

Особливості копінг-поведінки шлюбних партнерів в стресових ситуаціях

Чаповська О. О.
Магістрантка 2 курсу
спеціальності 053
«Психологія»
науковий керівник:
Томчук С. М.
к. психол. н., доцент

Об'єкт дослідження – копінг-поведінка особистості.

Предмет дослідження – психологічні особливості копінг-поведінки шлюбних партнерів в стресових ситуаціях.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості копінг-поведінки шлюбних партнерів у стресових ситуаціях.

Гіпотеза дослідження: домінуючою копінг-поведінкою шлюбних партнерів у стресових ситуаціях є: планування вирішення проблеми, «позитивна переоцінка», «пошук соціальної підтримки», «самоконтроль». Чим ширший діапазон копінг-поведінки, які використовує особистість, тим вищий показник її благополуччя.

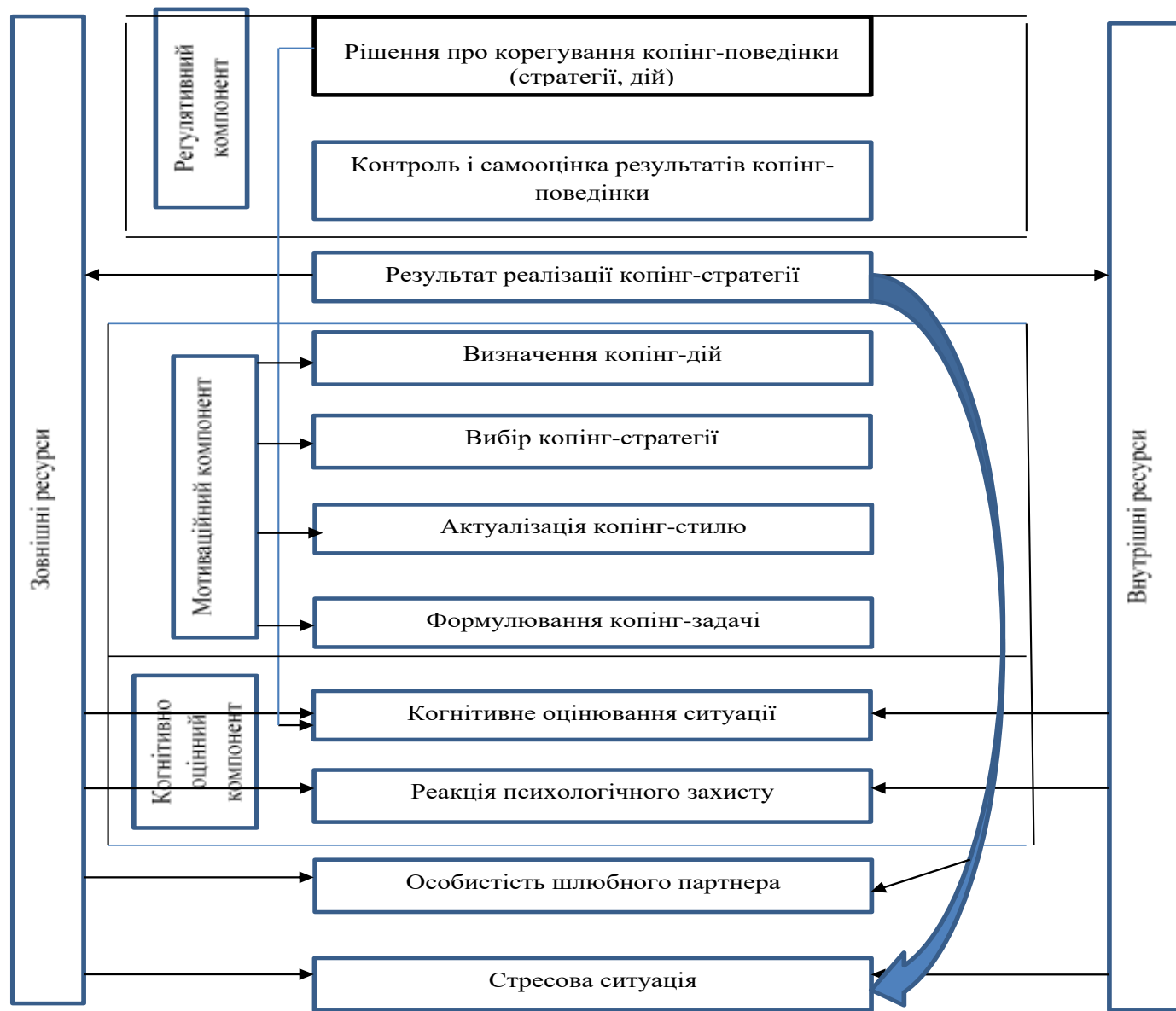
Завдання:

1. Провести теоретико-методологічний аналіз сучасних підходів до проблеми вивчення копінг-поведінки шлюбних партнерів у стресових ситуаціях;
2. Здійснити експериментальне дослідження проблеми копінг-поведінки шлюбних партнерів у стресових ситуаціях.
3. Розробити соціально-психологічну програму формування копінг-поведінки шлюбних партнерів у стресових ситуаціях та перевірити її ефективність.

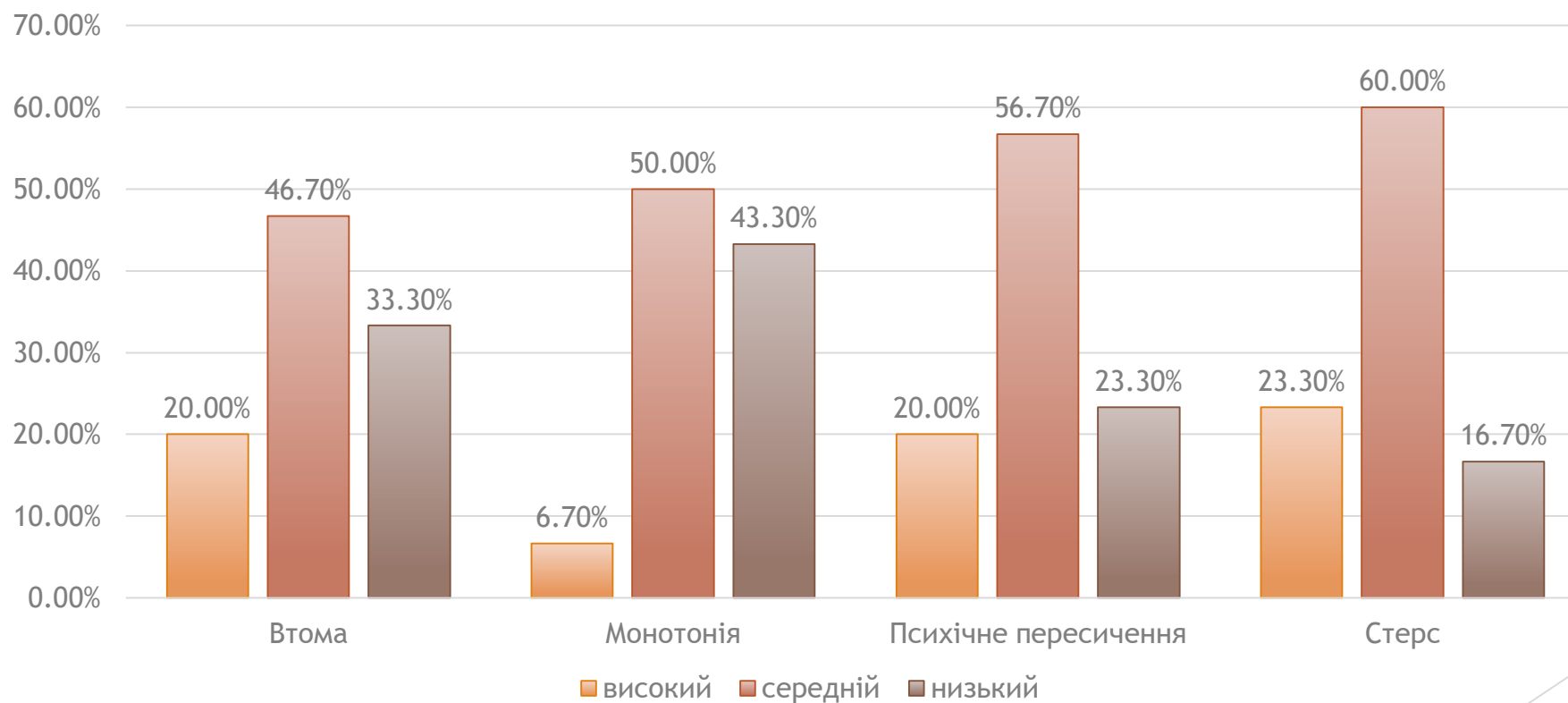
Методи та методики дослідження:

- 1) теоретичні методи: аналіз, порівняння, узагальнення матеріалів праць з різних аспектів досліджуваної проблеми;
- 2) емпіричні методи: опитувальник «Втома-Монотонія-Пересичення-Стрес» А. Леонова; методика «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» (адаптований варіант методики Н. Ендлера, Д. Паркера) Т. Крюкова; методика діагностики копінг-механізмів Е. Хейма; методика «Способи стрес-долаючої поведінки» (Р. Лазаруса та С. Фолкман); опитувальник «SACS» («стратегії подолання стресових ситуацій»);
- 3) математико-статистичні методи обробки емпіричних даних – t-критерій Стьюдента.

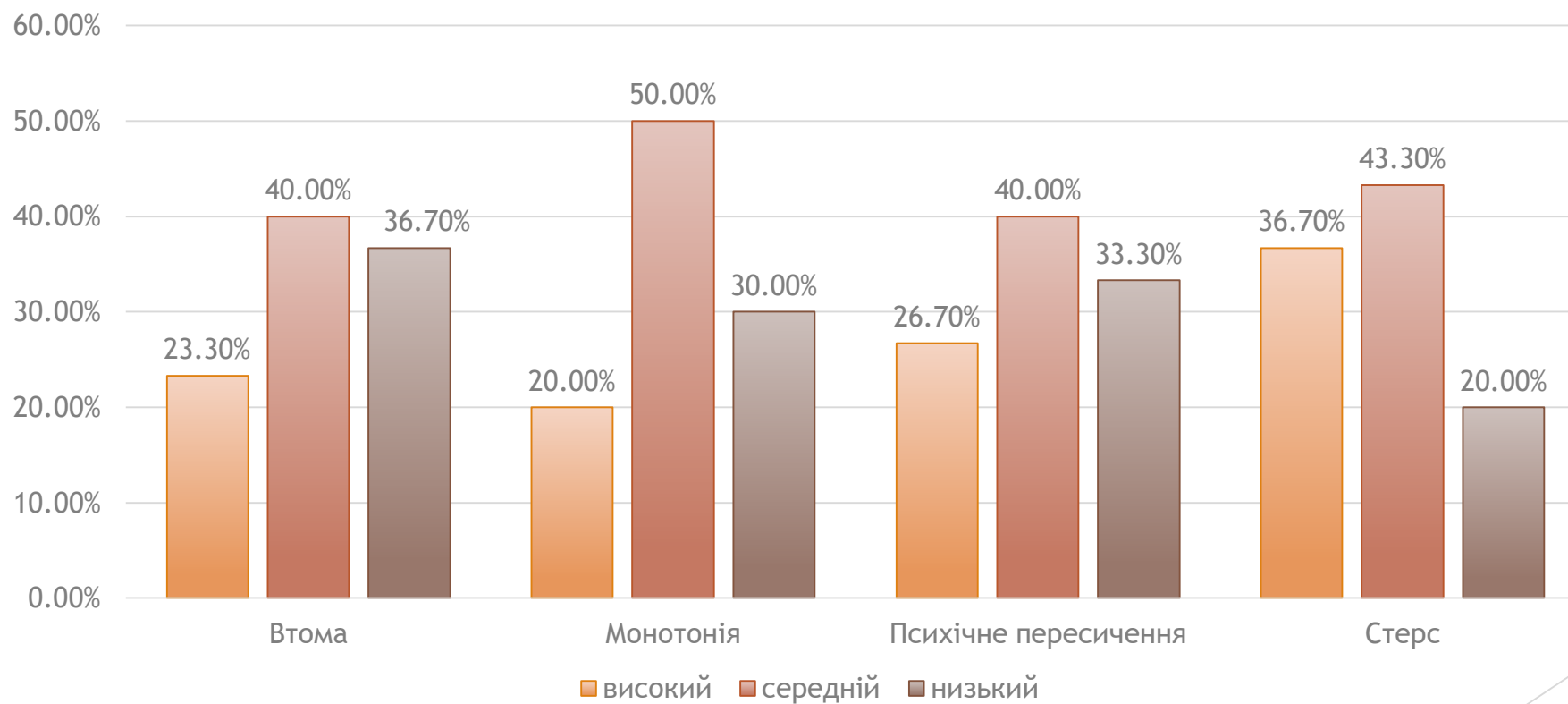
Структурно-функціональна модель копінг поведінки шлюбних партнерів в стресових ситуаціях



Результати дослідження «Втоми-Монотонії-Пересичення-Стресу» в КГ за методикою А. Леонова



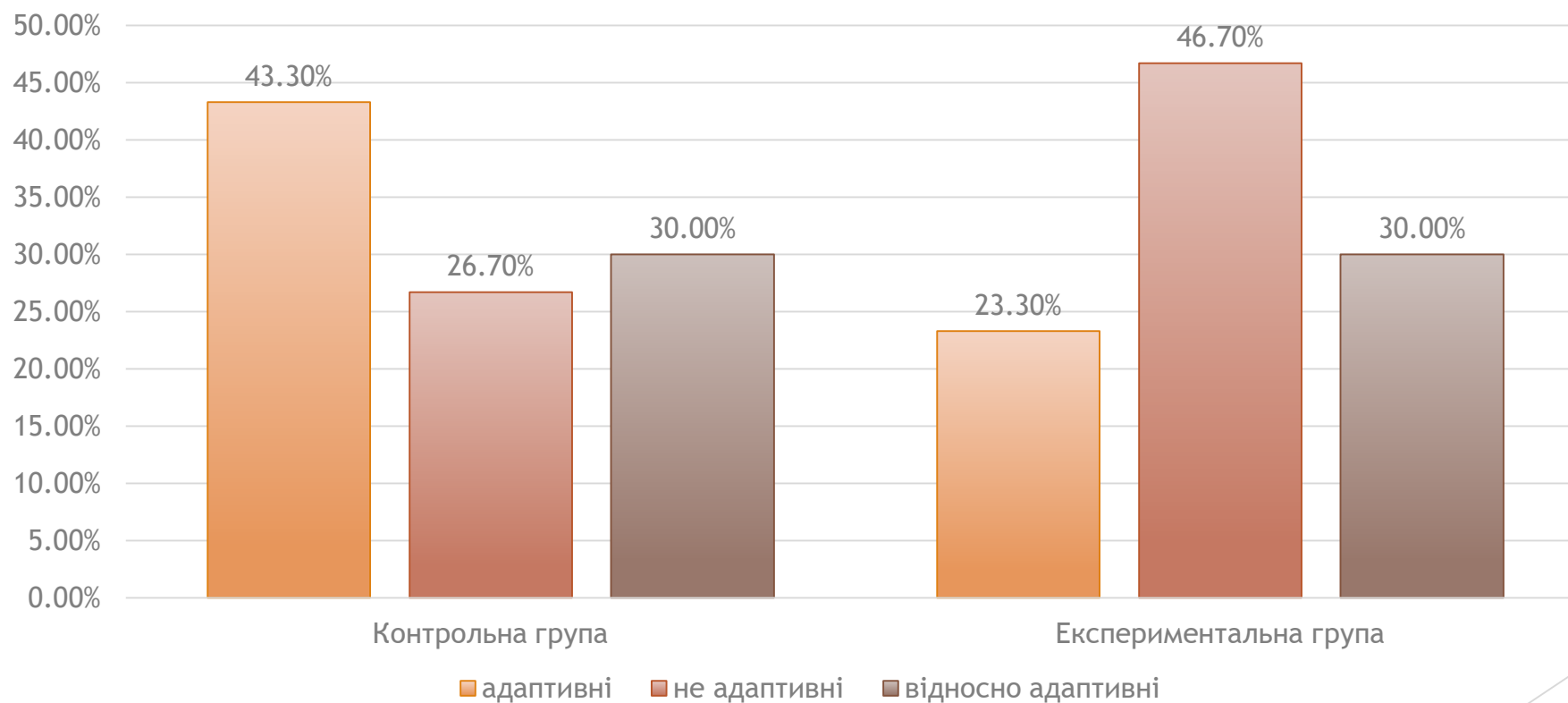
Результати дослідження «втоми-монотонії-пересичення-стресу» в ЕГ за методикою А. Леонова



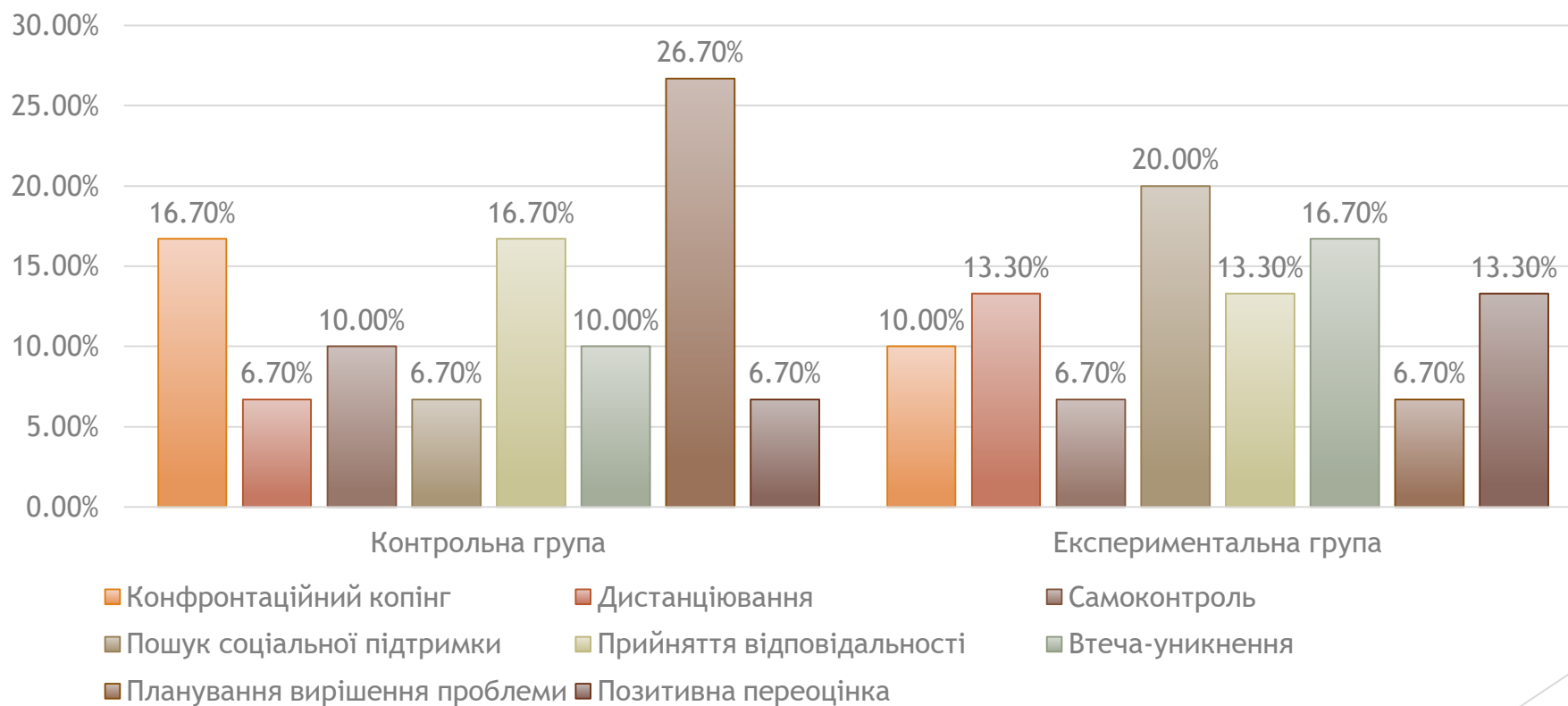
Результати дослідження копінг-поведінки шлюбних партнерів у стресових ситуаціях за методикою Т. Крюкової



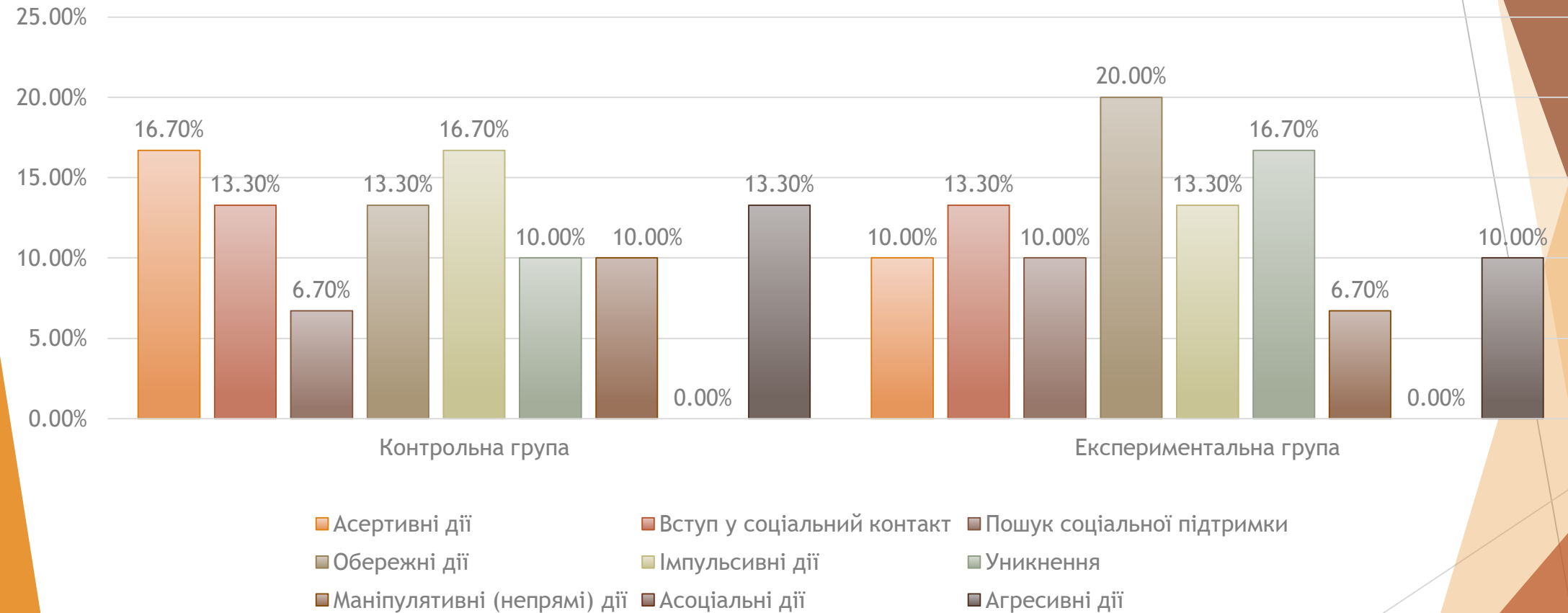
Результати дослідження копінг-механізмів шлюбних партнерів у стресових ситуаціях за методикою Е. Хейма



Результати дослідження способів стрес-долаючої поведінки шлюбних партнерів за методикою Р. Лазаруса та С. Фолкмана



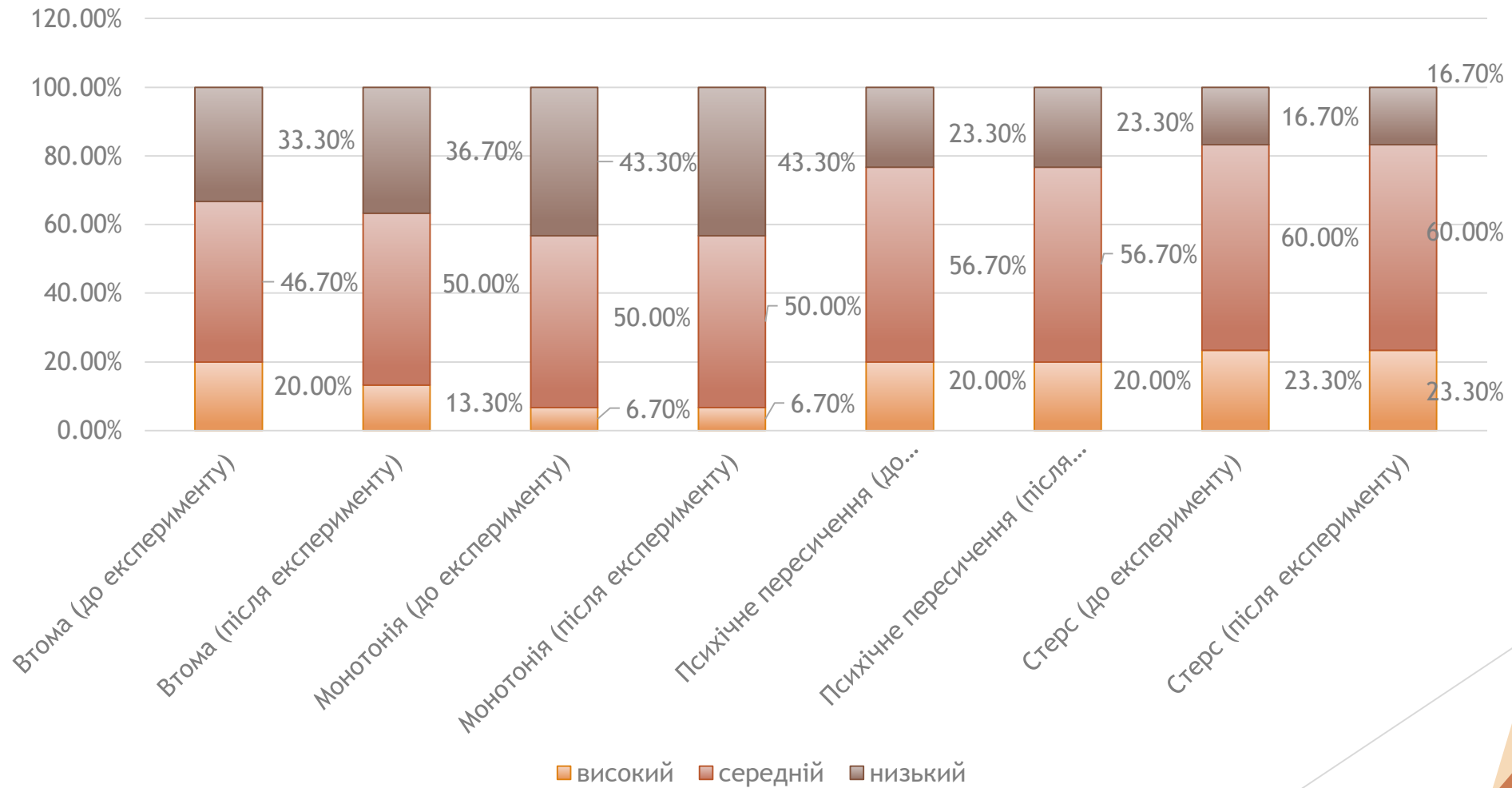
Результати дослідження стратегій подолання стресових ситуацій у КГ та ЕГ за методикою «SACS»



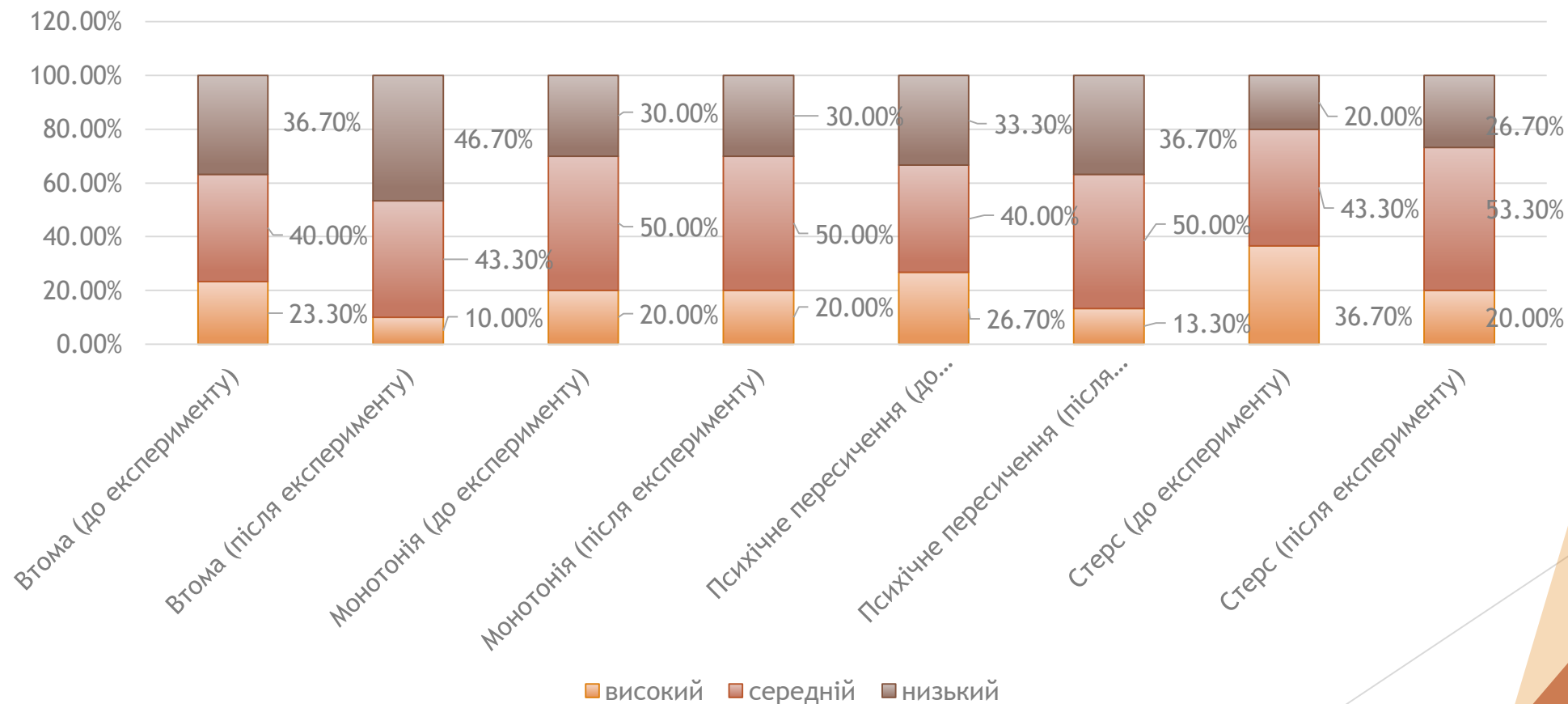
Формування ефективної копінг-поведінки шлюбних партнерів у стресових ситуаціях

Мета програми: формування в шлюбних партнерів конструктивного подолання стресових ситуацій за рахунок свідомої спрямованості копінг-поведінки на джерело стресу з метою його усунення.

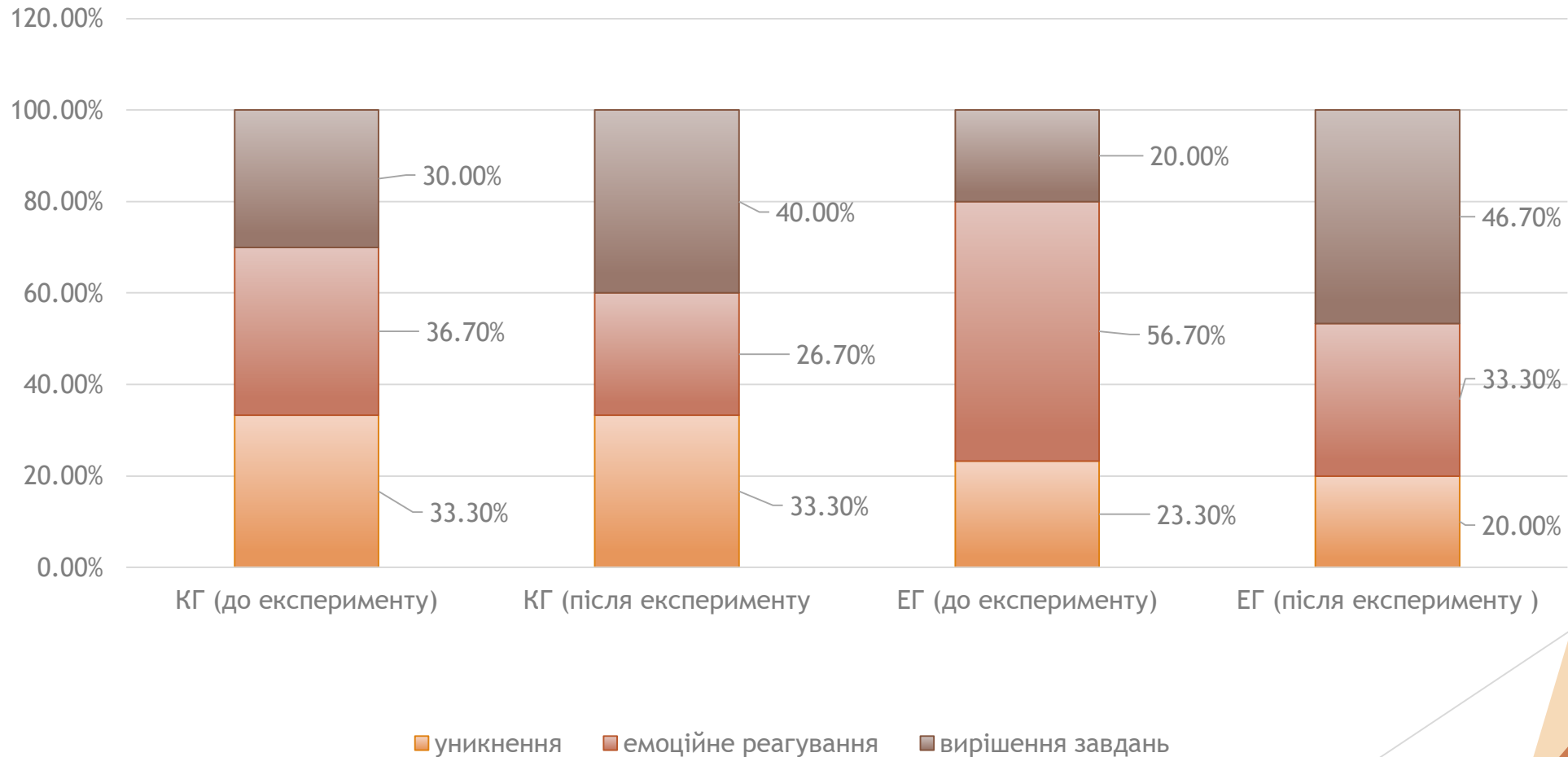
Порівняльний аналіз дослідження «Втоми-Монотонії-Пересичення-Стресу» в КГ до та після проведення експерименту



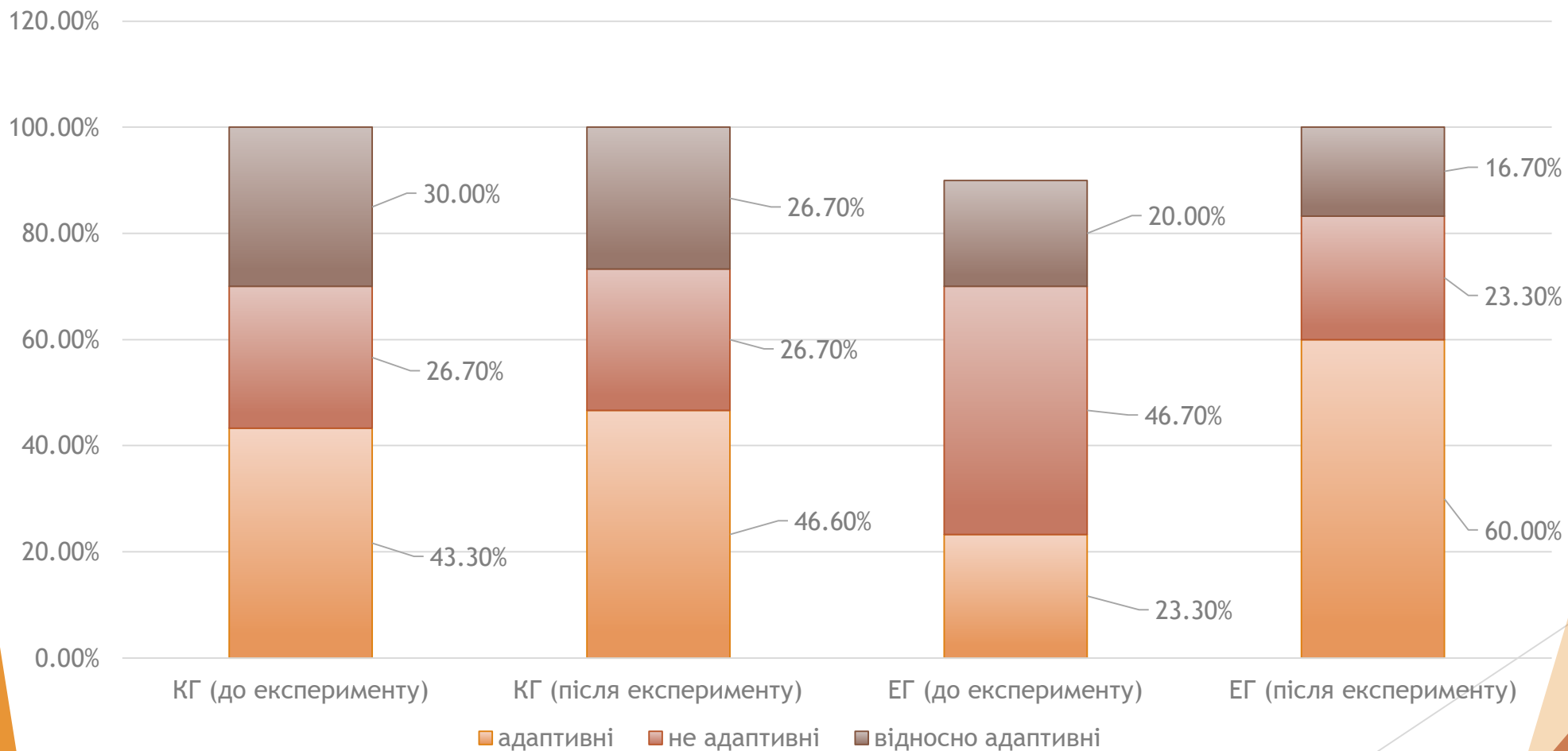
Порівняльний аналіз дослідження «Втоми-Монотонії-Пересичення-Стресу» в ЕГ до та після проведення експерименту



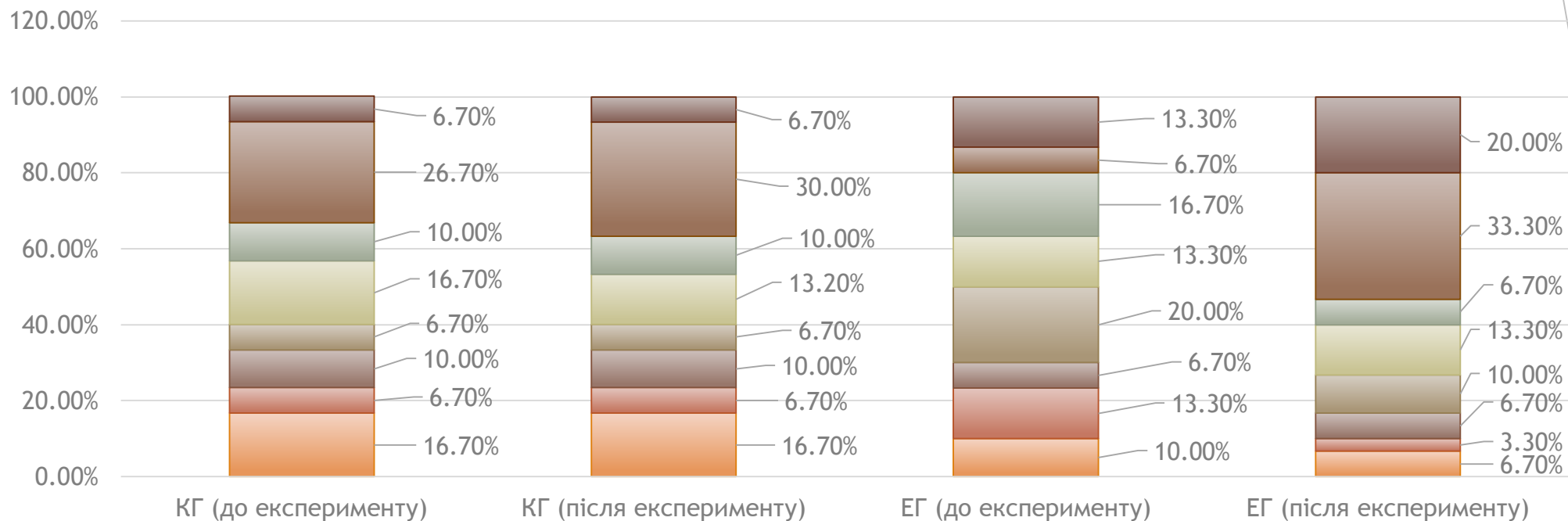
Порівняльний аналіз дослідження копінг-поведінки шлюбних партнерів у стресових ситуаціях до та після проведення експерименту



Порівняльний аналіз дослідження копінг-механізмів шлюбних партнерів у стресових ситуаціях у КГ та ЕГ до та після експерименту

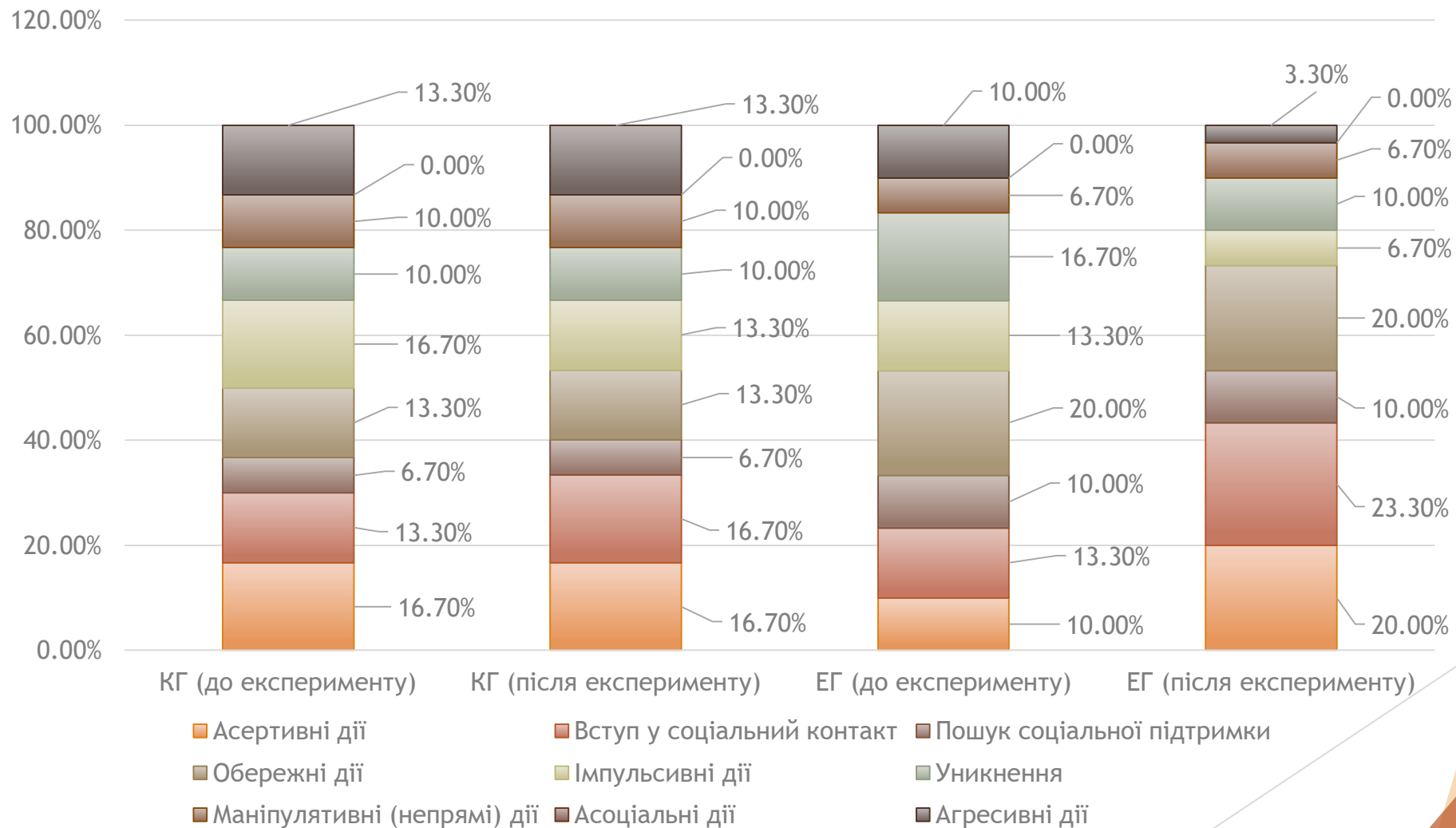


Порівняльний аналіз дослідження способів стрес- долаючої поведінки шлюбних партнерів у КГ та ЕГ до після експерименту



- Конфронтаційний копінг
- Дистанціювання
- Самоконтроль
- Пошук соціальної підтримки
- Прийняття відповідальності
- Втеча-уникнення
- Планування вирішення проблеми
- Позитивна переоцінка

Порівняльний аналіз дослідження стратегій подолання стресових ситуацій в КГ та ЕГ до та після експерименту



Практична значущість. Результати дослідження можуть бути рекомендовані для використання в навчально-виховній роботі викладачів ВНЗ, сімейних психологів, працівників соціальних служб. Основні положення й висновки дають змогу збагатити навчальні програми із загальної психології, соціальної психології, соціальної роботи, сімейної психології, психотерапії, психологічного консультування, психодіагностики. Отримані дані можуть бути основою для розробки тренінгів з формування ефективної копінг-поведінки в стресових ситуаціях.