

## ВЗАИМОСВЯЗЬ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И СЕМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СУПРУГОВ

Я. Д. Рябова (МГУ имени А. А. Кулешова)

Науч. рук. Е. Н. Варламова,

ст. преподаватель

Каждая семья представляет собой малую социально-психологическую группу, которая складывается на основе глубоко интимных и доверительных отношений между супружами, родителями и детьми. Очень важно, чтобы в семье преобладал благоприятный микроклимат, а супруги были удовлетворены своим браком, считали свою семью благополучной.

Цель исследования – установить взаимосвязь жизнестойкости и семейного благополучия у супругов.

Для достижения цели исследования были поставлены следующие задачи: 1. Проанализировать теоретические аспекты проблемы взаимосвязи жизнестойкости и семейного благополучия супружеских пар в психологической науке. 2. Исследовать жизнестойкость и семейное благополучие у супружеских пар. 3. Выявить эмпирическим путем взаимосвязь жизнестойкости и семейного благополучия у супружеских пар. 4. Сформировать психологические рекомендации по формированию жизнестойкости у супружеских пар.

В работе были использованы следующие психодиагностические методы: «Тест-опросник жизнестойкости» С. Мадди, «Методика изучения ролевых ожиданий партнеров» А. Н. Волковой; «Опросник удовлетворенности браком» В. В. Столина, Т. Л. Романовой, Г. П. Бутенко.

В результате исследования было выявлено, что благополучной в разной степени свою семью считают 22 респондента (55%), из них 13 мужчин (59%) и 9 женщин (41%). Более низкие результаты были выявлены у женщин, что может свидетельствовать об их повышенных требованиях и ролевых ожиданиях. В исследуемой группе жизнестойкость находится на среднем уровне.

Статистический анализ выявил статистически значимую взаимосвязь между жизнестойкостью и семейным благополучием у супружеских пар. Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что для повышения благополучия в супружеских парах необходимо повышать у них жизнестойкость. Для реализации данной задачи был разработан тренинг, направленный на повышение способности личности выдерживать стрессовые ситуации, сохраняя при этом внутреннюю сбалансированность без снижения успешности деятельности.