

УДК 159.9: 316.62

Т.Л. Крюкова, А.О. Арипова

РОЛЬ ХАРАКТЕРИСТИК СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ ЛИЧНОСТИ В ОЦЕНКЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ ПРИ СТРЕССЕ

В данной статье рассматривается проблема взаимосвязи социально-психологических качеств социальной сети личности со значением для нее эмоциональной поддержки в стрессовых ситуациях с разным уровнем эмоциональной сложности. В исследовании приняли участие 196 человек (98 мужчин и 98 женщин) в возрасте от 17 до 60 лет. Анализируются характеристики социальной сети личности (широта, плотность, структура) и то, как она оценивает степень эмоциональной сложности различных стрессовых ситуаций. Данные, полученные в ходе эмпирического исследования, указывают на взаимосвязь широты и структуры социальной сети со значением эмоциональной поддержки в стрессовых ситуациях среднего и выше среднего уровней эмоциональной трудности. При этом взаимосвязи социально-психологических качеств сети со значением поддержки для личности в повседневных/эмоционально простых ситуациях не выявлено, что подтверждает нашу гипотезу.

Ключевые слова: социальная и эмоциональная поддержка, социальная сеть, широта, плотность, структура социальной сети.

DOI: 10.35634/2412-9550-2019-29-2-160-166

Исследование совладающего (копинг) поведения как существенной составляющей социального поведения чрезвычайно актуально в связи с обострением в обществе неблагоприятных тенденций усиления социальной нестабильности, «текучести». Изучению совладания с жизненными трудностями посвящено множество работ западных и отечественных психологов (Р. Лазарус, С. Фолкман, К. Олдвид, С. Хобфолл, Л.И. Анцыферова, В.А. Бодров, И.М. Никольская, Р.М. Грановская, Т.Л. Крюкова, В.Д. Сапоровская, С.А. Хазова, М.В. Сапоровская, Е.В. Куфтык и другие) [10; 11; 13-16]. За последнее десятилетие XX и в начале XXI в. вырос интерес к проблеме копинг-поведения в России. Значительно увеличилось количество эмпирических исследований в данной области. При этом остается много вопросов, например, *о роли социальной сети личности в совладании со стрессом*.

Успешное противостояние стрессовым ситуациям невозможно без наличия тесных взаимоотношений с другими людьми, составляющими социальную сеть личности. Поддержка, которую они оказывают, может принимать разнообразные формы: она существует в виде реальной, осязаемой помощи, информационного содействия и эмоциональной поддержки или сочувствия.

Эмоциональная поддержка, выступая как составляющая социальной поддержки, в то же время является самостоятельным феноменом и конструктом. Она относится не к активным проблемно-ориентированным стратегиям, как информационная поддержка, а к эмоционально-ориентированным способам совладания [14].

Мы понимаем под эмоциональной поддержкой разновидность социального поведения, реализуемого через обмен чувствами, мыслями и действиями, и направленного на создание условий для улучшения эмоционального состояния личности в ситуации стресса и потребности в этом.

Многочисленные исследования показали, что поддержка, которую оказывают близкие люди, напрямую связана с благополучием человека в жизни и служит своего рода буфером, смягчающим последствия стрессов [3; 6; 14]. Близкие люди, оказывая эмоциональную поддержку, укрепляют веру личности в собственную способность противостоять ситуации, а также в то, что она всегда может рассчитывать на помощь и внимание [3; 11].

С наступлением каждого жизненного периода личность обогащается новыми близкими отношениями. Так, с подросткового возраста у человека развивается способность устанавливать более тесные и глубокие *дружеские отношения*, для которых характерны взаимопомощь, верность и психологическая близость. Возрастание близости означает, что друг или подруга считаются источником прежде всего эмоциональной поддержки, своеобразной формы психотерапии, позволяющей выразить переполняющие их чувства: сомнения, надежды, тревоги.

На протяжении всей жизни человека особенно значимы семейные отношения. В период взросления – это родители, а позднее – партнер/супруг. Семья – *источник эмоционального тепла и под-*

держки, без которых личность чувствует себя беззащитной и беспомощной. Семья – это модель взаимоотношений с другими людьми [16].

В период зрелости добавляются профессиональные отношения (с коллегами) и развитие самостоятельных семейных отношений (создание своей семьи и воспитание детей). Важнейшими вопросами становятся продуктивность и инертность. Продуктивность, по W. Eriksen, связана с заботой личности о своих детях, об интересующих идеях. Инертность же ведет к эгоцентризму и сосредоточенности на себе и своих потребностях, к некоторому равнодушию и отдалению от окружающих [16]. Важнейшая особенность зрелого возраста – осознание ответственности за смысл и содержание своей жизни перед собой и другими людьми, что нередко сказывается на качестве отношений с окружающими [17].

Мы предположили, что социально-психологические качества социальной сети (широта, замкнутость и др.) не связаны с оценкой значения эмоциональной поддержки в повседневных стрессовых ситуациях.

Эмпирическую базу исследования составили 196 человек (98 женщин и 98 мужчин) в возрасте от 17 до 60 лет (ср. возраст – 37 лет, $SD=12,5$), подобранных методом случайной выборки. В качестве методик использованы: опросник, в котором респондентам необходимо оценить степень эмоциональной сложности стрессовых ситуаций (модификация Шкалы определения стрессоустойчивости и социальной адаптации, Holmes и Rahe, 1967) по семибалльной шкале Лайкерта (где *семь* – ситуация крайне эмоциональная трудная); методика Перри Г. «Социальная сеть» (1990) для изучения структуры, плотности и широты социальной сети [13].

Одной из целей эмпирического исследования было выявить значение эмоциональной поддержки и характеристик сферы близких отношений участников исследования как ресурса преодоления жизненных трудностей. Для этого сначала проанализировали результаты оценки эмоциональной сложности стрессовых ситуаций и степень значимости получения эмоциональной поддержки (табл. 1).

Таблица 1

Ситуации, в которых респонденты особенно хотели бы получить эмоциональную поддержку, и оценка сложности этих ситуаций

Стрессовые ситуации	Оценка значения эмоциональной поддержки, % чел.	Оценка сложности, в среднем
Смерть супруги (супруга)	34,7	6,7
Развод	34,5	5,3
Тюремное заключение	13,3	6,4
Смерть близкого члена семьи	63,8	6,6
Примирение супругов	0,5	3,1
Смерть близкого друга	41,8	6
Окончание срока выплаты ссуды или займа, растущие долги	1,5	4,3
Изменение привычек, связанных с вероисповеданием	1,5	3,5
Ссуда/ заем для покупки мелкой вещи (машины, телевизора)	1	3,2

Представленные данные указывают на то, что наибольшую потребность в эмоциональной поддержке опрошенные испытывают в ситуациях утраты: смерть близкого члена семьи, смерть близкого друга, смерть супруга (супруги) и развод. Эти ситуации оцениваются респондентами как наиболее эмоционально трудные. Кроме перечисленных, безусловно, сложной для опрошенных является также ситуация тюремного заключения, как утрата личной свободы.

Для данной выборки наименее важна поддержка при ситуациях: примирение супругов, мелкая ссуда (например, для покупки телевизора), окончание ссуды и изменение привычек, связанных с вероисповеданием. Их уровень сложности оценивается, как средний и ниже среднего.

Вероятно, обусловлено это тем, что ситуации утраты значительно влияют на жизнь человека, могут приводить к нарушению жизнедеятельности и сложившихся отношений, к порождению переживаний, связанных с неблагоприятными последствиями для развития личности [3]. Потеря близкого человека обостряет чувства беспомощности и безнадежности. Для переживания боли как результата подобных ситуаций, необходимо привлечение дополнительных ресурсов, энергии, помощи окру-

жающих людей. Их невозможно решить, ведя привычный образ жизни, наряду с другими вопросами, как это удастся сделать при переживании более эмоционально простых ситуаций.

Среди данных, полученных по оценке респондентами значения эмоциональной поддержки, нет таких, для кого она совсем ничего не значит. Для большинства она имеет немаловажное значение, оцениваемое как «очень много значит» (42,35 %) и «значит» (38,76 %). Установлены значимые половые различия в оценке значения эмоциональной поддержки: у женщин средняя оценка несколько выше, чем у мужчин ($p \leq 0,018$).

Женщины более ориентированы на мнение окружающих, поэтому нуждаются в их положительной оценке и эмоциональной поддержке. Сталкиваясь со стрессовой ситуацией, они более склонны «заикливаться» на возможных причинах случившегося. Мужчины же, наоборот, стремятся отгородиться от негативных эмоций, концентрируясь на способах разрешения стрессовой ситуации. Если им и приходится обращаться за помощью, то для этого они выбирают человека по его профессиональным качествам, способствующим более эффективному устранению проблемы. Таким образом, сознательная оценка эмоциональной поддержки у них ниже, чем у женщин [6; 9].

Регрессионный анализ указывает на положительную и отрицательную сопряженности значения эмоциональной поддержки для личности с ее оценкой степени сложности стрессовых ситуаций: изменение привычек, связанных с вероисповеданием ($\beta = 0,472$; $R^2 = 0,12$; $p \leq 0,000$), изменение финансового положения ($\beta = 0,424$; $R^2 = 0,17$; $p \leq 0,001$). Это свидетельствует о том, что чем более эмоционально сложными воспринимает личность эти ситуации, тем больше она нуждается в эмоциональной поддержке для совладания с ними. Установлена также прямо пропорциональная связь (по Спирмену) между значением эмоциональной поддержки и оценкой уровня сложности стрессовых ситуаций: изменение привычек, связанных с вероисповеданием ($r = 0,337$; $p \leq 0,01$), изменение социальной активности ($r = 0,241$; $p \leq 0,05$).

Обусловлено это тем, что принадлежность личности к духовной или другой общественной организации позволяет ей войти в глубокий, очень личный контакт с теми, кто разделяет ее убеждения. Переживаемое чувство принадлежности помогает снизить тревожность, избавиться от негативных эмоций и найти близких людей, обеспечивающих ее эмоциональной поддержкой. Изменения или даже разрыв таких отношений вынуждают личность чувствовать себя беспомощной, лишившейся дополнительных ресурсов для совладания со стрессом, поэтому она испытывает нехватку поддержки.

Умение поддерживать достаточно тесные отношения с окружающими людьми – один из факторов, определяющих успешность совладания со стрессовыми ситуациями. Важно уметь принимать помощь от близких людей.

При анализе параметров социальных сетей участников исследования были получены следующие результаты. В среднем по выборке *широта* (размер) социальной сети (сети близких отношений в реальной жизни; интернет не имеется в виду) испытуемых составляет 9 человек; у женщин это число равно 10, у мужчин – 9. В исследовании Т.В. Ореховой и Т.Л. Крюковой, изучавших сеть близких отношений мужчин и женщин, было установлено, что размер социальной сети испытуемых в среднем по выборке составляет 13 человек (у женщин – 14, у мужчин – 12) [9]. В нашем исследовании полученные результаты по широте социальной сети немного ниже. Возможно, связано это с различиями во времени проведения исследований и месте проживания респондентов (59,2 % опрошенных нами людей проживают в Санкт-Петербурге и в Ленинградской области). По данным зарубежных исследователей, в среднем для удовлетворения потребности в регулярном дружеском общении, в поддержке и чувстве принадлежности индивиду нужно от 12 до 20 человек [13]. Помимо определенного размера не менее важны *структура* сети и теснота связей (*плотность*) в ней [18].

В структуру социальной сети все испытуемые включили своих членов семьи (родители, брат /сестра, супруг/супруга, дети) и друзей; 64,8 % испытуемых (127 человек) включили родственников (тетя / дядя, двоюродные брат /сестра, племянники), 50 % испытуемых (98 человек) – коллег.

Количество членов семьи в структуре социальной сети испытуемых варьирует от 1 до 5 человек, родственников – от 1 до 7 человек, друзей – от 1 до 11 человек, коллег – от 1 до 5 человек.

На первое место в структуре социальной сети 86,2 % испытуемых (169 человек) поставили родителей – 35,7 % (70 человек) и супруга – 50,5% испытуемых (99 человек); 8,2% (16 человек) – друзей; 5,6 % (11 человек) – коллег. Не у всех респондентов в зрелом возрасте сохранилась возможность обратиться за поддержкой к родителям, поэтому большинство отметило супруга. И родители, и супруг, как члены первой и самостоятельно созданной семей опрошенных – эмоционально наиболее

близкие для них люди. Именно в семье поддержка – одна из важнейших функций: благодаря ей человек чаще чувствует свою значимость, принятие его и выше оценивает членов этой сети.

Плотность социальной сети испытуемых в среднем по выборке составляет 50,41 %. Установлены значимые различия между женщинами и мужчинами по показателю плотности социальной сети: у женщин данный показатель ниже, чем у мужчин ($p < 0,003$). Важность показателя плотности обусловлена скоростью передачи информации внутри сети, а, следовательно, тем, насколько быстро в случае необходимости может быть проведена мобилизация возможностей поддержки [11].

Социальная сеть позволяет также выделить источники эмоциональной поддержки (табл. 2).

Таблица 2

Частота получения и ожидания респондентами эмоциональной поддержки от окружающих

	От кого респондент получает эмоциональную поддержку, среднее	От кого респондент хотел бы получить эмоциональную поддержку, среднее
Родители	5,59	6
Супруг (-а)	4,93	5,96
Дети	3,83	5,11
Коллеги по работе	4,06	4,73
Близкие родственники	4,32	5,08
Друзья	5,24	5,77
Незнакомые люди	2,42	2,85

Представленные результаты свидетельствуют о том, что главным источником эмоциональной поддержки при столкновении респондентов со стрессовыми ситуациями являются родители, супруги и друзья. Реже всего поддержку оказывают незнакомые люди, что соответствует их потребностям. Кроме того, стоит отметить, что от супруга и детей опрашиваемые хотели бы получать эмоциональную поддержку несколько чаще, чем получают сейчас.

Далее установлено, как часто респонденты переживают за других и оказывают им ответную эмоциональную поддержку. Полученные данные представлены в табл. 3.

Таблица 3

Частота переживаний респондентов за других и оказания им эмоциональной поддержки

За кого респондент переживает	Частота переживаний за других, среднее	Частота оказания эмоциональной поддержки другим, среднее
Родители	5,88	5,40
Супруг (-га)	5,30	5,05
Дети	4,45	4,28
Коллеги по работе	3,77	4,09
Близкие родственники	4,87	4,44
Друзья	5,25	5,27
Незнакомые люди	2,64	2,57

Результаты анализа показывают, что респонденты чаще переживают и оказывают поддержку тем людям, которые так же часто помогают им (родителям, супругу, друзьям). Реже всего переживают и оказывают поддержку людям незнакомым.

Установлена положительная сопряженность между значением эмоциональной поддержки и частотой переживания за близких родственников ($\beta = 0,224$; $R^2 = 0,5$; $p \leq 0,002$). Это указывает на то, что, чем значимее для личности эмоциональная поддержка, тем чаще она переживает за близких родственников. Именно взаимоотношения с близкими, эмоционально значимыми людьми дают человеку ощущение самооценности, принятия и защищенности [5]. Сохранению и укреплению таких благополучных отношений способствует взаимное проявление участия, заинтересованности, сочувствия, через эмоциональную поддержку. Это свидетельствует также о сохранении у нас семьи как традиционной ценности, занимающей в жизни одно из первых мест.

Подсчет корреляций не выявил связи между шириной и плотностью социальной сети и по выборке в целом, и отдельно по мужской и женской выборкам. Как тенденция установлена слабая *обратная связь* между шириной и плотностью социальной сети ($r = -0,253$, при $p < 0,066$) по всей выборке ($N = 196$). Можно предположить, что чем шире сеть близких отношений личности, чем больше людей включены в данную сеть, тем менее интенсивным будет взаимодействие между членами сети, т. е. с расширением социальной сети человека снижается эффективность оказания ему помощи и поддержки при возникновении жизненных трудностей со стороны близких людей.

Однако между шириной социальной сети и значением эмоциональной поддержки выявлена прямо пропорциональная взаимосвязь ($r = 0,31$; $p \leq 0,024$). Регрессионный анализ позволил установить, что ширина социальной сети положительно сопряжена с оценкой значения эмоциональной поддержки ($\beta = 0,3$; $R^2 = 0,09$; $p \leq 0,025$).

Обратно пропорциональная связь между шириной социальной сети и значением эмоциональной поддержки существует в таких стрессовых ситуациях среднего уровня эмоциональной сложности, как рождение ребенка ($r = -0,145$; $p \leq 0,05$) и личный успех ($r = -0,144$; $p \leq 0,05$). Эти данные позволяют говорить о том, что чем шире сеть близких отношений, чем больше людей включены в данную сеть, тем ниже значение эмоциональной поддержки в ситуациях рождения ребенка и личного успеха. В целом эти ситуации достаточно личные/интимные. Степень их наполненности положительными эмоциями очень субъективна. Из-за разнообразия мнений, недоверия к искренности других, респонденты стремятся оградить себя от дополнительного внимания и придают меньшее значение поддержке окружающих.

Статистически значимых связей между значением эмоциональной поддержки и плотностью социальной сети личности не обнаружено ($N = 196$). Кроме того, установлено, что плотность социальной сети не влияет на оценку значения эмоциональной поддержки при совладании с различными стрессовыми ситуациями (регрессионный анализ).

Выявлены взаимосвязи между оценкой значения эмоциональной поддержки для личности и важностью получения поддержки от конкретного человека в стрессовых ситуациях средней эмоциональной сложности. Так, респондентам при увольнении важно получить эмоциональную поддержку от супруга ($r = 0,253$; $p \leq 0,01$) и коллег ($r = 0,200$; $p \leq 0,01$). Также от коллег ждут поддержки при изменении должности ($r = 0,207$; $p \leq 0,01$). Для опрошенных менее значима эмоциональная поддержка в ситуациях ухода ребенка из семьи – от друзей ($r = -0,220$; $p \leq 0,01$); при изменении социальной активности – от супруга ($r = -0,222$; $p \leq 0,01$).

Супруг является членом семьи, которую респонденты создали самостоятельно, опираясь на степень удовлетворенности отношениями с ним. Стрессовые ситуации, переживаемые личностью, и то, как она с ними совладает, например, изменением социальной активности, отражаются и на супруге из-за общности быта. Переживая за его/ее эмоциональное состояние, например, в ситуации увольнения ($r = 0,203$; $p \leq 0,01$), респонденты готовы оказать поддержку супругу для сохранения его чувства уверенности в своих силах, снижения тревожности, но и такой же поддержки ждут в ответ. Взаимная оптимистическая поддержка – это источник базового чувства безопасности, особенно важного при воспитании детей. Уход ребенка из семьи – один из кризисных периодов семейной жизни, и многие предпочитают разрешать его в кругу семьи, без участия даже близких друзей, избегая влияния иного значимого, кроме супружеского, мнения. Поэтому, несмотря на свои переживания за друзей ($r = -0,238$; $p \leq 0,01$) и частое оказание им поддержки ($r = -0,235$; $p \leq 0,01$), опрашиваемые в такой ситуации готовы не навязывать им свою помощь, чтобы дать им возможность самостоятельно принять более верное решение.

Таким образом, можно сделать общий вывод о том, что в ходе исследования изучены: значение эмоциональной поддержки для личности при совладании со стрессом, уровень эмоциональной сложности стрессовых ситуаций и потребность личности в поддержке при переживании этих ситуаций. Проанализированы социально-психологические качества (широта, плотность и структура) социальной сети. На основе полученных данных установлена взаимосвязь между характеристиками социальной сети (широта, структура) и значением эмоциональной поддержки в стрессовых ситуациях эмоциональной сложности среднего и выше среднего уровней. При этом связей со значением эмоциональной поддержки в повседневных / эмоционально более простых ситуациях не обнаружено. Следовательно, полученные результаты позволяют считать гипотезу подтвержденной.

Повседневные стрессовые ситуации – это стрессоры, которые чаще относятся к мелким неприятностям (*daily hassles*). Их решение не требует дополнительных затрат энергии для адаптации к случившемуся. Выполняя привычные действия, общаясь с близкими и родными, личность справляется с негативными эмоциями. Для решения эмоционально более трудных ситуаций и устранения их последствий требуется больше внимания к проблеме. Человек вынужден искать дополнительные ресурсы (время, моральные силы), в чем может помочь широкая социальная сеть и ее наполненность значимыми людьми [12].

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336 с.
2. Гринберг Д. Управление стрессом. 7-е изд. СПб.: Питер, 2002. 496 с.
3. Журавлев А.Л. Психологические факторы физического и психического здоровья человека // Психологический журнал, 2004. Т. 25. № 3. С. 107-117.
4. Казьмина О.Ю. Социальные сети и развитие социального поведения // Руководство по оценке уровня развития социального поведения старшеклассника. М., 1993. 80 с.
5. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. М.: Наука, 1983.
6. Клецина И.С. Психология гендерных отношений: Теория и практика. СПб.: Алетейя, 2004. 408 с.
7. Коржова Е.Ю. Развитие личности в контексте жизненной ситуации // Психология социальных ситуаций / Сост. и общ. Ред. Н.В. Гришиной. СПб.: Питер, 2001. С. 279-285.
8. Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В., Куфтяк Е.В. Психология семьи: жизненные трудности и совладение с ними. СПб., Речь, 2005. 240 с.
9. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: Монография. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. 296 с.
10. Крюкова Т.Л. Роль когнитивного оценивания в психологическом совладании личности // Творческое наследие А.В. Брушлинского и О.К. Тихомирова и современная психология мышления. Тез. докл. на науч. конф. / Отв. ред. В.В. Знаков, Т.В. Корнилова. М.: Институт психологии РАН, 2003. С. 86-89.
11. Матрехина Н.В. Социальная сеть человека в контексте его жизненных ситуаций: автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2006. 22 с.
12. Силантьева Т.А. Социальная поддержка как ресурс совладания со стрессом в трудной жизненной ситуации // Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе. Материалы II Междунар. науч.-практ. конф. Кострома, 2010. Т. 1. С. 177-179.
13. Фонтана Д.; Как справиться со стрессом; Перри Г. Как справиться с кризисом; Брум, А., Джеллико Х. Как жить с вашей болью: пер. с англ. М.: Педагогика-Пресс, 1995. 352 с.
14. Cohen S., Wills T.A. Stress, social support, and the buffering hypothesis // Psychological Bulletin. 1985. Vol. 98. P. 310-357.
15. Dixon N.F. Humor: A cognitive alternative to stress? In I.G. Sarason & C.D. Spielberger (Eds.), Stress and anxiety. Washington, DC: Hemisphere, 1980. Vol.7. P. 281-289.
16. Eriksen W. The role of social support in the pathogenesis of coronary heart disease. A literature review // Family Practice. 1994. № 11. P. 201-209.
17. Hansell S. Adolescent Friendship Networks and Distress in School // Social Forces. 1985. № 63. P. 698-715.
18. Regan P.C. Close Relationships. NY and London: Routledge, 2011. 390 p.
19. Vaux A. Social Support: Theory, Research, and Intervention. New York: Praeger, 1988. 355 p.

Поступила в редакцию 04.03.2019

Крюкова Татьяна Леонидовна, доктор психологических наук, профессор
E-mail: tat.krukova44@gmail.com

Арипова Анастасия Олеговна
E-mail: skorobogatyhao@mail.ru

ФГБОУ ВО «Костромской государственный университет»
156005, Россия, г. Кострома, ул. Дзержинского, 17

*T.L. Kryukova, A.O. Aripova***THE ROLE OF CHARACTERISTICS OF A PERSON'S SOCIAL NETWORK IN THE EVALUATION OF EMOTIONAL SUPPORT DURING STRESS**

DOI: 10.35634/2412-9550-2019-29-2-160-166

This article focuses on the problem of relations between socio-psychological traits of a person's social network and a value of emotional support for this person in stressful situations of different emotional complexity. The study involves 196 people (98 men and 98 women) aged 17 to 60 years. Personal social network's traits (breadth, density, structure) have been analyzed. The authors studied how a person evaluates the degree of emotional complexity of various stressful situations and ways of support one gets. Data obtained in the empirical research indicate the interrelations between the breadth and structure of a social network and the value of emotional support in stressful situations of average and above average levels of emotional complexity. The relations between a network's socio-psychological traits and a value of support in everyday emotionally simple situations have not been identified, which confirms our hypothesis.

Keywords: social support, emotional support, social network, breadth, density, social network structure and traits.

Received 04.03.2019

Kryukova T.L., Doctor of Psychology, Professor
E-mail: tat.krukova44@gmail.com
Aripova A.O.
E-mail: skorobogatyhao@mail.ru
Kostroma State University
Dzerzhinskogo st., 17, Kostroma, Russia, 156005