

believe that personal effectiveness of the pupils – is the ability to make decisions for their own purposes, which agreed upon their inner desires, based on of adequate knowledge and assessment of their own capabilities.

Self-esteem of junior pupils is analyzed according to the degree of awareness, of the level (high, medium, low) in correlation with real success (adequate, inadequate), of structural features (conflict and non-conflict). The main attention is paid to the possible impact of these indicators of self-esteem on mental health of young pupils, on the formation of a harmonious personality.

It traces the influence of self-esteem on aspiration level of junior pupils. There were considered the ways of formation of an adequate level of aspiration, taking into account personality of the pupils and the nature of frustration, the real possibilities of the teacher and others. Consideration of the aspiration level of personality not only by their actions, but by their content, in the context of their connection to goals and objectives of the collective of the school class helps to understand better the motivation of the child's behavior and to fulfill directed actions that form the best personal qualities. The article suggested specific recommendations for improving of personal effectiveness of pupils.

Keywords: *harmonious personality, consciousness, self-appraisal, level of solicitations, conflict, mental health.*

Отримано: 26.08.2014 р.

УДК 159.923

Ткачук Т.А.

КОПІНГ ЯК СПОСІБ ПОДОЛАННЯ СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЙ У СІМ'Ї

Ткачук Т.А. Копінг як спосіб подолання стресових ситуацій у сім'ї. У статті аналізується спільний сімейний копінг не лише як спосіб подолання кризових ситуацій у сім'ї, але й як найважливіший ресурс, завдяки якому сім'я залишається життєздатною і здоровою, характеризується кращим психологічним і фізичним самопочуттям подружжя, високою задоволеністю життям, кращою соціальною адаптацією та стабільністю сімейних стосунків.

Визначено, що успішність сімейного копінгу багато у чому визначають сімейні ресурси – спроможність і можливості сім'ї протистояти стресовим впливам, у ролі яких можуть виступати особистісні особливості членів сім'ї, внутрішнє життя сім'ї (взаєморозуміння, згода, сімейні традиції і свята, почуття близькості і відданості), підтримуюча система соціальних зв'язків, а також спроможність членів сім'ї погоджувати свої зусилля у процесі копінгу.

Ключові слова: *копінг, сімейний копінг, сімейні ресурси, емпатичний копінг, спільний діадний копінг, підтримуючий діадний копінг.*

Ткачук Т.А. Копинг-поведение как средство совладания из стрессовыми ситуациями в семье. В статье анализируется семейный копинг не только как способ преодоления кризисных ситуаций в семье, но и как

важнейший ресурс, благодаря которому семья остается жизнеспособной и здоровой, характеризуется лучшим психологическим и физическим самочувствием супругов, высокой удовлетворенностью жизнью, лучшей социальной адаптацией и стабильностью семейных отношений.

Определено, что успешность семейного копинга во многом определяют семейные ресурсы – способности и возможности семьи противостоять стрессовым воздействиям, в роли которых могут выступать личностные особенности членов семьи, внутренняя жизнь семьи (взаимопонимание, согласие, семейные традиции и праздники, ощущение близости и преданности), поддерживающая система социальных связей, а также способность членов семьи согласовывать свои усилия в процессе копинга.

Ключевые слова: *копинг, семейный копинг, семейные ресурсы, эмфатический копинг, совместный диадный копинг, поддерживающий диадный копинг.*

Актуальність дослідження. Зростаючий інтерес фахівців різних наукових галузей у кінці ХХ-го на початку ХХІ-го століття до проблеми сім'ї, пояснюється тим, що в епоху кризових суспільних явищ та великої нестабільності українського суспільства саме сім'ї відводять стабілізуючу роль. Сім'я як безперервно діючий протягом тисячоліть соціальний інститут, який характеризується великою інертністю у багатьох аспектах, виявилася найбільш стійкою до соціальних змін та експериментів. Втім, сім'я надзвичайно чутливо реагує на соціально-економічні та політичні процеси шляхом змін в системі внутрішньо сімейних відносин. Збільшення кількості проблемних сімей під час перехідних, кризових періодів суспільного розвитку переконливо ілюструє цю залежність. У зв'язку з цим надзвичайно актуальними та маловивченими є проблеми взаємовідносин у сім'ї та опанування нею важких життєвих ситуацій, оскільки гарно відомо, що сім'я може бути як джерелом стресу, так і соціальної підтримки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Однією з перших робіт у цій галузі, яка зберігає своє наукове значення до нині є монографія Р. Гілл, в якій автор описав модель сімейної кризи у період тривалої відсутності батька і концепцію сімейного стресу. Згідно з АВСХ-модель Р. Гілл, сімейні кризи (Х) залежать від наступних чинників: стресора (А), сімейних ресурсів (В), суб'єктивної інтерпретації стресора у сім'ї (С) [Hill, 1946]. У моделі стресу, запропонованій Р. Лазарусом, факторам С і В попередньої концепції відповідають первинна оцінка стресора і вторинна оцінка власних ресурсів [Lazarus, 1966]. Пізніше В. Бур Н. Маккуббін, Дж. Паттерсон (Burt W., McCubbin H. і Patterson J.) диференціювали уявлення Р. Гілл і зосередили увагу на додаткових стресорах, які виникають як наслідки дисфункціональ-

ного копінгу з приводу первинних стресорів [McCubin, Patterson, 1983].

Метою даної статті є аналіз способів подолання стресових ситуацій у сім'ї засобами копінг-поведінки.

Виклад основного матеріалу. Сімейний стрес визначається більшістю дослідників як макроподія (тобто критична подія життя), яка порушує гомеостаз сім'ї. Такі події вимагають тривалих зусиль щодо пристосування і включають адаптацію вторинного порядку на рівні сімейної структури. Лише невелика частина вчених ставиться до сімейного стресу як до мікроподії, яка потребує адаптації первинного порядку. Під первинними адаптаційними процесами розуміються ті копінгові реакції, які спрямовані на збереження системи, під вторинними – копінгові реакції, які змінюють систему.

Аналізуючи сімейні процеси, сімейний стрес краще розглядати як послідовність щоденних стресових подій, а не як критичної життєвої події. Пов'язано це з тим, що останнє як макроподія не може слугувати основою для точного психологічного аналізу, тому що дозволяє проводити лише грубу, недиференційовану оцінку пов'язаних з ним явищ. Розлучення, наприклад, – це макроподія з наступним рядом фруструючих мікроподій, які людина змушена опановувати у щоденному житті. Мікроподіями є, наприклад, розчарування, викликане дзвінком колишнього чоловіка, або почуття самотності за сніданком, або потреба у допомозі при догляді за дитиною або безсонні ночі, проведені у роздумах про колишнього чоловіка. Кожен такий мікроепізод може являти собою аналітичну одиницю. Виокремлення конкретних мікроподій та уявлення про копінг такого роду стресорів допомагають точніше зрозуміти причини розвитку наступних проблем [Перре, 1997].

Саме через це для більш адекватного аналізу сімейних впливів і реакцій, які вони викликають запропонована концепція, згідно з якою у стресі, який переживається у сім'ї, виокремлюються, з одного боку, різні порушення душевної рівноваги: одного члена родини, двох (діада), трьох (тріада) або всієї сім'ї (залежно від її складу). З іншого – враховується наступна реакція одного члена родини, сімейної підсистеми (діада, тріада) або ж всієї сім'ї на проблему, яка виникла в окремого члена сім'ї, сімейної підсистеми або у сім'ї в цілому. Під підсистемою варто розуміти, наприклад, батьків, матір і дитину, трьох дітей і т.д. [Перре, 1997].

Поняття "сімейний копінг" використовується тоді, коли копінгові реакції більш ніж одного члена сім'ї (у деяких випадках – всіх) є відповідями на порушення душевної рівноваги одного або декількох членів сім'ї.

Існує багато варіантів співвідношень стресових порушень гомеостазу з копінгом. Сімейний стрес може варіюватися від індивідуального (без зіставлення з іншими членами сім'ї) до сімейного, який стосується двох-трьох членів сім'ї (діадний або тріадний), або стресу, який переживається всіма членами родини.

Зміни і трансформації у сімейній системі, обумовлені сімейною циклічністю, обов'язково ведуть за собою ряд труднощів, які вимагають не лише пристосування та адаптації, але і копінгу членів сім'ї [Семья: стресс..., 2003].

Н. Маккубін, Р. Босс, К. Вілсон визначили структуру психологічного подолання кризових, стресових ситуацій у сім'ї:

- 1) поява змін для сім'ї, які вимагають адаптації;
- 2) соціальні та психологічні чинники, які використовуються сім'єю в управлінні стресовою ситуацією;
- 3) сімейні ресурси, які сім'я використовує в управлінні стресовою ситуацією;
- 4) результат копінг-зусиль сім'ї [McCubbin, Thompson, 1985].

Чисельні психологічні дослідження показують, що всі сім'ї по-різному протистоять сімейним проблемам і труднощам. Для одних наслідком труднощів буває наростання сімейних проблем, погіршення взаємостосунків між членами сім'ї, інші ж під впливом стресу мобілізують та примножують загальні зусилля для його подолання.

Відповідно до цих даних Н. Маккубін і В. Томпсон виокремлюють основні характеристики двох типів сімей на основі їх реагування на нормативні труднощі, які виникають:

1) вразливі сім'ї (при зіткненні з труднощами члени сім'ї не підтримують, не підбадьорюють один одного, не бажають йти на компроміси. Вони не вміють розподіляти відповідальність і обов'язки у сім'ї, ніколи не залучають всіх членів родини у процес прийняття важливих рішень);

2) регенеративні сім'ї (resilient) (при зіткненні з труднощами члени сім'ї підбадьорюють, підтримують, мотивують один одного у розв'язанні проблем. Вони відкрито проявляють любов і турботу один про одного, вміють формувати сімейні правила і цінності. Сім'я здатна контролювати важкі ситуації, пробувати нові способи їх розв'язання). Така перевага "здорових" (регенеративних) сімей у процесі подолання важких життєвих ситуацій пов'язана з наявністю у них спроможності діяти у ситуації стресу як єдине ціле, як комплексна система, єдиний біологічний і психологічний організм. Сімейні стратегії не є поодинокими діями, а включають організацію різних дій членів родини, залучають багато сфер сімейної життєдіяльності, здійснюють вплив на протікання

багатьох внутрішньосімейних процесів і явищ, при цьому знаходячи і мобілізуючи сімейні ресурси [McCubbin, Thompson, 1985].

Сімейні ресурси – спроможності і можливості сім'ї протистояти стресовим впливам, цінні соціальні, економічні, психологічні, емоційні і фізичні якості, які члени сім'ї можуть використовувати у процесі подолання стресу.

Н. Маккуббін виокремив 3 види сімейних ресурсів, які характеризують сімейну адаптацію до труднощів.

- Персональні (особистісні) ресурси членів сім'ї. Визначаються індивідуальними характеристиками членів сім'ї, які складаються з чотирьох компонентів:

- 1) фінанси,
- 2) освітній рівень,
- 3) здоров'я,
- 4) психологічні ресурси – самоповага, самоефективність.

- Внутрішньосімейні ресурси, які включають сімейну згуртованість і сімейну інтеграцію. Сім'ї, які функціонують під час змін як єдине ціле, найбільш успішні в адаптації до життєвих труднощів.

- Позасімейні ресурси – соціальна підтримка, яка забезпечує емоційну підтримку, повагу, взаємність (залученість). Соціальна підтримка слугує "буфером" перед несприятливими впливами і сприяє оптимальній реабілітації сім'ї після стресу [McCubbin, Thompson, 1985].

Дж. Фетш і Н. Маккуббін виокремили 14 чинників, які допомагають сім'ї краще впоратися з важкими ситуаціями, зменшувати стресову напругу від змін і новоутворень у сімейній системі і збільшують сімейні сили: 1) згода (збалансовані стосунки між членами сім'ї); 2) сімейні свята та традиції; 3) спілкування (обмін емоціями, думками, почуттями один з одним) 4) фінансовий менеджмент (міцні навички витрат грошей і вміння підтримувати задовільний економічний статус сім'ї); 5) *hardiness* – базова сила сім'ї, відданість членів сім'ї один одному, впевненість у тому, що сім'я виживає, збережеться, незважаючи ні на які труднощі; 6) здоров'я (фізичне і психічне благополуччя членів сім'ї); 7) особистість (прийняття рис характеру і особливостей особистості партнера, його поведінки, поглядів); 8) духовність; 9) довіра; 10) рівність; 11) надія – оптимізм; 12) підтримуюча система соціальних зв'язків (позитивні аспекти взаємостосунків з родичами і друзями); 13) сімейний розпорядок (традиція харчуватися разом, займатися будь-якими справами); 14) сімейні традиції (важливі сімейні дати, особливості проведення відпустки і будь-який інший досвід, який передається у сім'ї через покоління) [Fetsch, 2000].

Важливо відмітити ще і такі ресурси успішного подолання нормативних труднощів у сім'ї, як її соціальні характеристики. Повні за складом сім'ї з достатнім рівнем доходів, пристойною роботою у членів сім'ї, необхідним рівнем освіти її членів, вирішеним житловим та майновим питанням, адекватною соціально-психологічною адаптацією у суспільстві спроможні більш адекватно, проблемно-орієнтовано, погдженно, менш хворобливо долати виникаючі на шляху сімейного розвитку труднощі.

Дослідження засвідчили, що сімейні ресурси формуються лише у процесі спільного життя сім'ї. У молодих сімей вони відсутні або слабосформовані, у цьому випадку сімейними ресурсами виступають індивідуальні ресурси кожного з подружжя. Зі збільшенням стажу шлюбу відбувається формування сімейних ресурсів, притаманних сім'ї як системі. Крім того, відбувається якісна зміна залежностей між індивідуальними і сімейними ресурсами, яка виражається у тому, що останні підкріплюються іншими індивідуальними ресурсами у порівнянні з молодим подружжям.

Виявилося, що молодим подружнім парам без дітей притаманні такі цінності, які допомагають впоратися з важкою ситуацією, а саме сімейні традиції і свята, час спільної діяльності, сімейна історія, спілкування, особистісна сумісність. У сім'ях з дітьми-підлітками важливим є наявність підтримки соціального оточення, обширна підтримуюча система соціальних зв'язків. На стадії "пусте гніздо" важливу вирішальну роль відіграє фактор фізичного здоров'я.

Перераховані фактори і характеристики зменшують вразливість сім'ї перед стресами, підвищують її спроможність протистояти труднощам як єдине ціле, а також відновлювати стабільність після необхідних змін у структурі сім'ї і моделях взаємодії.

Варто зауважити, що сім'я – це комплексна система, єдине ціле, єдиний психологічний і біологічний механізм функціонування. Спостереження за сімейним копінгом показують, що сімейні стратегії не є поодинокими діями, а включають одночасно організацію різних дій членів сім'ї, залучають багато сфер сімейного життя, зміцнюють внутрішньосімейну єдність і згуртованість [McCubin, Patterson, 1983].

Враховуючи таку трактовку сімейного копінгу, важливо зазначити, що у сучасній психологічній науці копінг-поведінка сім'ї як система вивчена дуже мало, найчастіше діагностуються стратегії подолання стресу окремих її членів.

У закордонній психологічній літературі наявне вивчення сімейного копінгу з точки зору діадних стосунків у подружній парі.

Так, С. Койн і Т. Сміт запропонували новий термін у концепції сімейного стрес-подолання – "центрований на стосунках копінг", який, на їх думку, охоплює дві стратегії: активну підтримку і протекцію захисту. При використанні стратегії активної підтримки автори говорять про такі дії одного з подружжя, які спрямовані на те, щоб стимулювати партнера на обговорення проблеми, з'ясування його почуттів і знаходження спільного конструктивного розв'язання складної ситуації. Засобом стратегії протекції захисту чоловік чи дружина емоційно "розвантажує" іншого, наприклад, тим, що не обговорює тему, з приводу якої стурбований, проявляє турботу, пригнічує негативні почуття і поступається партнеру, щоб уникнути непорозумінь [Coyne, Smith, 1987].

А. Делонгіс і О'Брейн говорять про "емфатичний копінг" у процесі сімейного подолання труднощів, розуміючи при цьому "спроможність і спробу зрозуміти у стресовій ситуації афективний світ чоловіка або дружини і це афективне розуміння розділити". Як форму вираження емфатичного копінгу, вони називають демонстрацію симпатії, доброзичливості, розуміючий вираз обличчя і теплу інтонацію [DeLongis, O'Brein, 1996].

Дж. Боденманн запропонував свою концепцію діадного стресу і копінгу у подружжі, у рамках якої стрес і копінг у сім'ї розуміється як системна подія. При цьому діадний стрес визначається ним як вимога до чоловіка або жінки або до подружжя в цілому, які вносять дестабілізацію у загальну систему. Діадний копінг розуміється як спільна форма подолання життєвих навантажень [Bodenmann, 1998].

Н. Білорукова переглянула вищезгадану концепцію і запропонувала під діадним копінгом розуміти такий стиль подолання важких ситуацій, коли відбувається активне співробітництво і погодження копінг-стратегій у подружній парі, у процесі якого:

- враховуються сигнали про виникнення важкої ситуації від одного з подружжя і реакція іншого члена подружжя у відповідь на ці прояви;

- на основі зворотного зв'язку оцінюються важливість і можливі наслідки даної ситуації для сім'ї, можливості подружжя щодо її подолання;

- відбувається узгоджений вибір стратегій подолання з важкою ситуацією у подружжя, які переважно націлені на один результат, поєднуються у загальному процесі подолання труднощів [Білорукова, 2005].

Причому такий діадний копінг у подружній парі автори поділяють на два види діадного подолання.

По-перше, спільний діадний копінг, який характеризується погодженим вибором подружжям подібних, узгоджених, найбільш на-

ближених способів копінгу (конгруентність копінг-стратегій). Тобто у даному випадку при розв'язанні важких ситуацій подружжя використовує переважно однаковий стиль і схожі стратегії подолання труднощів (наприклад, чоловік і жінка разом планують шляхи розв'язання проблеми і потім спрямовують проблемно-орієнтовані зусилля на успішне її розв'язання), що дозволяє найбільш швидко і продуктивно досягти бажаного копінг-результату.

По-друге, підтримуючий діадний копінг характеризується розподілом зусиль щодо розв'язання важкої ситуації, пов'язаної з одним із членів родини. У цьому випадку один з подружжя виокремлює для себе у важкій ситуації завдання і сфери психологічного подолання іншого члена, які він готовий взяти на себе. При цьому головним фактором є спроможність і готовність одного члена сім'ї взяти на себе ту функцію і роль у загальному копінгу, яка найкращим чином доповнювала б копінг-зусилля іншого члена (наприклад, за умови більшого використання дружиною пошуку допомоги і підтримки у соціального оточення, стратегічного планування розв'язання проблеми, чоловік бере на себе більш активну роль в подоланні стресу, демонструючи більший самоконтроль і ефективне розв'язання проблеми), що гарантує розв'язання важкої ситуації у сім'ї навіть у тому випадку, коли в одного з членів подружжя можливостей для ефективного, активного копінгу недостатньо [Белорукова, 2005].

Наявність та використання діадного копінгу подружжям має позитивне значення не лише для успішного та ефективного психологічного подолання важких ситуацій, але і позитивно впливає на якість подружніх стосунків..

Висновки. Отже, необхідно підкреслити, що спільний сімейний копінг виступає не лише як спосіб, необхідна умова подолання важких, стресових ситуацій у сім'ї, але і як найважливіший ресурс, завдяки якому сім'я залишається життєздатною і здоровою, характеризується кращим психологічним і фізичним самопочуттям подружжя, високою задоволеністю життям і сімейними стосунками, кращою соціальною адаптацією і стабільністю стосунків.

Успішність сімейного копінгу багато у чому визначають сімейні ресурси – спроможність і можливості сім'ї протистояти стресовим впливам, у ролі яких можуть виступати особистісні особливості членів сім'ї, внутрішня обстановка життя сім'ї (взаєморозуміння, згода, сімейні традиції і свята, відчуття близькості і відданості), підтримуюча система соціальних зв'язків, а також спроможність членів сім'ї погоджувати свої зусилля у процесі копінгу.

Список використаних джерел

1. Белорукова, 2005 – Белорукова Н.О. Семейные трудности и совладающее поведение на разных этапах жизненного цикла семи : дисс. ...канд. психол. наук. / Н.О. Белорукова. – Кострома, 2005.
2. Перре, 1997 – Перре М. Новый поход к анализу семейных процессов в стрессогенных условиях / М. Перре, В.А. Абабков // Социальная и клиническая психиатрия. – 1997. – № 2. – С. 5-12.
3. Семья: стресс, копинг.... – Семья: стресс, копинг, адаптация: проблемы психологи совладающего поведения в семейном контексте / [отв. ред. Т. Крюкова, В. Сапоровская]. – Кострома : Изд-во КГУ им. Н. Некрасова, 2003.
4. Hill, 1946 – Hill, R. Families under stress. New York: Harper and Row, 1946.
5. Lazarus, 1966 – Lazarus, R.S. Psychological stress and the coping process. N.Y.: McGraw-Hill, 1966.
6. McCubbin, Thompson, 1985 – McCubbin, H.I., Thompson, W. Family assessment inventories for research and practice / Madison. University of Wisconsin-Madison, 1985
7. Fetsch, 2000 -W. Fetsch, J.R. Transitions and Changes: Who Copes Well? // Colorado State University, 2000.
8. McCubbin, Patterson, 1983 – McCubbin, H.I., Patterson, H.I. The Family Stress Process: The Double ABCX Model of Adjustment and adaption // Marriage and Family Review. – 1983. – №3. – P. 7-37.
9. Coyne, Smith, 1987 – Coyne, S., Smith, P. The Development of defense mechanism // Journal of Personality. – 1987. – 55. – P. 597-614.
10. DeLongis, O'Brein, 1996 – DeLongis A., D.O'Brein. Adaptive and maladaptive coping // Handbook of coping: theory, research, applications. – 1996. – P. 505-531.

Spisok vikoristanix dzherel

1. Belorukova, 2005 – Belorukova N.O. Semeinnye trudnosti y sovladaiushchee povedeniye na raznykh etapakh zhyznennoho tsykla semy : dys...kand.psykhol.nauk / N.O. Belorukova.- Kostroma, 2005.
2. Perre, 1997 – Perre, M. Novyi pokhod k analyzu semeinykh protsessov v stressohennykh uslovyiakh / M. Perre, V.A. Ababkov // Sotsyalnaia y klinycheskaia psykhyatryia. – 1997. – № 2. – S. 5-12.
3. Semia: stress, kopynh.... – Semia: stress, kopynh, adaptatsyia: problemy psykholohy sovladaiushcheho povedeniya v semeinom kontekste / [otv. red. T. Kriukova, V.Sapovovskaia]. – Kostroma : Yzd-vo KHU ym.N.Nekrasova, 2003.

4. Hill, 1946 – Hill, R. Families under stress. – New York : Harper and Row, 1946.
5. Layarus, 1966 – Lazarus, R.S. Psychological stress and the coping process. -N.Y. : McGraw-Hill, 1966.
6. McCubbin, Thompson, 1985 – McCubbin, H.I., Thompson, W. Family assessment inventories for research and praktict / Madison. University of Wiscinsin-Madison, 1985.
7. Fetsch, 2000 – Fetsch, J.R. Transitions and Changes: Who Copes Well? //Colorado State University, 2000.
8. McCubin, Patterson, 1983 – McCubin, H.I., Patterson, H.I. The Family Stress Process: The Double ABCX Model of Adjustment and adaption // Marriage and Family Review. – 1983. – №3. – P. 7-37.
9. Coyne, Smith, 1987 – Coyne, S., Smith, P. The Development of defense mechanism // Journal of Personality. – 1987. – 55. – P. 597-614.
10. DeLongis, O'Brein, 1996 – DeLongis A., D.O'Brein. Adaptive and maladaptive coping // Handbook of coping: theory, research, applications. – 1996. – P. 505-531.

Tkachuk T.A. Coping as a means of coping stressors in the family.
Coping as a way to overcome of the stress situations in the family s.

Annotation. In the article highlights the relevance research of the family as a social group, that it is extremely sensitive react to the social – economic and political processes by means changes in the internal family relations. Increase the number of troubled families during transition crisis periods of social of public development crossing illustrates this dependent.

The performed analyses of the mutual family coping not only as a way overcoming the crisis of crisis situations in the family, but as an important resource, characterized by better the psychological and physical feel of the married of high satisfaction life better social adaptation and the stability family relationships.

Determined that the success of a family coping in many ways determine family resources – ability and opportunities the family to resist stressful influences in the role which can serve personal characteristics members of family, the inner life of the family (understanding, agreement, family traditions and holidays a sense of closeness and devotion), supporting a system of social ties and the ability members of family to agree yours efforts in the process of coping.

Keywords: *coping, family coping, family resources, coping emphatic, common dyadic, coping, supportive dyadic coping.*

Отримано: 6.07.2014 р.