

**Засідання № 3 науково-методичного семінару кафедри психології
від 06.11.2023**

Присутні : члени кафедри психології.

Слухали: доповідь «Копінг шлюбних партнерів як чинник їх суб'єктивного благополуччя», асп. Абрамюк Олена

- суб'єктивне благополуччя шлюбних партнерів - це поліфакторний феномен, що об'єднує в собі індивідуальне благополуччя кожного з подружжя та їх діадну взаємодію, що передбачає здатність подружжя до створення умов формування власного благополуччя та благополуччя свого партнера, за якої уможливорюється розкриття внутрішнього потенціалу особистості та повноцінне функціонування кожного з подружжя, а також функціонування сімейної системи як простору для успішної соціалізації дітей та особистісного зростання шлюбних партнерів.
- копінг шлюбних партнерів - це система складних реципрокних зв'язків, що включає індивідуальний копінг кожного з шлюбних партнерів як синтез свідомих когнітивних, емоційних та поведінкових зусиль людини, що застосовуються для долання специфічних внутрішніх та/або зовнішніх вимог, що викликають чи/і можуть викликати психічну напругу та перевищують її ресурси, а також їх діадний копінг - як процес, в якому обидва партнери включені в спільну спробу справитися зі стресорами, що торкаються їх обох.

Досліджувані аспекти феноменів:

Когнітивна компонента

Афективна (емоційний)компонент

«Евдаймоністична» компонента

Суб'єктивні показники

Об'єктивні показники

Індивідуальний рівень копінгу

Діадний рівень копінгу

Дескриптори:

загальна задоволеність життям

інтенсивність позитивних переживань загалом

• оцінку індивідом власного емоційного стану
самоприйняття

взаємовідносини з оточенням життєві цілі та вектори загальна

задоволеність шлюбом v емоційна підтримка в шлюбі ~ стійкість шлюбу
(стан, тривалість шлюбу, досвід попереднього шлюбу)

характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях

реактивні копінг стратегії антиципаторний копінг превентивний копінг
проактивний копінг

/ стрес-комунікація суб'єкта/партнера позитивний діадний копінг

негативний діадний копінг / спільний діадний копінг

~ Вік

v Стать

/ Освіта власна/Освіта партнера

Кількість дітей

Тип насел.пункту місця проживання

Методики

- Шкала задоволеністю життям Е. Дінера
- Шкали суб'єктивного благополуччя, А. Перуе з колегами
- Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф
- Тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом», В. Столін, Т.Романова, Г. Бутенко
- Питання анкети про сімейний стан, стаж, кількість шлюбів.
- Методика «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях». (Методика Томаса-Кілмена ТКІ)
- Опитувальник «Способи копіngu» (The Ways of Coping Questionnaire (WCQ)), Р. Лазарус, С. Фолкман
- Опитувальник проактивного копіngu (Proactive Coping Inventory), Л. Аспінвал, Р. Шварцер, С. Тауберт, Е. Грінглас
- Опитувальник діадного копіngu (Dyadisches Coping Inventar (DCI)), Г. Боденман
- Анкета

У результаті було сформовано спочатку теоретичну, потім емпіричну модель копіngu шлюбних партнерів, яка представлена на слайдах.

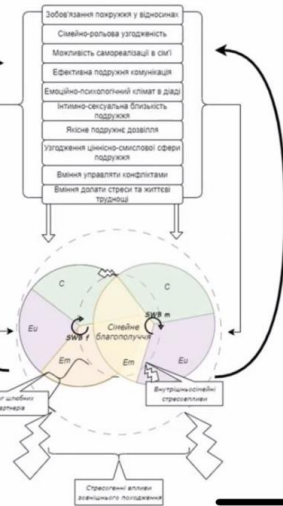
Копінг шлюбних партнерів як чинник їхнього суб'єктивного благополуччя

Абрамюк Олена

Емпірична модель копіngu шлюбних партнерів як чинника їхнього SWB

Високий рівень SWB шлюбних партнерів

Реактивний рівень ІК	Проактивний рівень ІК	Стрес-комунікація	Позитивний ДК	Негативний ДК
<ol style="list-style-type: none"> 1. Планування вирішення проблем 2. Позитивна переоцінка 3. Пошук соціальної підтримки <p>Помірне вираження:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Самоконтроль 2. Прийняття відповідальності 3. Дистанціювання 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Превентивний та стратегічний копінг у формі отримання знань та навиків, що необхідні для покращення життя всіх членів сімейної системи 2. Рефлексія досади 3. Помірний пошук емоційної та інструментальної підтримки 4. Готовність до надання підтримки партнеру 5. Проактивні дії в напрямку попередження стресогенних впливів та покращення стосунків у сім'ї 6. Зовнішня соціальна підтримка (в тому числі психотерапевтична) як проактивний копінг наслідків pop-coping (неподолання) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Визнання суб'єктивної значущості стресу партнера 2. Активна готовність слухати, чути, допомогти (небайдужість) 3. Готовність повідомляти про власне стресонавантаження 4. Здатність до саморегуляції під час стресу 5. Повага до «болу та сили» партнера 6. Співраця - як ефективний стиль вирішення конфліктів 7. Пристосування - як прояв цінності близького партнера, зокрема в періоді гострого стресу партнера 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Позитивний подружній копінг (симетричного змісту): * підтримуючий проблемно-орієнтований діадний копінг * підтримуючий емоційно-орієнтований діадний копінг 2. Позитивний подружній копінг (асиметричного змісту) в буферному періоді гострого стресу партнера 3. Синергія копіngu подружжя (спільний подружній копінг та ресурси один одного) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Відсутність копіngu в парі щодо одного типу взаємодії 2. Відсутність конкурентного типу взаємодії 3. Наявність співпраці у вирішенні конфліктів 4. Пристосування як прояв турботи
<ol style="list-style-type: none"> 1. Втеча-уникнення 2. Самоконтроль 3. Прийняття відповідальності 4. Активізація індивідуального копіngu реактивного рівня (унікаючого / конфронтаційного типу) при доєднанні внутрішньосімейного стресу 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Дистанціювання/уникнення в парі для попередження повторних сутичок з партнером 2. Оцінювання ворожих дій зі сторони партнера 3. Нерозуміння динаміки сімейної системи та зачасні висновки про неуспішність шлюбного союзу 4. Захисні випереджувальні дії та рефлексії, засновані на відсутності знань щодо сімейної взаємодії та власного пізнання 5. Постійні пошуки інструментальної підтримки 6. Холодність в стосунках та маніпуляції 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ігнорування стресу партнера (байдужість) 2. Амбівалентність в словах/діях 3. Поверховість спілкування 4. Пряма/непряма відмова в допомозі без пояснень 5. Звинувачення/докори 6. Конкурентний стиль ведення розмови (доведення власної правоти) 7. Поради/повчання під час стресу 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Суб'єктивно висока оцінка власних дій щодо проблемно-орієнтованої та емоційно-орієнтованої підтримки партнера 2. Суб'єктивно низька оцінка копіngu-зусиль партнера 3. Відсутність спільного діадного копіngu в парі 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ворожі дії в сторону партнера: образливі, зневажливі слова/дії і інші неконструктивні критичні зауваження щодо того як партнер справляється/не справляється зі стресом. 2. Знецінює чи/ігнорує ставлення до проблем в парі (чи стресу партнера, чи спільний проблем) 3. Недоброзичлива оцінка у взаємодії шлюбних



Теоретична модель копіngu шлюбних партнерів в структурі чинників їх суб'єктивного благополуччя