

Научное мнение. 2025. № 5. С. 79–88.

Nauchnoe mnenie. 2025. № 5. Р. 79–88.

Научная статья

УДК 159.9

DOI: https://doi.org/10.25807/22224378_2025_5_79

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СТРАТЕГИИ ЗАВЕРШЕНИЯ РОМАНТИЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЙ У МОЛОДЕЖИ

Татьяна Гелиевна Яничева¹, Мария Михайловна Варавка²

^{1,2} Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия

¹ t.janicheva@spbu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0613-7353>

² varavka.maria17@gmail.com

Аннотация. Данная статья посвящена изучению социально-психологических стратегий завершения романтических отношений у представителей молодежи (20–30 лет). Наибольший интерес представляют тактики избегания, открытой конфронтации и опосредованного общения. В исследовании приняли участие 110 человек, из которых 93 вошли в итоговую выборку. Удалось установить, что более высокими показателями личностной тревожности обладают молодые люди, которые сталкивались с опосредованными стратегиями завершения отношений. Помимо этого, более высокие показатели доброжелательности наблюдаются у тех, кто инициировал расставание, используя открытую коммуникацию. Также можно сказать, что выбор определенной роли при завершении отношений расставания влияет на принятие себя после разрыва. Полученные результаты могут быть использованы для расширения уже имеющихся научных знаний и для создания прикладных материалов специалистами из психологической и смежных специальностей.

Ключевые слова: романтические отношения, завершение отношений, стратегии завершения отношений, открытая коммуникация, избегание, опосредованное общение, гостинг

Original article

SOCIO-PSYCHOLOGICAL STRATEGIES FOR ENDING ROMANTIC RELATIONSHIPS AMONG YOUNG PEOPLE

Tatiana G. Yanicheva¹, Maria M. Varavka²

^{1,2} Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia

¹ t.janicheva@spbu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0613-7353>

² varavka.maria17@gmail.com

Abstract. This article is devoted to the study of socio-psychological strategies of romantic relationship dissolution among young people (20–30 years old). The tactics of avoidance/withdrawal, open confrontation and distant/mediated communication are of the greatest interest. The study involved 110 people, 93 of which were included in the final sample. It was established that higher levels of trait anxiety were possessed by young people who had experienced mediated relationship dissolution strategies. In addition, higher benevolence scores were observed in those who initiated a breakup using open communication. It can also be said that the choice of a particular role when ending a relationship influences self-

acceptance after the breakup. The results obtained can be used to expand existing scientific knowledge and to create applied materials by specialists from psychological and related specialties.

Keywords: romantic relationships, relationship dissolution, breakup strategies, open communication, avoidance, mediated communication, ghosting

Введение

Проблема романтических отношений была, есть и будет актуальной темой научных исследований. Для большинства людей наличие романтических контактов является одним из аспектов социально-психологического благополучия. Принятие со стороны общества и близкого окружения связано с удовлетворенностью жизнью, а также с представлениями человека об окружающем мире и самом себе. Отвержение и игнорирование, напротив, могут стать причиной негативного состояния, вызывать тревогу и дистресс, становиться причиной физической боли и даже вызывать депрессивную симптоматику [1; 2]. Помимо этого, можно сказать, что переживания о расставании вызывают сильную тревогу для обоих участников взаимодействия и может мешать достижению жизненных целей в будущем, в особенности, если бывший партнер играл важную роль в социальной поддержке человека [3].

В современных реалиях поиск, создание и развитие отношений становятся удобнее и быстрее во многих аспектах благодаря стремительному развитию технологий. Сейчас ни для кого не является удивительным, что онлайн-отношения способны расширить возможности большинства людей; цифровая сфера может предоставить пользователям взаимодействие друг с другом в уникальной и неповторимой среде, где можно получить новый опыт и знания об отношениях и близости. Для современной молодежи (20–30 лет) характерно использование технических средств для разрешения многих задач в различных аспектах жизни, поскольку они родились и социализировались в эпоху цифровых технологий. Выстраивание романтических отношений для молодых людей всегда связано с определением своего места в системе межличностных взаимоотношений, так как это является одной из основных возрастных задач.

Завершение отношений при помощи цифровых технологий может быть более простым в реализации способом расставания, чем личный и открытый диалог. Некоторые представители молодежи могут прекращать отношения удаленно, без какой-либо коммуникации, воспринимая это как что-то приемлемое и нормативное [4].

Анализируя взаимосвязи между онлайн- и офлайн-отношениями, следует учитывать их существенные различия. Возможно, целесообразно рассматривать онлайн-отношения как самостоятельный феномен, не сводимый к аналогам в реальной жизни [5].

По фактору инициативы можно разделить разрыв отношений на два вида:

1. Обоюдный (взаимно инициированный обоими партнерами, при котором оба человека несут ответственность за исход без явных инициаторов и жертв расставания).
2. Односторонний (инициированный одним из партнеров).

В большинстве случаев расставание носит односторонний характер, последствия которого могут тяжелее восприниматься для обеих сторон. Чем дольше и ближе был контакт между людьми, чем сильнее была эмоциональная вовлеченность партнеров и чем ниже возможность построения альтернативных отношений, тем тяжелее будет переживаться расставание [6].

Поскольку большинство расставаний не являются взаимно инициированными, стратегии разрыва, скорее всего, можно связать в первую очередь с партнером по отношениям — с тем, кто больше желает, чтобы отношения прекратились. Поэтому стратегии завершения отношений обычно рассматриваются с точки зрения инициатора разрыва [7].

Под стратегиями завершения понимаются любые вербальные или невербальные способы, ведущие к прекращению отношений

[8]. Л. Бакстер в исследовании “Strategies for ending relationships: Two studies” [9] дифференцирует стратегии разрыва по 4-м факторам: избегание/исчезновение, открытая конфронтация/коммуникация, манипуляция, правила хорошего тона/самообвиняющие тактики. Т. Коллинз и О. Гиллат в работе “Attachment, breakup strategies, and associated outcomes: The effects of security enhancement on the selection of breakup strategies” [8] обновили модель стратегий расставания Л. Бакстера, где, помимо ранее затронутых четырех стратегий, были сформированы еще три: эскалация, деэскалация и опосредованное общение. Вследствие появились 43 уникальные тактики для расставания.

Тактики избегания/исчезновения, характеризующиеся стремлением к дистанцированию, проявляются в активном избегании эмоциональной близости и взаимодействий с партнером. Под техниками открытой конфронтации/коммуникации можно понимать стремление человека к прямому выражению своих намерений, основанных на желании честно сообщить о причинах и о самом факте разрыва. Техники манипуляции мотивированны желанием управлять ситуацией, используя третьих лиц для передачи информации о желании разорвать отношения. Стратегии расставания, связанные с правилами хорошего тона/самообвинением, можно определить через стремление человека минимизировать негативные эмоции и сохранить позитивный образ как себя, так и партнера. Стратегии разрыва, характеризующиеся стремлением к эскалации конфликта, основаны на стремлении провоцировать партнера на инициирование расставания. Стратегии деэскалации можно охарактеризовать через действия, направленные на угасание конфликта, основанные на желании завершить отношения постепенно и тактично, минимизируя резкие перемены и потенциальную негативную реакцию партнера. Опосредованное общение характеризуется использованием односторонних каналов связи для сообщения намерения о разрыве, например, дистанционно через текстовые сообщения, звонки (чаще в социальных сетях

или мессенджерах) и/или через изменение статуса в приложении.

В последующих исследованиях было обнаружено [10], что вербальные и прямые стратегии чаще всего использовались для завершения реальных (не онлайн-) отношений. Стратегии открытой конфронтации и правил хорошего тона с большей вероятностью будут выбраны в тех отношениях, где присутствует высокий уровень близости между партнерами, при этом не прямые стратегии (такие как избегание) чаще используются в парах с недостаточно высокими показателями близости [7; 11].

Менее директивные стратегии (такие как избегание) коррелировали с более выраженным уровнем стресса после разрыва, в то время как прямые стратегии (например, открытая конфронтация) воспринимались как самый лучший вариант для того, чтобы сообщить человеку о расставании. Формы разрыва, связанные с правилами хорошего тона, согласовались с попытками возобновления контактов и попытками расставшегося «помириться» с бывшим партнером [8].

Позитивные и открытые стратегии завершения отношений (такие как открытая конфронтация) были оценены людьми как более сострадательные, чем те, которые можно охарактеризовать как избегающие и манипулятивные. Техники опосредованного общения при расставании также были охарактеризованы недостаточно сострадательными [7].

Традиционные и более используемые модели завершения романтических отношений, как правило, предполагают наличие коммуникации между партнерами, направленной на объяснение причин расставания и на разрешение конфликта. Однако развитие цифровых технологий и, в частности, платформ онлайн-знакомств, привело к появлению новых стратегий завершения отношений, которые не подразумевают под собой наличие открытого диалога. Одна из них представляет интерес в рамках данного исследования.

Одной из возможных техник разрыва можно считать гостинг (от *англ.* “ghost” — призрак) — стратегию завершения отношений, которая проявляется в преднамеренном рез-

ком прекращении общения без предупреждения и объяснения возможных причин со стороны инициатора (наблюдается чаще в романтических отношениях, но также встречается в дружеских и рабочих). Такое поведение в ряде источников принимается как форма эмоционального насилия и в большинстве случаев может болезненно [12] восприниматься потерпевшей стороной из-за фактора игнорирования [13]. Как правило, гостинг реализуется посредством удаления переписки, добавления пользователя в «черный список» или избегания сообщений или звонков. Подобное исчезновение для инициатора может выглядеть более удобной и легкой, а возможно, и безопасной стратегией разрыва отношений.

Анализ данного феномена будет сфокусирован на его ключевых элементах, а именно: стратегии избегания прямого взаимодействия, отсутствие открытой конфронтации и предпочтение опосредованных каналов коммуникации (например, социальных сетей). Такой подход позволит выявить механизмы, лежащие в основе данного поведения, и его влияние на обоих участников отношений. В ситуациях гостинга человек может выступать в качестве инициатора, потерпевшей стороны (жертвы), а также иметь опыт пребывания в обеих ролях.

В исследовании Фридмэна и коллег [14] было установлено, что к гостингу, как к более приемлемой стратегии завершения отношений, прибегают люди, чей уровень убежденности в существовании «идеального» для них партнера был высок. В то же самое время те, чьи убеждения были ближе к позиции, что отношения улучшаются от количества вложенных в них усилий и потраченного на них времени, находили данный способ разрыва менее позволительным. Можно предположить, что полученные результаты могут быть связаны с общим уровнем экстернальности/интернальности личности (локус контроля). Так, люди, обладающие более выраженным экстернальным (внешним) локусом контроля, принимают гостинг в качестве более допустимой стратегии расставания. Это может быть связано со склонностью принимать причины событий как независимых от их собственных

действий, с верой в контроль внешних сил над ситуацией («нет смысла бороться, если не судьба») и в ориентации на продиктованные обществом стандарты и ожидания.

В связи с вышеперечисленным представляется интересным изучить различия в стратегиях завершения романтических отношений у юношей и девушек, переживших разрыв: на основе каких социально-психологических характеристик молодые люди выбирают тот или иной вид прекращения отношений, делают ли они это чаще через живой диалог или опосредованно, используют ли они при разрыве открытую коммуникацию или чаще применяют стратегии избегания, как ими воспринимается образ себя и образ партнера после расставания.

Целью исследования явилось изучение социально-психологических стратегий завершения романтических отношений у молодых людей в связи с их личностными особенностями.

Объектом исследования выступают романтические отношения. В качестве предмета исследования можно выделить социально-психологические характеристики молодых людей, прибегнувших к завершению романтических отношений.

Для достижения поставленной цели были сформулированы следующие гипотезы:

1. Более высокие показатели нейротизма характерны для молодых людей, которые сталкивались со стратегиями завершения отношений, предполагающими отсутствие открытой коммуникации.
2. Более высокие показатели личностной тревожности наблюдаются у юношей и девушек, которые сталкивались с опосредованными стратегиями завершения отношений.
3. Более высокая доброжелательность свойственна юношам и девушкам, которые инициировали расставание, используя открытую коммуникацию.
4. Более низкий уровень общей интернальности (локус контроля) свойственен представителям молодежи, которые сталкивались со стратегиями завершения отношений, предполагающими отсутствие открытой коммуникации.

5. Выбор роли инициатора или жертвы при завершении отношений влияет на принятие себя и принятие бывшего партнера после разрыва.

Методы и организация исследования

Выборку составили представители молодежи возрастного диапазона 20–30 лет, которые когда-либо состояли в романтических отношениях и завершили их по своей инициативе, инициативе партнера, обоюдной инициативе.

По результатам опроса было получено 110 анкет. 14 респондентов указали, что ранее не сталкивались с завершением отношений, еще 3 респондента были исключены по возрастному критерию. Итоговая выборка состоит из 93 представителей молодежи, которая имела опыт завершения отношений (61,3% женщины, $M = 24,4$ лет). Большая часть участников исследования (58,1%) имеет высшее образование.

45 человек (48,4%) находились в роли инициатора разрыва, для 18 (19,4%) инициатором выступал их партнер, про совместно принятое решение о расставании сообщили 30 (32,3%).

Выборка была разделена по наличию/отсутствию прямой коммуникации и наличию/отсутствию опосредованной коммуникации (звонок, переписка) с партнером при расставании. Опыт расставания с отсутствием открытой коммуникации (опыт гостинга в любой из ролей) наблюдался у 43 (46,2%) человек из 93. 33 человека (33,5%) указали на присутствие опосредованного общения при разрыве, у 49 (52,7%) респондентов завершение отношений происходило при помощи личного диалога, 11 участников исследования (11,8%) выбрали в опросе другие стратегии.

43 (40%) человека указали о наличии опыта гостинга в прошлом. Из них 22 респондента являлись инициаторами (20,5%), 12 (11,2%) выступили в качестве потерпевшей стороны, 9 человек (8,4%) указали опыт нахождения в обеих ролях.

Основным методом исследования выступало тестирование, для этого были использованы следующие методики:

1. Опросник Большой пятерки, BFI-2-S (краткая версия), в адаптации С. А. Щебетенко, А. Ю. Калугиной и др. — для определения уровня нейротизма, доброжелательности.

2. Тест «Локус контроля» (ЛК) Е. Г. Ксенофонтовой; Е. Ф. Бажина, Е. А. Голынкиной, А. М. Эткинда — для определения локуса контроля. Учитывался только общий показатель интернальности.

3. Шкала личностной тревожности Спилбергера-Ханина, STAI — для определения уровня личностной тревожности.

4. Опросник «Стратегии переживания завершения романтических отношений» Е. А. Юмкиной — для выявления стратегий переживания опыта расставания.

5. Модификация теста М. Сакса и С. Леви «Незаконченные предложения» — 15 незавершенных фраз, относящихся к тематике романтических отношений, расставания, конфликтных ситуаций и эмоциональных состояний для выявления установок человека, его отношения к явлениям, которые, так или иначе, могут касаться романтических отношений, межличностной коммуникации в паре, а также его реакции на различные ситуации в отношениях.

6. Анкета социально-демографических характеристик.

7. Авторская анкета для определения наличия опыта завершения отношений, роли в процессе расставания и выявления определенных стратегий разрыва.

Для обработки данных были использованы критерии U Манна Уитни, t-критерий Стьюдента, H критерий Краскела-Уоллиса, однофакторный ANOVA. Также был проведен контент-анализ. Статистическая обработка данных проводилась при помощи программы «JASP», версия 0.19.3. Участие в исследовании являлось полностью добровольным, сбор данных проводился онлайн, с помощью электронных ресурсов.

Результаты исследования и их обсуждение

Для предположений о более высоких показателях нейротизма, характерных для молодых людей, которые сталкивались со стратегиями завершения отношений, предполагающими

отсутствие открытой коммуникации и о более низком уровне общей интернальности молодых людей, которые сталкивались со стратегиями завершения отношений, предполагающими отсутствие открытой коммуникации, был использован критерий U Манна-Уитни, поскольку эмпирическое распределение данных было отличным от нормального. Статистически значимых различий между группами обнаружено не было, что позволяет опровергнуть данные гипотезы.

Для проверки гипотезы о более высоких показателях личностной тревожности у юношей и девушек, которые сталкивались с опосредованными стратегиями завершения отношений, был использован t-критерий Стьюдента для двух независимых выборок. Были найдены статистически значимые различия ($p < 0.05$) между группами «Личная коммуникация» и «Опосредованная коммуникация». Среднее значение показателя личностной тревожности для группы «Опосредованная коммуникация» оказались выше, что подтверждает поставленную гипотезу. Результаты сравнительного анализа представлены в табл. 1.

Для проверки предположения о более высокой доброжелательности, свойственной

юношам и девушкам, которые инициировали расставание, используя открытую коммуникацию, также был использован t-критерий Стьюдента для двух независимых выборок. Различия между группами «Личная коммуникация» и «Опосредованная коммуникация» оказались статистически значимыми ($p < 0.05$). Среднее значение показателя доброжелательности для группы «Личная коммуникация» оказалось выше, что позволяет нам принять данную гипотезу. Результаты сравнительного анализа представлены в табл. 2.

Для проверки гипотезы о выборе определенной роли при завершении отношений и его влиянии на принятие себя и принятие бывшего партнера после разрыва был выбран H критерий Краскела-Уоллиса. Были обнаружены статистически значимые различия ($p < 0.05$) между тремя группами по показателю «Принятие себя». По шкале «Принятие партнера» значимых различий выявлено не было. Множественные апостериорные сравнения с поправкой Бонферрони не показали наличия значимых различий между группами инициаторов. Результаты представлены в табл. 3 и табл. 4.

Таблица 1

Шкалы	Личная коммуникация (N = 49)		Опосредованная коммуникация (N = 33)		t	p
	M	SD	M	SD		
Личностная тревожность	48.3	9.4	52.6	9.7	1,98	0.025

Таблица 2

Шкалы	Личная коммуникация (N = 44)		Опосредованная коммуникация (N = 24)		t	p
	M	SD	M	SD		
Доброжелательность	21.3	3.6	19.5	4.4	-1.78	0.039

Таблица 3

Шкалы	Кто был инициатором разрыва отношений			H	p
	Вы (N = 45)	Партнер (N = 18)	Оба (N = 30)		
	Me	Me	Me		
Принятие себя	9	9	7	6.41	0.040
Принятие партнера	9	8.5	9	1.08	0.582

Таблица 4

Попарные сравнения	p	p _{bonf}
Вы — Партнер	0.809	1.000
Вы — Оба	0.022	0.066
Партнер — Оба	0.042	0.25

Поскольку группы имеют разный размер, критерий Н Краскела-Уоллиса демонстрирует значимые различия между тремя категориями, но при этом при попарных сравнениях эффект оказывается неустойчивым. Также стоит учитывать, что поправка Бонферрони предъявляет строгие требования к уровню значимости. Определенно, для подтверждения значимости межгруппового эффекта при попарных сравнениях необходима большая мощность выборки.

При проведении исследования были обнаружены дополнительные результаты, которые могут представлять интерес для последующего изучения. Так, при использовании однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA), удалось выяснить, что существуют различия ($F(2,40) = 4,918$, $p < 0.05$) по фактору «Личностная тревожность» для носителей разных ролей в ситуации гостинга (инициатор, потерпевшая сторона, обе). При попарных сравнениях с поправкой Тьюки были найдены статистически значимые ($p = 0.01$) различия между группами «Потерпевшая сторона» ($M = 45,8$) и «Обе» ($M = 56,9$), что указывает на то, что люди, побывавшие как в роли инициатора, так и в роли жертвы, обладают более высокими показателями личностной тревожности, чем те, кто выступал лишь потерпевшей стороной. Можно пред-

положить, что высокие показатели тревожности как характеристики личности могут указывать на внутренний конфликт, вследствие которого человек может быть не готов к открытой конфронтации или выяснению отношений с партнером и предпочтет просто исчезнуть.

Также однофакторный ANOVA был использован для сравнения групп инициаторов, жертв и тех, кто выступал в обеих ролях, по фактору «Добросовестность» (или «Сознательность» в других источниках), высокие показатели по данному фактору характеризуются высоким уровнем вдумчивости, хорошим контролем импульсов и поведением, направленным на достижение цели. Между носителями ролей были найдены статистически значимые различия ($F(2,40) = 3,903$, $p < 0.05$), апостериорные сравнения с поправкой Тьюки показали разницу ($p < 0.05$) между группами «Потерпевшая сторона» ($M = 21,7$) и «Обе» ($M = 16,7$), это указывает на более низкие показатели добросовестности/сознательности у тех, кто находился в обеих ролях, по сравнению с теми, кто являлся потерпевшей стороной. В связи с этим можно выдвинуть предположение о том, что молодые люди, имевшие опыт пребывания в обеих ролях, испытывают сложности в планировании, самоконтроле и в принятии ответственности за собственные действия, ввиду чего гостинг может представляться для них более простой и удобной в реализации стратегией.

Для проведения контент-анализа было принято решение распределить ответы респондентов методики «Незаконченные предложения» по трем категориям, которые

соответствуют компонентам установки: эмоциональный (аффективный), когнитивный и поведенческий. Составляющими эмоционального компонента являлись негативные эмоции; нейтральные эмоции; позитивные эмоции и амбивалентные (комплексные) эмоции. Когнитивный компонент был разделен на анализ или рефлексия; поиск решения или причины и ситуативную реакцию. Под поведенческим компонентом понимались выражение эмоций или эмоциональное переживание, вызванное чем-либо извне; регуляция собственного поведения или отсутствие навыка регуляции; уход из ситуации; шаги к поиску или укреплению взаимопонимания; конфронтация или стремление к конфликту и факторы, вызванные действиями партнера или внешними обстоятельствами.

В табл. 5 указаны количество упоминаний для выделенных категорий каждого эксперта ($N = 3$), а также средние значения по компонентам.

Таблица 5

Компонент/ Эксперт	Э1	Э2	Э3	М
Эмоциональный	637	682	557	625
Когнитивный	702	663	726	696
Поведенческий	574	697	843	704

Для выявления степени согласованности мнений экспертов по всем вопросам методики был рассчитан коэффициент конкордации Кендалла (W). Коэффициент соответствия для эмоционального компонента составил $W = 0.88$ ($\chi^2 = 36.98$, $p < 0.001$), для когнитивного компонента — $W = 0.92$ ($\chi^2 = 38.8$, $p < 0.001$) и для поведенческого компонента — $W = 0.96$ ($\chi^2 = 40.7$, $p < 0.001$). Полученные данные указывают на то, что наблюдаемая согласованность экспертов имеет сильную согласованность на высоком уровне значимости.

В ответах респондентов, завершающих предложения, связанные с опытом переживания и завершения романтических отношений, примерно равномерно присутствуют

когнитивный, эмоциональный компоненты, отражающие различные аспекты рефлексии происшедшего.

Большая часть незаконченных предложений содержала в себе негативную коннотацию и подводила к темам разрыва отношений, избегающего поведения и конфликтных ситуаций. Несмотря на это, большее количество упоминаний было отнесено к поведенческому компоненту. Из этого можно сделать вывод, что в ситуациях разрыва люди чаще делают акцент на собственном поведении и поведении партнера.

Ограничения

Для данного исследования был сформулирован ряд ограничений:

1. В исследовании не присутствовало четкого указания, опыт каких отношений должен выбрать респондент и их количество. У участников исследования мог быть не единственный опыт расставания, при этом учитывался только один из них, который выбирал для себя сам опрашиваемый. Также стоит учесть, что опыт разрыва мог быть очень давно, что требует особой осторожности в интерпретации результатов;

2. Во избежание социальной желательности, упоминание гостинга не использовалось директивно, а наличие опыта респондентов оценивалось по характеристикам данной стратегии (исчезновение без предупреждения, отсутствие объяснения причины и отказ от коммуникации);

3. Использование стратегий отсутствия прямой коммуникации оценивалось по наличию/отсутствию опыта гостинга, однако гостинг является не единственной стратегией, не подразумевающей открытую конфронтацию с партнером, а выбор множественного ответа для стратегий разрыва не был предусмотрен в анкете.

Заключение

Наше исследование было направлено на изучение различных форм распада романтических отношений, расширение и уточнение имеющихся знаний по этой теме и более подробном анализе стратегий, редко рассматриваемых и обсуждаемых в отечественном научном дискурсе.

Практическая ценность полученных результатов состоит в систематизации научного знания и в возможности использования данных исследования в консультативной, медиативной работе для разрешения конфликтных, кризисных ситуаций в отношениях.

В результате исследования были сделаны следующие выводы:

1. У молодых людей, которые сталкивались с опосредованными стратегиями завершения отношений, отмечается более высокий уровень тревожности.

2. Юноши и девушки, инициирующие расставание, используя открытую коммуникацию, отличаются более высокими показателями доброжелательности.

3. Выбор определенной роли человека при завершении отношений (инициатор, жертва)

влияет на принятие себя. Дополнительной проверки требует исследование влияния роли на принятие партнера.

4. Люди, побывавшие как в роли инициатора, так и в роли жертвы гостинга, обладают более высокими показателями личностной тревожности, чем те, кто выступал лишь потерпевшей стороной.

5. У тех молодых людей, кто имел опыт нахождения в роли и инициатора и жертвы гостинга, отмечаются более низкие показатели добросовестности/сознательности, по сравнению с теми, кто являлся потерпевшей стороной.

Представленные выше интерпретации являются возможными объяснениями результатов, которые были получены в процессе исследования, но для более глубокого понимания требуется дополнительное изучение.

Список источников

1. Twenge J. M., Catanese K. R., Baumeister R. F. Social exclusion and the deconstructed state: Time perception, meaninglessness, lethargy, lack of emotion, and self-awareness // J. Personal. Soc. Psychol. 2003.

2. Williams K. D., Cheung C. K., Choi W. Cyberostracism: Effects of being ignored over the Internet // J. Pers. Soc. Psychol. 2000. Vol. 79. P. 748–762.

3. Gomillion S., Murray S. L., Lamarche V. M. (2015). Losing the wind beneath your wings: The prospective influence of romantic breakup on goal progress // Social Psychological & Personality Science. 2015. Vol. 6.

4. LeFebvre L. E. [et al.] Ghosting in emerging adults' romantic relationships: The digital dissolution disappearance strategy // Imagination, Cognition and Personality. 2019. Vol. 39.

5. Антонова Н. А., Ерицян К. Ю., Марарица Л. В. Романтические знакомства в сети интернет: изучение феномена // Петербургский психологический журнал. 2015. № 10. С. 1–29.

6. Richman L. S., Leary, M. R. Reactions to discrimination, stigmatization, ostracism, and other forms of interpersonal rejection: a multimotive model // Psychological Review. 2009. Vol. 116.

7. Sprecher S., Zimmerman C., Abrahams E. Choosing Compassionate Strategies to End a Relationship: Effects of Compassionate Love for Partner and the Reason for the Breakup // Social Psychology. 2010. Vol. 41. P. 66–75.

8. Collins T. J., Gillath O. Attachment, breakup strategies, and associated outcomes: The effects of security enhancement on the selection of breakup strategies // Journal of Research in Personality. 2012. Vol. 46. P. 210–222.

9. Baxter L. A. Strategies for ending relationships: Two studies // Western Journal of Speech Communication. 1982. Vol. 46. P. 223–241.

10. Wilmot W. W., Carbaugh D. A., Baxter L. A. Communicative strategies used to terminate romantic relationships // The Western Journal of Speech Communication. 1985. Vol. 49. P. 204–216.

11. Hoffman W. Communication modes during romantic dissolution: The impact of attachment and intimacy on initiator breakup strategies // Interpersona An International Journal on Personal Relationships. 2020. Vol. 14. P. 87–103.

12. *Eisenberger N., Lieberman M.* Why rejection hurts a com-mon neural alarm system for physical and social pain // *Trends in Cognitive Sciences*. 2004. Vol. 8. P. 294–300.

13. *Семенова Г. В. [и др.]* Представления об игнорировании как форме социальной эксклюзии // *Психология человека в образовании*. 2022. № 1.

14. *Freedman G. [et al.]* Ghosting and destiny: Implicit theories of relationships predict beliefs about ghosting // *Journal of Social and Personal Relationships*. 2019. Vol. 36. P. 905–924.

Статья поступила в редакцию 19.04.2025; одобрена после рецензирования 19.05.2025; принята к публикации 23.05.2025.

The article was submitted 19.04.2025; approved after reviewing 19.05.2025; accepted for publication 23.05.2025.

Информация об авторах:

Т. Г. Яничева — кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии;
М. М. Варавка — магистр факультета психологии.

Information about the Authors:

T. G. Yanicheva — Candidate of Sciences (Psychology), associate professor at the Department of Social Psychology;

M. M. Varavka — master’s student at the Department of Psychology.