

Секция «28.22 Семья как источник стабильности в быстро меняющемся мире»

Диадические копинг-стратегии и эмоциональное благополучие личности на начальном этапе жизненного цикла семьи

Научный руководитель – Матвеев Константин Николаевич

Мурадова Зейнаб Рахмановна

Студент (специалист)

Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии,
Санкт-Петербург, Россия

E-mail: st112027@student.spbu.ru

Введение

По данным Росстата в 2025 году было зарегистрировано 48334 брака и 44304 развода, 8 из 10 браков распалось в 2024 году, а отношение числа разводов и браков достигло максимального значения. В связи с этим актуальным является вопрос причин разрыва отношений.

Семья – фундаментальная социальная ячейка человеческого общества, однако ее форма, наполненность и структура может варьироваться. Существует множество факторов, влияющих на проявления и переживания кризисов, и ряд общих закономерностей, которые могут приводить к внутрисемейным конфликтам. Молодая семья – это уникальная и важная часть общества, формирующаяся как независимый субъект социума, где выстраиваются отношения и роли партнеров [4].

Диадический копинг может быть рассмотрен как копинговые усилия одного партнера в коммуникации, которые направлены на улучшение и усиление функционирования другого и их взаимоотношений. Такой вид копинг-стратегии часто прослеживается в близких отношениях между двумя людьми, в том числе между супругами. Бодеманн отмечает, что такой копинг может выступать системным событием, основанным на стресс-сигналах одного человека и восприятию их другим, а также ответными реакциями в форме диадического копинга [1]. На данный момент в отечественной литературе недостаточно исследований, посвященных вопросу диадического копинга, однако в зарубежной научной среде данная тема активно обсуждается, что подчеркивает важность работ по этой тематике. Выделяют следующие модели диадического копинга по Боденману:

1. Общего диадического копинга – симметричный поиск выхода из кризисной ситуации, совместный поиск вариантов решения актуальных проблем и их обсуждение;
2. Поддерживающего диадического копинга – партнеры направлены на позитивное решение (эмоциональная, физическая и когнитивная поддержка партнерами друг друга);
3. Делегирующего копинга – один из членов семьи стремится к уменьшению стресса в кризисной ситуации второго партнера;
4. Негативного копинга – основан на враждебной настроенности, проявляется в негативных высказываниях супругов друг о друге и отсутствием желания найти решение актуальных проблем [5].

Важно уточнить, что методика Боденмана включает шкалы информирования партнера, моделей: общих, субъекта и партнера.

Эмоциональное благополучие – многомерный конструкт, который включает в себя субъективную удовлетворенность, преимущество положительных эмоций, ощущение осмысленности и самореализации, гармония в отношениях с окружающим миром и близкими людьми. Зарубежные авторы отмечают, что люди как существа сознательные способны к оценке субъективного благополучия, приравнивая данный термин к понятию “счастье”, которое зависит от удовлетворенности жизнью (в том числе семейной) [6].

Говоря о молодой семье, важно учитывать и ролевые ожидания партнеров от союза. Исследования отмечают, что молодые пары имеют наибольшие ожидания по параметрам социальной активности партнера и поддержания внешней привлекательности. Наименьшая степень ожиданий отмечается в исполнении родительских обязательств, что связано с отсутствием детей в паре [2].

Цель исследования: поиск корреляций между ролевыми ожиданиями, стилем диадического копинга и эмоциональным благополучием.

Объект исследования – пары на начальном этапе жизненного цикла семьи. **Предмет исследования** – эмоциональное благополучие молодых пар.

Гипотезы:

1. Молодые семьи, использующие адаптивные копинг-стратегии (например, поддерживающий и общий копинг), демонстрируют более высокий уровень эмоционального благополучия по сравнению с семьями, использующими дезадаптивные стратегии (негативный копинг).

2. Чем больше рассогласование между идеальными и реальными ролевыми ожиданиями респондента, тем ниже его уровень эмоционального благополучия.

Выборка:

Всего в исследовании принял участие 61 человек, из них 45 представителей женского пола и 16 – мужского, в возрасте от 20 до 32 лет, учатся в университетах или работают, русские-христиане или атеисты.

Результаты:

Для проверки гипотезы 1 были выделены контрастные группы по признаку эмоционального благополучия (с помощью стандартного отклонения), группы разделялись на высокие и низкие значения по шкале эмоционального благополучия. Далее был произведен Т-тест для независимых выборок (Т-критерий Стьюдента) с проверкой на нормальность.

Значимые отличия были получены по следующим критериям: общий балл диадического копинга ($p=0.002$), информирование партнера ($p=0.047$), негативный копинг субъекта ($p=0.008$), поддерживающий копинг партнера ($p=0.019$), общий диадический копинг ($p=0.005$).

Для проверки второй гипотезы были использованы корреляционные матрицы для сравнения результатов методики ролевых ожиданий партнеров (рассогласованности между ожиданиями и притязаниями) и эмоциональным благополучием. По итогам проведенного анализа гипотеза 2 опровергается. Не получено данных, подтверждающих корреляцию между уровнем рассогласованности ожиданий и притязаний ролевых ожиданий и уровнем субъективного благополучия. Однако важно учитывать, что на данной выборке большинство респондентов находятся в процессе обучения и не имеют детей, что важно в дальнейшем соотнести с выборкой молодых семей с детьми.

Однако, по шкалам притязаний и ожиданий выявлены различия, связанные с полом. Женщины ожидают по шкале родительских обязательств большей вовлеченности от партнера ($p<0.01$), однако при этом, судя по шкале притязаний, в меньшей степени готовы вкладываться ($p=0.02$); придают большую значимость внешнему облику партнера ($p=0.044$), но при этом и предъявляют к себе больше требований ($p=0.009$); предъявляют больше ожиданий в хозяйственно-бытовых функциях, чем мужчины ($p<0.01$). Ожидания от терапевтической функции брака выше у женщин ($p<0.01$), уровень притязаний не имеет достоверных различий.

Выводы:

Гипотеза 1 подтвердилась: действительно, высокие показатели эмоционального благополучия коррелируют с низкими показателями негативного копинга субъекта со статистической значимостью. При этом, группа с низкими показателями эмоционального

благополучия демонстрирует низкие значения по шкале поддерживающий копинг субъекта, общий диадический копинг. По шкале делегированный копинг достоверных различий не было обнаружено. Эмоциональное благополучие связано с эффективным совместным копингом и адаптивными копинг-стратегиями.

Однако, значимых корреляций между ролевыми ожиданиями и эмоциональным благополучием не обнаружено на данной выборке. Данные по этому анализу необходимо расширить на большую выборку и соотнести с выборками, где у респондентов есть дети.

Источники и литература

- 1) 1. Булидоров, Д. А. Диадический копинг как предиктор совладания с кризисом межличностных отношений в студенческой среде // Профилактика девиантного поведения детей и молодёжи: региональные модели и технологии : сборник статей по материалам III Международной научно-практической конференции. - Симферополь: Типография «Ариал», 2021. - С. 46-50;
- 2) 2. Вершинина Э.Р. Особенности ролевых ожиданий и притязаний в браке супругов, находящихся на разных этапах жизненного цикла семьи // Психологические и педагогические основы интеллектуального развития . - Уфа: АЭТЕРНА, 2022. - С. 19-22;
- 3) 3. Литвинова А.В. Взаимосвязь семейных ценностей и психологического благополучия супружеских пар // Академическая публицистика № 2-1. - 2025. - С. 249-258;
- 4) 4. Шохина, М. Н. Социально-психологические причины кризиса молодой семьи // Психологическое содружество: возможности и перспективы: материалы Всероссийской конференции с международным участием - Тамбов: дом «Державинский», 2024. - С. 338-343;
- 5) 5. Landolt S.A., Weitkamp K., Roth M., Sisson N.M., Bodenmann G. Dyadic coping and mental health in couples: A systematic review // Clinical Psychology Review. - 2023;
- 6) 6. Vasconcelos P, Paúl C, Serruya SJ, Ponce de León RG, Nobre P. A Systematic review of sexual health and subjective well-being in older age groups // Rev Panam Salud Publica. - 2022;