

УДК 159.922.8

## КОПІНГ-ПОВЕДІНКА ОСОБИСТОСТІ У СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЯХ У ПРОЦЕСІ РОЗВИТКУ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН

Корнієнко І.О., к. психол. н.,  
доцент кафедри психології  
Мукачівський державний університет

У статті обговорюються результати дослідження опанувальної поведінки сімей на різних етапах її розвитку. Визначено методичні інструменти для перевірки особливостей опанувальної поведінки сімей. Виділено критерії формування вибірки «умовно-благополучних» сімей на різних етапах життєвого циклу. Визначено стратегії опанувальної поведінки сімей; ступені вираженості емоційної взаємодії подружжя на різних етапах життєвого циклу та характер спілкування між подружжям.

**Ключові слова:** копінг, опанувальна поведінка, сім'я, стратегія поведінки, стадія життєвого циклу сім'ї.

В статье обсуждаются результаты исследования совладающего поведения семей на разных этапах ее развития. Определены методические инструменты для проверки особенностей совладающего поведения семей. Выделены критерии формирования выборки «условно-благополучных» семей на различных этапах жизненного цикла. Определены стратегии совладающего поведения семей; степень выраженности эмоционального взаимодействия супругов на разных этапах жизненного цикла и характер общения между супругами.

**Ключевые слова:** копинг, совладающее поведение, семья, стратегия поведения, стадия жизненного цикла семьи.

Korniyenko I.O. COPING-BEHAVIOR IN STRESSFUL SITUATIONS IN PROCESS OF FAMILY RELATIONSHIP EVOLUTION

The article discusses results of coping behavior study of families at various stages of its evolution. The methodical tools for checking features of coping families is defined. The sample selection criteria «conditionally secured families» at various stages of life cycle is defined. Coping strategies of families; level of emotional interaction between couples at various stages of life cycle and nature of communication between spouses are discussed in article.

**Key words:** coping, coping behavior, family, behavior strategy, stage of family life cycle.

**Постановка проблеми.** Протягом життя людина неминує стикається з різними труднощами, потрапляє в складні ситуації, переживає численні стреси, які вимагають від неї адаптивних і гнучких способів опанування. Проблема опанування зі стресом інтенсивно розробляється в зарубіжній психологічній науці. У вітчизняній психології маловивченими є механізми сімейного опанування як загальносімейного процесу подолання труднощів і стресів, взаємозв'язок динаміки сімейного розвитку зі специфікою сімейного опанування, умови і чинники, що визначають здатність або нездатність сім'ї справлятися з виникаючими труднощами, відновлюватися після пережитого стресу. Нечисленними є дослідження «умовно благополучних» сімей, які неминує піддаються виникненню кризових моментів, переживанню труднощів і стресів, але при цьому знаходять сили і здібності для збереження своєї функціональності [3].

Дослідження особливостей опанувальної поведінки в «умовно благополучних» сім'ях актуальне у зв'язку з існуючою нестабільністю нашого суспільства, збільшенням кіль-

кості дітей-сиріт, неповних сімей та сімей «групи ризику» в сучасній українській дійсності. Знання специфіки та особливостей опанувальної поведінки в «умовно благополучних» сім'ях, що справляються з виникаючими труднощами і навантаженнями, дозволить побачити важливі ресурси, закладені в самій сім'ї, формування і розвиток яких збереже благополуччя, стабільність і життєстійкість кожної сім'ї в процесі подолання труднощів.

**Ступінь розробленості проблеми.** У вітчизняній психології вивчення копінг-поведінки починається з 2000-х років, досліджуються копінг-стилі, стратегії, особливості опанування у людей групи ризику, в осіб із хронічними захворюваннями, вивчається детермінація опанувальної поведінки особистісними, індивідуально-психологічними і ситуаційними чинниками. Встановлено, що найбільший пострадянський досвід емпіричних досліджень копіngu зібраний у медичній психології (В.О. Абабков, Н.О. Сирота, В.М. Ялтонський та ін.), віковій психології (Л.І. Анциферова, Т.Л. Крюкова, Л.А. Головей, О.В. Лібін та ін.), психології праці (В.О. Бодров, Л.Г. Дика та ін.).



Здебільшого у вітчизняній психології дослідження копінгу відбуваються на рівні емпіричного вивчення деяких його особливостей у певних категорій (І.Ф. Аршава, О.В. Брюханов, О.О. Назаров, Е.Л. Носенко, Т.Л. Ряполова, О.І. Склень, О.В. Тімченко) або констатації зв'язку цих особливостей з індивідуально-психологічними або соціально-демографічними характеристиками (О.Є. Самара, Т.А. Ткачук, Д.В. Штриголь, А.В. Сидоренко, Д.Д. Отич). Також деякими українськими авторами були здійснені огляди, що аналізують стан проведення науково-дослідних робіт із питань копінгу (Е.Л. Носенко, О.О. Назаров, А.А. Сімак, Н.В. Родіна, В.В. Грандт).

Особливою сферою у вивченні опанувальної поведінки є дослідження копінг-поведінки у сфері сімейних відносин. У зарубіжній психології вивченням сім'ї у важкій життєвій ситуації або в ситуації стресу займалися R. Beavers, G. Bodenmann, J. Lewis, H. McCubbin, G. Vailant. Проте проблематика копінг-поведінки сім'ї недостатньо представлена саме у вітчизняних дослідженнях, практично відсутня експериментальна база, адже інтерес до вивчення опанувальної поведінки в сім'ї виник пізніше, в даний час залишаються невивченими багато аспектів і питання сімейного опанування з труднощами і стресами.

На основі викладеного можна сформулювати **мету дослідження**, яка полягає у виявленні репертуару стратегій копінг-поведінки сімей на різних етапах життєвого циклу.

Методи дослідження. У дослідженні взяли участь 120 осіб (60 жінок і 60 чоловіків). Сім'ї, що брали участь у даному дослідженні, ми відзначили як «умовно-благополучні». Проведений аналіз літератури дозволив нам виробити критерії формування вибірки «умовно-благополучних» сімей на трьох різних етапах життєвого циклу. Відбір був проведений, з одного боку, за зовнішніми формальними ознакам благополуччя, до яких відносяться: повна структура сім'ї (наявність усіх членів подружжя); освіта подружжя не нижче середньої спеціальної, у основної частини вибірки – вища; проживання сім'ї в окремому житлі (допускається, що молоді та неодружені сім'ї живуть у квартирі, котру знімають на певний час, тоді як сім'ї на стадії «порожнього гнізда» мають своє власне житло); сім'ї мають власний дохід, обоє з подружжя або один із них працює (виняток складають сім'ї на стадії «порожнього гнізда», в яких деякі члени подружжя не працюють, оскільки перебувають на пенсії); рівень доходу сім'ї на кожного її члена перевищує або знаходиться поряд із прожитковим мінімумом.

З іншого боку, вибірка формувалася на основі діагностики соціально-психологічної адаптованості членів даних сімей за методикою «Опросник удовлетворенности браком (ОУБ)», (В.В. Столін, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко) і які отримали 27–32 балів, потрапляючи в категорії перехідні сім'ї та умовно благополучні. Отже, вибірку сформували благополучні за об'єктивним зовнішнім критерієм і перехідні за сприйняттям і оцінюванням членами сімей самих себе.

В результаті загальну чисельність вибірки склали три типи сімей на різних стадіях життєвого циклу сім'ї, а саме:

- неодружені сім'ї (стаж громадянського шлюбу до 3 років, кількість сімей – 16, відповідно – 16 жінок і 16 чоловіків. Середній вік подружжя складає 25 років, 8 осіб має повну вищу освіту, 18 – незакінчену вищу освіту і 6 – середню спеціальну освіту. Всі подружжя працюють, окрім 14 жінок, які навчаються стаціонарно);

- молоді сім'ї (стаж шлюбу складає 5 років, кількість сімей – 21, відповідно – 21 жінка і 21 чоловік. Середній вік подружжя складає 27 років, 20 осіб мають повну вищу освіту, 10 – незакінчену вищу освіту і 12 – середню спеціальну освіту, всі подружжя працюють, окрім 11 жінок із дітьми до 3-х років);

- сім'ї на стадії «порожнього гнізда» (стаж шлюбу складає 22 роки, кількість сімей – 23, відповідно – 23 жінки і 23 чоловіки. Середній вік подружжя складає 41 рік, 23 осіб мають повну вищу освіту, 5 – незакінчену вищу освіту, 18 – середню спеціальну освіту, 22 – безробітні).

Для даного дослідження було обрано методики, які дозволяють ефективно дослідити стратегії поведінки особистості у стресових ситуаціях у процесі розвитку сімейних відносин, а саме:

- методика багатовимірного вимірювання копінгу CISS (Coping Inventory for Stressful Situations) або «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях», N. Endler, J. Parker (адаптація і апробація Т.Л. Крюкової і М.В. Сапроновської. Скорочено «КПСС») [1, с. 66–72];

- методика «Спілкування в сім'ї», розроблена Ю.Є. Альшиною, Л.Я. Гозман та Є.М. Дубовською [3, с. 280];

- опитувальник «Емоційна взаємодія подружжя», розроблений Е.І. Захаровою [3, с. 179].

Методика багатовимірного вимірювання копінгу CISS (Coping Inventory for Stressful Situations) у нашому перекладі називається – «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» або скорочено КПСС, була розроблена

одним із провідних канадських фахівців у сфері психології здоров'я і клінічної психології Норманом С. Ендлером в співавторстві з Джеймсом А. Паркером у 1990 році [1]. Вона складається з 48 тверджень, які групуються в три (по 16 тверджень) або п'ять шкал, які мають такі назви: 1 – рішення проблеми; 2 – емоції; 3 – уникнення; 4 – відволікання; 5 – соціальне відволікання. Вважається, що опитувальник надійно вимірює три основні стилі опанувальної поведінки: стиль, орієнтований на вирішення задачі, проблеми (проблемно-орієнтований стиль), емоційно-орієнтований стиль та стиль, орієнтований на уникнення (дані нами скорочення – ПОС, ЕОС і СОУ). Третій стиль має дві субшкали, які діагностують субстили: відволікання (В) і соціальне відволікання (СВ).

Методика «Спілкування в сім'ї», розроблена Ю.Є. Альшиною, Л.Я. Гозман та Є.М. Дубовською, призначена для дослідження характеру спілкування між подружжям. Опитувальник містить 48 запитань, які включено у 6 шкал, зокрема: 1) довіра у спілкуванні; 2) взаєморозуміння у стосунках між подружжям; 3) схожість у поглядах подружжя; 4) спільні символи; 5) легкість у спілкуванні; 6) психотерапевтичне спілкування. Методика може з успіхом використовуватися у всіх випадках, коли необхідно описати і проаналізувати процес внутрішньо-сімейного спілкування. Вона дає можливість чисельного вираження важливих характеристик спілкування між подружжям [3].

Опитувальник «Емоційна взаємодія подружжя», розроблений Е.І. Захаровою, дозволяє виявити ступінь вираження кожної окремої характеристики взаємодії в кожній конкретній діаді. Опитувальник містить 66

тверджень, які стосуються подружніх стосунків і спрямований на виявлення вираженості 11 параметрів емоційної взаємодії подружжя, об'єднаних у три блоки: блок чуттєвості, який містить шкали: 1) здатність сприйняття стану партнера; 2) розуміння причин виникнення стану; 3) здатність до співпереживання; блок емоційного прийняття, до якого входять 4 шкали: 4. виникнення почуттів у взаємодії з партнером; 5) безумовне сприйняття; 6) ставлення до себе як до шлюбного партнера; 7) емоційний фон взаємодії; блок поведінкових проявів емоційної взаємодії, який містить такі шкали: 8) намагання до узгодження дій; 9) намагання емоційної підтримки; 10) орієнтація на стан партнера при взаємодії з ним; 11) вміння впливати на стан партнера. Кожна характеристика діагностується за допомогою шести тверджень, три з яких носять позитивний характер (перші три із зазначених у дужках), згода з даним твердженням свідчить про високий ступінь виразності якості і три – негативний (друга трійка тверджень, зазначених у дужках), згода з даними твердженням означає низьку ступінь вираженості якості.

#### Виклад основного матеріалу дослідження.

Пристаючи до аналізу отриманих результатів варто звернути увагу на методику, яку було використано для вивчення опанувальної поведінки особистості у стресових ситуаціях у шлюбі – методику «КПСС». Найвищі результати за даною методикою для неодружених сімей спостерігаються за такими шкалами, як «Рішення завдань» (Хсер.нс = 53,4;  $\sigma$  = 15,9). Щодо результатів молодих сімей, то для них найбільшими виявилися показники за шкалою «Емоції» (Хсер.мс = 49,07;  $\sigma$  = 13,7); сім'ї, що перебувають на стадії «порожнього гнізда» також отримали найвищі показники за шкалою «Рішення завдань» (Хсер.пг = 52,3;  $\sigma$  = 12). Результати, отримані за даною методикою для наочного представлення, зображені графічно на Рис. 1.

Здійснивши аналіз результатів, можна зробити висновок, що неодружені сім'ї направлені на рішення завдань, тому що зі справжніми проблемами сімейного життя вони ще не стикалися, підходять до вирішення завдань скоріше з індивідуалістичної, а не сімейної позиції, а

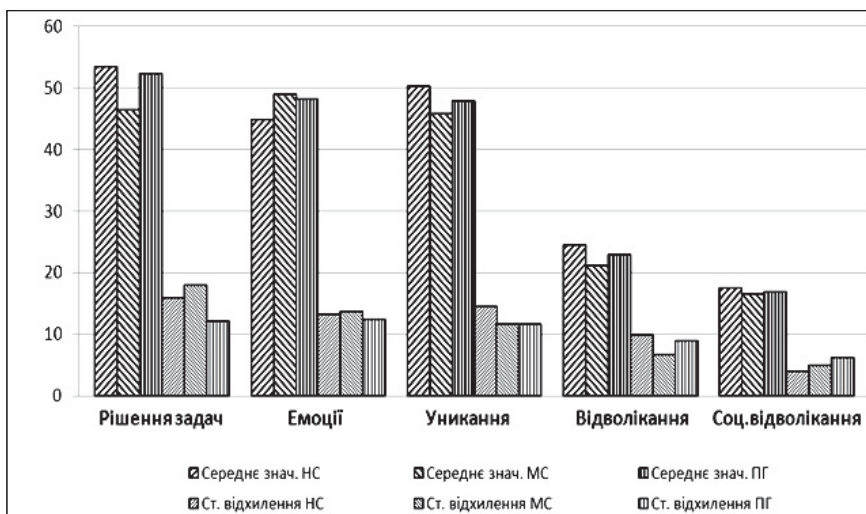


Рис. 1. Первинні статистики шкал методики «КПСС»



сім'ї, що перебувають на стадії «порожнього гнізда», виробили відповідні репертуари опанувальної поведінки до проблем шлюбного життя, що дозволяє вдало вирішувати проблеми, рефлексуючи минулий досвід. Що ж стосується результатів молодих сімей, то вони також є досить передбачуваними, адже на цій стадії молодим сім'ям притаманно переживати ряд побутових і психологічних проблем, характерних для цього періоду, що провокує виникнення конфліктів, які часто проявляються саме через емоції і емоційно-орієнтоване опанування, є не тільки простим і дієвим на певному відрізку життєвого шляху, але й єдино відомим.

За методикою «Спілкування у сім'ї», яка дозволяє охарактеризувати успішність/неуспішність міжособистісного спілкування подружжя, а також виявити структурні компоненти спілкування у сім'ї, було отримано такі результати, що наочно представлено на Рис 2.

Вони вказують на те, що всі досліджувані сім'ї мають найбільші показники за шкалою «Взаєморозуміння» (Хсер.нс = 17,9;  $\sigma = 3,2$ ); (Хсер.пг = 17,6;  $\sigma = 2,7$ ) (Хсер.мс = 18,1;  $\sigma = 3,2$ ). Це дозволяє робити висновок, що кожен партнер приймає і не засуджує погляди і поведінку іншого, навіть якщо вони не в усьому відповідають його власним. Взаєморозуміння в сім'ї в даному випадку виступає як один із важливих факторів задоволеності шлюбом, що, в свою чергу, є похідним від співвідношення між очікуваннями від шлюбу і реальністю та суб'єктивною внутрішньою оцінкою шлюбу. Подружжя задоволені шлюбом у тому випадку, якщо сімейне спілкування несе в собі позитивний емоційний заряд, якщо жоден із подружжя не відчуває відчуження і психологічної самотності.

Що ж стосується результатів за методикою для неодружених сімей та сімей, що перебувають на стадії «порожнього гнізда», то для них також високими виявилися показники за шкалою «Спільні символи» (Хсер.нс = 17,8;  $\sigma = 3,1$ ) (Хсер.пг = 17,3;  $\sigma = 3,8$ ), які вказують на те, що для даних типів сімей вони є важливим фактором успішності міжособистісних відносин, і такі сім'ї у більшості характеризуються такими психологічними феноменами: любов'ю, повагою, довірою, емпатією. Важливим фактором для задоволеності шлюбом виступає наявність в їх взаємовідносинах спільних символів, які можуть виступати в самій різній формі – це своя, нікому іншому не зрозуміла мова, наявність ласкавих прізвиськ та звернень, сімейні традиції та обряди тощо. Такі відносини подружжя

стають більш цілісними, детермінуючись персоніфікованою психотерапевтичною функцією, що забезпечує психологічний комфорт, який сприяє відновленню фізичних, духовних сил партнерів і приносить почуття радості і повноти життя, можливість особистісного зростання в шлюбі. Також високі значення у неодружених сімей та сімей на стадії «порожнього гнізда» є за шкалою «Легкість у спілкуванні» (Хсер.нс = 17,6;  $\sigma = 3,1$ ) (Хсер.пг = 17,1;  $\sigma = 4,7$ ). Це свідчить про високий рівень налагодженості контакту в подружжя, уміння почати і закінчити розмову, відсутність непорозумінь та можливості вільно почувати себе, спілкуючись один з одним. Емоційні зв'язки подружжя характеризуються емпатією, що обумовлює безоціночну зацікавленість своїм партнером, концентрацію на його внутрішньому світі, прийняття членів сім'ї один одним, активне слухання іншого з «домінантою на іншому». Причому справжня емпатія передбачає визнання, прийняття і співчуття своєму власному світу переживань, тому норми любові, емоційної близькості та легкості у спілкуванні поширюються на всіх членів подружжя.

Остання методика, яку ми використали у даному дослідженні «Емоційна взаємодія подружжя», дала змогу виявити ступінь вираженості кожної окремої характеристики взаємодії в сім'ях на різних стадіях сімейного життя. Результати за даною методикою зображені на Рис. 3.

Аналізуючи результати за даною методикою, можна зробити висновок, що неодруженим сім'ям властиві високі значення за шкалою «Здатність до співпереживання» (Хсер.нс = 14,58;  $\sigma = 1,83$ ), що свідчить про сильну емоційну прив'язаність діади одне до одного; молодим сім'ям властива шкала «Намагання до узгодження дій» (Хсер.мс = 13,32;  $\sigma = 2,18$ ), що пояснюється потребами молодого подружжя в отриманні індивідуального психологічного захисту, задоволенні потреб в особистому щасті та коханні, емоційній стабілізації та підтримці членів подружжя одне одним у важких життєвих ситуаціях. Сім'ям на стадії «порожнього гнізда» властива шкала «Здатність сприймати емоційний стан партнера» (Хсер.пг = 13,66;  $\sigma = 2,43$ ), що полягає в усвідомленому співпереживанні конкретного емоційного стану партнера, розумінні відносин, почуттів та психічних станів свого партнера у формі співпереживання.

Враховуючи всі вищезазначені результати, можна зробити висновок, що досліджувані сім'ї досить передбачувано реагують на стресові фактори, з якими стикаються

у своєму подружньому житті, проте молоді сім'ї характеризуються найбільш неконструктивними способами опанувальної поведінки порівняно з неодруженими сім'ями та сім'ями на стадії «порожнього гнізда», що, в свою чергу, потребує психологічної корекції для підвищення рівня навиків опанувальної поведінки та покращення рівня взаємодії у спілкуванні між подружжям.

З метою оцінки відмінностей між досліджуваними сім'ями на різних стадіях життєвого циклу було використано непараметричний метод порівняння вибірок, а саме критерій U-Мана-Уїтні. Цей статистичний критерій, використовуваний для оцінки відмінностей між двома вибірками, дозволяє виявляти відмінності в значенні параметра між малими за обсягами вибірками. Цей метод визначає зону значень, що перехрещуються між двома рядами (ранжованим рядом значень параметра в пер-

шій і другій вибірці). Чим менше значення критерію, тим вірогідніше, що відмінності між значеннями параметра у вибірках достовірні. Висновок про відмінність або подібність досліджуваних типів сімей здійснюється на основі емпіричного значення критерію, який відображає, наскільки співпадають ряди значень за кожною зі шкал використаних методик для неодружених та молодих сімей, молодих сімей та сімей на стадії «порожнього гнізда».

Таким чином, аналізуючи отримані результати значення критерію U-Мана-Уїтні для неодружених та молодих сімей, статистично-значимі відмінності були виявлені за такими шкалами, як «Довіра у спілкуванні», «Схожість у поглядах», «Спільні символи» та «Легкість у спілкуванні».

Результати, отримані за шкалами «Довіра у спілкуванні» для неодружених сімей становить  $X_{сер} = 16,8$  ( $\sigma = 3$ ), тоді як у молодих сімей  $X_{сер} = 10,9$  ( $\sigma = 3,2$ ) та «Легкість у спілкуванні» для неодружених сімей  $X_{сер} = 17,6$  ( $\sigma = 3,1$ ), тоді як у молодих сімей  $X_{сер} = 14,7$  ( $\sigma = 3,7$ ). Це дозволяє стверджувати про зниження довірливості і емпатійності спілкування, погіршення налагодженості контакту в подружжя, зниження уміння почати і закінчити розмову, збільшення непорозуміння та зниження можливості вільно почувати себе, спілкуючись один з одним. Міжособистісне спілкування подружжя характеризується емпатією, що обумовлює безоціночну зацікавленість своїм партнером, центрацію на його внутрішньому світі, прийняття членів сім'ї один одним, активне слухання іншого з «домінантою на іншому». Наявність даного показника в неодружених сімей є значно вищою, ніж у молодого подружжя. Все це є серйозною проблемою розвитку молодого подружжя, що зафіксоване даним дослідженням і вимагає більш глибокого подальшого дослідження, що дозволить виявити фактори і умови таких негативних зсувів, що, у свою чергу, зробить можливим коригу-

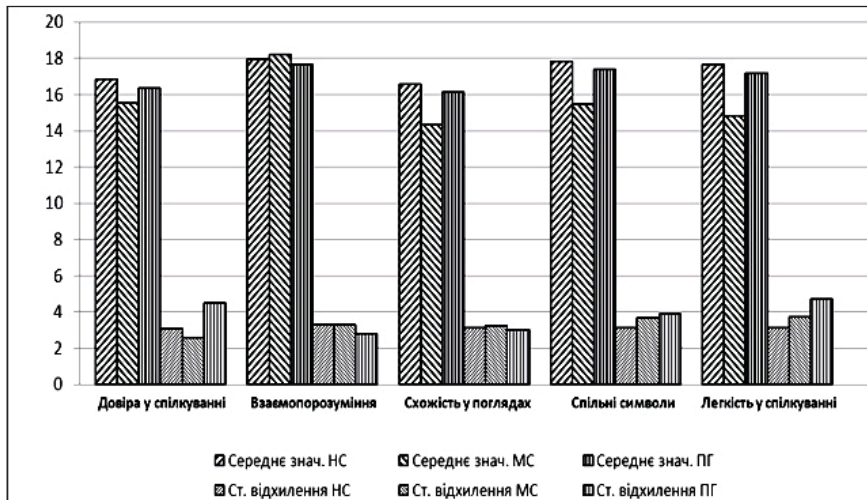


Рис. 2. Первинні статистики шкал методики «Спілкування у сім'ї»

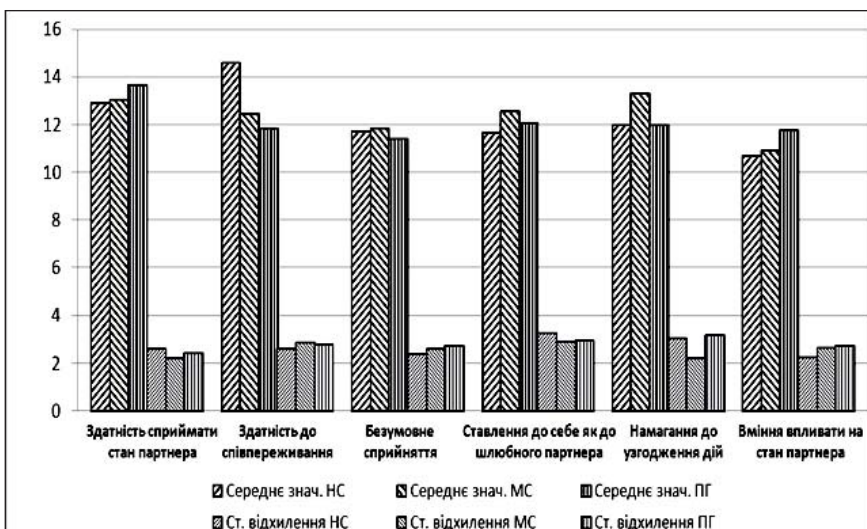


Рис. 3. Первинні статистики шкал методики «Емоційна взаємодія подружжя»



вати і превентивно не допускати погіршення стосунків у молодих подружніх парах.

Результати за шкалою «Схожість у поглядах» показали, що у неодружених сімей  $X_{сер} = 16,5$  ( $\sigma = 3,1$ ), тоді як у молодих сімей  $X_{сер} = 14,3$  ( $\sigma = 3,2$ ). Цей показник є вищим у неодружених сімей та свідчить про наявність позитивно-забарвленого спілкування, легкості у встановленні контакту, схожості у прийнятті подружніх ролей, позицій, зобов'язань, ролевих очікувань і настанов, які проявляються в процесі становлення сімейного життя. В цьому випадку подружжя постійно відчуває свою схожість по відношенню до навколишнього середовища, подій, суспільства, що дозволяє йому успішно функціонувати, а як наслідок – мати вищий рівень задоволеності громадянським шлюбом. Ці показники також знижуються при фіксації офіційного шлюбу.

Що стосується результатів, отриманих за шкалою «Спільні символи» у неодружених сімей  $X_{сер} = 17,8$  ( $\sigma = 3,1$ ), тоді як у молодих сімей  $X_{сер} = 15,4$  ( $\sigma = 3,6$ ). Даний показник вищий у неодружених сімей, ніж у молодих, та вказує на те, що для неодружених сімей особливістю сімейної комунікації є висока емоційна насиченість і інтенсивність спілкування. Сімейне спілкування не обмежується ніякими соціальними рамками і жорсткими правилами. Тому в ньому дуже часто використовується особлива сімейний мова – спільні символи. Певні, узгоджені і легко впізнавані сімейні символи, традиції, норми, які замість того, щоб розвиватися і переходити на новий рівень, у молодих сімей знижуються і продовжують зростання тільки зі шлюбним стажем.

Проаналізувавши відмінності за досліджуваними показниками між неодруженими та молодими сім'ями, приходимо до висновку, що репертуар опанувальної поведінки у молодого подружжя є менш розвиненим та менш конструктивним, ніж у неодруженого подружжя, так само спілкування та емоційна взаємодія з проявами емпатії, довіри та легкості у спілкуванні характерна для неодружених сімей у більшій мірі, ніж для молодих. Це пов'язано з певним критичним періодом для молодого подружжя, коли після одруження відбувається усвідомлення партнерами свого вибору, і тим самим блокується можливість іншого вибору або зміни партнера. Вся соціальна ситуація висуває безліч випробувань для молодого подружжя, однак реальних засобів опанування цією абсолютно новою для них соціальною ситуацією ще не вироблено.

Що стосується значення критерію U-Мана-Уїтні для молодих сімей та сімей, які перебувають на стадії «порожнього гнізда», то були отримані такі результати: статистично-значимі відмінності були виявлені за такими шкалами, як «Схожість у поглядах», «Спільні символи», «Легкість у спілкуванні», «Намагання до узгодження дій».

Результати за шкалами «Схожість у поглядах» у молодих сімей становить  $X_{сер} = 14,3$  ( $\sigma = 3,2$ ), тоді як у сімей на стадії «порожнього гнізда»  $X_{сер} = 16,1$  ( $\sigma = 3$ ) та «Спільні символи» у молодих сімей  $X_{сер} = 15,4$  ( $\sigma = 3,6$ ), тоді як у сімей на стадії «порожнього гнізда»  $X_{сер} = 17,3$  ( $\sigma = 3,8$ ), «Легкість у спілкуванні» у молодих сімей  $X_{сер} = 14,7$  ( $\sigma = 3,7$ ), у сімей на стадії «порожнього гнізда»  $X_{сер} = 17,1$  ( $\sigma = 4,7$ ), «Намагання до узгодження дій» у молодих сімей  $X_{сер} = 11,9$  ( $\sigma = 2,1$ ), та у сімей на стадії «порожнього гнізда»  $X_{сер} = 13,3$  ( $\sigma = 3,1$ ). Приходимо до логічного висновку, що сім'ї, які перебувають на стадії «порожнього гнізда», очевидно маючи великий досвід спільного життя, не тільки виробили необхідні конструктивні опанувальні навички, але і змінили структуру своєї особистості у відповідності до шлюбного партнера.

Узагальнюючи вищезазначені результати, можна стверджувати, що сім'ї на стадії «порожнього гнізда» мають вже усталені смисложиттєві орієнтації, їхні взаємовідносини характеризуються довірою та взаєморозумінням, що в більшості випадків свідчить про сформований конструктивний репертуар опанувальної поведінки, а також адекватну соціально-психологічну адаптацію, тоді як молоді сім'ї мають у репертуарі копінг-поведінки менш конструктивні стратегії та низький рівень емоційного задоволення в шлюбі, тому що процес формування внутрішньосімейних та позасімейних відносин, зближення точок зору, ціннісних орієнтацій, уявлень, звичок подружжя на даному етапі сімейного життя тільки відбувається і є досить інтенсивним і напруженим.

**Висновки.** У результаті проведеного дослідження визначено репертуар копінг-поведінки сімей на різних етапах життєвого циклу, що дозволяє констатувати наявність неконструктивного копінг-репертуару у молодих умовно-благополучних сім'ях. Перспективою подальших досліджень, у першу чергу, є визначення факторів і причин більш низької здатності молодих сімей у порівнянні з неодруженими вирішувати життєві проблеми, їх менш конструктивні поведінкові патерни, і на ос-



нові отриманих результатів здійснити пошук шляхів покращення конструктивності копінг-навичок для молодих умовно-благополучних сімей.

---

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Крюкова Т.Л. О методологии исследования и адаптации опросников диагностики совладающего

поведения / Т.Л. Крюкова. – Сост. В.А. Соловьева. – Кострома: Изд-во КГУ им. Некрасова, 2001. – С. 66–72.

2. Куфтяк Е.В. Психология семейного совладания: автореф. дис. для получ. науч. степ. докт. психол. наук: 19.00.13 «Психология развития, акмеология» / Е.В. Куфтяк. – М., 2011. – 22 с.

3. Лидерс А.Г. Психологическое исследование семьи [2-е изд.] / А.Г. Лидерс. – М. : Академия, 2007. – 432 с.