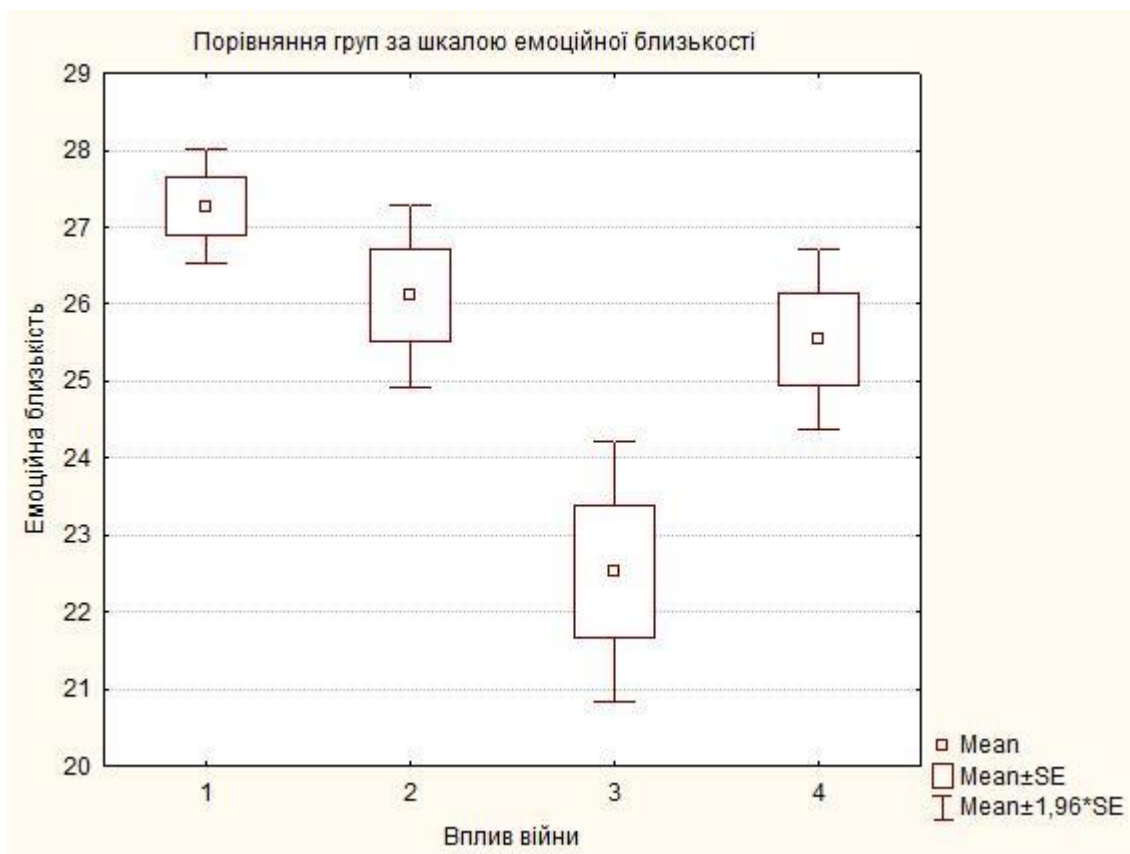


Рис. 3.3 Порівняння чотирьох груп за рівнем емоційної близькості

Примітка: 1 група – стосунки покращилися після початку повномасштабної війни; 2 група – стосунки не змінилися; 3 група – стосунки погіршилися; 4 – стосунки почалися після початку повномасштабної війни

3.2. Дискусія результатів

Отримані в поточному дослідженні результати показали, що діадний копінг та стилі прив'язаності є корелятами емоційної близькості в романтичних стосунках молоді, що значною мірою узгоджується з проаналізованою теорією. Зокрема, було підтверджено низку гіпотез, серед яких, гіпотеза про те, що досліджувані з більш розвиненими навичками діадного копінгу мають вищі показники емоційної близькості, що узгоджується з дослідженнями G. Bodenmann (1997); досліджувані з безпечним стилем прив'язаності мають вищі показники емоційної близькості та діадного копінгу, що узгоджуються з попередніми дослідженнями (Heinicke & Westheimer, 1966; Shaver & Brennan, 1992). Також було підтверджено додаткову гіпотезу про те, що навички діадного копінгу є суттєвим чинником емоційної близькості, про що у своїх дослідженнях писав G. Bodenmann (1995).

Однак, гіпотеза про те, що особистісні характеристики мають зв'язок з емоційною близькістю та діадним копінгом підтвердилася лише частково, адже статистично значущий зв'язок був лише між діадним копінгом та шкалою відкритості, що свідчить про те, що чим вищим є рівень

відкритості в досліджуваних, тим краще розвинені в них навички діадного копінгу. Відтак, отримані результати суперечать дослідженню J. K. White та ін. (2004), в яких такий зв'язок простежувався. Такі результати можна пояснити тим, що в попередніх дослідженнях для вимірювання як особистісних характеристик, так і діадного копінгу та емоційної близькості використовували інші методики, що могло вплинути на відмінність у результатах. Окрім того, відсутність зв'язку між сумлінністю та діадним копінгом й емоційною близькістю можна пояснити тим, що в тих умовах, в яких на момент проведення дослідження перебували українці, важко було проявляти дисциплінованість, організованість та відповідальність, які є проявами шкали сумлінності – період опитування припав на найбільшу кількість відключень електроенергії та масових ворожих атак через що відповіді могли значною мірою відрізнятись від тих, які могли бути зібрані у мирний час.

В поточному дослідженні було також виявлено, що діадний копінг та стилі прив'язаності є чинниками, які відіграють роль у вираженості емоційної близькості в романтичних стосунках, що узгоджується з попередніми дослідженнями (Bodenmann, 1995; Nofle & Shaver, 2006; Shaver & Brennan, 1992). Відтак, є сенс заглиблюватися у вивчення цих чинників, що в подальшому допоможе у складанні психоедукаційних тренінгів та курсів, сфокусованих саме на молодих українцях.

Також в поточному дослідженні було виявлено, що в групах з різним суб'єктивним ставленням щодо впливу війни на якість стосунку справді є суттєві відмінності. Цікавим фактом є те, що група, в якій досліджувані розпочали стосунки після початку повномасштабної війни, показала середні показники емоційної близькості та вищі середнього показники діадного копінгу. Такий результат можна пояснити тим, що у зв'язку з невеликою тривалістю таких стосунків (до 9 місяців), пари не мали можливості достатньо зблизитися, проте через те, що ці стосунки почалися у непростий для українців час, досліджуваним довелося швидко навчитися реагувати на стрес одне одного та давати з ним раду у парі.

Отримані результати дали змогу пролити світло на зв'язки між діадним копінгом й емоційною близькістю та її корелятами в умовах воєнного стресу – як і у дослідженнях, де учасники перебували у безпечних умовах, в поточному дослідженні спостерігався зв'язок між діадним копінгом та емоційною близькістю. Такий результат можна пояснити тим, що хоч і українці перебувають у надзвичайно складних умовах, вміння давати раду з таким стресом не тільки не перешкоджає, а навпаки сприяє емоційній близькості.

Відтак, зібрані дані можна спрямувати одразу в кілька русла – розвиток навичок діадного копінгу молоді та в розвиток обізнаності про важливість наявності в житті дитини об'єкта прив'язаності, який відгукуватиметься на запити, піклуватиметься та підтримуватиме. Запровадження тренінгів, лекцій та курсів для молодих пар, батьків та майбутніх батьків є важливою частиною психоедукації, яка дозволить виростити в повоєнні часи покоління більш свідомого та менш травмованого суспільства.

3.3. Обмеження та перспективи дослідження

До обмежень, які могли вплинути на результати поточного дослідження належать невелика кількість досліджуваних, нерівномірний розподіл за статтю та використання лише опитувальників як методу збору даних. Окрім того, охоплена була тільки частка українців віком 18-35 років, а отже, результати є нерепрезентативними для осіб старше цього віку та які перебувають у шлюбі довший період часу. Також на результати дослідження міг вплинути воєнний стрес та обставини, які загрожували здоров'ю та життю досліджуваних.

Відтак, доцільним є проведення подібного дослідження на вибірці одружених українців, на українцях віком 35+ років та на ті й же вибірці у повоєнний період, порівнявши з результатами, отриманими у поточному дослідженні. Також доцільно буде застосувати інші методи дослідження, до прикладу, інтерв'ю, спостереження чи експеримент.

Висновки до третього розділу

В результаті перевірки гіпотез до поточного дослідження, було виявлено, що більшість з них підтвердилися, а та гіпотеза, яка підтвердилася лише частково мала для цього логічне пояснення та чинники, які могли вплинути на результат.

Отримані результати значною мірою узгоджуються з попередніми дослідженнями та в певних моментах доповнюють їх. Поточне дослідження має кілька цікавих відкриттів серед яких підсвічення ролі діадного копінгу у емоційній близькості в романтичних стосунках в умовах воєнного стресу не тільки в одружених, а й не одружених пар. Відтак, результати наголошують на важливості розвитку навичок діадного копінгу, що дозволить покращити емоційну близькість в стосунках молоді.

Поточне дослідження має низку обмежень, зокрема невелика вибірка, нерівномірний розподіл досліджуваних за статтю та використання лише опитувальників як методу збору даних, чого можна уникнути при проведенні майбутніх досліджень

ВИСНОВКИ

Метою поточного дослідження став пошук відповіді на те, чи справді діадний копінг є корелятом емоційної близькості в романтичних стосунках молоді, беручи до уваги контекст воєнного стресу.

В актуальному дослідженні було в повній мірі виконано всі поставлені завдання. Зокрема, було встановлено ключові чинники емоційної близькості в романтичних стосунках. З аналізу теорії такими чинниками було визначено діадний копінг, стилі прив'язаності та особистісні характеристики. Результати емпіричного дослідження показали, що діадний копінг та стилі прив'язаності – тривожність та уникнення справді мають статистично значущий зв'язок з емоційною близькістю в романтичних стосунках молоді, яка перебуває в умовах воєнного стресу. Втім, не було знайдено статистично значущого зв'язку між емоційною близькістю та особистісними характеристиками – відкритістю та сумлінністю, що можна пояснити відмінними методиками та обставинами, в яких перебували досліджувані.

Також було обґрунтовано методичні засади для вивчення діадного копінгу, емоційної близькості та її корелятивів. Проаналізувавши які методики було використано у попередніх дослідженнях було відібрано ті опитувальники, які раніше не використовувалися у подібних дослідженнях для того, щоб дослідити чи спостерігатиметься зв'язок між корелятами за таких обставин.

В поточному дослідженні було визначено роль діадного копінгу в емоційній близькості в романтичних стосунках молоді в контексті воєнного стресу. Як і очікувалося, діадний копінг відіграє важливу роль у вираженості емоційної близькості в молоді, відтак вміння давати раду зі стресом є важливою навичкою, яка попри будь-які складні зовнішні обставини підтримуватиме емоційну близькість всередині пари на високому рівні.

Окрім вже зазначених завдань, в поточній роботі також були окреслені основні напрямки застосування отриманих результатів. Зокрема, розуміння того як навички діадного копінгу впливають на емоційну близькість, дозволить зосередити увагу на покращенні цих навичок, що допоможе тим парам, в яких є труднощі у функціонуванні та, відповідно, слабо виражена емоційна близькість. Психоедукація та залучення пар до програм з розвитку діадного копінгу стане важливою частиною як психокорекції, психологічного консультування, так і сімейної психотерапії. Ще один результат дослідження – зв'язок та роль стилів прив'язаності у емоційній близькості має значну важливість у різноманітних контекстах, починаючи з необхідності додавання в програми підготовки до майбутнього батьківства інформації про важливість

наявності в житті дитини стабільного об'єкта прив'язаності та закінчуючи психоедукацією пар в межах психологічного консультування та психотерапії. Для ще більшого охоплення населення щодо важливості плекання емоційної близькості та того, що на неї впливає слід запровадити інформаційну кампанію в різноманітних соцмережах, яка не тільки висвітлюватиме тему, а й пропонуватиме курси, тренінги та вебінари з покращення навичок діадного копінгу та плекання здорового й відповідального підходу до батьківства.

На сьогоднішній день проблема недостатньо розвинених навичок діадного копінгу та, відповідно, слабко вираженої емоційної близькості є добре досліджена на одружених парах в країнах США, центральній Європі та країнах Азії. Втім, існує мало вітчизняних досліджень які б докладніше вивчали таку тему, тим паче на неодруженій вибірці. Більше того, існує мало досліджень, які б проводилися в умовах актуального воєнного стану та у повоєнні періоди на неклінічних вибірках. Відтак, у майбутніх дослідженнях варто врахувати обмеження, які вплинули на актуальне дослідження, розширити вибірку та спробувати порівняти показники воєнного та повоєнного періоду, що дозволить розробити актуальні методи покращення функціонування в парі для суспільств, які пережили подібні періоди у своїй історії.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бурлачук, Л. Ф., & Корольов, Д. К. (2000). Адаптація опросника для діагностики п'яти факторів особистості. *Вопросы психологии, 1*, 126-134.
2. Саволайнен, В. І. (1993). *Молодь: її права та соціальне становлення в сучасній Україні*. Міністерство Юстиції України. https://minjust.gov.ua/m/str_41555
3. Bodenmann, G. (1995). A systemic-transactional conceptualization of stress and coping in couples. *Swiss Journal of Psychology/Schweizerische Zeitschrift für Psychologie/Revue Suisse de Psychologie*.
4. Bodenmann, G. (1997). Dyadic coping—a systematic-transactional view of stress and coping among couples: Theory and empirical findings. *European Review of Applied Psychology, 47*, 137-140.
5. Bodenmann, G. (2008). Dyadisches coping inventar (DCI).
6. Bodenmann, G., Falconier, M. K., & Randall, A. K. (2019). Dyadic coping. *Frontiers in Psychology, 14*, 98.
7. Bodenmann, G., Ledermann, T., & Bradbury, T. N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal relationships, 14*(4), 551-569.
8. Bodenmann, G., Meuwly, N., & Kayser, K. (2011). Two conceptualizations of dyadic coping and their potential for predicting relationship quality and individual well-being. *European Psychologist, 16*(1), 1-11.
9. Bond, S. (2009). Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 197*(2), 144–145. <https://doi.org/10.1097/nmd.0b013e318195fe3f>
10. Bradbury, T., Karney, B., Iafraite, R., & Donato, S. (2010). Building better intimate relationships: Advances in linking basic research and preventive interventions. In *close relationships and community psychology an international perspective* (pp. 224-240). Franco Angeli.
11. Breitenstein, C. J., Milek, A., Nussbeck, F. W., Davila, J., & Bodenmann, G. (2018). Stress, dyadic coping, and relationship satisfaction in late adolescent couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 35*(5), 770-790.
12. Carroll, E. M., Rueger, D. B., Foy, D. W., & Donahoe, C. P. (1985). Vietnam combat veterans with posttraumatic stress disorder: Analysis of marital and cohabiting adjustment. *Journal of Abnormal Psychology, 94*(3), 329-337.
13. Cutrona, C. E. (1996). Social support as a determinant of marital quality. In G. R. Pierce, B. R.

14. *Divorce rates in European countries 2020* | Statista. (2022, October 21). Statista. <https://www.statista.com/statistics/612207/divorce-rates-in-european-countries-per-100-marriages/>
15. Falconier, M. K., Nussbeck, F., & Bodenmann, G. (2013). Immigration stress and relationship satisfaction in Latino couples: The role of dyadic coping. *Journal of Social and Clinical Psychology, 32*(8), 813-843.
16. Fast, B. (1979). *Getting close*. Berkley
17. Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology, 78*(2), 350.
18. Gottman, J. M. (1993). The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: a longitudinal view of five types of couples. *Journal of consulting and clinical psychology, 61*(1), 6.
19. Heinicke, C. M., & Westheimer, I. (1966). Brief separations.
20. Howard, P. J., Medina, P. L., & Howard, J. M. (1996). The big five locator: A quick assessment tool for consultants and trainers. *ANNUAL-SAN DIEGO-PFEIFFER AND COMPANY-, 1*, 107-122.
21. Johnson, S. M. (2017). Attachment theory. *Y Encyclopedia of couple and family therapy* (c. 1–8). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-15877-8_215-1
22. Jordan, B. K., Marmar, C. R., Fairbank, J. A., Schlenger, W. E., Kulka, R. A., Hough, R. L., & Weiss, D. S. (1992). Problems in families of male Vietnam veterans with posttraumatic stress disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 60*, 916-926.
23. Ledermann, T., Bodenmann, G., Rudaz, M., & Bradbury, T. N. (2010). Stress, communication, and marital quality in couples. *Family Relations, 59*(2), 195-206.
24. Neff, L. A., & Karney, B. R. (2004). How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin, 30*(2), 134-148.
25. Nofhle, E. E., & Shaver, P. R. (2006). Attachment dimensions and the big five personality traits: Associations and comparative ability to predict relationship quality. *Journal of research in personality, 40*(2), 179-208.
26. Plopa, M. (2007). *Psychologia rodziny: teoria i badania* [Family Psychology: Theory and Research]. *Oficyna Wydawnicza Impuls: Kraków, Poland*.

27. Psychology today. (2020, December 9). Conscientiousness. *Psychology Today*.
<https://www.psychologytoday.com/intl/basics/conscientiousness#:~:text=Conscientiousness%20is%20a%20fundamental%20personality,adhere%20to%20norms%20and%20rules>.
28. Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical psychology review, 29*(2), 105-115.
29. Sandberg, J. G., Busby, D. M., Johnson, S. M., & Yoshida, K. (2012). The brief accessibility, responsiveness, and engagement (BARE) scale: A tool for measuring attachment behavior in couple relationships. *Family Process, 51*(4), 512-526.
30. Sandberg, J. G., Novak, J. R., Davis, S. Y., & Busby, D. M. (2016). The brief accessibility, responsiveness, and engagement scale: A tool for measuring attachment behaviors in clinical couples. *Journal of marital and family therapy, 42*(1), 106-122.
31. Sarason, & I. G. Sarason (Eds.), *Handbook of social support and the family* (pp. 173–194). New York: Guilford Press.
32. Shaver, P. R., & Brennan, K. A. (1992). Attachment styles and the "Big Five" personality traits: Their connections with each other and with romantic relationship outcomes. *Personality and social psychology bulletin, 18*(5), 536-545.
33. Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. The Guilford Press.
34. Timmerman, G. M. (1991). A concept analysis of intimacy. *Issues in mental health nursing, 12*(1), 19-30.
35. Traa, M. J., De Vries, J., Bodenmann, G., & Den Oudsten, B. L. (2015). Dyadic coping and relationship functioning in couples coping with cancer: A systematic review. *British journal of health psychology, 20*(1), 85-114.
36. White, J. K., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (2004). Big five personality variables and relationship constructs. *Personality and individual differences, 37*(7), 1519-1530. York, NY: Springer

ДОДАТКИ
ДОДАТОК А

Описова статистика досліджуваних за шкалою віку

Табл. А.1.

	Valid N	Mean	Median	Minimum	Maximum	Std.Dev.
Вік	112	21,79	21,00	18,00	32,00	3,07

ДОДАТОК Б

Описова статистика досліджуваних за різними шкалами

Табл. Б.1.

	Mean	Median	Mode	Frequency - of Mode	Minimum	Maximum	Variance	Std.Dev.
BigF Відкритість	42,54	41,92	Multiple	14	9,23	66,92	156,60	12,51
BigF Сумлінність	48,85	50,25	50,29	16	29,70	73,82	90,86	9,53
Емоційна близькість	25,91	26,50	29,50	14	15,00	30,00	10,96	3,31
ECR Тривожність	2,56	2,28	1,00	11	1,00	6,00	1,57	1,25
ECR Уникнення	2,35	2,00	1,86	10	1,00	5,71	1,10	1,05
DCI	77,06	79,00	74,00	8	43,00	94,00	113,77	10,66

ДОДАТОК В

Перевірка розподілу шкал досліджуваних на узгодженість з нормальним

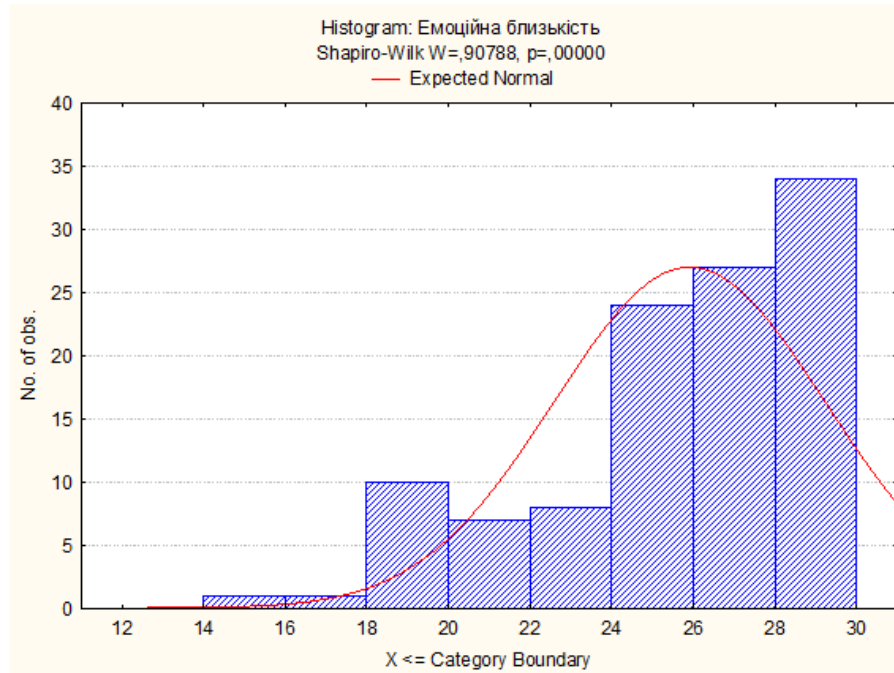


Рис. В.1. Розподіл досліджуваних за шкалою емоційної близькості

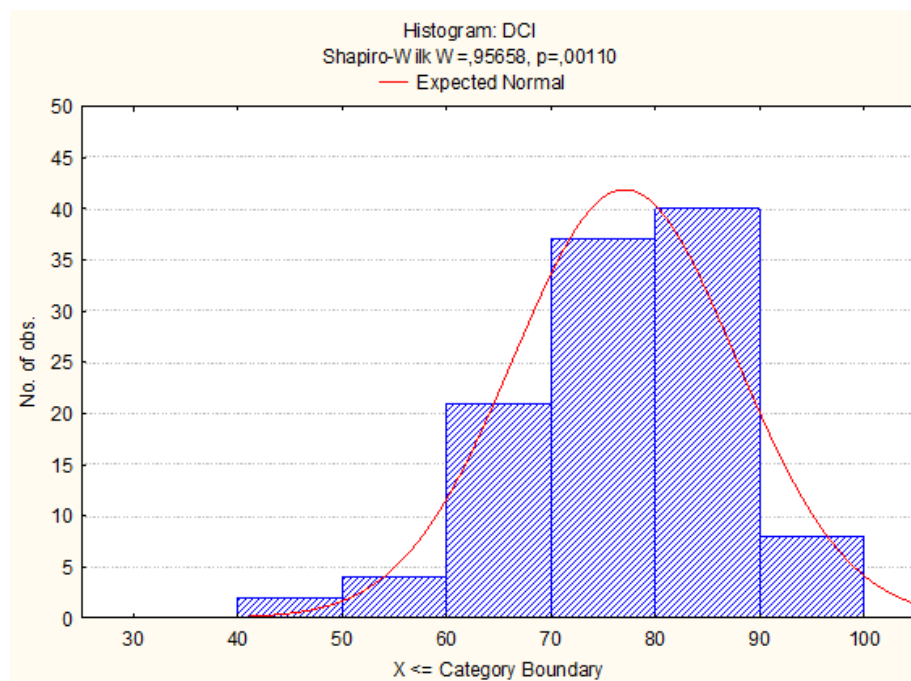


Рис. В.2. Розподіл досліджуваних за шкалою діадного копінгу

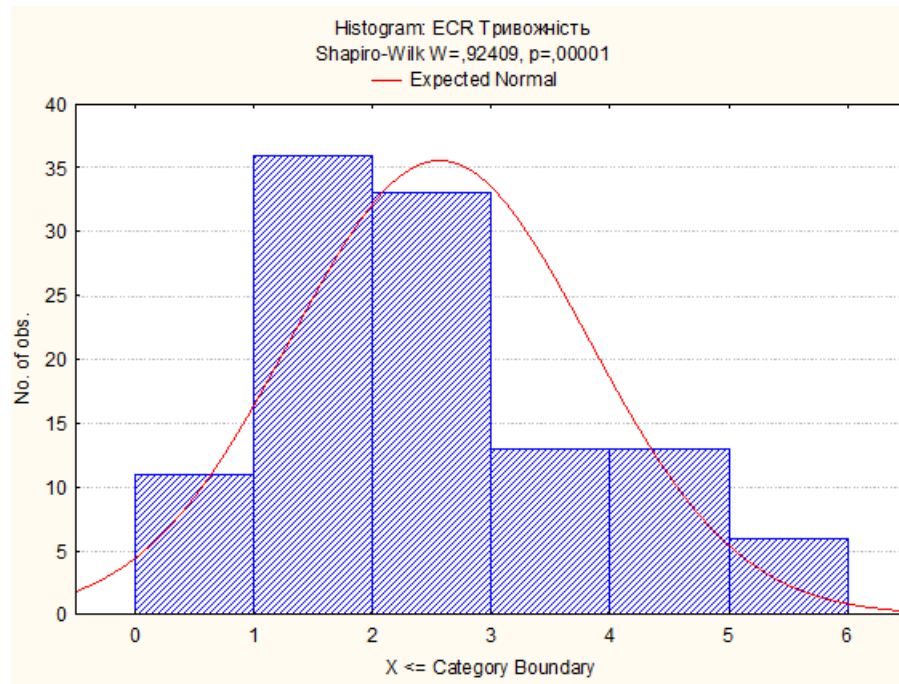


Рис. В.3. Розподіл досліджуваних за шкалою тривожності

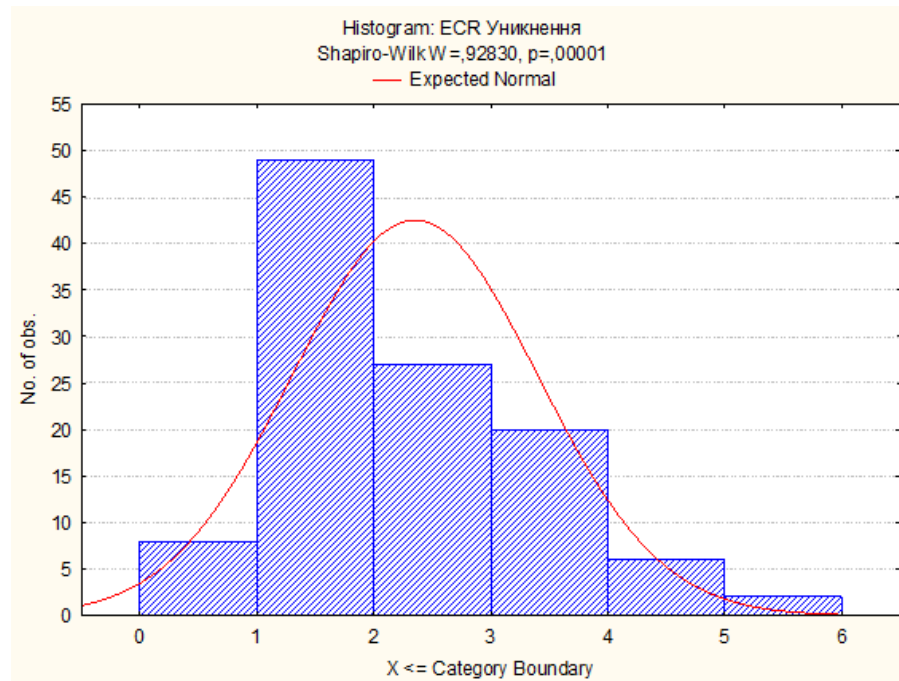


Рис. В.4. Розподіл досліджуваних за шкалою уникнення

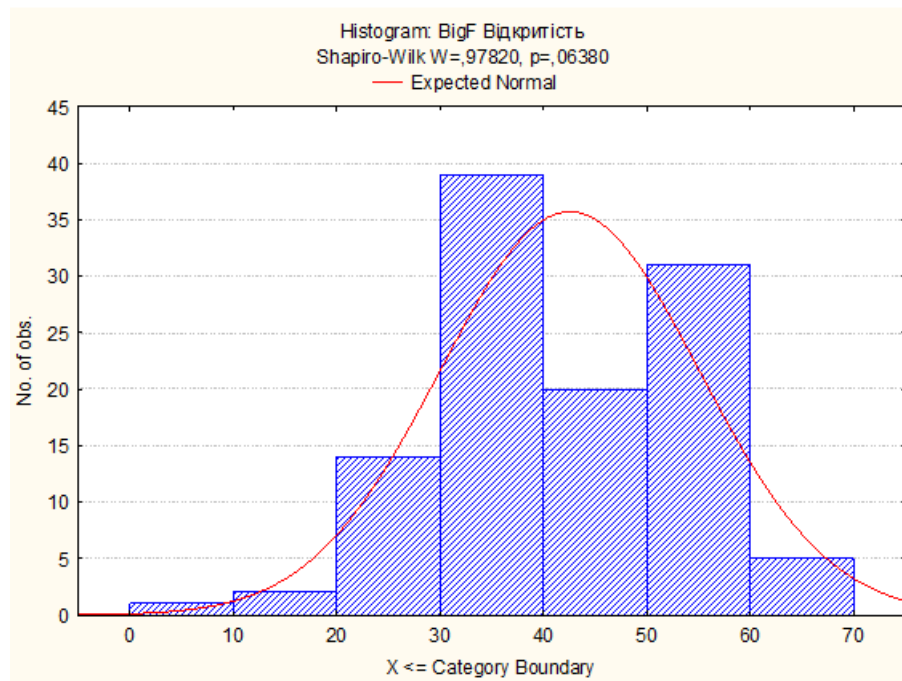


Рис. В.5. Розподіл досліджуваних за шкалою відкритості

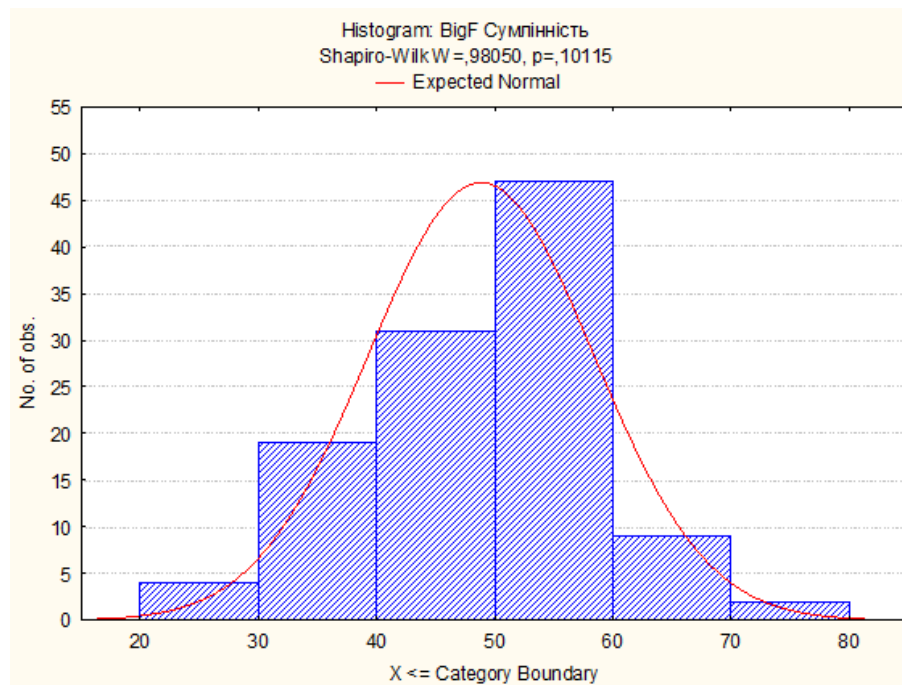


Рис. В.6. Розподіл досліджуваних за шкалою сумлінності

ДОДАТОК Г
Результати кореляційного аналізу

Табл. Г.1.

Показники кореляції між діадним копінгом та емоційною близькістю, шкалами тривожності, уникнення, відкритості та сумлінності				
	Valid - N	Spearman - R	t(N-2)	p-level
Діадний копінг & Емоційна близькість	112	0,66	9,23	0,00
Діадний копінг & ECR Тривожність	112	-0,48	-5,72	0,00
Діадний копінг & ECR Уникнення	112	-0,55	-6,85	0,00
Діадний копінг & BigF Відкритість	112	0,24	2,59	0,01
Діадний копінг & BigF Сумлінність	112	0,08	0,94	0,34

Табл. Г.2.

Показники кореляції між емоційною близькістю та шкалами тривожності, уникнення, відкритості та сумлінності				
	Valid - N	Spearman - R	t(N-2)	p-level
Емоційна близькість & ECR Тривожність	112	-0,50	-6,10	0,00
Емоційна близькість & ECR Уникнення	112	-0,57	-7,26	0,00
Емоційна близькість & BigF Відкритість	112	-0,01	-0,13	0,89
Емоційна близькість & BigF Сумлінність	112	-0,02	-0,21	0,83

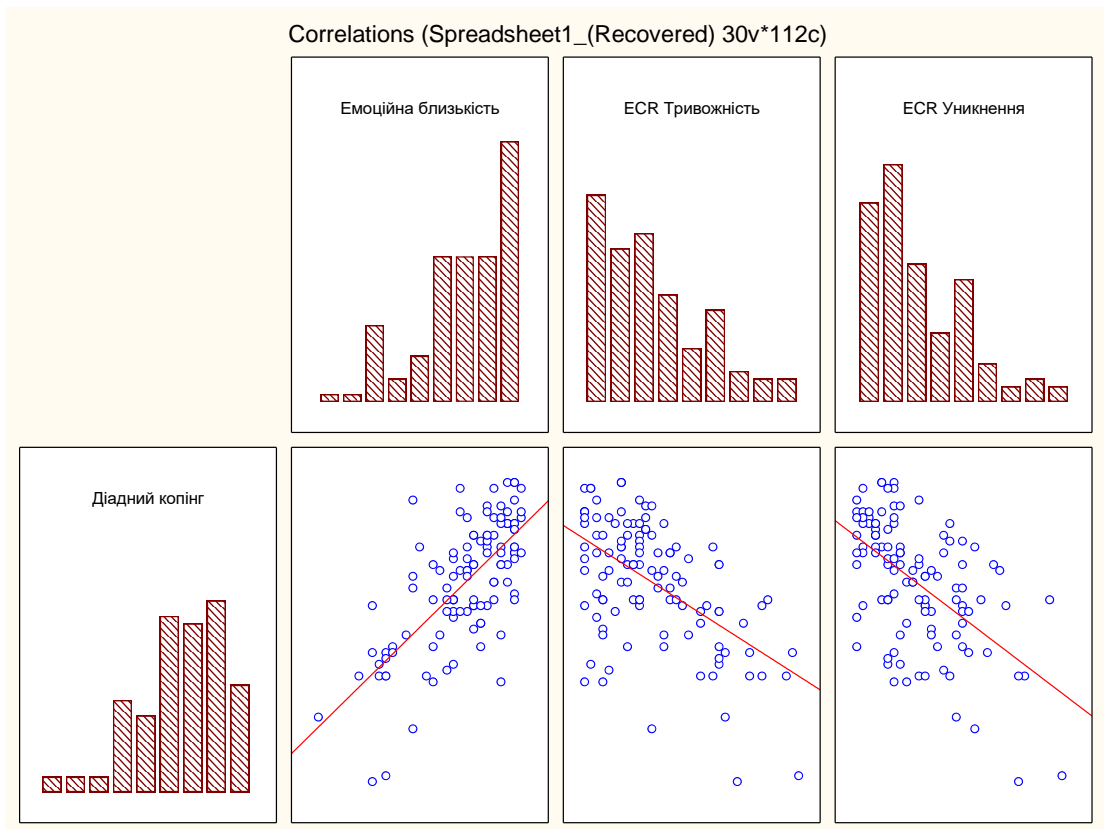


Рис. Г.1. Графіки кореляції між показниками емоційної близькості, тривожності, уникнення та діадного копінгу

ДОДАТОК Д
Результати регресійного аналізу

Табл. Д.1.

Результати регресійного аналізу емоційної близькості R= ,78 R ² = ,61 p<,00 N = 112						
	Beta	Std.Err. - of Beta	B	Std.Err. - of B	t(105)	p-level
Intercept			19,05	2,80	6,80	0,00
DCI	0,46	0,07	0,14	0,02	5,90	0,00
ECR Тривожність	-0,25	0,09	-0,65	0,24	-2,69	0,00
ECR Уникнення	-0,16	0,08	-0,51	0,25	-1,99	0,04
Вплив війни	-0,11	0,06	-0,32	0,19	-1,69	0,09
Стать	0,07	0,06	0,57	0,47	1,19	0,24
BigF Сумлінність	-0,07	0,07	-0,03	0,02	-1,14	0,26

ДОДАТОК Е

Перевірка гомогенності груп за критерієм Лівена

Табл. Е.1.

	SS - Effect	df - Effect	MS - Effect	SS - Error	df - Error	MS - Error	F	p
Емоційна близькість	10,40	3	3,46	357,50	108	3,31	1,04	0,37
DCI	187,46	3	62,48	3317,45	108	30,72	2,03	0,11

Відмінності у рівнях діадного копінгу в різних групах

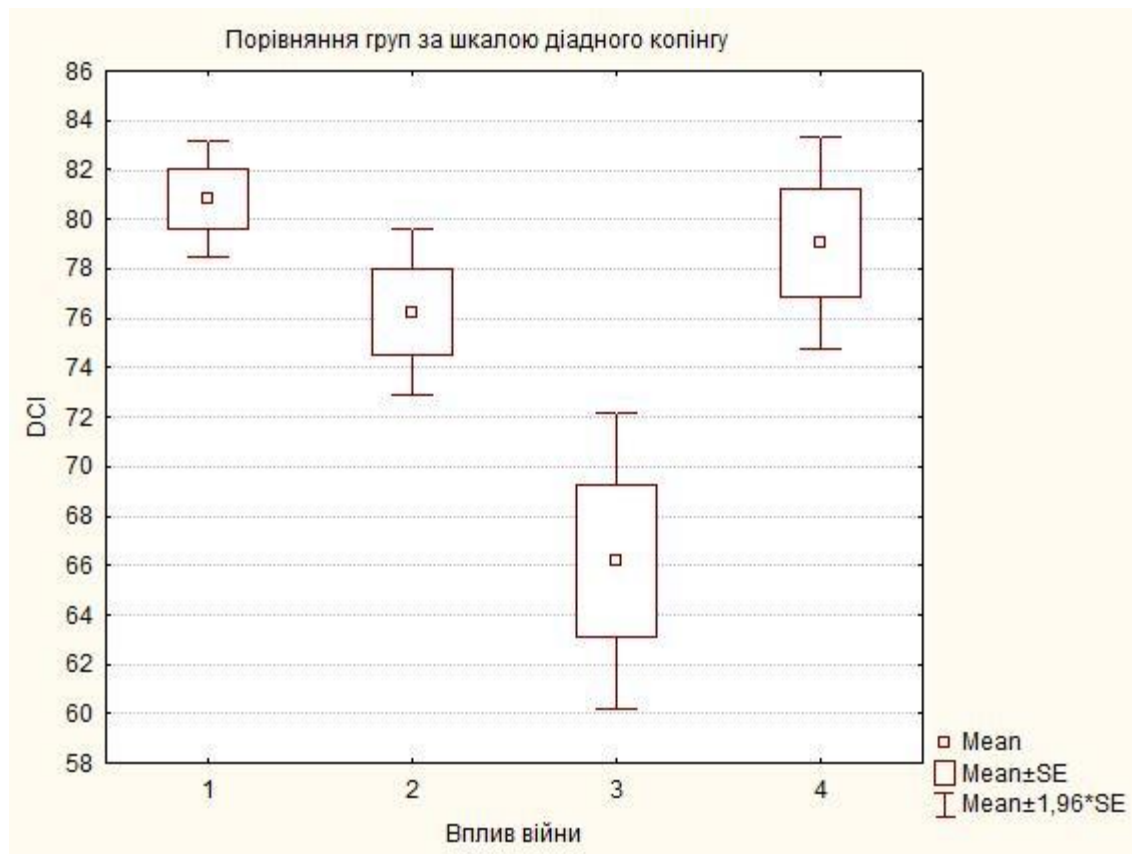


Рис. Е.1 Порівняння чотирьох груп за рівнем діадного копінгу

Примітка: 1 група – стосунки покращилися після початку повномасштабної війни; 2 група – стосунки не змінилися; 3 група – стосунки погіршилися; 4 – стосунки почалися після початку повномасштабної війни