

АНОТАЦІЯ

Абрамюк О. О. Копінг як чинник суб'єктивного благополуччя шлюбних партнерів. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії з галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» за спеціальністю 053 «Психологія» – Львівський національний університет імені Івана Франка, Львів, 2023.

У дисертації подано теоретичне узагальнення та емпіричне розв'язання наукової проблеми місця та значення копінгу подружжя серед чинників суб'єктивного благополуччя шлюбних партнерів. Теоретично обґрунтовано та емпірично визначено ефективний копінг подружжя та окреслено основні напрямки психологічної роботи щодо діагностики (адаптовано методичний інструментарій діадного копінгу) та розширення (научіння) копінгу (індивідуального та діадного) шлюбних партнерів з метою збереження та/чи відновлення суб'єктивного благополуччя шлюбних партнерів.

У *вступі* обґрунтовано актуальність теми, сформульовано мету та завдання дисертації, визначено об'єкт та предмет дисертаційного дослідження, зазначено методи, що були використані у написанні дисертації, зазначено наукову новизну дослідження, описано ідеї, які були удосконалені та набули подальшого розвитку, зазначено практичне та теоретичне значення дисертації, представлено особистий внесок дисертанта та апробацію результатів дисертації, зазначено інформацію про кількість публікацій та структуру і обсяг праці, кількість використаних джерел.

У *першому розділі* представлено результати теоретичного аналізу наукових досліджень, присвячених питанню копінгу шлюбних партнерів та його місця серед чинників їхнього суб'єктивного благополуччя. На основі узагальнення теоретико-методологічних підходів до розуміння суб'єктивного благополуччя окреслено його концептуальну структуру, що включає когнітивний, емоційний та евдаймоністичний компоненти. Описано чинники суб'єктивного благополуччя шлюбних партнерів та встановлено, що *копінг подружжя* є одним з найважливіших інструментів вирішення проблеми

ефективної взаємодії шлюбних партнерів під дією стресовпливів (стрес, конфлікти).

На підставі результатів глибинного теоретичного аналізу копінгу подружжя обґрунтовано його специфіку в сімейній системі: визначено зміст поняття «копінг», описано різновиди копінгу шлюбних партнерів, розкрито особливості копінгу в сімейній системі та його роль у переживанні суб'єктивного благополуччя шлюбними партнерами. *Копінг шлюбних партнерів* – це система складних реципрокних зв'язків, що включає індивідуальний копінг кожного з шлюбних партнерів як синтез когнітивних, емоційних та поведінкових зусиль людини, що застосовуються для подолання специфічних внутрішніх та/або зовнішніх вимог, що викликають психічну напругу та перевищують її ресурси, а також діадний копінг подружжя – як процес, в якому обидва партнери включені в спільну спробу справитися зі стресорами, що торкаються їх обох. Структуру копінгу подружжя утворюють *індивідуальний копінг* кожного з шлюбних партнерів *реактивного* та *проактивного* рівнів; *діадний копінг* шлюбних партнерів, що включає *стрес-комунікацію в парі*, *позитивний діадний копінг* кожного з шлюбних партнерів (проблемно-орієнтований, емоційно-орієнтований, делегований), *негативний копінг* (ворожі дії/слова власні/щодо партнера) та *спільний діадний копінг*; *зовнішня соціальна підтримка*. Копінг шлюбних партнерів, утворюючи деякий «покрив» для сімейної системи та її членів, забезпечуючи їм цілісність та/або відновлення від зовнішніх та внутрішньосімейних стресовпливів, є кількарівневим наскрізним чинником суб'єктивного благополуччя шлюбних партнерів, що впливає не лише на задоволеність життям, емоційний комфорт та оптимально позитивне функціонування кожного з них, а й є необхідною умовою функціонування системи загалом як простору для сталого розвитку її членів. Проаналізувавши наукові підходи до трактування та розуміння копінгу шлюбних партнерів в структурі їхнього суб'єктивного благополуччя, враховуючи специфіку сімейної системи та можливість кожного з партнерів (як суб'єктів активності) впливати на власне та суб'єктивне благополуччя партнера, побудовано теоретичну модель

копінгу шлюбних партнерів в структурі чинників їхнього суб'єктивного благополуччя.

У *другому розділі* представлено програму та висвітлено питання організації емпіричного дослідження копінгу шлюбних партнерів як чинника їх суб'єктивного благополуччя. Програма включила три етапи: підготовчий, основний і етап аналізу та інтерпретації результатів. На підготовчому етапі було здійснено планування емпіричного дослідження, тобто визначено емпіричні показники та вибрано відповідний методичний інструментарій, вибрано групу досліджуваних та проведені пілотажні дослідження, за допомогою яких було апробовано та уточнено діагностичний інструментарій, а також виконано поставлені завдання щодо адаптації україномовної версії DCI (Опитувальник Діадного Копінгу). На основному етапі відповідно до визначених емпіричних показників та окресленої структури групи досліджуваних, за допомогою підібраних методик було зібрано емпіричні дані, необхідні для перевірки теоретичної моделі. Упродовж третього етапу здійснювалося статистичне опрацювання, аналіз та інтерпретація зібраних емпіричних даних, а також на основі отриманих даних здійснювалося формування рекомендацій для практичних психологів та фахівців, що працюють з сім'ями, з метою підвищення суб'єктивного благополуччя шлюбних партнерів як ядра сімейної системи, що є основою її здорового функціонування.

Емпіричні показники, визначені для перевірки теоретичної моделі копінгу шлюбних партнерів в структурі чинників їхнього суб'єктивного благополуччя, включили в себе показники, які об'єднані в наступні блоки: суб'єктивне благополуччя шлюбних партнерів, система копінгу подружжя, соціально-демографічні показники.

Для вимірювання діадного копінгу шлюбних партнерів було здійснено повну адаптацію Опитувальника діадного копінгу DCI українською мовою: виконано незалежні прямі і зворотні переклади тексту методики носіями мови, розраховано статистичні показники еквівалентності перекладу, внутрішню консистентність шкал та показники ретестової надійності. Оцінка конструктивної

валідності української версії здійснювалася шляхом визначення її факторної структури за допомогою конфірматорного факторного аналізу. Результатом адаптації є надійний і валідний інструмент, який дає змогу досліджувати діадний копінг шлюбних партнерів, для яких українська мова є рідною.

У *третьому розділі* представлено аналіз результатів емпіричної перевірки теоретичної моделі копінгу шлюбних партнерів серед чинників їхнього суб'єктивного благополуччя. Основним етапом дослідження охоплено 612 осіб, 306 гетеросексуальних пар, що перебувають в шлюбному союзі, вік шлюбних партнерів від 19 до 76 років зі стажем шлюбу від 1-ого до 43 років. Здійснено характеристику групи досліджуваних, в якій детально проаналізовано внутрішньосімейну взаємодію партнерів в парі та їхнє суб'єктивне благополуччя, весь спектр копінгу шлюбних партнерів та його взаємозв'язок з суб'єктивним благополуччя кожного з шлюбних партнерів.

За допомогою розподілу вибірки методом кластерного аналізу на три підгрупи з різним рівнем суб'єктивного благополуччя респондентів створено умови для первинної квазіекспериментальної перевірки кількісних розбіжностей між обраними для емпіричного дослідження показниками копінгу подружжя та типами взаємодії у конфліктах в парі. Попарне порівняння показників «полярних» кластерів (груп з високим та низьким рівнем SWB шлюбних партнерів), які істотно відрізнялись за кількісними показниками всіх змінних, дозволило виявити такі статистично значущі відмінності та закономірності:

✓ у групі респондентів з найвищими показниками когнітивної оцінки власного життя, зокрема сімейного, емоційного комфорту та евдаймоністичної компоненти суб'єктивного благополуччя переважаючим копінгом є діадний (подружній), індивідуальний копінг реактивного рівня (копінг-стратегії) «Планування вирішення проблем», «Пошук соціальної підтримки», «Позитивна переоцінка», індивідуальний копінг проактивного рівня, при цьому, копінг-стратегії «Прийняття відповідальності», «Самоконтроль», «Дистанціювання», «Конфронтація» виражені помірно і низько виражена копінг-стратегія «Втеча-

уникнення», а також зафіксовано найвищі показники типів вирішення конфліктів, що орієнтовані на стосунки (співпраця, пристосування);

✓ переважаючим копінгом респондентів групи з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя є «Прийняття відповідальності», «Самоконтроль», «Дистанціювання» та «Конфронтація» (у жінок групи), помірно виражений копінг проактивного рівня, індивідуальний копінг реактивного рівня «Планування вирішення проблем», «Пошук соціальної підтримки», «Позитивна переоцінка», «Самоконтроль», «Дистанціювання», «Конфронтація» (у чоловіків групи) та низько виражений діадний копінг, а також встановлено, найвищі показники типів вирішення конфліктів, що орієнтовані на відстоювання власних інтересів (конкуренція) та уникання сутичок.

Попарне порівняння «полярних» кластерів з «проміжним» (другим) кластером загалом виявило подібну тенденцію (при нижчому рівні значущості розбіжностей).

Результати *факторного аналізу* дозволили встановити, що найвагомішим фактором суб'єктивного благополуччя особистості у шлюбі для обох (з високим та низьким рівнем суб'єктивного благополуччя респондентів) досліджуваних груп є діадний копінг подружжя. Однак, істотна відмінність у тому, що у групі осіб з високим рівнем суб'єктивного благополуччя дотриманий баланс «брати-давати» проблемно-орієнтованої та емоційно-орієнтованої підтримки чи/і допомоги при зустрічі зі стресом, в той час як респонденти з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя розглядають діадний копінг лише як підтримку для себе. Такий дисбаланс копіngu подружжя ілюструє споживацьке ставлення до ресурсів партнера в парі, засвідчує відсутність справедливості та асиметрію діадного копіngu шлюбних партнерів цієї групи та підтверджує гіпотезу про її негативний вплив на суб'єктивне благополуччя особистості в парі.

Слід підсумувати також, що у групі осіб з високим рівнем суб'єктивного благополуччя шкали проактивного копіngu тісно взаємопов'язані з індивідуальною копінг-стратегією, що спрямована на планування вирішення проблем, а у групі з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя шкали

проактивного копінгу взаємопов'язані лише одна з одною. Це засвідчує справедливість гіпотези про її ефективність при орієнтуванні на вирішення проблеми. Також результати факторного та кореляційного аналізу дозволили підтвердити гіпотезу про тісні зв'язки та позитивний вплив широкого репертуару копінгу особистості в шлюбі на її суб'єктивне благополуччя.

З метою з'ясування можливого дисбалансу між суб'єктивним благополуччям партнерів в парі, шлюбних партнерів структуровано у кілька груп на основі попередньої кластеризації та подібності їхнього інтегрального показника суб'єктивного психологічного благополуччя, в результаті чого було утворено шість різних груп (5 груп з подібним суб'єктивним благополуччям в обох шлюбних партнерів та одна група з полярними значеннями). Для з'ясування міри впливу кожної змінної копінгу подружжя на суб'єктивне благополуччя шлюбних партнерів пари проведений множинний лінійний регресійний аналіз, а також здійснено порівняльний аналіз регресійних моделей полярних груп (низькі, високі та полярні значення SWB обох партнерів) та виявлено їхні закономірності. В групі з високим суб'єктивним благополуччям обох шлюбних партнерів значущими чинниками виявились: «Стрес-комунікація власна» ($\beta = 0,4677$, при $p < 0,000$), «Проактивний копінг» ($\beta = 0,4207$, $p < 0,000$), «Інструментальна підтримка» ($\beta = - 0,3694$, $p < 0,000$), «Негативний діадний копінг власний» ($\beta = - 0,2594$, $p < 0,0018$), «Стрес-комунікація партнера» ($\beta = 0,1918$, при $p < 0,0242$), «Самоконтроль» ($\beta = - 0,1671$, при $p < 0,0250$). Наявність в парі діалогу, вміння повідомляти про власне стресонавантаження та чути стрес-повідомлення партнера, відсутність негативного діадного копінгу (ворожих слів/дій у бік партнера), існування простору для проявлення емоцій в стрес-комунікації та цілепокладання щодо майбутніх подій, що орієнтоване на достовірній інформації, узгодженості дій партнерів та на спроби вирішення проблем дозволяє зберігати суб'єктивне благополуччя кожному з шлюбних партнерів на високому рівні.

В групі досліджуваних шлюбних партнерів з низьким рівнем SWB обох партнерів, було виокремлено 8 вагомих чинників: «Проактивний копінг»

($\beta = 0,3427$, при $p < 0,0018$), «Емоційна підтримка» ($\beta = 0,2627$, $p < 0,0076$), «Стратегічний копінг» ($\beta = 0,2578$, $p < 0,0038$), «Негативний діадний копінг партнера» ($\beta = 0,2604$, $p < 0,0357$), «Прийняття відповідальності» ($\beta = -0,2543$, $p < 0,0075$), «Підтримуючий діадний копінг власний» ($\beta = 0,2409$, $p < 0,0298$), «Пошук соціальної підтримки» ($\beta = -0,2307$, $p < 0,0185$), «Планування вирішення проблем» ($\beta = 0,2081$, $p < 0,0207$). Так, для цієї групи, характерним є відсутність пошуку соціальної підтримки, суб'єктивно висока оцінка власних копінг-зусиль щодо підтримки партнера та оцінка дій у стресі партнера як негативних/ворожих. Це засвідчує відсутність доброї стрес-комунікації та неможливість отримання підтримки в сім'ї та активації копінгу подружжя, відтак, низький рівень особистісного функціонування та задоволеності життям і його аспектами.

В групі досліджуваних з *полярними значеннями SWB шлюбних партнерів*, виокремлено 9 вагомих чинників: «Позитивна переоцінка» ($\beta = 0,6378$, при $p < 0,0000$), «Інструментальна підтримка» ($\beta = 0,5521$, $p < 0,003$), «Втеча-уникнення» ($\beta = -0,5329$, $p < 0,0000$), «Самоконтроль» ($\beta = -0,5233$, $p < 0,0002$), «Рефлексивний копінг» ($\beta = -0,3734$, $p < 0,0013$), «Негативний діадний копінг партнера» ($\beta = 0,3660$, $p < 0,0039$), «Підтримуючий діадний копінг партнера» ($\beta = -0,3197$, $p < 0,0435$), «Підтримуючий діадний копінг власний» ($\beta = 0,2906$, $p < 0,0144$), «Конфронтаційний копінг» ($\beta = 0,2520$, $p < 0,0449$). Виділені чинники засвідчують неконгруентність сприймання копінг-зусиль партнерів по відношенню один до одного та відсутність діалогу в парі в стресових ситуаціях. Це створює помітну асиметрію як у сімейній взаємодії та функціональності, так і суб'єктивному благополуччі шлюбних партнерів. Такі деструктивні взаємодії зрештою призводять до автономізації кожного з подружжя, патологізації стосунків, відтак, низький рівень SWB у одного з партнерів неодмінно порушує гомеостаз сімейної системи, звідси, з'являються ризики її руйнування чи порушення функціонування її підсистем.

На основі ґрунтовного аналізу емпіричних даних, створено модель динаміки подружньої підсистеми під впливом стресу та його купування, активуючи копінг подружжя чи/і індивідуальну захисну систему особистості.

Отже, підсумовуючи результати емпіричного дослідження, слід сказати, що чинниками суб'єктивного благополуччя шлюбних партнерів є справедливий позитивний *діадний копінг* пари, а також індивідуальний копінг кожного з подружжя, в першу чергу *проактивного рівня* та *реактивного рівня* копінг-стратегії, що орієнтовані на планування та вирішення проблем (*копінг-стратегія «Планування вирішення проблем»*), переосмислення досвіду стресоподії в більш широкому позитивному контексті (*копінг-стратегія «Позитивна переоцінка»*), разом з тим, орієнтовані на не уникання стресових ситуацій (негативне значення *копінг-стратегії «Втеча-уникнення»*) чи, навпаки, перебільшення значення своєї участі в настанні стресоподії (негативне значення *копінг-стратегії «Прийняття відповідальності»*), а також звернення в стресових ситуаціях за емоційною підтримкою (*емоційно-орієнтований копінг*). Отримані емпіричні результати постали основою для побудови моделі копінгу як чинника суб'єктивного благополуччя шлюбних партнерів.

На основі одержаних теоретичних та емпіричних результатів розроблено рекомендації щодо психологічної, психосоціальної та психотерапевтичної роботи з парами з метою ефективною адаптації, збереження та відновлення благополуччя шлюбних партнерів після стресоподії, а також окреслено напрямок психоедукаційного розвитку та створення тренінгових програм з окресленої тематики.

З огляду на нові виклики перед українськими сім'ями внаслідок повномасштабного вторгнення в Україну *результати нашого дослідження можуть бути покладені в основу розробки психоедукаційних програм щодо ефективного стресодолання в сім'ях, що внаслідок війни переживали гострі та пролонговані стреси, були розділені та потребують допомоги в реадaptaції та відновленні їхнього індивідуального та сімейного благополуччя. Так, перспективним напрямком дослідження є створення психоедукаційних та тренінгових програм для подружжя з метою навчання їх всього спектру копінгу шлюбних партнерів, дослідження вже існуючого копінгу подружжя та визначення його ефективності для захисту всіх членів сімейної системи,*

можливостям власного розвитку та психоемоційного комфорту, будучи частиною сімейної системи, а також *емпіричного дослідження* впровадження програми з метою її вдосконалення та корекції. Окрім цього важливо втілювати на практиці на загальнодержавному рівні освітні програми, що включали б спеціальні психологічні знання з психології стресу та копіngu, а також оптимального функціонування людини з врахуванням викликів 21 ст.

Ключові слова: стрес, тривога, психологічний захист, копіng-стратегії, адаптація, суб'єктивне благополуччя, психологічне благополуччя, копіng шлюбних партнерів, міжособистісні стосунки, міжособистісне спілкування у шлюбі, цінності, ресурси, особистісний ресурс, підтримка (опора), психотерапія.

ABSTRACT

O. O. Abramiuk Coping as a Factor of the Subjective Well-Being of Marriage Partners. – Qualifying scientific work as a manuscript.

Doctor of Philosophy Thesis in the Branch of Knowledge 05 «Social and Behavioral Sciences», Major 053 «Psychology» – Ivan Franko National University of Lviv, Lviv, 2023.

The thesis presents a theoretical generalization and empirical solution of the scientific problem of the place and importance of spousal coping among the factors of subjective well-being of marriage partners. It theoretically substantiates and empirically defines effective coping of spouses, and outlines the main areas of psychological work on diagnosis (the methodological toolkit of dyadic coping has been adapted) and expansion (teaching) of coping (individual and dyadic) of marriage partners, with the aim of preserving and/or restoring the subjective well-being of marriage partners.

The introduction substantiates the relevance of the topic, shapes the aim and objectives of the thesis, defines the object and subject of the thesis research, specifies the methods that were used in writing the thesis, indicates the scientific novelty of the research, describes the ideas that were improved and further developed, indicates the practical and theoretical significance of the thesis, presents the personal contribution of the PhD student and approbation of the thesis results, provides information on the number of publications, the structure and scope of the work, the number of references used in the thesis.

The first section presents the results of theoretical analysis of scientific research focusing on the issue of marriage partners' coping and its place among the factors in their subjective well-being. Based on the generalization of theoretical and methodological approaches to the understanding of subjective well-being, its conceptual structure is outlined, including cognitive, emotional and eudaimonic components. The thesis describes factors of subjective well-being of marriage partners and establishes that *spousal coping* is one of the most important tools for solving the

problem of effective interaction between marriage partners under the influence of stressors (stress, conflicts).

Based on the results of in-depth theoretical analysis of spousal coping, its specificity in the family system has been substantiated: The meaning of the concept of «coping» has been established, the types of marriage partners' coping have been described, the features of coping in the family system and its role in the experience of subjective well-being by marriage partners have been revealed. *Marriage partners' coping* is a system of complex reciprocal relationships, including individual coping of each of the marriage partners as a synthesis of cognitive, emotional and behavioral efforts of a person used to overcome specific internal and/or external demands that cause mental stress and exceed their resources, as well as dyadic coping of spouses – as a process where both partners are making a joint attempt to cope with stressors affecting both of them. The structure of spousal coping is formed by *individual coping* of each of the marriage partners at the *reactive* and *proactive levels*; *dyadic coping* of the marriage partners, including *stress communication in the couple*, *positive dyadic coping* of each of the marriage partners (problem-focused, emotion-focused, delegated), *negative coping* (own hostile actions/words or hostile actions/words towards partner), and *common dyadic coping*; and *external social support*. Marriage partners' coping, forming a kind of «cover» for the family system and its members, providing them with integrity and/or recovery from external and intra-family stressors, is a multilevel cross-cutting factor of subjective well-being of marriage partners, affecting not only life satisfaction, emotional comfort and optimally positive functioning of each of them, but is also a necessary condition for the functioning of the system as a whole as a space for sustainable development of its members. Having analyzed scientific approaches to the interpretation and understanding of marriage partners' coping in the structure of their subjective well-being, taking into account the specifics of the family system and the capability of each partner (as activity actors) to influence their own and their partner's subjective well-being, the theoretical model of marriage partners' coping has been built in the structure of factors of their subjective well-being.

The second section presents the program and highlights the issues of organizing the empirical study of marriage partners' coping as a factor of their subjective well-being. The program included three stages: preparatory, main stages and the stage of analyzing and interpreting the results. At the preparatory stage, the planning of the empirical study was carried out, i.e., the empirical indicators were determined and the appropriate methodological tools were selected, a group of research subjects was selected and pilot studies were conducted, with the help of which the diagnostic tools were tested and refined, and the tasks set for the adaptation of the Ukrainian-language version of the DCI (Dyadic Coping Inventory) were completed. At the main stage, in accordance with the defined empirical indicators and the delineated structure of the study group, empirical data necessary for testing the theoretical model were collected using the selected methods. During the third stage, statistical processing, analysis and interpretation of the collected empirical data were carried out, and based on the obtained data, recommendations were made for practical psychologists and specialists working with families in order to increase the subjective well-being of marriage partners as the core of the family system, which serves as the basis of its healthy functioning.

Empirical indicators determined to test the theoretical model of coping of marriage partners in the structure of factors of their subjective well-being included indicators that are combined into the following blocks: subjective well-being of marriage partners, spousal coping system, socio-demographic indicators.

To measure the dyadic coping of marriage partners, a full adaptation of the DCI in Ukrainian was carried out: independent forward and backward translations of the methodology by native speakers have been performed, statistical indicators of translation equivalence, internal consistency of the scales and retest reliability indices were calculated. The construct validity of the Ukrainian version was assessed by checking its factor structure using confirmatory factor analysis. The result of the adaptation is a reliable and valid tool that allows investigating the dyadic coping of marriage partners for whom Ukrainian is their native language.

The third section analyzes the results of empirical testing of the theoretical model of marriage partners' coping among the factors of their subjective well-being. The main stage of the study covered 612 people, 306 heterosexual couples in a marital union, the age of marriage partners varies from 19 to 76 years old with the length of marriage ranging from 1 to 43 years. Characterization of the study group was carried out, in which the intra-family interaction between the partners in the couple and their subjective well-being, the whole range of coping of the marriage partners and its relationship with the subjective well-being of each of the marriage partners were analyzed in detail.

Using the cluster analysis method, the sample was divided into three subgroups with different levels of subjective well-being of the respondents. Conditions were created for the initial quasi-experimental verification of quantitative differences between the indicators of marital coping chosen for the empirical study and the types of interaction in conflicts within the couple. Pairwise comparison of indicators of «opposite» clusters (groups with high and low levels of SWB of marriage partners), which differed significantly in quantitative indicators of all variables, revealed the following statistically significant differences and patterns:

✓ in the group of respondents with the highest indicators of cognitive assessment of their own life, in particular family life, emotional comfort and eudaimonic component of subjective well-being, the predominant coping is dyadic (marital), individual coping of reactive level (coping strategies) «Planful problem-solving», «Seeking social support», «Positive reappraisal», individual coping of proactive level, at the same time, coping-strategies «Accepting responsibility», «Self-controlling», «Distancing», «Confrontive coping» are expressed moderately, and coping-strategy «Escape-avoidance» is poorly expressed, and the highest indicators of poorly expressed types of conflict resolution («Collaborating», «Accommodating») were recorded;

✓ the predominant coping strategy of respondents of the group with a low level of subjective well-being is «Accepting responsibility», «Self-controlling», «Distancing», «Confrontive coping» (in women of the group), moderately expressed

coping of the proactive level, individual coping of the reactive level «Planful problem-solving», «Seeking social support», «Positive reappraisal», «Self-controlling», «Distancing», «Confrontive coping» (in men of the group) and poorly expressed dyadic coping. Also, the highest indicators of types of conflict resolution were established, focused on defending one's own interests («Competition») and avoidance of confrontations.

Pairwise comparison of the «opposite» clusters with the «intermediate» (second) cluster in general revealed a similar trend (at a lower level of significance of differences).

Based on the results of *factor analysis*, it was established that the most significant factor of subjective well-being of an individual in marriage for both (with high and low level of subjective well-being of respondents) studied groups is dyadic coping of spouses. However, a significant difference is that in the group of persons with a high level of subjective well-being, here is a balance of «taking-giving» of problem-focused and emotionally-focused support and/or help when facing stress, while respondents with a low level subjective well-being consider dyadic coping only as support for themselves. Such an imbalance of spousal coping illustrates the consumerist attitude towards the partner's resources in the couple, indicates the lack of fairness and asymmetry of dyadic coping of marriage partners of this group, and confirms the hypothesis of its negative impact on the subjective well-being of an individual in the couple.

It is summarized that in the group of individuals with a high level of subjective well-being, the scales of proactive coping are closely interrelated with individual coping strategy aimed at planning problem solving, and in the group with a low level of subjective well-being, the scales of proactive coping are interrelated only with each other. This confirms the validity of the hypothesis about its effectiveness in problem-solving focused coping. Also, the results of factor and correlation analysis allowed us to confirm the hypothesis about close connections and positive influence of a wide range of coping of an individual in marriage on their subjective well-being.

In order to find out the possible imbalance between the subjective well-being of partners in a couple, the marriage partners were structured into several groups based on preliminary clustering and similarity of their integral index of subjective psychological well-being, resulting in six different groups (5 groups with similar subjective well-being in both marriage partners and one group with opposite values). In order to find out the degree of influence of each spouse coping variable on the subjective well-being of the marriage partners, multiple linear regression analysis was performed, as was comparative analysis of regression models of opposite groups (low, high and opposite SWB values of both partners); their patterns were also revealed. In the group with *high subjective well-being of both marriage partners*, the significant factors were as follows: «Stress communication (by Self)» ($\beta = 0.4677$, $p < 0.000$), «Proactive coping» ($\beta = 0.4207$, $p < 0.000$), «Instrumental support» ($\beta = - 0.3694$, $p < 0.000$), «Negative dyadic coping (by Self)» ($\beta = - 0.2594$, $p < 0.0018$), «Stress-communication (by Partner)» ($\beta = 0.1918$, $p < 0.0242$), «Self-controlling» ($\beta = - 0.1671$, $p < 0.0250$). The presence of dialog in the couple, the ability to report their own stress load and to hear the partner's stress messages, the absence of negative dyadic coping (hostile words/actions towards the partner), the existence of space for the manifestation of emotions in stress-communication and goal-setting regarding future events, focused on reliable information, coordination of partners' actions and attempts to solve problems allow each of the marriage partners to maintain subjective well-being at a high level.

In the group of studied marriage partners with *low SWB in both partners*, 8 significant factors were identified: «Proactive coping» ($\beta = 0.3427$, at $p < 0.0018$), «Emotional support» ($\beta = 0.2627$, $p < 0.0076$), «Strategic coping» ($\beta = 0.2578$, $p < 0.0038$), «Negative dyadic coping (by Partner)» ($\beta = 0.2604$, $p < 0.0357$), «Accepting responsibility» ($\beta = - 0.2543$, $p < 0.0075$), «Positive supportive dyadic coping (by Self)» ($\beta = 0.2409$, $p < 0.0298$), «Seeking social support» ($\beta = - 0.2307$, $p < 0.0185$), «Planful problem-solving» ($\beta = 0.2081$, $p < 0.0207$). Thus, this group is characterized by a lack of seeking social support, a subjectively high assessment of one's own coping efforts to support the partner, and an assessment of the partner's actions under stress as

negative/hostile. This testifies to the lack of good stress communication and the impossibility of obtaining support in the family and activating the spouse's coping, therefore, a low level of personal functioning and satisfaction with life and its aspects.

In the group of subjects with *opposite SWB in marriage partners*, 9 significant factors were identified: «Positive reappraisal» ($\beta = 0.6378$, $p < 0.0000$), «Instrumental support» ($\beta = 0.5521$, $p < 0.003$), «Escape-avoidance» ($\beta = -0.5329$, $p < 0.0000$), «Self-controlling» ($\beta = -0.5233$, $p < 0.0002$), «Reflexive coping» ($\beta = -0.3734$, $p < 0.0013$), «Negative dyadic coping (by Partner)» ($\beta = 0.3660$, $p < 0.0039$), «Partner's supportive dyadic coping ()» ($\beta = -0.3197$, $p < 0.0435$), «Positive supportive dyadic coping (by Self)» ($\beta = 0.2906$, $p < 0.0144$), «Confrontive coping» ($\beta = 0.2520$, $p < 0.0449$). The highlighted factors indicate the incongruence of perception of partners' coping efforts towards each other and the absence of dialog in the couple in stressful situations. This creates a marked asymmetry in family interaction and functionality, as well as subjective well-being of marriage partners. Such destructive interactions eventually lead to autonomization of each spouse, pathologization of relationships, therefore, low level of SWB in one of the partners necessarily disrupts the homeostasis of the family system, hence, there are risks of its destruction or disruption of the functioning of its subsystems.

Based on a thorough analysis of empirical data, a model was created of the dynamics in the marital subsystem under the influence of stress and its elimination activating the spouse's coping and/or the individual defense system.

Therefore, summarizing the results of the empirical study, the factors of subjective well-being of the marriage partners include fair positive *dyadic coping* of the couple, as well as individual coping of each spouse, primarily *proactive level* and *reactive level* of coping-strategies focused on planning and problem solving («*Planful problem-solving*» coping strategy), rethinking the experience of stressful event in a broader positive context («*Positive reappraisal*» coping strategy), at the same time, focused on non-avoidance of stressful situations (the negative meaning of the «*Escape-avoidance*» coping strategy) or, on the contrary, exaggerating the importance of one's participation in the occurrence of a stressful event (negative meaning of the «*Accepting*

responsibility» coping strategy), as well as seeking emotional support in stressful situations (*emotion-focused coping*). The obtained empirical results served as a basis for building a coping model as a factor of subjective well-being of marriage partners.

Based on the obtained theoretical and empirical results, recommendations were developed for psychological, psychosocial and psychotherapeutic work with couples in order to effectively adapt, preserve and restore the well-being of marriage partners after a stressful event, and the area of psychoeducational development on the outlined topic was outlined.

In view of the new challenges facing Ukrainian families as a result of the full-scale invasion of Ukraine, *the results of our study can be used as a basis for the development* of psychoeducational programs for effective stress management in families that, as a result of the war, experienced acute and prolonged stress, were separated and need help in readaptation and restoration of their individual and family well-being. Thus, a *promising area of research* is the creation of psychoeducational and training programs for spouses to teach them the full range of marriage partners' coping strategies, the study of the already existing coping strategies of spouses and determination of its effectiveness for the protection of all members of the family system, the possibilities of their own development and psychoemotional comfort, being part of the family system, as well as *empirical study* of the program implementation in order to improve and correct it.

Keywords: stress, anxiety, psychological protection, coping strategies, adaptation, subjective well-being, psychological well-being, marriage partners' coping, interpersonal relations, interpersonal communication in marriage, values, resources, personal resource, support, psychotherapy.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ АВТОРОМ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1) Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

Статті у наукових фахових виданнях України

1. Абрамюк О., Липецька А. Концептуальна структура феномену суб'єктивне благополуччя та особливості його вимірювання. Психологія: реальність і перспективи: збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету. 2018. Вип. 11. С. 10-17

2. Абрамюк О. Сучасний стан досліджень проблематики копінгу шлюбних партнерів. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. Львів: ЛьвДУВС, 2018. Вип. 2. С. 3–11.

3. Абрамюк О. Роль проактивного копінгу шлюбних партнерів у структурі копінгу подружжя. Теорія і практика сучасної психології: зб. наук. пр. Класичного приватного університету. 2019. Вип.3. С. 5-11.

4. Абрамюк О.О., Дідковська Л.І. Умови формування та фактори суб'єктивного благополуччя особистості в шлюбі. Науковий журнал з соціології та психології «Habitus». №13, 2020. С.98-104.

5. Abramiuk O. Empirical research into the coping of marriage partners with different levels of subjective well-being. Науковий журнал з соціології та психології «Habitus». №14, 2020. С.92-100.

Публікації у зарубіжних наукових виданнях

6. Абрамюк О. Копінг шлюбних партнерів як чинник суб'єктивного благополуччя особистості в шлюбі: емпіричний вимір. Knowledge, Education, Law, Management. 2020. № 3 (31) vol. 2. P.67-74.

7. Абрамюк О. Психометричні властивості та валідизація української версії Опитувальника діадного копінгу (DCI) Г. Боденманна. Knowledge, Education, Law, Management. 2021. № 8 (44) vol. 1. P. 102-110.

2) Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації:

8. Дідковська Л. І., Абрамюк О. О. Особливості копінг-стратегій шлюбних партнерів на різних етапах життєвого циклу сім'ї та їх вплив на сімейне благополуччя. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2018. Вип.3 С. 89-102. *(Особистий внесок здобувачки полягає в аналізі теоретичних концепцій копінгу в сім'ї, проведення емпіричного дослідження особливостей копінгу шлюбних партнерів, аналізі емпіричних результатів та обґрунтуванні висновків, підготовці статті до друку)*

9. Абрамюк О. О. Концептуальна структура феномену суб'єктивне благополуччя як основа для його вимірювання. Тези науково-практичної конференції «Актуальні проблеми психології та педагогіки» (м. Харків, 9-10 листопада 2018р.). Харків: Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2018. С. 77-79.

10. Абрамюк О. О. Особливості індивідуального копінгу шлюбних партнерів в структурі копінгу подружжя. Тези міжнародної науково-практичної конференції «Дослідження різних напрямків психології та педагогіки» (м. Одеса, 14-15 червня 2019р.). Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2019. С.7-9.

11. Абрамюк О. О. Особливості копінг-стратегій шлюбних партнерів на різних етапах життєвого циклу сім'ї. Тези міжнародної науково-практичної конференції «Вплив досягнень психологічних і педагогічних наук на розвиток сучасного суспільства». (м. Харків, 8-9 березня 2019р.). Харків: Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2019. С. 83-87.

12. Абрамюк О. О. Копінг шлюбних партнерів як чинник життєстійкості сімейної системи. Тези звітної наукової конференції філософського факультету. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2019. С. 226-229.

13. Абрамюк О. О. Кризові тенденції інституту сім'ї в сучасному суспільстві: занепад чи трансформація? Тези міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні питання застосування на практиці досягнень сучасної педагогіки і психології» (м. Харків, 8-9 травня 2020 р.). Харків: Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2020. С. 121-124.

14. Абрамюк О. О. Копінг шлюбних партнерів в структурі їх суб'єктивного благополуччя. Тези міжнародної науко-практичної конференції «Дослідження різних напрямків розвитку психології та педагогіки». (м. Одеса, 19-20 червня 2020р.). Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2020. Ч.1. С.6-10.