

## КОПІНГ-ПОВЕДІНКА СІМ'Ї ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

У статті розглядаються теоретичні концепції копінг-поведінки сім'ї у працях зарубіжних та вітчизняних психологів. Аналізуються різні точки зору щодо поняття та виникнення сімейного стресу, копінг-ресурси, як фактори допомоги людині в стресових ситуаціях. Визначається роль соціальної підтримки з урахуванням поділу за фактором статі та аналіз фактора підтримки у взаєминах між батьками та дорослими дітьми. У статті також вивчається конфлікт як першочергова ознака стресу. Здійснена спроба проаналізувати особливості впливу факторів ризику чи несприятливої події на вразливість до стресу, поняття стійкої сім'ї, сімейного опанування в рамках різних підходів: соціологічного, адаптивного та системного.

**Ключові слова:** копінг-поведінка, копінг-ресурси, стрес, соціальна адаптація, дезадаптація, криза, конфлікт.

В статье рассматриваются теоретические концепции копинг-поведения семьи в работах зарубежных и отечественных психологов. Анализируются разные точки зрения на понятие и возникновение семейного стресса, копинг-ресурсы как факторы помощи человеку в стрессовых ситуациях. Определяется роль социальной поддержки с учётом разделения по полу и анализа фактора поддержки при взаимодействии между родителями и взрослыми детьми. В статье также изучается конфликт в качестве первоочередного признака стресса. В статье произведена попытка проанализировать особенности влияния факторов риска или сложных ситуаций на стойкость к стрессу, понятия стабильной семьи и семейного совладания в рамках разных подходов: социологического, адаптивного и системного.

**Ключевые слова:** копинг-поведение, копинг-ресурсы, стресс, социальная адаптация, дезадаптация, кризис, конфликт.

Дослідники психології стресу і опанування приділяють велику увагу соціальній підтримці і близьким відносинам як ресурсам опанувальної поведінки особистості. Виділяють різні види соціальної підтримки – таку, яку сприймають як бажану і ту, що реально отримують у сфері відносин з людьми, на яких вона може покластися, звернутися за порадою і допомогою у важкій життєвій ситуації. Соціальна підтримка робить людину менш вразливою до життєвих труднощів і забезпечує їй допомогу у разі виникнення проблем [1,2,5,7,8].

Відомо, що до копінг-ресурсів відносяться ті фактори, які допомагають людині, роблять її більш стійкою до стресових ситуацій. До них відносять вік, стан здоров'я та ін.. Але крім цього, необхідним копінг-ресурсом особистості є задоволення необхідності у підтримці з боку інших людей. Соціальна підтримка є функцією інтенсивності і широти міжособистісних відносин, що входять в поняття соціальної мережі людини, і виступає одним із найбільш розповсюджених і потужних копінг-ресурсів. Дослідники вікової психології констатують, що молоді люди більше потребують підтримки оточуючих і користуються цією підтримкою більш інтенсивно, ніж представники старшого покоління. Порівняно з людьми зрілого віку, молодь взагалі є більш активним «отримувачем» соціальної підтримки, менш самодостатньою і здатною просити допомогу. В цілому, можна стверджувати, що з віком значення соціальної підтримки дещо знижується, її пошук стає менш інтенсивним. Подолання труднощів здійснюється здебільшого за рахунок розширення меж індивідуального життєвого досвіду, накопичення навичок опанування, зростання самоефективності, прийняття відповідальності тощо. Молоді люди у важких життєвих ситуаціях схильні покладатися на інших, тоді як люди зрілого віку розраховують здебільшого на свої власні можливості.

Соціальна підтримка з урахуванням поділу за фактором статі відрізняється, в основному, за рахунок різниці у відношенні до підтримки взагалі. Жінки більше потребують її із сторони близьких людей і користуються нею більш інтенсивно. Більшість чоловіків характеризують себе як таких, що в незначній мірі потребують емоційної підтримки і практичної допомоги. Жінкам у більшій мірі потрібна допомога, особливо інформаційна – поради, рекомендації, додаткові точки зору і т. п. Частина чоловіків теж визнають потребу у додаткових каналах інформації, але 60% керуються переважно власною думкою. Очевидно, жінки більш активні у привертанні підтримки зі сторони близьких людей. З твердження «якщо мені потрібна допомога – я просто прошу» погоджується 85% жінок і тільки 53% чоловіків. Це в деякій мірі все ще зумовлено впливом статево-рольових стереотипів, згідно з якими жінки традиційно повинні задовольнятися роллю підлеглої сторони або інакше проявляти владу. Також можливим є те, що у жінок навички пошуку соціальної підтримки розвинуті краще у зв'язку з прийняттям ролі матері. Це пов'язано з використанням всіх можливих засобів для забезпечення благополуччя собі і дітям. [5]

Соціальна мережа забезпечує природні канали допомоги у важких життєвих ситуаціях. Мережа складається з емоційно значущих людей, з якими людина регулярно спілкується і на яких може покласти у разі необхідності, зазвичай для задоволення потреби у регулярному дружньому спілкуванні, підтримці. Відомо, що зв'язок між батьками і дорослими дітьми є надзвичайно тісним у вітчизняній культурі і забезпечує високі рівні матеріальної та емоційної підтримки. Батьки і дорослі діти один для одного є важливим джерелом підтримки, що включає в себе практичну допомогу, інформаційну підтримку і емоційну близькість. Водночас більшість членів соціальної мережі надають, в основному, два види підтримки: інформаційну та емоційну.

У взаєминах між батьками і дорослими дітьми у вітчизняній культурі присутні всі види підтримки. Ці фактори можна пояснити масовим розповсюдженням дітоцентричного типу сім'ї, а також переважанням батьківської функції у подружжя.

Дослідження сімейного стресу й опанування важкими ситуаціями в родині є одним з перспективних напрямлень в дослідженні і наближенні позитивних змін сучасної сімейної ситуації у нашому суспільстві. Адже розробка даної теми, яка почалася у західній психології близько тридцяти років назад, була достатньо продуктивною і вже сприяла покращенню практичної психологічної і психотерапевтичної допомоги сім'ї, психосоціальної роботи з сім'єю як системою, подружніми порадами, батьками проблемних дітей, розлученими батьками і їх дітьми.

Очевидною є наявність великої кількості важких ситуацій спільного проживання в сім'ї. У важких і напружених ситуаціях, у разі зіткнення з драматичними, дійсно серйозними подіями як в особистій та професійній сферах, так і в житті суспільства, нерідко саме сім'я і близькі відносини стають тим єдиним осередком, що підтримує людину, дає їй сили для перетворення ситуації, вибору «варіанта життя» (В. М. Дружинін).[8]

Проблеми впливу факторів ризику чи несприятливої події на вразливість до стресу, поняття стійкої сім'ї, особливості сімейного опанування розглядаються у західній психології в рамках різних підходів – соціологічного, адаптивного та системного. Існує стійке уявлення про сім'ю як систему (М. Боуен, А. Я. Варга, А. В. Черніков), «позаяк зміни в одній частині ведуть до компенсаційних змін в інших частинах сім'ї» [1;7]. Розвиток цієї системи внутрішніх, психологічних і інтерсуб'єктивних відношень не є апріорі соціально адаптивним. Її розвиток, на думку А. Б. Орлова, передбачає самодетермінацію, свої власні цілі. Перехідний,

маргінальний стан сучасної сім'ї пов'язаний з послабленням традиційної, добре усвідомлюваної соціальної орієнтації і посиленням нових, поки що недостатньо усвідомлених детермінант сімейного життя.

Досліджуючи сім'ю, подружні, батьківські відносини, сімейну і особистісну ідентичність з точки зору соціальної і сімейної динаміки, а також опанувальної поведінки, можна констатувати, що сімейні відносини, які постійно змінюються, утворюють нову сімейну субкультуру. Сучасна сім'я розглядається як соціокультурний і соціально-психологічний феномен, багато в чому детермінуючий опанувальну поведінку індивідуального суб'єкта – члена сім'ї. Суттєво впливаючи на фізичне, соціальне і психологічне благополуччя кожної людини, сім'я або допомагає впоратися з труднощами повсякденного життя, або деформує людину і штовхає її до дисфункціональності і дезадаптації (А.Я. Варга, А.І. Тащева, Е. Г. Ейдемільер, Р. Скіннер) [7,10,11]. Достатньо мало емпіричних даних, що визначають ресурси поведінки сім'ї у важких ситуаціях, ресурси опанування зі стресом життєво-стійкої і здорової сім'ї, тому у центрі нашої уваги саме знаходиться сімейний стрес. Це стан в сім'ї, який виникає як порушення рівноваги між реально існуючими вимогами до сім'ї (у вигляді погрози, втрати) і можливостями сім'ї впоратися з ними. Зазвичай такий стан називається дією стресорів або життєвих подій, що несприятливо впливають на сім'ю в цілому чи на її частину (наприклад, на діаду: чоловік – дружина або мати – дитина), а також на окремих членів сім'ї. Існують помітні і важливі життєві події, які наштовхують сім'ю на зміни: народження чи смерть членів сім'ї, серйозні конфлікти, що стосуються різних сфер сімейного життя, наприклад, емоційного клімату, способів взаємодії, цілей і цінностей, психологічної дистанції між членами сім'ї. Під час стресу сім'я переживає загальне напруження і негативні емоції, певний (оптимальний) рівень якого може вплинути як стимулятор, мобілізувати, змушуючи людей «зібратися», а неоптимальний – звести до широкого набору негативних наслідків.

Різновидом стресорів є сімейні труднощі – конкретні вимоги до сім'ї, пов'язані зі стресовою подією (наприклад, додаткові витрати, пов'язані з народженням дитини чи навчанням члена сім'ї в іншому місті). Максимальний сімейний стрес, з яким сім'я не може впоратися, приводить до сімейної кризи. Кризою є нездатність сім'ї відновлювати стабільний стан у ситуації постійного тиску тих вимог, які змінюють сімейну структуру і способи



взаємодії членів сім'ї (наприклад, розлучення). Сімейну кризу можна констатувати як незворотню зміну в житті сім'ї, коли попередні, звичні ролі членів сім'ї стають неадекватними і відбувається руйнування (різкі зміни, розпад) попередніх зразків поведінки. Сімейний стрес не обов'язково може досягнути рівня кризи, якщо сім'я використовує свої ресурси, вміння, і протистоїть деструктивним змінам. [3]

Стресори впливають на всі сфери життєдіяльності сім'ї, але деякі з них особливо вразливі до сімейного стресу. Це сфери подружніх взаємовідносин, в тому числі й інтимно-особистісних, на деяких етапах життєвого циклу сім'ї (наприклад, ранне одруження або подружжя на етапі «порожнього гнізда»); батьківства – перехід до нього, пов'язаний з прийняттям нової ролі (матері чи батька первістка), виховання хронічно хворої дитини; здоров'я членів сім'ї (труднощі прийняття важкої хвороби і догляд за важкохворим членом сім'ї). Існують і інші сфери життя сім'ї, що вимагають вивчення з точки зору їх стресогенності і опанування: самотність у сім'ї, економічний стрес, професійний стрес (сім'я і робота: зміна чи втрата роботи, «подвійна кар'єра», коли обоє з подружжя багато працюють) та ін. Можна впевнено сказати, що сімейний стрес – це важливе соціальне явище і одночасно соціальний стрес, ознаками якого виступають когнітивна оцінка людиною ступеня загрози своєму і сімейному добробуту та подальші зміни в поведінці. Так, наприклад, втрата роботи одним із членів сім'ї, без сумніву, веде до підвищення навантаження і більшої зайнятості інших її членів, якщо сім'я хоче зберегти рівень і якість життя. Сімейні стреси також поділяють на: нормативні (природні зміни, що пов'язані з сімейною динамікою – послідовним проходженням етапів розвитку сім'ї), і екстремальні (різні катастрофи, такі як втрата члена сім'ї, випадкова травма тощо).[2,3]

Часто ознаками стресу різного рівня виступають одні і ті ж симптоми різного ступеня інтенсивності. Зазвичай це – збільшення конфліктів, суперечок, сварок і боротьби одне з одним, вживання алкоголю, наркотичних чи медикаментозних речовин, розлад сну, головні болі, психосоматичні розлади, зміни в емоційному кліматі і взаємодії сім'ї – ревності, підозри, невірності, недовіра одне одному, відхилення від спілкування, «психологічна відсутність» тощо. Але слід відмітити, що зазвичай нормативні стреси закінчуються набуттям чогось нового членами сім'ї і сім'єю як спільнотою (нових ролей, відповідальності, автономності, незалежності тощо). Сім'я, яка пережила екстре-

мальний стрес, також може мати якісь набуття (велика емоційна стійкість, важливі навички), але «ціна» цих надбань різна при впливі стресорів різної якості.

Деадаптаційні процеси і явища у соціальній сфері і сфері здоров'я проявляються при тривалому неопануванні людини з сімейним стресом. Серед них: девіантна поведінка батьків і дітей, в тому числі і домашнє насилля; підліткова вагітність; передчасне вибування дітей з школи («невідвідування школи»); тривалі важкі депресії, що призводять до самогубства.

Найчастіше у фокусі уваги чиновників, соціальних працівників і навіть дослідників стають сім'ї «групи ризику», у яких рівень стресу високий у разі поганого функціонування механізмів опанувальної поведінки. Нормативні щоденні стреси, що переживає нормальна сім'я, в цілому, ігноруються. Хоча в таких сім'ях нерідко виникають серйозні психологічні і соціальні, медичні труднощі, що вимагають допомоги у їх подоланні. Обставини життя можуть вимагати нових копінг-стратегій, що відсутні в «репертуарі» цих сімей.

Важкі життєві ситуації перевіряють життєву систему на міцність. Існує особлива якість сім'ї, так звана «здатність до опору», яка дозволяє їй формувати і підтримувати стійкі патерни функціонування під впливом стресу. Термін трактується по-різному: еластичність, здатність сім'ї швидко відновлювати сили у випадку невдач, травми чи ситуації, що швидко змінюються після пережитого стресу або стійкість до стресу. Концепція стійкості (resilience) має недавню, але багату історію, пов'язану з дослідженням, що стосуються стійкості до стресу дітей. Дослідження вказали на важливість сім'ї у формуванні стійкості до стресу. Не всі члени сім'ї однаково вразливі до стресу, не всі вміють швидко відновлювати духовні і фізичні сили, «вилікуватися» після невдачі, травми, зберігаючи душевну енергію, життєрадісність та інші позитивні якості. Деякі сім'ї стають жертвами ситуацій і змінюються у бік дисфункціонального стану, ніколи не «виліковуються», не відходять від стресу. Відомо, що адаптаційні можливості копінг-поведінки збільшуються під дією сильних стресорів. Це означає, що чим сильніший стресор, тим більш яскраво виражена опанувальна поведінка у сімей і людей, які добре адаптуються.

Зрозуміло, що сім'ї, як люди, по-різному реагують на стрес. Рівень і якість опанування в життєвих важких ситуаціях залежить від того, наскільки успішно функціонує сім'я, тобто як вона виконує свої головні функції. Побудова і підтримка взаємо-

відносин – подружніх, батьківських, міжгенераційних – одна з найважливіших функцій сім'ї.

Сьогодні більша частина сімей в нашій країні «не чекає милостині» ні від природи, ні від держави, а активно сама вирішує свої проблеми, пов'язані зі здоров'ям, навчанням дітей, наявністю житла. Вона сама будує собі долю вибирає шлях (залишатися чи емігрувати, працювати найманим чи створити свій бізнес, навчати дітей у державному чи приватному навчальному закладі тощо). Звичайно, іноді не вистачає гнучкості й міцності. Але спеціалісти з проблем сім'ї у всьому світі стверджують, що на впродовж минулого ХХ століття цей соціальний інститут пережив стільки потрясінь і криз, що залишається тільки дивуватися неймовірній життєздатності сім'ї.

Для здоров'я сім'ї і її членів необхідне відповідне успішне подолання послідовних завдань розвитку при переході сімей етапами життєвого циклу. Але новоутворення і зміни в сімейній системі, обумовлені динамікою сімейного розвитку, нерідко виявляються настільки суттєвими і значущими, що вимагають перестановки сімейних ресурсів, адаптації членів родини, сприймаються і оцінюються як важкі та стресові [10].

Поняття «стрес» в останні десятиліття в психології мало різне значення. Стрес розуміється як «викид» психічних і фізичних хвороб – стрес, орієнтований на стимул, як реакція і синдром адаптації, як неспецифічна реакція організму на будь-яку запропоновану до нього вимогу чи шкідливий вплив. Авторитетний американський дослідник Р.Лазарус визначає психологічний стрес як реакцію на особливості взаємодії між особистістю і навколишнім світом, взаємозв'язок між людиною і надмірними вимогами середовища, що пов'язано з підвищенням її ресурсів і створенням загрози для особистого добробуту. Стрес, таким чином, являє собою дисбаланс між внутрішніми і зовнішніми вимогами до особистості і її можливостями реагування на них, причому цей дисбаланс не обов'язково може бути об'єктивним, він може переноситися суб'єктивно.

У сучасній психологічній літературі існує три підходи до розуміння стресів і їх виміру: перший підхід базується на оцінці життєвих подій, центральною для нього виступає ідея, згідно якої будь-яка зміна є стресовою і вимагає адаптації. Конструкція «життєвої події» описується як зміна в соціальному і особистому середовищі суб'єкта. При цьому подія являє собою зміну, а не стійкий стан, є зовнішньою, а не тільки внутрішньою, психологічною; другий підхід до розуміння стресів ґрунтується на

виділенні повсякденних неприємностей, мікростресів або труднощів щоденного життя (неприємності виділяються як дратівливі, фрустровані, викликають хвилювання, які частково характеризують транзакції з навколишнім середовищем); третій підхід акцентує увагу на хронічних стресах, сюди можуть відноситися стресори, які постійно присутні в житті людини – відсутність роботи, низькі доходи, погані умови проживання.

На сучасному етапі більшість дослідників визначають сімейний стрес як переживання загального напруження і негативних почуттів членами сім'ї у відповідь на вимоги соціального середовища, що перевищують можливості членів сім'ї і створюють загрозу втрати сімейних цінностей. Тільки невелика частина вчених відноситься до сімейного стресу як до мікроподії, при якій необхідна адаптація первинного порядку.

Z. Zaixi, H. Weber розуміють під сімейним стресом всі афективні реакції на події, що відносяться до сім'ї, в тому числі і повсякденні конфлікти. S. Hobfoll, P. Boss визначають сімейний стрес як подовження індивідуального стресу, що продовжується у сім'ї, коли навколишнє середовище завищує вимоги до індивідуальних ресурсів членів сім'ї і до колективних ресурсів, що призводить до значних їх витрат і загрожує сімейному добробуту. Сімейний стрес розглядається як порушення в стійкому стані сім'ї.[1,2]

У сучасній психологічній літературі найбільше зустрічаються теоретичний опис сімейних стресів і труднощів, при цьому помітно відчувається дефіцит комплексних емпіричних досліджень, реальних, дієвих труднощів і стресів, що переживає сім'я в процесі свого розвитку. Стреси і важкі ситуації, що виникають у сім'ї, різні за впливом, інтенсивністю та протяжністю.

Труднощі для сім'ї можуть викликати різні життєві події і ситуації, навантаження, що створюють порушення у стійкому стані сім'ї. При цьому важка ситуація може бути настільки сильною та інтенсивною для сім'ї, що уникнути виникнення стресу (сімейного стресу) неможливо. Сімейний стрес розглядається як переживання загального напруження і негативних відчуттів членами сім'ї у відповідь на вимоги соціального середовища, що перевищують можливості, які створюють загрозу сімейним цінностям.[10]

Стрес викликає появу негативних характеристик протікання сімейної життєдіяльності, провокує збільшення напруги, суперечок, конфліктів у сім'ї, негативні зміни в емоційному кліматі, ревності, підозри і недовіру членів сім'ї один до одно-



го, відмову від спілкування, концентрацію членів сім'ї на своїх власних потребах і переживаннях за рахунок внутрісімейної взаємодії. Нерідко стрес дестабілізує життя сім'ї і є причиною її дисфункції.

Психологія відносин – одна з теоретичних концепцій у вивченні особистості (О. М. Леонтьєв, В. Н. Мясищев, С. Л. Рубінштейн), спираючись на яку ми виділяємо батьківські відносини як процес і результат індивідуального вибіркового відображення сімейних зв'язків, переживання батьків і дітей, їх спільної діяльності. Відносини дітей і батьків пов'язані з реальною взаємодією, у них яскраво проявляється соціально-психологічні закономірності групової суб'єктивності. З однієї сторони, вони є регуляторами поведінки їх учасників, а з другої – опосередковують розвиток особистості, перш за все дитини, і впливають на всіх учасників. Вони проявляються у системі різноманітних почуттів, переживань, установках спілкування батьків і дітей. Відносини батьків і дітей є найбільш вивченими із всіх сімейних підструктур, особливо у вітчизняній психології. Їх компонентами є відношення батьків до дитини та відношення дитини до батьків, пов'язаних одне з одним, але не рівноправних. Специфіку відносин дітей і батьків визначає відношення батька до дитини. Це пояснюється тим, що дитина не є суб'єктом тих процесів, які приводять в дію детермінанти батьківського відношення, його суб'єктність обмежена. Особливо глибоко і детально дані аспекти розглядають сучасні психоаналітики, наприклад Алік Міллер, Бруно Беттельгейм, Джон Боулбі та інші.[3,6,9]

Емоційний компонент батьківського відношення – сукупність переживань, пов'язаних з дитиною; когнітивний – уявлення батьків про характер, потреби, інтереси і цінності своєї дитини, її настановлення і поведінковий компонент – стиль спілкування з дитиною.

На формування батьківського відношення до дитини впливають особистість самого батька, психологічні особливості дитини, а також особливості подружніх взаємовідносин і соціокультурні фактори. Відношення дитини до батька визначається внутрішньою активністю дитини, його сприйняттям, осмисленням батьківства в цілому, особливостей сім'ї і свого місця в ній, переживаннями, пов'язаними з сімейними відносинами і установками.

Зміни з трансформації у сімейній системі, зумовлені циклічністю, призводять до труднощів, що вимагають не тільки пристосування і адаптації, але і опанувальних зусиль членів сім'ї.

Поняття «опанування в сім'ї» використовується в медичній психології тоді, коли копінг-реакція більш як одного члена сім'ї є відповіддю на порушення душевної рівноваги одного чи кількох членів сім'ї. Вчені виділили структуру опанувальної поведінки з кризовими, стресовими ситуаціями в сім'ї:

1. Поява змін для сім'ї, які вимагають адаптації.
2. Соціальні і психологічні фактори, які сім'я використовує в управлінні стресовою ситуацією.
3. Сімейні ресурси, які сім'я активує для досягнення задовільних результатів опануванні стресовою ситуацією.
4. Результат в опанувальних зусиль сім'ї.

#### **Список використаних джерел**

1. Bowen M. Family therapy in clinical partice. N. Y.: Jason Aronson, 1978. – 167
2. Jetsch R. J. Transitions and Changes: Who Copes Well?//Colorado State University, 2000.
3. Stressand the Familie. Vol.1. Coping with Normative Transitions/ Ed. By H.I.McCubbin and C/R/Figley/Brunner/Mazel Publischers, New York, 1983.
4. Андреева Г.М. Психология социального познания/ Г.М. Андреева. – М.: Аспект-пресс, 2000. – 228 с.
5. Андрущенко В.П. Соціальна робота/ В.П. Андрущенко. – К.: УДЦССМ, 2001. – 344 с.
6. Бабахало В. Современны етенденции молодежной культуры/ В. Бабахало// Психолог. – 2001. – № 3. – С. 5-6.
7. Варга А.Я. Теория семейных систем МюрреяБоуэна/ А.Я.Варга. – М.: Когито-центр, 2005. – 496 с.
8. Дружинин В.Н. Психология семьи / В.Н. Дружинин. – Изд. 3-е, – СПб.: Питер, 2008. – 176 с.
9. Мясищев В.Н. Психология отношений / В.Н. Мясищев // Под редакцией А.А. Бодалева. М.: Издательство Московского психолого-социального института; – Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003.–400 с.
10. Постылякова Ю.В. Ресурсный подход в изучении семейного стресса/ Ю.В. Постылякова// Псих. проблемы современной российской семьи.... Ч.2. – М.: 2003. – 69-72 с.
11. Фримен Д. Техники семейной психотерапии / Д. Фримен. – СПб.: Питер, 2001. – 384 с.
12. Черников А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики / А.В. Черников. – Изд. 3-е, испр. и доп. – М.: Независимая фирма «Класс», 2005. – 208 с.

Theoretical concept of coping behavior in family studies of foreign and local psychologists are analyzed in the article. Different points of view are analyzed based on the concept and the emergence of family stress, coping resources of a personality as factors in helping a person in stressful situations in family situations. The role of social support in solving different problems, especially in family situations in gender aspects is proofed in the article. Different factors of interaction between parents and adult children and social support are defined. The conflict, especially in a family life as a first sign of stress is reviewed. The attempt to analyze the features of the effect of risk factors or difficult situation for resistance to stress is made. The concept of stability of the family and family coping is analyzed considering different approaches to the given problem, they are: sociological, adaptive and family. There were analyzed two types of social support: perceived, the one imagines and real, the one can really use in the field of human relations. The number of stressors that affect family life, marked symptoms and signs of family stress are identified in the article. Made a conclusion that social support makes people less vulnerable to the difficulties of life and also offers human being real help in solving problems. The structure of coping with difficult situations in family life is given.

**Keywords:** coping behavior, coping resources, stress, social adaptation, exclusion, crisis, conflict.

*Отримано: 16.01.2013 р.*

**УДК 159.9**

*Г.О.Коцюба*

## **Образ тіла та особливості його сприйняття жінками з синдромом залежного кохання**

У статті розглянуто особливості тілесної ідентичності жінок, які знаходяться у стосунках залежного кохання. Вивчено особливості образу тіла у залежних жінок та визначено рівень задоволеності власним тілом в експериментальній групі жінок. Показано, що тілесна ідентичність залежних жінок не містить сексуально-еротичних компонентів, вони ідентифікують себе з такими частинами тіла, як руки, обличчя та шия, тоді як специфічною для групи незалежних жінок є ідентифікація тіла з геніталіями. У жінок, які знаходяться у стосунках залежного кохання спостерігається негативне ставлення та низький рівень уваги до тіла.