



Феномен скучания при разлуке близкими у студентов вузов: инвариантное ядро и вариативные аспекты

М. В. САПОРОВСКАЯ, А. С. КАМЕНСКАЯ

АННОТАЦИЯ

Введение. В условиях роста академической мобильности (обучение в другом городе/стране) и цифровизации образования переживание разлуки и скучание по близким (как ее аффективный компонент) становится важным психологическим фактором, влияющим на различные аспекты студенческой жизни.

Цель статьи: комплексный анализ феноменологии скучания в различных типах близких отношений (романтических, детско-родительских, дружеских) у студентов высших учебных заведений для выявления его инвариантных и вариативных характеристик, а также позитивных и негативных эффектов с учетом возрастного контекста выборки (юношество и молодость).

Материалы и методы. Качественные (контент-анализ ответов на полуструктурированные интервью, лексико-семантический анализ текстовых данных) и количественные процедуры (частотный и сравнительный анализы с использованием критерия χ^2 -Пирсона на студенческой выборке $N = 175$ молодых взрослых).

Результаты. В рамках структурного подхода к социальным представлениям (Ж.К. Абрик, К. Фламан) выявлено инвариантное ядро скучания, универсальное для всех типов отношений (более 40% ответов; $N=175$, при отсутствии статистически значимых межгрупповых различий, при $p > 0,05$): базовая потребность в физической, ментальной близости и воссоединении; доминирование негативных эмоций (тоска, грусть); преобладание активных стратегий совладания (поддержание связи на расстоянии, отвлечение). Выделены периферийные вариации (при показателе значимости различий $p < 0,05$): для романтических отношений – навязчивые мысли, тактильный дефицит, снижение продуктивности; для детско-родительских связей – дефицит поддержки, регрессия к ранним паттернам привязанности; для дружеских отношений – угроза ослабления эмоциональной связи и вовлеченности, пассивное совладание, неопределенность последствий.

В данном исследовании впервые проведен комплексный анализ структуры скучания у студентов вузов в трех типах близких отношений (романтических, детско-родительских, дружеских) с позиций теории социальных представлений. Акцент на студенческой выборке позволяет рассмотреть данный феномен через призму задач развития юности и ранней взрослости, а также в связи с проблемами академической эффективности студенческой молодежи.

Заключение. Исследование преодолевает существующий теоретико-эмпирический пробел, впервые операционализируя структуру скучания (ядро/периферия) на студенческой выборке, что создает методологическую основу для изучения психологии разлуки. Рассмотрение феномена через призму задач развития периода юности и ранней молодости раскрывает его динамическую природу. Практическая значимость для педагогики высшей школы заключается в том, что выявленные структурные компоненты скучания (универсальные и специфичные) закладывают основы для разработки программ психолого-педагогического сопровождения, направленных на поддержку учебной мотивации, повышение академической вовлеченности и успеваемости студентов, испытывающих стресс разлуки в условиях академической мобильности.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

близкие отношения, разлука, скучание, студенческая молодежь, феноменология, совладание

Для цитирования: Сапоровская М. В., Каменская А. С. Феномен скучания при разлуке близкими у студентов вузов: инвариантное ядро и вариативные аспекты // Перспективы науки и образования. 2026. № 1. С. 538–552. <https://doi.org/10.32744/pse.2026.1.33>

Поступила: 15.07.2025 | Одобрена: 26.09.2025 | Опубликовано: 28.02.2026



Лицензия «С указанием авторства — С сохранением условий». Позволяет перерабатывать, исправлять и развивать произведения при условии указания авторства и лицензирования производных работ на аналогичных условиях.



The Phenomenon Missing Someone during Separation in University Students: The Invariant Core and Variable Aspects

M. V. SAPOROVSKAYA, A. S. KAMENSKAYA

ABSTRACT

Introduction. In the context of growing academic mobility (studying in another city/country) and the digitalization of education, the experience of separation and missing loved ones (as its affective component) is becoming a significant psychological factor affecting various aspects of student life.

The aim of the article: is to conduct a comprehensive analysis of the phenomenology of boredom in different types of close relationships (romantic, parent-child, friendship) among university students, in order to identify its invariant and variable characteristics, as well as its positive and negative effects, taking into account the age context of the sample (late adolescence and young adulthood).

Materials and Methods. The study employs qualitative (content analysis of semi-structured interviews, lexico-semantic analysis of textual data) and quantitative procedures (frequency and comparative analyses using Pearson's χ^2 test on a sample of University Students $N = 175$ young adults).

Results. Within the structural approach to social representations (J.-C. Abric, C. Flament), an invariant core of missingness was identified, universal across all relationship types (over 40% of responses; $N=175$, with no statistically significant intergroup differences at $p > 0.05$): a basic need for physical and mental closeness and reunion; the dominance of negative emotions (longing, sadness); and the prevalence of active coping strategies (maintaining distance communication, distraction). Peripheral variations were identified (with a significance level of $p < 0.05$): for romantic relationships – intrusive thoughts, tactile deficit, decreased productivity; for parent-child bonds – a deficit of support, regression to early attachment patterns; for friendship relationships – the threat of weakened emotional connection and engagement, passive coping, and uncertainty of consequences.

This study presents the first comprehensive analysis of the structure of missingness among university students across three types of close relationships (romantic, parent-child, and friendship) from the perspective of social representations theory. The focus on a student sample allows for the examination of this phenomenon through the lens of developmental tasks of youth and early adulthood, as well as in connection with issues of academic effectiveness among young students.

Conclusion. The study addresses an existing theoretical and empirical gap by pioneering the operationalization of the structure of missingness (core/periphery) in a student sample, thereby establishing a methodological foundation for the psychology of separation. Examining the phenomenon through the lens of developmental tasks in late adolescence and early adulthood reveals its dynamic nature. The practical significance for higher education pedagogy lies in the fact that the identified structural components of missingness (both universal and specific) define key targets for developing psychopedagogical support programs. These programs aim to bolster academic motivation, enhance educational engagement, and improve the performance of students experiencing separation stress in the context of academic mobility.

KEYWORDS

close relationships, separation, longing/missing, university students, phenomenology, coping

For Citation: Saporovskaya, M. V., & Kamenskaya, A. S. (2026). The Phenomenon Missing Someone during Separation in University Students: The Invariant Core and Variable Aspects. *Perspektivy nauki i obrazovania = Perspectives of Science and Education*, (1), 538–552. <https://doi.org/10.32744/pse.2026.1.33>

Received: 15 July 2025 | Approved: 26 September 2025 | Published: 28 February 2026



This is an open access article distributed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike International License (CC-BY-SA 4.0) that allows others to share the work with an acknowledgement of the work's authorship and initial publication in this journal

ВВЕДЕНИЕ

Глобализация, интенсификацией миграционных процессов и геополитическая нестабильность закономерно увеличивают частоту и продолжительность разлук в близких отношениях. Особую значимость приобретает изучение психологических последствий таких разлук, в частности феномена скучания как аффективного переживания, связанного с ожиданием новой встречи и воссоединения. Эта проблема имеет важное значение для обеспечения психосоциального благополучия личности в период юности и ранней взрослости (18-28 лет), который для значительной части молодежи совпадает с этапом профессионального образования в вузе. Переживание разлуки создает комплекс психолого-педагогических трудностей, обусловленных необходимостью совмещения задач развития (формирование идентичности, сепарация от родительской семьи, установление зрелых интимных отношений) с требованиями академической адаптации [1; 2].

Научное осмысление данного феномена необходимо для разработки эффективных мер психолого-педагогического сопровождения, направленных на сохранение учебной мотивации и академической вовлеченности студентов, поддержание психологического благополучия студентов в условиях вынужденной академической мобильности.

Социально-политическая значимость исследования соотносится с приоритетами государственной политики РФ в сфере поддержки семьи и духовно-нравственных ценностей [3], а также соответствует целям устойчивого развития в части обеспечения качественного образования и психического благополучия (инициативы ЮНЕСКО) [4]. Комплексное изучение феноменологии, психологических механизмов и последствий переживания разлуки представляет собой междисциплинарную научную проблему, имеющую выраженную практическую ориентированность для системы высшего образования.

Бликие отношения составляют фундаментальную основу человеческого бытия, оказывая ведущее влияние на психологическое благополучие и эмоциональную регуляцию человека [5]. Проблематика близких отношений является одной из центральных в психологической науке [6].

Разлука с близким человеком, независимо от ее причин, признается значительным стрессором, провоцирующим широкий спектр негативных эмоциональных состояний [7; 8]. Особый исследовательский интерес в рамках данной проблематики представляет феномен скучания, который понимается нами как интенсивное, зачастую болезненное состояние человека, возникающее вследствие дефицита контакта (особенно физического) и близости с объектом привязанности в период ожидания воссоединения [1; 9]. В юношеском возрасте это переживание может усугубляться незавершенными процессами сепарации-индивидуации [10], когда потребность в автономии конфликтует с потребностью в привязанности [11].

Ведущей теоретической основой для изучения данных процессов выступает теория привязанности, разработанная Дж. Боулби [12], получившая развитие в работах М. Эйнсворт и современных исследователей [13]. Данная теория объясняет базовую потребность человека в близости и закономерно возникающий стресс при ее фрустрации. Существенный вклад вносят и другие концепции, исследующие динамику отношений: теория взаимозависимости, фокусирующаяся на взаимном включении партнеров в Я-концепцию друг друга [14; 15], и теория самодетерминации, подчеркивающая фундаментальную роль базовых психологических потребностей, включая потребность в связанности со значимым Другим [16]. С позиций психологии развития, удовлетворение этих потребностей качественно меняется на разных возрастных этапах: для юности характерна гипертрофированная значимость близости со сверстниками при одновременном пересмотре отношений с родителями [17].

Современные исследования дифференцируют различные типы близких отношений (романтические, детско-родительские, дружеские), каждый из которых обладает спецификой [18; 19]. Эмпирически установлено, что вынужденные пролонгированные разлуки (обусловленные миграцией, конфликтами, пандемией) повышают риски развития тревожных и депрессивных состояний, нарушений эмоциональной регуляции и снижения качества отношений [20]. Исследовательские данные свидетельствуют о неоднозначном влиянии пандемии COVID-19 на романтические пары: партнеры с развитыми навыками адаптации и взаимной поддержки демонстрировали усиление сплоченности и интеграции, тогда как в парах с докризисной уязвимостью наблюдалась эскалация стресса и межличностных конфликтов [21]. Анализировалась динамика психологических

реакций (тревоги, депрессии, стресса) у российской выборки на начальном этапе пандемии COVID-19, в том числе, в связи со статусом близких отношений, выявляя их изменения и сопряженность с мерами изоляции [22]. Установлено, что семейный статус (брак, развод, вдовство) опосредует взаимосвязь между одиночеством, оптимизмом и психологическим благополучием в контексте стресса, вызванного пандемией COVID-19 [23]. Особую актуальность эта проблема разлуки приобретает в контексте возрастающей образовательной и профессиональной мобильности современных людей. Для периода ранней взрослости эти разлуки могут нарушать процесс формирования автономии и социальной интеграции – ключевых задач развития по Эриксону.

Однако, несмотря на возрастание числа исследований психологии разлуки, феномен скучания по близкому человеку как ее ключевой аффективный компонент изучен недостаточно и фрагментарно. Существующие работы преимущественно сосредоточены на скучании в романтических [24] или детско-родительских отношениях в специфических контекстах, например, иммиграция [25], не предлагая комплексного анализа его феноменологической структуры и вариативности. Критический пробел в литературе заключается в отсутствии системного изучения как инвариантных (универсальных) характеристик переживания скучания, так и его вариативных аспектов, обусловленных типом близких отношений. Кроме того, недостаточно исследованы возрастные особенности этого феномена, особенно в критический период перехода к взрослости.

Таким образом, актуальность настоящего исследования определяется рядом аспектов: фундаментальной ролью близких отношений и их феноменов (в том числе разлук) для психического здоровья и благополучия человека; стремительным увеличением числа разлук в разных типах отношений и их широким признанием как вызова индивидуальному и групповому благополучию; высокой распространенностью и личностной значимостью переживания скучания по близкому человеку в контексте современной жизни; существенным пробелом в научном знании, а именно недостаточной теоретической и эмпирической разработанностью феномена скучания, особенно в сравнительном аспекте разных типов близких отношений и с учетом возрастной динамики развития личности.

Проблемные вопросы исследования:

1. Каковы инвариантные (универсальные) характеристики скучания по близкому человеку у студенческой молодежи (18-28 лет), присущие этому переживанию независимо от типа отношений?
2. Какие вариативные аспекты скучания в юности и ранней взрослости (18-28 лет), определяющиеся типом отношений (романтические, детско-родительские, дружеские)?
3. Каковы потенциальные позитивные (например, усиление ценности отношений, личностный рост) и негативные эффекты скучания?

Цель исследования заключается в проведении комплексного анализа феноменологии скучания в различных типах близких отношений (романтических, детско-родительских, дружеских) у студентов высших учебных заведений для выявления его инвариантных и вариативных характеристик, а также позитивных и негативных эффектов с учетом возрастного контекста выборки (юношество и молодость).

Цель достигалась за счет комбинации качественных и количественных методов анализа данных, полученных от трех эмпирических групп (респондентов с актуальным опытом разлуки и скучания в романтических, детско-родительских, дружеских отношениях). Комплексный анализ был обеспечен качественным изучением феноменологии и эффектов, идиографическим подходом, объективным лексико-семантическим методом для выявления специфики восприятия и статистическим подтверждением групповых различий в описании феномена.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Предмет исследования: специфика переживания скучания (когнитивные, потребностно-мотивационные, эмоциональные, поведенческие аспекты) в трех типах близких отношений (романтических, детско-родительских, дружеских), включая инвариантные (ядерные) характеристики феномена, его вариативные проявления, обусловленные типом отношений, позитивные и нега-

тивные эффекты. В качестве специального контекста рассматривается возрастной фактор (период юности и ранней взрослости), который совпадает с этапом получения профессионального образования в вузе и его потенциальное влияние на изучаемый феномен.

Гипотеза: переживание скучания по близкому человеку в разлуке характеризуется универсальным (инвариантным) ядром, отражающим его феноменологию, в то время как вариативные аспекты могут быть различными в разных типах близких отношений (романтических, детско-родительских, дружеских) и связаны с задачами развития юности и молодости с учетом контекста профессионального образования в вузе.

Выборка. В исследовании приняли участие 175 респондентов – студентов вузов в возрасте от 18 до 28 лет (период юности и ранней взрослости по периодизации Эриксона), которые имели актуальный опыт разлуки с близким человеком и испытывали скучание по нему. Данный возрастной этап характеризуется интенсивным решением задач развития: формирование устойчивой идентичности, завершение психологической сепарации от родителей, установление зрелых интимных отношений, профессиональное самоопределение. Эти контекстуальные факторы могут существенно влиять на переживание разлуки и скучания. Среди них 94 женщины ($M=19,72$ лет, $SD=1,63$) и 81 мужчина ($M=19,94$ лет, $SD=1,79$). Были сформированы 3 эмпирические группы в зависимости от типа близких отношений: 38 респондентов с опытом переживания скучания в разлуке по другу (дружеские отношения), среди них 24 женщина и 14 мужчин; 45 человек – скучающие по родителю в разлуке, из них 29 женщина и 16 мужчин; 92 человека – по романтическому партнеру, среди них 41 женщина и 51 мужчина.

Проведение сопоставительного анализа переживаний скучания между разновеликими группами (различающимися по типу отношений) методически обосновано, т. к. статистическое сравнение выполнено с помощью критерия χ^2 Пирсона, который демонстрирует робастность к умеренной несбалансированности выборок.

Участники исследования были привлечены посредством размещения объявлений в социальной сети VK и мессенджере Telegram, средняя продолжительность интервью составляла 15-20 минут. Перед началом исследования все респонденты предоставили информированное согласие, гарантирующее добровольность участия, право на прекращение участия на любом этапе, конфиденциальность и использование данных исключительно в научных целях. Обработка данных проводилась анонимно, без возможности идентификации личности.

Описание процедуры исследования. Исследование проведено в рамках идиографического подхода с применением качественных и количественных методов анализа данных. Такой подход позволил осуществить анализ субъективных переживаний скучания в различных типах межличностных отношений.

Методы сбора данных. Основным инструментом исследования явилось авторское полуструктурированное интервью, оно включало:

- Вводную часть с уточнением объекта скучания (романтический партнер, друг, родитель)
- Пять открытых вопросов, направленных на изучение:
 1. Субъективного понимания феномена скучания – «Что для Вас значит скучать по близкому человеку? Укажите, что Вы понимаете под термином «скучание»
 2. Процессы осознания переживания скучания – «Опишите, пожалуйста, как Вы поняли, что скучаете по человеку»
 3. Стратегий совладающего (копинг) поведения – «Как Вы справлялись с переживанием скучания по близкому в разлуке?»;
 4. Позитивных эффектов скучания – «Считаете ли Вы, что скучание по близкому человеку может иметь позитивные последствия? Напишите, какой позитивный опыт извлекли Вы»;
 5. Негативных последствий – «Есть ли, на Ваш взгляд отрицательные эффекты процесса скучания? Если да, то опишите их, пожалуйста».

Методы обработки и анализа данных

1. Лексико-семантический анализ проводился с использованием программы Microsoft Office Excel, включал этап лемматизации текстовых ответов, частотный анализ лексики, выявление семантических полей, анализ ключевых концептов.

2. Качественный контент-анализ, кодирование в котором осуществлялось в соответствии с подходом Ф. Майринга [26], а также тематический анализ по модели В. Браун и В. Кларк [27]. Выделение смысловых единиц и формирование категорий осуществлялось индуктивным методом. Выделены следующие категории анализа: когнитивные компоненты скучания (мысли); эмоциональные проявления (эмоции и чувства); потребностно-мотивационные аспекты; поведенческие паттерны и оценочные суждения. При интерпретации учитывался возрастной контекст (юность/ранняя зрелость) и связанные с ним нормативные задачи развития.

3. Статистический анализ. Для выявления значимых различий между группами использовался критерий χ^2 -Пирсона, расчеты проводились в программе IBM SPSS Statistics 22.0, с уровнем значимости $p \leq 0.05$. Анализировались: частота встречаемости лексических единиц, распределение смысловых категорий, соотношение позитивных/негативных оценок.

4. Для выявления ядерных и периферийных компонентов мы использовали структурный подход, предложенный Ж.-К. Абриком и К. Фламаном [28]. Методическая логика выделения ядра и периферии базировалась на частотном принципе: элементы, которые наиболее часто упоминаются в высказываниях респондентов, рассматриваются как потенциальные компоненты ядра представления. Высокая частота (более чем в 40% ответов всех участников независимо от группы) при отсутствии значимых различий при сравнительном анализе данных трех групп указывает на устойчивость и значимость элемента, т. е. отнесенность к ядру. Вариативные элементы – те, что дифференцируются по типу отношений и имеют значимые межгрупповые различия ($p < 0,05$).

РЕЗУЛЬТАТЫ

Первый этап исследования включал анализ всех полученных ответов респондентов без учета типа их близких отношений. Целью этого анализа было выявление общих паттернов понимания скучания. Для этого были рассмотрены ответы на следующие открытые вопросы: 1) «Что для Вас значит скучать по близкому человеку? Расскажите, что Вы понимаете под термином "скучание"»; 2) «Опишите, как вы поняли, что скучаете по человеку». В результате качественного анализа текстовых данных были выделены основные смысловые категории, описывающие феномен скучания (см. табл. 1).

Таблица 1 Основные смысловые категории феномена «скучание» (N=175)

Категория	Единица анализа
Потребностно-мотивационные аспекты / потребность в контакте (80% ответов)	Желание общения Потребность в тактильном контакте Желание быть рядом
Эмоциональные проявления (50% ответов)	Тоска, грусть, печаль Тревожность, беспокойство Опустошение, пустота внутри
Когнитивные аспекты (28,6% ответов)	Постоянные мысли о человеке Воспоминания о совместных моментах, ностальгия
Предвкушение, ожидание встречи (25% ответов)	Надежда на воссоединение Ожидание момента, когда вновь можно будет быть вместе

Разлука с близким человеком порождает острую потребность в непосредственном физическом контакте и воссоединении (потребностно-мотивационный аспект), что находит выражение в желании «почувствовать запах», «ощутить тактильный контакт, обнять, прикоснуться», «взять за

руку», «просто быть рядом». Параллельно возникает стремление к поддержанию связи на расстоянии посредством общения («желание позвонить или написать сообщение», «услышать голос»). Для молодых взрослых, активно решающих задачу установления интимных отношений, физический контакт может иметь особую значимость как подтверждение связи и принадлежности.

Скучение преимущественно сопровождается комплексом негативных эмоциональных состояний, таких как тоска, грусть, чувство опустошенности и пустоты (эмоциональный аспект).

Высокая частота упоминаний потребностно-мотивационного аспекта (80% ответов) и негативных эмоциональных переживаний (50% ответов) позволила предварительно отнести их к ядерным (центральному) компонентам феномена скучения. Данное предположение впоследствии было верифицировано в ходе сравнительного анализа.

Важной характеристикой скучения является интенсивная концентрация на объекте скучения, проявляющаяся в частых мыслях о близком человеке, воспоминаниях общих событий и позитивных моментах совместного прошлого. Однако относительно низкая частота упоминаний когнитивного аспекта (28,6% ответов) не позволила отнести его к числу ядерных (центральных) компонентов феномена.

На следующем этапе был проанализирован вопрос о способах регуляции переживания скучения. Для этого были рассмотрены ответы респондентов на открытый вопрос: «Как Вы справлялись с переживанием скучения по близкому человеку в разлуке?» (результаты представлены в табл. 2).

Таблица 2 Способы совладания со скучением по близкому человеку (N=175)

Категория	Единица анализа
Поддержание общения на расстоянии (46% ответов)	Переписка/ Обмен сообщениями Звонки Видеосвязь Планирование встреч
Отвлечение (42% ответов)	Занятость делами Учеба и работа Хобби и увлечения Общение с друзьями Новые знакомства
Воспоминания (12% ответов)	Просмотр фото с близким человеком Пересмотр видео с близким человеком Воспоминания о приятных совместных моментах Чтение старых сообщений
Поиск поддержки (10%)	Знакомство с новыми людьми Разговор о переживаниях
Эмоциональная регуляция (8% ответов)	Принятие эмоций Позитивные мысли

Наиболее эффективным способом снизить интенсивность скучения является общение с близким человеком (переписка, аудио- и видеозвонки, обмен фото), а также отвлечение: погружение в учебу или работу, хобби, общение с друзьями.

Погружение в учебу/работу как стратегия отвлечения особенно характерна для периода ранней взрослости, где профессиональная самореализация является ключевой задачей развития.

Респонденты также отметили, что со скучением помогают справляться общие воспоминания с объектом скучения: просмотр фото или видео с близким и воспроизведение из памяти приятных моментов. Стратегии совладания со скучением «Поддержание общения на расстоянии» и «Отвлечение» входят в ядро феномена «скучение», поскольку занимают лидирующие позиции по частоте встречаемости.

Удалось выделить положительные и отрицательные эффекты скучения на основе ответов респондентов на вопросы «Считаете ли Вы, что скучение по близкому человеку может иметь пози-

тивные последствия? Напишите, какой позитивный опыт извлекли Вы»; «Есть ли, на Ваш взгляд отрицательные эффекты процесса скучания? Если да, то опишите их, пожалуйста» (см. табл. 3).

Таблица 3 Положительные и отрицательные эффекты скучания по близкому человеку (N=175)

Положительные эффекты	Отрицательные эффекты
Повышение ценности отношений и самого человека (14,9%)	Грусть и тоска (11,4%)
Усиление чувств (4,8%)	Стресс (8%)
Улучшение коммуникации (13,7%)	Общее ухудшение самочувствия (2%)
Понимание своих чувств (4,5%)	Перегорание в отношениях (23,5%)
Проверка чувств (2,9%)	Снижение продуктивности (16,5%)
Развитие эмоциональной зрелости (9,1%)	Отсутствуют негативные эффекты (27,5%)
Свободное время для себя (9,7%)	
Отдых от отношений (3,4%)	
Яркие встречи/радость воссоединения (20,6%)	
Отсутствуют позитивные эффекты (25,1%)	

Согласно данным респондентов, к наиболее значимым позитивным последствиям разлуки и скучания относятся укрепление отношений, выражающееся в усилении чувств, повышении ценности партнера и отношений, а также улучшении коммуникации; самопознание и личностный рост, включающие развитие эмоциональной зрелости и углубленное понимание собственных чувств; а также эмоциональные преимущества, такие как интенсивная радость воссоединения, переживание ярких эмоций и осознание ценности совместных моментов. Развитие эмоциональной зрелости как позитивный эффект особенно релевантно для задач развития периода ранней взрослости. Однако, несмотря на наличие этих позитивных аспектов, разлука и сопутствующее ей скучание преимущественно ассоциируются с переживанием неприятных эмоций (например, тоски, грусти, тревоги), снижением продуктивности в различных сферах деятельности, ухудшением общего самочувствия и потенциалом для негативной трансформации отношений. Снижение продуктивности может быть особенно критичным для молодых взрослых, находящихся на этапе профессионального становления. Важно подчеркнуть, что стратегии совладания с этими негативными эффектами, упомянутые респондентами, не получили статистически значимой частоты упоминаний в ответах, что позволяет рассматривать их как периферийные элементы феномена скучания в рамках данного исследования.

Следующий этап исследования был посвящен сравнительному анализу особенностей переживания скучания в зависимости от типа близких отношений. На основе данных, представленных в Таблице 4, были сопоставлены ключевые параметры феномена (такие как интенсивность эмоциональных переживаний, выраженность потребности в контакте, преобладающие стратегии совладания и воспринимаемые последствия) между различными категориями респондентов (N=175).

Таблица 4 Сопоставительный анализ представлений о феномене скучания в разных типах близких отношений (N=175)

	Дружеские отношения	Детско-родительские отношения	Романтические отношения	χ^2	p
Количество респондентов	38	45	92		
Смысловые категории «скучания», %					
Тоска, грусть, печаль	26,3	35,6	40,2	-	-
Тревожность, беспокойство	7,9	15,6	4,3	-	-

Опустошение, пустота внутри	0	2,2	8,7	-	-
Постоянные мысли о человеке	5,3	8,9	22,8	8,343	0,015
Воспоминания о совместных моментах	21,1	13,3	16,3	-	-
Желание общения	13,2	13,3	7,6	-	-
Потребность в тактильном контакте	0	20,0	25,0	11,368	0,003
Желание быть рядом	55,3	42,2	53,3	-	-
Надежда на воссоединение	7,9	8,9	14,1	-	-
Ожидание момента, когда вновь можно будет быть вместе	7,9	8,9	17,4	-	-
Отсутствие качественной поддержки	7,9	15,6	2,2	8,554	0,014
Способы совладания со скучением, %					
Поддержание онлайн-контакта	31,6	40,0	35,9	-	-
Планирование встреч	0	11,1	13,0	-	-
Занятость делами	31,6	37,8	45,7	-	-
Воспоминания	10,5	2,2	5,4	-	-
Поиск поддержки	7,9	8,9	10,9	-	-
Принятие ситуации	7,9	6,7	8,7	-	-
Никак	18,4	6,7	4,3	7,383	0,025
Положительные последствия скучения, %					
Усиление чувств	0	2,2	7,6	-	-
Повышение ценности отношений и самого человека	7,9	20	15,2	-	-
Укрепление доверия	2,6	6,7	0	-	-
Улучшение коммуникации	21,1	15,6	9,8	-	-
Понимание своих чувств	0	2,2	7,6	-	-
Проверка чувств	0	0	5,4	-	-
Развитие эмоциональной зрелости	10,5	13,3	6,5	-	-
Свободное время для себя	5,3	6,7	13,0	-	-
Отдых от отношений	2,6	4,4	3,3	-	-
Яркие встречи/радость воссоединения	21,1	17,8	21,7	-	-
Никакие	42,1	24,4	19,6	7,204	0,027
Отрицательные последствия скучения, %					
Переживание негативных эмоций	21,1	13,3	21,7		
Ослабление эмоциональной связи	31,6	6,7	12,0	11,398	0,003
Прекращение общения	7,9	0	3,3	-	-
Ревность и недоверие	2,6	2,2	7,6	-	-
Снижение продуктивности	2,6	14,3	23,2	8,481	0,014
Отсутствие поддержки	0	22,2	0	-	-
Отсутствие отрицательных эффектов	42,1	31,0	20,0	7,008	0,030
Не знаю	0	14,5	10,5	-	-

Представления о феномене скучения у людей, находящихся в разных типах близких отношений во многом сходятся, однако были выявлены некоторые особенности. В романтических отношениях в период разлуки при переживании скучения мысли о партнере возникают значительно чаще, чем в других типах близких отношений ($\chi^2=8,343$, при $p=0,015$), а также потребность в близости и тактильном контакте выражена сильнее ($\chi^2=11,368$, при $p=0,003$). Это согласуется с задачами развития периода юности и ранней взрослости, где установление и поддержание интимных романтических отношений является центральным.

При переживании скучания по родителю респонденты отмечают более выраженную нехватку качественной поддержки со стороны близкого человека ($\chi^2=8,554$, при $p=0,014$). Эта особенность может отражать как нормативный процесс сепарации (сопровожающийся амбивалентностью чувств), так и возможные трудности в завершении этого процесса у части молодых людей.

При дружеских отношениях респонденты отмечают, что разлука и скучание может угрожать дружбе из-за ослабления эмоциональной связи между людьми ($\chi^2=11,398$, при $p=0,003$). Для возраста 18-28 лет дружеские отношения играют ключевую роль в социальной интеграции и формировании идентичности (Эриксон), поэтому угроза их ослабления переживается остро. Кроме того, при описании скучания по другу респонденты чаще, чем другие, не смогли выделить ни отрицательных, ни положительных последствий от данного переживания. Также переживание скучания по другу чаще, чем переживание скучания по романтическому партнеру или родителю, не требует никак действий для совладания с ним ($\chi^2=7,343$, при $p=0,025$).

В рамках структурного подхода к социальным представлениям (Ж.К. Абрик, К. Фламан) выделение ядра феномена скучания основывалось на критерии высокой частоты упоминания (более 40% ответов; $N=175$) при отсутствии статистически значимых межгрупповых различий ($p > 0.05$) между тремя типами близких отношений (дружеские, детско-родительские, романтические). Периферийные компоненты, напротив, определялись как элементы, демонстрирующие значимые различия ($p < 0.05$) в зависимости от типа связи.

Результаты структурного анализа выявили устойчивое ядро феномена скучания, объединяющее различные типы отношений через три ключевых аспекта: 1) базовую потребность в контакте и воссоединении, 2) доминирование негативных эмоций и 3) преобладание активных стратегий совладания (поддержание связи на расстоянии, отвлечение). Периферия, в свою очередь, отражает специфику каждого типа отношений: романтические связи характеризуются интенсивностью когнитивных процессов (навязчивые мысли) и выраженной потребностью в тактильности; детско-родительские отношения – острым переживанием дефицита поддержки; дружеские связи – восприятием угрозы ослабления эмоционального контакта на фоне пассивных стратегий совладания и трудности в определении последствий скучания. Таким образом, скучание сохраняет универсальное смысловое ядро, но приобретает качественно различные смысловые оттенки в зависимости от типа значимой связи. Возрастной контекст выборки (юность и молодость) придает этим проявлениям специфику, связанную с актуальными задачами развития (сепарация, интимность, идентичность).

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

При анализе ответов респондентов на открытые вопросы относительно феномена скучания можно отметить, что они понимают этот феномен как сложное, многокомпонентное эмоциональное состояние, в котором сочетаются тоска, любовь, воспоминания, ностальгия, ментальная и телесная нехватка близкого человека. Это не просто желание общения, а глубокая потребность в близости — эмоциональной, физической и психологической.

Ощущать переживание скучания возможно только в рамках близких отношений, признаками которых является наличие привязанности, эмоционального контакта, ценностно-смыслового единства и вовлеченности [29].

Нами были рассмотрены три типа близких отношений: романтические, детско-родительские и дружеские. При анализе результатов социальных представлений о феномене скучания в данных типах близких отношений можно отметить особенности каждого типа.

Скучание по романтическому партнеру представляет собой эмоционально насыщенное переживание, с выраженной тоской, тревогой и состоянием внутренней пустоты, которые вызваны невозможностью физического и эмоционального контакта с партнером, и сопровождается мысленной активностью, направленной на воспроизведение значимых эпизодов совместной жизни [7; 30]. У скучающего по партнеру отчетливо проявляется потребность в тактильном взаимодействии — прикосновениях, объятиях, поцелуях («чувствую тактильный голод по нему», «хочу почувствовать его близость, тепло рядом с собой»). Респонденты описывают, что постоянно находятся в мыслях о партнере, фантазиях о воссоединении. Для преодоления переживания скучания по пар-

тнеру они используют частые переписки, видеозвонки, прослушивание музыки, просмотр общих фотографий, а также отвлечение через деятельность (работа, учеба, спорт). Разлука и ощущение скучания в некоторых случаях могут способствовать углублению чувств между партнерами, переоценке и укреплению отношений, однако, в других случаях, могут вызывать негативные эмоциональные состояния (ревность, неуверенность, апатия). Для молодых людей (18-28 лет) это переживание тесно связано с ключевой задачей развития по Эриксону — установлением интимных отношений. Интенсивность переживаний может отражать как значимость этой задачи, так и недостаточную эмоциональную зрелость для регуляции чувств при разлуке.

Скучание по родителям представляет собой глубоко личностное, часто регрессивное по своей природе переживание, сопряженное с потребностью в защите, заботе и эмоциональной опоре. Это состояние актуализирует ранние уровни привязанности и сопровождается ощущением утраты базовой безопасности и принадлежности [10]. Скучание по родителю часто сопровождается воспоминаниями о детстве, возвращением к образу дома как *«теплого пространства»*. Респонденты отмечали, что при скучании по родителю чувствуют себя *«маленькой девочкой, которой нужна защита и поддержка»* или *«ребенком, который хочет, чтобы его пожалели»*. У скучающих по родителю есть умеренная потребность телесного контакта (объятия, желание прикоснуться), которая менее выражена, чем в романтических отношениях. Для уменьшения переживания скучания, респонденты стараются контактировать с родителем через аудио- и видеозвонки, а также погружаться в учебу или работу. Скучание по родителю может выступать индикатором не завершенной эмоциональной сепарации, либо выражением зрелого осознания ценности межпоколенческой связи. Оно способствует формированию устойчивого образа *«дома»* как опоры в условиях неопределенности или стресса. В контексте психологии развития, регрессивные тенденции при скучании по родителям в период ранней взрослости (18-28 лет) могут указывать на нормативные трудности сепарации либо на незавершенность этого процесса. Успешная сепарация предполагает сохранение связи с родителями без эмоциональной регрессии [10].

Скучание по другу отражает потребность в горизонтальных, симметричных связях, основанных на взаимном принятии, юморе, совместной активности и эмоциональной поддержке. Это скучание укрепляет чувство социальной включенности и способствует переоценке ценности дружбы, что согласуется с представлениями о дружбе как добровольном и гибком типе связи [17; 31]. Скучание по другу связано с отсутствием живого взаимодействия, недостатком привычного обмена информацией, новостями, шутками. Чувства грусти и ностальгии чаще носят умеренный и эпизодический характер, редко перерастая в выраженные страдания, с которыми надо совладать. Чаще всего скучание по другу окрашено предвкушением встречи, радостью от возможности вновь разделить совместные впечатления (*«накапливается много новостей, и ты всегда с особой радостью ждешь эту встречу, чтобы всем этим поделиться»*). Скучание по другу укрепляет чувство социальной включенности, способствует переоценке ценности дружбы. Для периода юности и ранней взрослости друзья играют критическую роль в формировании идентичности и социальной интеграции [2]. Поэтому угроза ослабления дружеских связей, выявленная в результатах, может восприниматься особенно остро как угроза важной опоре в решении возрастных задач.

Таким образом, учитывая специфика переживания скучания в разных типах близких отношений и общие характеристики данного переживания, можно выделить ядро феномена «скучание» и периферию. Ядром являются стабильные, повторяющиеся характеристики переживания скучания, а именно: потребность в ощущении ментальной и физической близости, неприятное эмоциональное состояние, преимущественно характеризующееся как тоска, стремление к поддержанию общения на расстоянии через различные каналы связи, использование отвлечения как эффективных способов совладания с переживанием скучания.

Периферические характеристики феномена скучания представляют собой менее устойчивые, более контекстно-зависимые элементы, варьирующиеся в зависимости от типа близких отношений. В отличие от инвариантного ядра, определяющего устойчивую структуру скучания, периферийные элементы представляют собой динамичные компоненты, которые обеспечивают гибкость и адаптивность данного переживания.

Так, эмоциональная окраска скучания может включать тревожность, ревность, чувство внутренней опустошенности или раздражения, однако эти состояния не являются универсальными и проявляются дифференцированно в зависимости от характера отношений. Вариативность

также прослеживается в используемых копинг-стратегиях: при скучании по другу нередко наблюдается отсутствие активных способов совладания, а принятие ситуации, поиск поддержки и частые воспоминания встречаются в равной степени редко при совладании со скучанием.

Субъективные интерпретации скучания также отражают периферийную структуру феномена: в одних случаях оно осмысливается как проявление эмоциональной зависимости или незрелости, в других — как маркер глубины чувств и устойчивой привязанности. Периферия также охватывает разнонаправленные последствия скучания — от укрепления связи и эмоционального роста до снижения продуктивности, ухудшения психологического состояния и ослабления контакта. В выборке молодых взрослых (18-28 лет) снижение продуктивности как негативное последствие может особенно мешать решению задач профессионального самоопределения и развития карьеры.

Интересно рассмотреть выявленные результаты через призму психологии развития, учитывая, что вся выборка исследования находится в возрасте 18-28 лет (период юности и ранней взрослости по Эриксону). Этот этап характеризуется интенсивным решением ключевых задач: формирование устойчивой идентичности, завершение психологической сепарации от родителей, установление зрелых интимных отношений, начало профессиональной карьеры. Наши данные показывают, как эти задачи развития модулируют переживание скучания:

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наше исследование преодолевает критический пробел в понимании скучания, как социально-психологического феномена и ключевого аффективного состояния при разлуке в близких отношениях. Цель заключалась в проведении первого комплексного анализа инвариантных (ядерных) и вариативных (периферийных) характеристик этого феномена в трех значимых типах отношений (романтических, детско-родительских, дружеских). Для этого использованы теоретико-методологическая рамка структурного подхода Ж.-К. Абрика и К. Фламана (теория социальных представлений), комбинация качественных (контент-анализа, лексико-семантического анализа) и количественных методов на выборке молодых взрослых (N=175), переживающих скучание в разлуке с близким человеком. В итоге выявлено и верифицировано инвариантное ядро скучания, универсальное для всех типов отношений: базовая потребность в ментальной, физической близости и воссоединении (80%), доминирование негативных эмоций (тоски, грусти), преобладание активных стратегий совладания (поддержание связи на расстоянии – и отвлечение). Установлены значимые периферийные вариации, обусловленные типом связи: скучание в романтических отношениях характеризуется интенсивными когнитивными процессами (навязчивые мысли), выраженной потребностью в тактильности и риском снижения общей продуктивности; в детско-родительских отношениях – острым дефицитом качественной поддержки и актуализацией регрессивных паттернов привязанности; в дружеских отношениях – восприятием угрозы ослабления связи, пассивностью в совладании и трудностью определения последствий. Научная значимость данного исследования определяется тем, что впервые операционализирована и эмпирически подтверждена структура (ядро/периферия) скучания, что создает новые ориентиры в изучении данных феноменов. Рассмотрение феномена через призму психологии развития (особенно задач юности и ранней взрослости: сепарация, интимность, идентичность, профессиональное самоопределение) существенно углубило понимание выявленных закономерностей, показав их динамическую связь с возрастным контекстом. Таким образом, проведенное исследование вносит значительный вклад в понимание психологии разлуки, эмпирически демонстрируя, что скука, при сохранении универсального эмоционально-потребностного ядра, проявляется в качественно различных смысловых и поведенческих оттенках в зависимости от типа близких отношений и возрастно-психологического контекста. Полученные результаты создают теоретический фундамент и открывают перспективы для разработки адресных психолого-педагогических интервенций, направленных на поддержание психосоциального благополучия студенческой молодежи в условиях вынужденной разлуки.

Ограничения

Ограничения настоящего исследования связаны прежде всего с характеристиками выборки. Участниками выступили молодые взрослые, студенты вузов в возрасте от 18 до 28 лет, что ограничивает возможность обобщения полученных результатов на другие возрастные и социальные группы, особенно подростков и людей более зрелого возраста, у которых специфика близких

отношений и опыт скучания могут существенно отличаться. Исследование не учитывало влияние гендерных и культурных факторов, которые могут существенно модифицировать как само переживание скучания, так и способы совладания с ним. Также не рассматривались такие значимые переменные, как длительность и обстоятельства разлуки, что могло бы дать более тонкую картину динамики скучания в различных условиях. Все это требует осторожности в интерпретации результатов и подчеркивает необходимость дальнейших исследований.

ФИНАНСИРОВАНИЕ

Исследование проведено при финансовой поддержке РНФ, проект 24-28-00896

ЛИТЕРАТУРА

1. Bowlby J. Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression. New York: Basic Books, 1980. 448 p.
2. Bowlby J. Attachment and loss: Vol. 1. Attachment. 2nd ed. New York: Basic Books, 1982. 464 p.
3. Hazan C., Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1987. Vol. 52. No. 3. P. 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
4. Rawlins W.K. Friendship matters: Communication, dialectics, and the life course. New York: Aldine de Gruyter, 1992. 293 p.
5. Abric J.-C. *Pratiques sociales et représentations*. Paris: Presses Universitaires de France. 1994. 251 p.
6. Kelley H.H., Holmes J.G., Kerr N.L., Reis H.T., Rusbult C.E., Van Lange P.A.M. An atlas of interpersonal situations. Cambridge: Cambridge University Press, 2003. 470 p.
7. Rusbult C.E., Van Lange P.A.M. Interdependence, interaction, and relationships // *Annual Review of Psychology*. 2003. Vol. 54. P. 351–375. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145059>
8. Braun V., Clarke V. Using thematic analysis in psychology // *Qualitative Research in Psychology*. 2006. Vol. 3. No. 2. P. 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
9. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис : учеб. пособие / Общ. ред. и предисл. А. В. Толстых; пер. с англ. [Андреева А. Д. и др.]. 2-е изд. Москва : Флинта, 2006. 341 с.
10. Mikulincer M., Shaver P.R. Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. New York: Guilford Press, 2007. 480 p.
11. Reis H.T., Aron A. Love: What is it, why does it matter, and how does it operate? // *Perspectives on Psychological Science*. 2008. Vol. 3. No. 1. P. 80–86. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2008.00065.x>
12. Sbarra D. A., Hazan C. Coregulation, dysregulation, self-regulation: an integrative analysis and empirical agenda for understanding adult attachment, separation, loss, and recovery // *Personality and Social Psychology Review*. 2008. Vol. 12(2). P. 141–167. <https://doi.org/10.1177/1088868308315702>
13. Clark D.A., Beck A.T. Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice. New York: Guilford Press, 2011. 452 p.
14. Mayring P. Qualitative content analysis: theoretical foundation, basic procedures and software solution. Klagfurt, 2014. URN: <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0168-ssoar-395173> (дата обращения: 1.07.2025)
15. Moliner P., Guimelli C. *Les représentations sociales*. Grenoble: Presses Universitaire de Grenoble. 2015. 139 p.
16. ООН / ЮНЕСКО Цели устойчивого развития: Повестка дня в области устойчивого развития на период до 2030 года. Нью-Йорк: Организация Объединенных Наций. 2015. URL: https://www.unescap.org/sites/default/d8files/event-documents/ESCAP_~4.PDF (дата обращения: 29.06.2025)
17. Mikulincer M., Shaver P.R. Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. 2nd ed. New York: Guilford Press, 2016. 552 p.
18. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. New York: Guilford Press, 2017. 451 p.
19. Suárez-Orozco C. et al. Children of immigration. Cambridge: Harvard University Press, 2018. 370 p.
20. Mikulincer, M., Shaver, P.R. Enhancing the "Broaden and Build" cycle of attachment security in adulthood: From the laboratory to relational contexts and societal systems. // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Vol. 17(6). P. 2054. <https://doi.org/10.3390/ijerph17062054>
21. Pietromonaco P.R., Overall N.C. Applying relationship science to evaluate how the COVID-19 pandemic may impact couples' relationships // *American Psychologist*. 2020. Vol. 76. No. 3. P. 438–450. <https://doi.org/10.1037/amp0000714>
22. Ениколопов, С.Н., Бойко, О.М., Медведева, Т.И., Воронцова, О.Ю., Казьмина, О.Ю. (2020). Динамика психологических реакций на начальном этапе пандемии COVID-19 // *Психолого-педагогические исследования*, 12(2), С. 108–126. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2020120207>
23. Сапоровская М. В., Екимчик О. А., Опекина Т. П. Близкие отношения: теоретический обзор исследований и концептуализация модели // *Вестник Костромского государственного университета*. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. № 4. С. <https://doi.org/10.34216/2073-1426->

2021-27-4-144-154

24. Ben-Zur H. Loneliness, optimism, and well-being among married, divorced, and widowed individuals during the COVID-19 pandemic // *Personality and Individual Differences*. 2021. Vol. 183. P. 111080. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111080>
25. Verhage M.L. et al. Generating and translating knowledge on the lifetime effects of early attachment experiences for mental health: The contributions of Prof. Dr. Gottfried Spangler // *Attachment & Human Development*. 2021. Vol. 23. No. 1. P. 1–8. <https://doi.org/10.1080/14616734.2020.1841252>
26. Влияние пандемии на личность и общество: психологические механизмы и последствия / Отв. ред. Т. А. Нестик, А. Л. Журавлев, А. Е. Воробьева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021. 570 с.
27. Liddell B. J., Byrow Y., O'Donnel M., Mau V., Batch N., McMahon T., Bryant R. Mechanisms underlying the mental health impact of family separation on resettled refugees // *The Australian and New Zealand journal of psychiatry*, 2021. Vol. 55(7). P. 699–710. <https://doi.org/10.1177/0004867420967427>
28. Gable S.L., Reis H.T. Good relationships // Deaux K., Snyder M. (Eds.). *The Oxford handbook of personality and social psychology*. 2nd ed. Oxford: Oxford University Press, 2022. P. 423–448.
29. Путин В.В. Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, 2022. [Указ Президента Российской Федерации № 809 от 09.11.2022]. Официальный интернет-портал правовой информации Российской Федерации.
30. Лечиева М. И., Саидов А. А., Буралова Р. А. Детско-родительские отношения как предиктор личностного развития в юношеском возрасте // *Перспективы науки и образования*. 2024. № 6 (72). С. 575–595. doi: 10.32744/pse.2024.6.35
31. Whiteley C. *Psychology of Relationships: Social Psychology of Friendship, Romantic Relationships, and More* (4th ed., Softcover ed.): Publisher: Cgd Publishing. 2022. 156 p.

REFERENCES

1. Bowlby J. *Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression*. New York, Basic Books Publ., 1980. 448 p.
2. Bowlby J. *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. 2nd ed. New York, Basic Books Publ., 1982. 464 p.
3. Hazan C., Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1987, vol. 52, no. 3, pp. 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
4. Rawlins W. K. *Friendship matters: Communication, dialectics, and the life course*. New York, Aldine de Gruyter Publ., 1992. 293 p.
5. Abric J.-C. *Pratiques sociales et représentations*. Paris, Presses Universitaires de France, 1994. 251 p.
6. Kelley H. H., Holmes J. G., Kerr N. L., Reis H. T., Rusbult C. E., Van Lange P. A. M. *An atlas of interpersonal situations*. Cambridge, Cambridge University Press, 2003. 470 p.
7. Rusbult C. E., Van Lange P. A. M. Interdependence, interaction, and relationships. *Annual Review of Psychology*, 2003, vol. 54, pp. 351–375. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145059>
8. Braun V., Clarke V. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 2006, vol. 3, no. 2, pp. 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
9. Erikson, E. *Identity: Youth and Crisis*. Edited by A.V. Tolstoy, translated from English by A.D. Andreeva et al., 2nd ed., Moscow, Flinta Publ., 2006. 341 p. (in Russ.)
10. Mikulincer M., Shaver P. R. *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press, 2007. 480 p.
11. Reis H. T., Aron A. Love: What is it, why does it matter, and how does it operate? *Perspectives on Psychological Science*, 2008, vol. 3, no. 1, pp. 80–86. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2008.00065.x>
12. Sbarra D. A., Hazan C. Coregulation, dysregulation, self-regulation: an integrative analysis and empirical agenda for understanding adult attachment, separation, loss, and recovery. *Personality and Social Psychology Review*, 2008, vol. 12, no. 2, pp. 141–167. <https://doi.org/10.1177/1088868308315702>
13. Clark D. A., Beck A. T. *Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice*. New York: Guilford Press, 2011. 452 p.
14. Mayring P. *Qualitative content analysis: theoretical foundation, basic procedures and software solution*. Klagenfurt, 2014. Available at: <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0168-ssoar-395173> (accessed 1 July 2025).
15. Moliner P., Guimelli C. *Les représentations sociales*. Grenoble: Presses Universitaire de Grenoble, 2015. 139 p.
16. United Nations / UNESCO. *Sustainable Development Goals: Agenda for Sustainable Development until 2030*. New York: United Nations, 2015. Available at: https://www.unescap.org/sites/default/d8files/event-documents/ESCAP_~4.PDF (accessed 29 June 2025). (in Russ.)
17. Mikulincer M., Shaver P. R. *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. 2nd ed. New York: Guilford Press, 2016. 552 p.
18. Ryan R. M., Deci E. L. *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: Guilford Press, 2017. 451 p.
19. Suárez-Orozco C. et al. *Children of immigration*. Cambridge: Harvard University Press, 2018. 370 p.
20. Mikulincer M., Shaver P. R. Enhancing the "Broaden and Build" cycle of attachment security in adulthood: From the laboratory to relational contexts and societal systems. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020, vol. 17, no. 6, p. 2054. <https://doi.org/10.3390/ijerph17062054>
21. Pietromonaco P. R., Overall N. C. Applying relationship science to evaluate how the COVID-19 pandemic may impact couples' relationships. *American Psychologist*, 2020, vol. 76, no. 3, pp. 438–450. <https://doi.org/10.1037/amp0000714>

22. Enikolopov S. N., Boyko O. M., Medvedeva T. I., Vorontsova O. Yu., Kazmina O. Yu. Dynamics of psychological reactions at the initial stage of the COVID-19 pandemic. *Psychological and Pedagogical Research*, 2020, vol. 12, no. 2, pp. 108–126. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2020120207> (In Russ.).
23. Saporovskaya M. V., Ekimchik O. A., Opekina T. P. Close relationships: A theoretical review of research and conceptualization of a model. *Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, 2021, no. 4, pp. 144–154. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-4-144-154> (In Russ.).
24. Ben-Zur H. Loneliness, optimism, and well-being among married, divorced, and widowed individuals during the COVID-19 pandemic. *Personality and Individual Differences*, 2021, vol. 183, p. 111080. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111080>
25. Verhage M. L. et al. Generating and translating knowledge on the lifetime effects of early attachment experiences for mental health: The contributions of Prof. Dr. Gottfried Spangler. *Attachment & Human Development*, 2021, vol. 23, no. 1, pp. 1–8. <https://doi.org/10.1080/14616734.2020.184125>
26. The impact of the pandemic on personality and society: Psychological mechanisms and consequences / Ed. by T. A. Nestik, A. L. Zhuravlev, A. E. Vorobyova. Moscow, Institute of Psychology RAS, 2021. 570 p. (In Russ.).
27. Liddell B. J., Byrow Y., O'Donnell M., Mau V., Batch N., McMahon T., Bryant R. Mechanisms underlying the mental health impact of family separation on resettled refugees. *The Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 2021, vol. 55, no. 7, pp. 699–710. <https://doi.org/10.1177/0004867420967427>
28. Gable S. L., Reis H. T. Good relationships. In K. Deaux, M. Snyder (Eds.), *The Oxford handbook of personality and social psychology* (2nd ed.). Oxford: Oxford University Press, 2022, pp. 423–448.
29. Putin V. V. Fundamentals of state policy for the preservation and strengthening of traditional Russian spiritual and moral values, 2022. [Decree of the President of the Russian Federation No. 809 of 09.11.2022]. Official Internet portal of legal information of the Russian Federation. (In Russ.).
30. Lechieva M. I., Saidov A. A., Buralova R. A. Parent-child relationships as a predictor of personal development in adolescence. *Perspectives of Science and Education*, 2024, no. 6 (72), pp. 575–595. <https://doi.org/10.32744/pse.2024.6.35> (In Russ.).
31. Whiteley C. *Psychology of Relationships: Social Psychology of Friendship, Romantic Relationships, and More* (4th ed.). CGD Publishing, 2022. 156 p.

Авторы

Сапоровская Мария Вячеславовна

(Россия, г. Кострома)

Доцент, доктор психологических наук, заведующий кафедрой общей и социальной психологии Костромской государственной университет

E-mail: saporov35@mail.ru

ORCID ID: 0000-0002-0852-1949

Scopus Author ID: 6506219784

Каменская Анна Сергеевна

(Россия, г. Кострома)

Ассистент кафедры общей и социальной психологии Костромской государственной университет

E-mail: annakam44@mail.ru

ORCID ID: 0000-0001-6648-6339

Author's

Maria V. Saporovskaya

(Russia, Kostroma)

Associate Professor, Dr. Sci. (Psychol.), Head of the Department of General and Social Psychology Kostroma State University

E-mail: saporov35@mail.ru

ORCID ID: 0000-0002-0852-1949

Scopus Author ID: 6506219784

Anna S. Kamenskaya

(Russia, Kostroma)

Assistant Professor, Department of General and Social Psychology

Kostroma State University

E-mail: annakam44@mail.ru

ORCID ID: 0000-0001-6648-6339

Вклад авторов

Сапоровская М. В.: концептуализация, методология, создание рукописи и ее редактирование, руководство исследованием

Каменская А. С.: верификация данных, проведение исследования, формальный анализ, создание черновика рукописи, визуализация

Author's contribution

Maria V. Saporovskaya: Conceptualization, Methodology, Writing - Review & Editing, Supervision

Anna S. Kamenskaya: Validation, Investigation, Formal analysis, Writing - Original Draft, Visualization

© Сапоровская М. В., Каменская А. С., 2026

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов

© Maria V. Saporovskaya, Anna S. Kamenskaya, 2026

The author's declared no conflicts of interest