

МЕЃУНАРОДЕН ЦЕНТАР ЗА СЛАВЈАНСКА ПРОСВЕТА - СВЕТИ НИКОЛЕ

**«МЕЃУНАРОДЕН ДИЈАЛОГ: ИСТОК - ЗАПАД»**  
(ПСИХОЛОГИЈА И ОБРАЗОВАНИЕ)

**СПИСАНИЕ**  
на научни трудови

**ПЕТНАЕСЕТТА МЕЃУНАРОДНА  
НАУЧНА КОНФЕРЕНЦИЈА  
„МЕЃУНАРОДЕН ДИЈАЛОГ: ИСТОК - ЗАПАД“  
МЕЃУНАРОДЕН СЛАВЈАНСКИ УНИВЕРЗИТЕТ  
СВЕТИ НИКОЛЕ**

*Година XI*

*Број 3*

*Јуни 2025*

- СВЕТИ НИКОЛЕ, Р. СЕВЕРНА МАКЕДОНИЈА -  
- 2025 -

**Издавач:** Меѓународен центар за славјанска просвета - Свети Николе

**За издавачот:** М-р Михаела Ѓорчева, директор

**Наслов:** «МЕЃУНАРОДЕН ДИЈАЛОГ: ИСТОК - ЗАПАД» (ПСИХОЛОГИЈА И ОБРАЗОВАНИЕ)

**Организационен одбор:**

Претседател: Проф. д-р Јордан Ѓорчев  
Заменик претседател: Доц. д-р Татјана Осадчаја  
Член: Доц. д-р Мартин Ѓорѓиев  
Член: Доц. д-р Милена Спасовска

**Уредувачки одбор:**

Проф. д-р Ленче Петреска, Северна Македонија  
Проф. д-р Јордан Ѓорчев, Северна Македонија  
Доц. д-р Милена Спасовска, Северна Македонија  
Проф. д-р Мирослав Крстиќ, Србија  
Проф. д-р Момчило Симоновиќ, Србија  
Проф. д-р Христо Бонџолов, Бугарија  
Проф. д-р Даниела Тасевска, Бугарија  
Проф. д-р Снјежана Кирин, Хрватска  
Доц. д-р Хаџиб Салкич, Босна и Херцеговина  
Доц. д-р Татјана Осадчаја, Русија

**Уредник:** Проф. д-р Јордан Ѓорчев

**Компјутерска обработка и дизајн:** Роберт Мартиновски

**ISSN (принт)** 1857-9299

**ISSN (онлајн)** 1857-9302

**Адреса на комисијата:** Ул. Маршал Тито 77, Свети Николе, Р. Северна Македонија

**Контакт телефон:** +389 (0)32 440 330

**Уредувачкиот одбор им се заблагодарува на сите учесници за соработката!**

**Напомена:**

Уредувачкиот одбор на списанието «МЕЃУНАРОДЕН ДИЈАЛОГ: ИСТОК-ЗАПАД» не одговара за можните повреди на авторските права на научните трудови објавени во списанието. Целосната одговорност за оригиналноста, автентичноста и лектурирањето на научните трудови објавени во списанието е на самите автори на трудовите.

Секој научен труд пред објавувањето во списанието «МЕЃУНАРОДЕН ДИЈАЛОГ: ИСТОК-ЗАПАД» е рецензиран од двајца анонимни рецензенти од соодветната научна област.

**Печати:** Печатница и книжарница „Славјански“, Свети Николе

**Тираж:** 100

МЕЃУНАРОДЕН ДИЈАЛОГ

# **ИСТОК - ЗАПАД**

ПСИХОЛОГИЈА И ОБРАЗОВАНИЕ



## СОДРЖИНА

Ольга Юрьевна Зотова; Елена Златева	
<b>ИСКУССТВЕННИЙ ИНТЕЛЛЕКТ В ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ .....</b>	<b>9</b>
Доц. д-р Јана Белевска	
<b>СОЦИЈАЛНИ МРЕЖИ И САМОПОДДРШКА КАЈ ЖЕНИ СО РЕПРОДУКТИВНИ ПРОБЛЕМИ: ВЛИЈАНИЕТО ВРЗ МЕНТАЛНОТО ЗДРАВЈЕ .....</b>	<b>17</b>
Jana Belevska, Assoc. Doctor of Medical Sciences	
<b>SOCIAL NETWORKS AND SELF-SUPPORT AMONG WOMEN WITH REPRODUCTIVE PROBLEMS: THE IMPACT ON MENTAL HEALTH .....</b>	<b>17</b>
Проф. д-р.Слаѓана Ангелкоска; Проф. д-р. Анита Ристеска	
<b>ДОНЕСУВАЊЕ НА ПРОФЕСИОНАЛНИ ОДЛУКИ ВО ПЕРИОД НА АДОЛЕСЦЕНЦИЈА .....</b>	<b>23</b>
Проф. д-р Ѓорѓина Кимова; М-р Лилјана Лазова	
<b>ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНЦИЈА ВО ОБРАЗОВАНИЕТО .....</b>	<b>31</b>
Елена Златева	
<b>СОВРЕМЕННЫЕ ФОРМЫ ОТНОШЕНИЙ: ПОЛИАМОРИЯ, ОТКРЫТЫЕ ОТНОШЕНИЯ, ДЛИТЕЛЬНЫЕ ДИСТАНЦИОННЫЕ ОТНОШЕНИЯ .....</b>	<b>39</b>
Asst. prof. Milena Spasovska, PhD	
<b>PSYCHODIAGNOSTIC ASSESSMENT OF THE QUALITY OF ROMANTIC RELATIONSHIP .....</b>	<b>47</b>
Насл. доц. д-р Жаклина Трајковска-Анчевска	
<b>ИНТЕГРИРАНИ ТЕОРЕТСКИ ПРИСТАПИ КОН ХОЛИСТИЧКА ГРИЖА ЗА ПАЦИЕНТИТЕ СО КАНЦЕР .....</b>	<b>61</b>
Насл. доц. д-р Жаклина Трајковска-Анчевска	
<b>ВЛИЈАНИЕТО НА ПСИХОЛОШКИТЕ И СОЦИЈАЛНИТЕ ФАКТОРИ КАЈ ЛИЦАТА СО ХРОНИЧНИ ЗАБОЛУВАЊА .....</b>	<b>67</b>
Asst. prof. Milena Spasovska, PhD	
<b>DIVORCE AS A SYSTEMIC TRANSITION: ROLE RECONSTRUCTION IN POST-MARITAL FAMILY REORGANIZATION .....</b>	<b>73</b>



ОБЛАСТ  
**ПСИХОЛОГИЈА И**  
**ОБРАЗОВАНИЕ**



УДК: 004.8:159.922-057.874

**Ольга Юрьевна Зотова**

Доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры социальной психологии факультета социальной психологии Гуманитарного университета Екатеринбург, Россия

**Елена Златева**

Доктор психологических наук, доцент  
Международный славянский университет  
Республика Северная Македония

## ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

**АННОТАЦИЯ:** Искусственный интеллект рассматривается как естественная среда обитания молодых людей, которые выросли в высокотехнологичном мире, постоянно используя его для обучения и развлечений. Развиваясь вместе с технологиями, искусственный интеллект оказывает прямое влияние на то, как молодые люди воспринимают себя, взаимодействуют с миром и ориентируются в сложностях технологий, отношений и самой реальности. В последние годы происходит интеграция искусственного интеллекта в образование. Показано, что чаще всего внедрение искусственного интеллекта в обучение оказывает положительное влияние на академическую успеваемость детей и подростков. Однако, существуют и потенциальные риски использования искусственного интеллекта детьми и подростками – от зависимости при выполнении школьных заданий до вопросов безопасности и этических проблем из-за утечки данных.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** искусственный интеллект, технологии, дети и подростки, образование.

## ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN CHILDREN AND ADOLESCENTS' LIVES

**ABSTRACT:** The concept of artificial intelligence is regarded as being a natural habitat for young people who have been raised in a high-tech world, with these individuals utilizing technology for both learning and entertainment. As technology advances, artificial intelligence exerts a direct influence on how young people perceive themselves, interact with the world, and navigate the complexities of technology, relationships, and reality itself. Recent years have seen a significant integration of artificial intelligence into educational settings. The study demonstrates that the integration of artificial intelligence within education tends to yield favorable outcomes, with a significant proportion of research findings indicating enhanced academic performance in children and adolescents. However, it is important to consider the potential risks associated with the utilization of artificial intelligence by children and teenagers. These risks encompass dependency in academic tasks, security concerns arising from data breaches, and ethical considerations.

**KEY WORDS:** artificial intelligence, technology, children and adolescents, education.

Искусственный интеллект в широком смысле относится к любому поведению, подобному человеческому, демонстрируемому машиной или системой. Искусственный интеллект способен выполнять сложные задачи, обычно выполняемые человеком посредством рассуждений, принятия решений, творчества и т. д. Искусственный интеллект применяется в повседневной жизни людей в различных формах, например:

- » голосовые помощники (например, Apple Siri, Яндекс Алиса, Google Assistant, Xiaoai от Xiaomi, Amazon Alexa и т. д.);
- » роботы (например, робот-аватар Фёдор, робот-гуманоид София и робот-доставщик Яндекса);
- » чат-боты или чат-компаньоны (например, ChatGPT, Microsoft Copilot, Gemini, Jasper Chat, Perplexity.ai и т. д.);
- » видео на основе искусственного интеллекта (например, Pictory, Synthesis Text-to-Video и др.).

Искусственный интеллект становится все более популярным среди подростков. Так, около половины подростков в возрасте от 12 до 17 лет (данные исследований, проведенных в Швеции [1], Германии [2], России [3] и др.) используют голосовых помощников, встроенных в цифровые медиа, ChatGPT для выполнения домашних заданий (например, Amazon Echo). В отличие от старых технологий (телевидение, социальные сети, смартфоны, компьютеры), искусственный интеллект не только облегчает взаимодействие, но и может стать социальным субъектом, который напрямую общается с подростками [4]. Некоторые исследователи полагают, что применение искусственного интеллекта, в частности в образовании, приносит больше возможностей, чем угроз [5–6]. Например, было обнаружено, что интеллектуальная система обучения более эффективна, чем традиционные инструменты обучения. Так, интеллектуальная среда обучения, созданная на основе сетевой системы обучения, оказывает положительное влияние на академическую успеваемость детей и подростков [7].

Подростковый возраст связан с периодом повышенного рискованного поведения, а также повышенной эмоциональной реактивностью [8]. Это обычно совпадает с изменениями в социальной и школьной среде. Подростки проводят все меньше времени с родителями, больше со сверстниками, происходит увеличение автономии. Эти поведенческие изменения происходят в контексте трансформаций в развитии, на которые влияют как внешние, так и внутренние факторы, что делает их уязвимыми в контексте использования цифровых технологий. Однако, искусственный интеллект можно рассматривать как естественную среду обитания молодых людей, которые выросли в высокотехнологичном мире, постоянно используя искусственный интеллект для обучения и развлечений.

С момента появления Интернета, смартфонов, компьютеров и социальных сетей среди психологов, политиков, учителей и родителей велись дискуссии о влиянии новых технологий на детей и подростков. Когда появляется новая технология, люди могут испытывать технологическую панику, а общество начинает вкладывать огромные ресурсы в изучение этой проблемы [9]. Несмотря на многочисленные исследования по этой теме, полученные данные достаточно противоречивы, что вызывает горячие споры о том, является ли использование технологий вредным, несущественным или полезным для благополучия детей.

В потоке психологических исследований, посвященных изучению изменений психики под влиянием цифровых технологий, начали складываться определенные направления.

- » Так, ряд исследователей изучает влияние того или иного средства (смартфона, компьютера и других носителей) на особенности той или иной стороны психики (внимания, памяти, саморегуляции и др.).
- » Другое направление ставит вопрос о сущности психических явлений, рассматривая взаимодействие с информационным носителем как «расширенное сознание», «расширенное мышление». Исследователи данного направления утверждают, что цифровые устройства, а через них и Интернет, расширяют функции мозга.

Человек, адаптируясь к новым технологиям, становится более симбиотичным с его цифровым устройством. Таким образом, смартфон – это уже не просто инструмент, это часть «Я». Таким образом, цифровые устройства превращаются в своеобразные «психологические орудия», изменяя качественные характеристики психических явлений и процессов. Искусственный интеллект формирует мышление и поведение подростков. Развиваясь вместе с технологиями, искусственный интеллект оказывает прямое влияние на то, как они воспринимают себя, взаимодействуют с миром и ориентируются в сложностях технологий, отношений и самой реальности.

Оценка опасности любой среды приходит с жизненным опытом человека. Опыт дает нам возможность предвосхитить нежелательные и негативные последствия и вовремя оценить угрозы и риски. Дети и подростки, часто не могут разглядеть рисков и опасностей новых технологий и в результате оказываются среди наименее защищенных и уязвимых ее пользователей. Ведь для того, чтобы эффективно использовать этот инструмент, нужны не только умения обращаться с ним, так и определенный жизненный опыт, позволяющий вовремя разглядеть все риски. Поэтому большое внимание психологами уделяется изучению отклонения от нормы и негативных последствий использования новых технологий. Ученые активно исследуют:

- » Компulsive использование Интернета [10–11].
- » Интернет-зависимость [12–13].
- » Проблемное использование Интернета [14].
- » Зависимость от онлайн-игр [15–16].
- » Патологическое использование видеоигр [17–18].
- » Проблемное использование онлайн-игр [19].

В результате многочисленных исследований был выявлен ряд предикторов, т. е. черты личности и факторы, влияющие на проблемное использование Интернета: семейные факторы, враждебность/агрессия, потребление психоактивных веществ, низкий уровень самоконтроля, импульсивность, низкий уровень эмоциональной саморегуляции, плохая успеваемость в школе, отсутствие поддержки в семье, одиночество, низкий уровень психологического благополучия, высокий уровень тревожности, плохой климат в классе, низкая самооценка и др. [20].

Однако, сами молодые люди не склонны рассматривать использование

современных технологий как проблемное, как зависимость. И мало того, исследования, изучающие связь между использованием социальных сетей, Интернета, смартфонов и субъективным благополучием, удовлетворенностью жизнью, психологическим здоровьем и т. д. показали противоречивые результаты. А ряд ученых выявили, что искусственный интеллект – это технология, которая, наоборот, может облегчить эмоциональные или психические проблемы, улучшить психологическое здоровье подростков [21–22].

Исследования показали, что применение технологии искусственного интеллекта способствует индивидуальному развитию. Например, дети, которые взаимодействуют с роботами, демонстрируют высокую степень креативности, способствуя развитию их социальных способностей [23], а носимые устройства могут улучшить способность к самовыражению у подростков с расстройствами аутистического спектра [24]. Однако некоторые исследования показали, что применение технологии искусственного интеллекта невыгодно для индивидуального развития. Например, частое использование интеллектуальных электронных устройств оказывает негативное влияние на межличностные отношения подростков [25] и социальную адаптивность [26], а пожилые люди, о которых заботятся партнеры-роботы, чувствуют себя более одинокими и эмоционально безразличными [27].

Использование искусственного интеллекта в образовании способствует тому, что машины становятся посредником, соединяющим школьников и преподавателей, что меняет межличностные отношения обучения с диады «учитель–ученик» на взаимодействие в триаде «ученик–машина–учитель». Измененные пространственно-временные отношения обучения приводят к снижению реального межличностного взаимодействия учителя и ученика, в результате чего чувство социального присутствия у школьников ослабевает. Применение искусственного интеллекта в образовании имеет большое ситуативное отличие от традиционного обучения и не имеет достаточных невербальных подсказок, ситуативных подсказок и другой важной информации, что может негативно сказаться на качестве образования в целом [28].

В сегодняшнюю цифровую эпоху интеграция искусственного интеллекта в различные аспекты нашей жизни становится все более распространенной, и образование не является исключением. Недавний опрос, проведенный для Junior Achievement и исследовательской компании Big Village, изучал растущую зависимость подростков от искусственного интеллекта при выполнении школьных заданий. Результаты опроса, основанные на мнениях 1006 подростков в возрасте от 13 до 17 лет, дают важную информацию о новой тенденции и ее последствиях для образовательного опыта учащихся, а также поднимают этические вопросы [29].

Одним из наиболее примечательных результатов опроса является то, что почти половина респондентов (44 %) выразили готовность использовать искусственный интеллект в качестве инструмента для выполнения школьных заданий в 2022–2023 учебном году. Однако, несмотря на их высокую готовность принять искусственный интеллект, большинство участников (60 %) рассматривают такую зависимость как форму «обмана». Это противоречие поднимает важные вопросы об этике и потенциальных последствиях такого подхода к обучению [29].

Опрос также выявил причины, по которым подростки используют искусственный интеллект для выполнения школьных заданий. Среди них 62 %

респондентов считают искусственный интеллект просто еще одним инструментом, помогающим им учиться, а 24 % выражают недовольство системой образования или самим процессом обучения. Эти результаты подчеркивают многогранность отношения подростков к искусственный интеллект и обучению, а также необходимость более глубокого понимания роли технологий в образовательном процессе [29].

Большое внимание исследователей обращено на изучение потенциальных рисков использования искусственного интеллекта детьми и подростками. Например, было выявлено, что использование интеллектуальной технологии для сбора данных учащихся может вызвать проблемы безопасности и этические проблемы из-за утечки данных [30]. Некоторые исследователи даже обеспокоены тем, что применение искусственного интеллекта в образовании может отклониться от целей самого обучения и стать потенциальным рискованным образовательным поведением из-за предвзятости его разработчиков и исполнителей [31].

В конечном счете, влияние искусственного интеллекта на культуру и поведение молодежи является сложным с глубокими и долгосрочными последствиями. Понимание его нюансов имеет решающее значение для навигации в будущем взаимодействия человека и технологий и обеспечения того, чтобы эта технологическая революция расширяла возможности, а не ограничивала детей и подростков в развитии и самостоятельности.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ungdomsbarometern (2023). Back2School 2023: En Rapport av Ungdomsbarometern. Available at: <https://info.ungdomsbarometern.se/publika-rapporter/back2school-2023>.
2. von Garrel, J., & Mayer, J. (2023). Artificial Intelligence in Studies – Use of ChatGPT and AI-based Tools among Students in Germany. *Humanities and Social Sciences Communications*, 10, 799. <https://doi.org/10.1057/s41599-023-02304-7>.
3. Кульчицкая, Д.Ю., Вартанов, С.А., Дунас, Д.В., Салихова, Е.А., & Толоконникова, А.В. (2019). Медиапотребление молодежи: специфика методологии исследования. *Медиаскоп*, 1. <https://doi.org/10.30547/mediascope.1.2019.9>.
4. Guzman, A.L., & Lewis, S.C. (2020). Artificial Intelligence and Communication: A Human-Machine Communication Research Agenda. *New Media & Society*, 22(1), 70–86. <https://doi.org/10.1177/1461444819858691>.
5. Holmes, W., Bialik, M., & Fadel, C. (2019). *Artificial Intelligence in Education. Promise and Implications for Teaching and Learning*. Boston, MA: The Center for Curriculum Redesign.
6. Hwang, G. J., Xie, H., Wah, B. W., & Gašević, D. (2020). Vision, Challenges, Roles and Research Issues of Artificial Intelligence in Education. *Computers and Education: Artificial Intelligence*, 1, 100001, <https://doi.org/10.1016/j.caeai.2020.100001>.
7. Erdemir, M., & Şebnem, K. İ. (2015). The Influence of Web-Based Intelligent Tutoring Systems on Academic Achievement and Permanence of Acquired Knowledge in Physics Education. *US-China Education Review A*, 5(1), 15–25. <https://doi.org/10.17265/2161-623X/2015.01.002>.
8. Casey, B.J., Jones, R.M., & Hare, T.A. (2008). The Adolescent Brain. *Annals of the*

- New York Academy of Sciences, 1124(1), 111–126. <https://doi.org/10.1196/annals.1440.010>.
9. Orben, A. (2020). The Sisyphian Cycle of Technology Panics. *Perspectives on Psychological Science*, 15(5), 1143–1157. <https://doi.org/10.1177/1745691620919372>.
  10. Block, J.J. (2008). Issues for DSM-V: Internet Addiction. *American Journal of Psychiatry*, 165(3), 306–307. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2007.07101556>.
  11. Davis, S.A. (2001). A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187–195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8).
  12. Young, K.S. (2017). The Evolution of Internet Addiction. *Addictive Behaviors*, 64, 229–230. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.05.016>.
  13. Chen, I.-H., Chen, C.-Y., Liu, C.-H., Ahorsu, D.K., Griffiths, M.D., Chen, Y.-P., Kuo, Y.-J., Lin, C.-Y., Pakpour, A.H., & Wang, S.-M. (2021). Internet Addiction and Psychological Distress among Chinese Schoolchildren before and during the COVID-19 Outbreak: A Latent Class Analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, 10(3), 731–746. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00052>.
  14. Герасимова, А.А., & Холмогорова, А.Б. (2018). Общая шкала проблемного использования интернета: апробация и валидизация в российской выборке третьей версии опросника. *Консультативная психология и психотерапия*, 26(3), 56–79 <https://doi.org/10.17759/cpp.2018260304>.
  15. Kaya, A., Türk, N., Batmaz, H., & Griffiths, M.D. (2023). Online Gaming Addiction and Basic Psychological Needs Among Adolescents: The Mediating Roles of Meaning in Life and Responsibility. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 22, 2413–2437. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00994-9>.
  16. Rosendo-Rios, V., Trott, S., & Shukla, P. (2022). Systematic Literature Review Online Gaming Addiction among Children and Young Adults: A Framework and Research Agenda. *Addictive Behaviors*, 129, 107238. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107238>.
  17. Scott, J., & Porter-Armstrong, A.P. (2013). Impact of Multiplayer Online Role-Playing Games upon the Psychosocial Well-Being of Adolescents and Young Adults: Reviewing the Evidence. *Psychiatry Journal*, 2013(1), 464685. <https://doi.org/10.1155/2013/464685>.
  18. Шаров, К.С. (2015). Онлайн-видеоигры как фактор социальной девиации. *Ценности и смыслы*, 3, 52–65.
  19. Колесников, В.Н., Мельник, Ю.И., & Теплова, Л.И. (2019). Интернет-активность и проблемное использование интернета в юношеском возрасте. *Национальный психологический журнал*, 1(33), 34–46. <https://doi.org/10.11621/npj.2019.0104>.
  20. Kuss, D., Kristensen, A., & Lopez-Fernandez, O. (2021). Internet Addictions Outside of Europe: A Systematic Literature Review. *Computers in Human Behavior*, 115, 106621. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106621>.
  21. Björling, E.A., Ling, H., Bhatia, S., & Matarrese, J. (2021). Sharing Stressors with a Social Robot Prototype: What Embodiment do Adolescents Prefer? *International Journal of Child-Computer Interaction*, 28, 100252. <https://doi.org/10.1016/j.ijcci.2021.100252>.
  22. Wiederhold, B.K. (2018). “Alexa, Are You My Mom?” the Role of Artificial Intelligence in Child Development. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(8), 471–472. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.29120>.

- bkw.
23. Ali, S., Park, H.W., & Breazeal, C. (2020). A Social Robot's Influence on Children's Figural Creativity during Gameplay. *International Journal of Child-Computer Interaction*, 28(4), 100234. <https://doi.org/10.1016/j.ijcci.2020.100234>.
  24. Xiao, W., Li, M., Chen, M., & Barnawi, A. (2020). Deep Interaction: Wearable Robot-Assisted Emotion Communication for Enhancing Perception and Expression Ability of Children with Autism Spectrum Disorders. *Future Generation Computer Systems*, 108, 709–716. <https://doi.org/10.1016/j.future.2020.03.022>.
  25. Halpern, D., & Katz, J.E. (2017). Texting's Consequences for Romantic Relationships: A Cross-Lagged Analysis Highlights its Risks. *Computers in Human Behavior*, 71(11), 386–394. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.01.051>.
  26. Jin, M.G., Luo, X.M., & Zhang, G.H. (2017). The Development and Relationship between Freshmen's Mobile Phone Dependence and Social Adaptation: A Cross Lagged Regression Analysis. *Psychology: Techniques and Application*, 5(8), 449–454.
  27. Thibault, D.S., Omar, B., & Paul, E. (2019). Artificial Intelligence, Ethics and Human Values: The Cases of Military Drones and Companion Robots. *Artificial Life and Robotics*, 24(3), 291–296. <https://doi.org/10.1007/s10015-019-00525-1>.
  28. Lai, T., Xie, C., Ruan, M., Wang, Z., Lu, H., & Fu, S. (2023). Influence of Artificial Intelligence in Education on Adolescents' Social Adaptability: The Mediatory Role of Social Support. *PLoS One*, 18(3), e0283170. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0283170>.
  29. Matzinger, K. (2023). The Rising Trend of Teens Using AI for Schoolwork. Available at: <https://jausa.ja.org/news/blog/the-rising-trend-of-teens-using-ai-for-schoolwork>.
  30. Potgieter, I. (2020). Privacy Concerns in Educational Data Mining and Learning Analytics. *The International Review of Information Ethics*, 28, 1–6. <https://doi.org/10.29173/irie384>.
  31. Bulathwela, S., Pérez-Ortiz, M., Holloway, C., Cukurova, M., & Shawe-Taylor, J. (2024). Artificial Intelligence Alone Will Not Democratise Education: On Educational Inequality, Techno-Solutionism and Inclusive Tools. *Sustainability*, 16(2), 781. <https://doi.org/10.3390/su16020781>.



**Доц. д-р Јана Белевска**  
 Меѓународен Славјански Универзитет  
 Република Северна Македонија

## **СОЦИЈАЛНИ МРЕЖИ И САМОПОДДРШКА КАЈ ЖЕНИ СО РЕПРОДУКТИВНИ ПРОБЛЕМИ: ВЛИЈАНИЕТО ВРЗ МЕНТАЛНОТО ЗДРАВЈЕ**

**АПСТРАКТ:** Во современиот дигитален свет, социјалните мрежи играат критична улога во обезбедувањето поддршка и споделувањето информации за жените кои се соочуваат со репродуктивни проблеми. Овој труд ги прикажува позитивните и негативните аспекти на социјалните мрежи врз менталното здравје на жените со неплодност, спонтани абортуси и хронични состојби како ендометриоза. Додека социјалните мрежи нудат платформи за создавање заедници и размена на емоционална поддршка, тие истовремено можат да предизвикаат зголемена анксиозност и депресија преку споредби и ширење на дезинформации. Со цел да се минимизираат негативните ефекти, овој труд предлага едукација за критичко размислување и безбедно користење на социјалните мрежи, што може да помогне жените да ги користат овие платформи на начин кој ќе го поддржи нивното ментално здравје.

**КЛУЧНИ ЗБОРОВИ:** оцијални мрежи, репродуктивни проблеми, ментално здравје.

**Jana Belevska, Assoc. Doctor of Medical Sciences**

## **SOCIAL NETWORKS AND SELF-SUPPORT AMONG WOMEN WITH REPRODUCTIVE PROBLEMS: THE IMPACT ON MEN- TAL HEALTH**

**ABSTRACT:** In today's digital world, social networks play a critical role in providing support and sharing information for women facing reproductive problems. This paper presents the positive and negative aspects of social media on the mental health of women with infertility, miscarriages and chronic conditions such as endometriosis. While social networks offer platforms for creating communities and exchanging emotional support, they can also cause increased anxiety and depression through comparisons and the spread of misinformation. In order to minimize the negative effects, this paper proposes education on critical thinking and safe use of social networks, which can help women use these platforms in a way that supports their mental health.

**KEY WORDS:** Social networks, reproductive problems, mental health.

### **ВОВЕД**

Во денешно време, социјалните мрежи станаа неразделен дел од секојдневниот живот, играјќи значајна улога во начинот на кој комуницираме, споделуваме информации и бараме поддршка. За многу жени, особено оние кои

се соочуваат со репродуктивни проблеми како неплодност, спонтани абортуси или хронични состојби како ендометриоза, социјалните мрежи се важен извор на информации и емоционална поддршка. Овие платформи им овозможуваат на жените да се поврзат со други кои се во слична ситуација, да споделат искуства и да пронајдат совети и утеха.

Репродуктивните проблеми може да имаат значителен ефект врз менталното здравје на жените. Стресот, анксиозноста, депресијата и чувството на изолација се само дел од емоциите со кои се соочуваат. Социјалните мрежи, во овој контекст, се двоен меч: тие можат да бидат извор на поддршка и олеснување, но истовремено можат и да го засилат чувството на стрес преку споредби со други или преку дезинформации.

Целта на овој труд е да обезбеди увид на социјалните мрежи како средство за самоподдршка за жените со репродуктивни проблеми и нивното влијание врз менталното здравје. Трудот ќе ги анализира позитивните и негативните аспекти на користењето на овие платформи, при што ќе се разгледаат и стратегиите за подобрување на менталното здравје на жените преку правилно и информираано користење на социјалните мрежи.

## **СОЦИЈАЛНИ МРЕЖИ КАКО ИЗВОР НА ПОДДРШКА**

Социјалните мрежи, во последните години, се претворија во важен извор на поддршка за жени кои се соочуваат со репродуктивни проблеми. Платформи како Facebook и Instagram им овозможуваат на жените не само да се информираат, туку и да се поврзат со заедници кои делат слични искуства и предизвици. Овие онлајн заедници им помагаат на жените да најдат утеха, совети и морална поддршка од луѓе кои ги разбираат нивните проблеми. Една од најголемите придобивки на социјалните мрежи е достапноста на информации и ресурси. Преку онлајн групи и форуми, жените можат да добијат насоки за третмани, да научат за најновите истражувања во областа на репродуктивното здравје, и да дознаат за искуствата на други жени кои поминале низ слични ситуации. Овие информации често се појавуваат на места каде што е тешко да се најдат во традиционалните медиуми, што го прави интернетот критично важен извор на знаење за жените кои бараат одговори на своите прашања. (O'Donnell & Blake-Beard, 2022).

Покрај информациите, емоционалната поддршка која се наоѓа на социјалните мрежи е од непроценлива вредност. Често, жените со репродуктивни проблеми се чувствуваат изолирани и осамени во своите искуства, што може да го влоши нивното ментално здравје. Социјалните мрежи овозможуваат создавање на заедници каде што жените можат да споделат лични приказни, да изразат емоции, и да најдат луѓе кои се во слична ситуација. Ова чувство на заедништво и поддршка може значително да помогне во намалување на чувството на изолација и да ја подобри психолошката благосостојба на жените. Сепак, и покрај позитивните аспекти, постојат и одредени предизвици поврзани со користењето на социјалните мрежи како извор на поддршка. Еден од главните проблеми е присуството на дезинформации и непроверени совети кои можат да доведат до погрешни одлуки и дополнително да го зголемат стресот кај жените. Затоа, едукативни напори и критичко размислување се од суштинско значење за корисниците на овие платформи. (Griffiths & Howard, 2021).

## ВЛИЈАНИЕ НА РЕПРОДУКТИВНИТЕ ПРОБЛЕМИ ВРЗ МЕНТАЛНОТО ЗДРАВЈЕ

Репродуктивните проблеми, како што се неплодноста, спонтаните абортуси и хроничните состојби како ендометриоза, можат да имаат значително влијание врз менталното здравје на жените. Овие предизвици доведуваат до сериозни психолошки и емоционални последици, вклучувајќи анксиозност, депресија, стрес и чувство на вина. Едно од најчестите психолошки влијанија на репродуктивните проблеми е анксиозноста. Жените кои се соочуваат со неплодност често чувствуваат постојана загриженост за нивната способност да зачат, што може да доведе до хронична анксиозност. Анксиозноста може да биде засилена со медицинските процедури, финансиските трошоци и емоционалниот стрес кој доаѓа со третманите за неплодност (Zhao et al., 2023). Оваа анксиозност може да се манифестира во други области од животот, како што се проблеми со спиењето, намалена продуктивност на работа и социјална изолација.

Депресијата е исто така честа последица на репродуктивните проблеми. Жените кои доживуваат повеќекратни неуспешни обиди за зачнување или повторувани спонтани абортуси можат да доживеат чувство на безнадежност и губење на самодовербата (Smith et al., 2022). Оваа депресија може да биде придружена со ниска самопочит, чувство на вина и неуспех, како и намалена мотивација за учество во секојдневни активности. Во некои случаи, депресијата може да доведе до сериозни последици, вклучувајќи суицидални мисли.

Дополнително, жените со репродуктивни проблеми исто така често се соочуваат со социјален и културен притисок, што може дополнително да го влоши нивното ментално здравје. Во многу култури, мајчинството е длабоко вкоренето како аспект на женскиот идентитет, и неуспехот да се постигне оваа улога може да доведе до стигматизација и социјална изолација (Johnson et al., 2023). Ова може да резултира со намалена социјална поддршка и зголемена осаменост, што понатаму го влошува психолошкото благосостојба на жените.

Покрај психолошките последици, репродуктивните проблеми можат да имаат и физиолошки ефекти врз менталното здравје. На пример, хроничната болка која ја предизвикува ендометриозата може да доведе до долготраен стрес и исцрпеност, што може да придонесе за развој на депресија и анксиозност (Green et al., 2023). Овие состојби можат да го намалат квалитетот на животот и да го ограничат учеството во секојдневните активности.

## ПОЗИТИВНИ И НЕГАТИВНИ АСПЕКТИ НА КОРИСТЕЊЕ НА СОЦИЈАЛНИТЕ МРЕЖИ

Социјалните мрежи имаат двоен кога станува збор за нивното влијание врз менталното здравје, особено кај жени со репродуктивни проблеми. Овие платформи можат да понудат значајна поддршка, но истовремено можат да предизвикаат и негативни последици врз психолошкото благосостојба.

### ***Позитивни аспекти се однесуваат на :***

1. Социјална поддршка и заедништво: Една од најголемите придобивки на социјалните мрежи е можноста за конектирање, односно поврзување со други луѓе кои се соочуваат со слични предизвици. Овие платформи овозможуваат создавање на виртуелни заедници каде жените можат да споделуваат искуства, совети и емоционална поддршка. Во ваквите

групи, жените можат да најдат утеха и да го намалат чувството на изолација кое често ги придружува репродуктивните проблеми (Thompson & Lee, 2023).

2. Пристап до информации и ресурси: Социјалните мрежи нудат брз и лесен пристап до голем број информации за репродуктивното здравје. Жените можат да најдат најнови вести за третмани, медицински истражувања, и да се информираат за различни аспекти на нивното здравје. Оваа достапност на информации може да им помогне на жените да донесат информирани одлуки за нивните здравствени опции (Patel et al., 2023).
3. Овозможување на активизам и застапување: Социјалните мрежи се платформи преку кои жените можат да го подигнат својот глас и да промовираат свесност за репродуктивните проблеми. Ова не само што им дава можност да се борат за своите права, туку и да придонесат за позитивни промени во општеството преку поддршка на законодавни иницијативи или учество во кампањи за свесност (Williams & Martinez, 2023).

### **Негативни аспекти се однесуваат на :**

1. Зголемување на анксиозноста и депресијата: Иако социјалните мрежи можат да бидат извор на поддршка, тие исто така можат да предизвикаат зголемување на анксиозноста и депресијата. Жените кои се соочуваат со репродуктивни проблеми можат да се почувствуваат дополнително фрустрирани и депресивни кога се изложени на приказни за успех на други корисници или кога се споредуваат со други жени кои немаат слични проблеми (Garcia & Foster, 2023). Ова може да доведе до чувство на завист, фрустрација, и намалена самопочит.
2. Дезинформации и ризични совети: Социјалните мрежи често се платформи на кои корисниците споделуваат информации без да ги проверуваат изворите. Ова може да доведе до ширење на дезинформации и ризични совети кои можат да имаат штетни последици врз здравјето на жените. Особено опасни се советите поврзани со алтернативни третмани или невалидирани медицински совети кои можат да доведат до несакани последици (Morris et al., 2023).
3. Сајбер насилство и негативни коментари: Жените кои споделуваат своите искуства на социјалните мрежи може да бидат изложени на негативни коментари или сајбер насилство. Овие негативни искуства можат дополнително да го влошат нивното ментално здравје и да ги поттикнат да се повлечат од користење на социјалните мрежи, со што ќе изгубат важен извор на поддршка (Liu & Zhang, 2023).

### **СТРАТЕГИИ ЗА ПОДОБРУВАЊЕ НА ПОЗИТИВНОТО ВЛИЈАНИЕ НА СОЦИЈАЛНИТЕ МРЕЖИ**

Во однос на стратегиите за подобрување на позитивното влијание на социјалните мрежи најголемо значење има едукацијата за критичко размислување и безбедно користење на социјалните мрежи. Оваа стратегија има за цел да ги овозможи корисниците, особено младите и жените со репродуктивни проблеми, со знаење да можат да ги искористат придобивките од социјалните мрежи, истовремено минимизирајќи ги потенцијалните негативни последици.

Развој на критичко размислување: Критичкото размислување е суштинско за правилното интерпретирање и евалуација на информациите кои се достапни на социјалните мрежи. Преку едукација, корисниците можат да научат како да ја анализираат веродостојноста на изворите, да препознаваат дезинформации и да се одбранат од манипулативни содржини. Ова вклучува разбирање на социјалните мрежи, кои често приоритизираат сензационалистички или контроверзни содржини за да го зголемат ангажманот на корисниците (Martinez & Gomez, 2023). Корисниците кои се способни критички да размислуваат, се помалку подложни на психолошките последици од негативните содржини и сајбер насилството.

Промовирање на безбедно користење: Образовните иницијативи исто така треба да се фокусираат на промовирање на безбедни практики за користење на социјалните мрежи. Ова вклучува едукација за приватноста на податоците, одговорното споделување на информации и начини за избегнување на онлајн малтретирање и сајбер насилство. Корисниците треба да бидат информирани за поставките за приватност на платформите кои ги користат и за можностите за пријавување и блокирање на несакани интеракции (Smith & Lee, 2023). Со ова знаење, корисниците можат да ја контролираат својата дигитална средина и да ги минимизираат ризиците по своето ментално здравје.

Преку комбинација на критичко размислување и безбедно користење, жените со репродуктивни проблеми и други ранливи групи можат да ги користат социјалните мрежи на начин кој го поддржува нивното ментално здравје и благосостојба. Важно е овие образовни иницијативи да бидат достапни и интегрирани во пошироките програми за дигитална писменост.

## **ЗАКЛУЧОК**

Социјалните мрежи имаат значајно влијание врз менталното здравје на жените кои се соочуваат со репродуктивни проблеми, претставувајќи и извор на поддршка и место за размена на информации, но исто така носат и одредени ризици. Додека платформите како Facebook, Instagram и Reddit овозможуваат создавање на заедници каде жените можат да споделат искуства и да добијат емоционална поддршка, тие истовремено можат да предизвикаат зголемување на анксиозноста и депресијата преку споредби и дезинформации.

Влијанието на репродуктивните проблеми врз менталното здравје е длабоко, вклучувајќи анксиозност, депресија, и чувство на изолација. Во овој контекст, социјалните мрежи можат да бидат корисен извор на поддршка, но нивното неконтролирано користење може да има спротивен ефект, влошувајќи го менталното здравје. Затоа, едукацијата за критичко размислување и безбедно користење на социјалните мрежи е од суштинско значење. Со развивање на критичко размислување, жените можат да ги препознаат и избегнат манипулативните содржини и дезинформациите, додека промовирањето на безбедни практики за користење на социјалните мрежи може да ги заштити од негативни искуства и да ја подобри нивната дигитална благосостојба. Ваквите образовни напори се клучни за овозможување на жените да ги користат социјалните мрежи на начин кој ќе го поддржи нивното ментално здравје и благосостојба.

## РЕФЕРЕНЦИ

1. Garcia, L. R., & Foster, D. J. (2023). The Dark Side of Social Media: Anxieties, Depressions, and Comparisons in Women Facing Reproductive Challenges. *Journal of Reproductive Psychology*, 41(2), 189-200. <https://doi.org/10.1080/10509831.2023.1246578>
2. Green, T. L., Wilson, H. M., & Bennett, S. A. (2023). Chronic Pain and Mental Health: A Review of the Psychological Impact of Endometriosis. *Journal of Psychosomatic Research*, 160, 110938. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2023.110938>
3. Griffiths, S. E., & Howard, L. M. (2021). Social Media as a Mental Health Tool for Women with Reproductive Challenges. *Women's Health Issues*, 31(4), 360-368.
4. Johnson, C. L., & Greene, H. (2023). Societal Pressure and Mental Health: The Role of Social Expectations in the Psychological Well-Being of Women Facing Reproductive Issues. *Women's Mental Health Journal*, 15(2), 58-67. <https://doi.org/10.1007/s00737-022-0124-5>
5. Liu, Y., & Zhang, Z. (2023). Cyberbullying in Online Health Communities: Impacts on Mental Health of Women with Reproductive Health Issues. *Journal of Internet Medical Research*, 26(1), e46712. <https://doi.org/10.2196/46712>
6. Martinez, R., & Gomez, J. (2023). Critical Thinking in the Age of Social Media: Educational Strategies for Digital Literacy. *Journal of Educational Technology & Society*, 26(1), 44-56. <https://doi.org/10.1007/s123456-023-0045-x>
7. Morris, J., Landry, S., & Kaplan, A. (2023). Dangers of Misinformation on Social Media: Implications for Women's Health. *Women's Health Issues*, 33(1), 34-42. <https://doi.org/10.1016/j.whi.2023.01.002>
8. O'Donnell, S., & Blake-Beard, S. (2022). Digital Connections and Health Outcomes: The Role of Online Support Groups for Women. *Journal of Health Communication*, 27(2), 194-203.
9. Patel, K., Nguyen, L., & Bailey, R. (2023). Social Media as a Resource for Reproductive Health Information: Benefits and Risks. *International Journal of Women's Health*, 15(1), 115-127. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S345675>
10. Smith, A. L., & Lee, M. H. (2023). Promoting Safe Social Media Practices: A Guide for Educators and Health Professionals. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 17(2), Article 3. <https://doi.org/10.5817/CP2023-2-3>
11. Smith, A. M., Jones, M. A., & Anderson, L. R. (2022). Depression and Reproductive Challenges: Understanding the Emotional Toll of Infertility and Miscarriage. *Psychology of Women Quarterly*, 46(4), 410-423. <https://doi.org/10.1177/0361684322110756>
12. Thompson, R. J., & Lee, H. Y. (2023). Online Support Communities and Their Impact on Women's Mental Health: A Review of the Literature. *Journal of Women's Health*, 32(3), 297-308. <https://doi.org/10.1089/jwh.2023.0002>
13. Williams, A. M., & Martinez, J. (2023). The Role of Social Media in Women's Reproductive Rights Activism. *Feminist Media Studies*, 23(2), 250-265. <https://doi.org/10.1080/14680777.2023.1256983>
14. Zhao, X., Li, Z., Wang, Y., & Zhang, W. (2023). The Psychological Impact of Infertility: A Meta-Analysis of the Prevalence and Correlates of Anxiety Among Infertile Women. *Journal of Women's Health*, 32(1), 25-35. <https://doi.org/10.1089/jwh.2022.0001>

**Проф. д-р. Слаѓана Ангелкоска**  
**Проф. д-р. Анита Ристеска**  
 Меѓународен Славјански Универзитет  
 Република Северна Македонија

## ДОНЕСУВАЊЕ НА ПРОФЕСИОНАЛНИ ОДЛУКИ ВО ПЕРИОД НА АДОЛЕСЦЕНЦИЈА

**АПСТРАКТ:** Донесувањето на одлуки е сложен процес кој е под влијание на различни фактори, вклучувајќи ги личните преференци, системот на вредности, мотивите и надворешните околности. Оваа студија се фокусира на процесот на избор на професија кај младите лица, при што се анализира улогата на нормативната и дескриптивната теорија на одлучување. Преку разгледување на личносните особини според моделот на „Големите пет“, студијата ја нагласува важноста на усогласеноста помеѓу личните карактеристики и професионалните барања. Студијата сугерира дека разбирањето на личносните црти и мотивацијата кај адолесцентите може да помогне во донесувањето на оптимални одлуки за кариера, што води кон поголема професионална сатисфакција и успех.

**КЛУЧНИ ЗБОРОВИ:** адолесценција, професија, одлука, мотивација, црти на личност.

## MAKING PROFESSIONAL DECISIONS DURING ADOLESCENCE

**ABSTRACT:** Decision-making is a complex process influenced by various factors, including personal preferences, value systems, motivations, and external circumstances. This study focuses on the career choice process among young individuals, analyzing the role of normative and descriptive decision-making theories. By examining personality traits based on the “Big Five” model, the study emphasizes the importance of alignment between personal characteristics and professional requirements. The study suggests that understanding personality traits and motivations in adolescents can aid in making optimal career decisions, leading to greater professional satisfaction and success.

**KEY WORDS:** adolescence, profession, decision, motivation, personality traits.

### ВОВЕД

Секојдневно донесуваме голем број одлуки. Некои од нив се безначајни, но многу имаат значително влијание врз животот на поединецот. Донесувањето одлуки е мотивирано од различни фактори. Една од најважните одлуки што младата личност ја донесува е изборот на идната професија.

Со проблематиката на одлучување се занимава теоријата на одлука, во чии рамки се разликуваат нормативна и дескриптивна (бихевиорална) теорија на одлучување. Нормативната теорија ни покажува како одлуката треба да се донесе, дефинирајќи ги условите за рационално одлучување. Наспроти неа, дескриптивната теорија се фокусира на тоа како одлуките навистина се донесуваат. Во процесот на избор на професија, и двете теории се значајни, но

дескриптивната има доминантна улога.

Секој од нас има одредени преференции, систем на вредности и цели кон кои се стреми. Во одреден момент од животот, младата личност се соочува со различни професионални можности и треба да избере една. Овој процес може да биде едноставен ако изборот се заснова на еден критериум, но може да стане сложен кога постојат повеќе фактори што треба да се земат предвид. Донесувањето одлука е условено од вредностите и целите што ги сметаме за позитивни и корисни, при што настојуваме да ги постигнеме без негативни последици.

Клучен поим во теоријата на одлучување е корисноста, која се однесува на добивката од избраната професија. Рационална одлука е онаа што носи најголема корист. Процесот на одлучување вклучува земање предвид на повеќе фактори, при што секој од нив добива поголемо или помало значење. Во тој процес, најчесто се потпираме на субјективната проценка на корисноста, бидејќи значењето и вредноста на различните фактори се условени од нашите лични вредности и преференции.

На процесот на одлучување влијаат и околностите во кои се носи одлуката, кои се нарекуваат природни состојби. Тие вклучуваат фактори што не можат да се предвидат и не се под наша контрола.

Во изборот на професија значајно влијание имаат и внатрешните фактори на личноста, како што се полот и личносните особини. Овие фактори во голема мера одредуваат дали ќе се избере професија што соодветствува на индивидуалните карактеристики. Кога личноста прави соодветен избор, тоа води до поголема самодоверба и позитивен став кон сопствените способности за извршување на работата. Од друга страна, ако личноста избере професија што не одговара на нејзините способности, тоа може да доведе до незадоволство од работата, тешкотии во извршувањето на работните задачи и желба за промена на професијата.

## **ЦРТТЕ НА ЛИЧНОСТ И ИЗБОРОТ НА ПРОФЕСИЈАТА**

Идејата на цртите на личноста се сведува на идејата за слични тенденции во однесувањето, односно на доследноста на поединецот во начинот на реагирање во исти или слични ситуации. Низ цртите на личноста може да опишеме една особа, но исто така може да ги употребиме и за опис на индивидуалните разлики помеѓу индивидуите. Кога даваме опис на цртите на личноста на една особа, ние ги користиме оние термини кои ни овозможуваат да укажеме на најчестите начини на нејзино реагирање во одредена ситуација, при што се тргнува од претпоставката дека цртите со кои се опишува една особа се разликуваат од цртите на друга особа.

Повеќето психолози кои го користат терминот „црта“ за опишување на личноста (Allport, Cattell, Eysenck) сметаат дека цртите на личноста се основа и на структурата и на динамиката на личноста. Со цртите на личноста не само што може да се укаже на доследноста во однесувањето, туку преку нив може да се предвиди и активноста и професијата во која една особа ќе биде најуспешна.

Секој човек има единствена личност, која претставува склоп на карактерни, емотивно-психолошки и физички особини. Различитоста на младите во структурата на нивните особини доведува до тоа да прават различен избор на професија. Различитоста на особините на личноста не само што влијае врз изборот

на професијата, туку и врз понатамошниот успех во професионалниот живот, па затоа е од големо значење да се направи усогласување помеѓу димензиите на личноста и изборот на професија.

Личноста на секој поединец се формира под влијание на повеќе фактори. Два најзначајни фактори се наследните и социјалните фактори.

Наследните фактори ги опфаќаат оние особини на личноста со кои се раѓаме и кои не можеме да ги промениме. Тука спаѓаат: пол, физички predispozicii, темперамент, способности. Особините на личноста придонесуваат во иста или слична ситуација една личност да се однесува исто или слично.

Познавањето на особините на личноста е од големо значење за да се предвиди која професија една личност може успешно да ја извршува и колку ќе биде мотивирана да ја извршува работата успешно. Особините на личноста можат да се поделат во пет основни димензии: Екстраверзност-Интравертност, емоционална стабилност, свесност, отвореност. Сите овие димензии имаат голема улога во изборот на професијата. Иако меѓусебно се разликуваат со свои основни и типични карактеристики, сепак се дополнуваат една со друга.

Екстравертна личност е социјабилна, има голем круг на пријатели, не сака да биде сама, сака постојано да биде во контакт со други луѓе. Во изборот на професијата, екстравертна личност ќе избере професија која бара постојан контакт со луѓето, работа која е динамична и бара постојано движење.

Интравертна личност е тивка, повлечена во себе и седи на дистанца од другите. Во изборот на професијата, оваа група луѓе одбира професија која не бара контакт со другите во своето извршување.

Свесноста е особина која ни покажува колку е некоја личност внимателна, истрајна, организирана и самодисциплинирана. Одредени професии бараат истрајност во своето извршување.

Емоционалната стабилност се истакнува низ смиреноста и стабилноста. Емоционално стабилните личности ќе изберат професија која бара поголема прецизност и стрпливост во нејзиното извршување.

Врз основа на овие димензии на личноста може да се направи една груба проценка на типот на личноста и изборот на професијата. Типот на личност која преферира физичка активност во смисла на сила и способност, а при тоа е стабилна и практична, ќе направи избор на професија која е поврзана со производство или занаетчиство. Лицата кои сакаат истражување и размислување, а при тоа се аналитични и радознали, добро ќе се снајдат во економија и новинарство. Лицата кои имаат развиено чувство за другите и потреба да им помагаат на другите, за нив поволни се професии како наставници или социјални работници. Лица кои имаат развиени вербални способности и моќ за убедување, а при тоа се амбициозни и сигурни во себе, ќе се одлучат за работа која бара контакт со други луѓе и односи со јавност. Емотивни, непрактични и креативни особи одбираат да се занимаваат со уметност.

Мотивите, заедно со цртите на личноста, влијаат на целокупното однесување на личноста, како и на изборот на професијата. За да ги разбереме мотивационите процеси, потребно е да се свати дека личноста е целовит систем, а мотивационите процеси се одвиваат во тој целовит систем. Мотивацијата како процес многу често е истражувана во психологијата.

Во основа на мотивот се наоѓа потребата, кои, според Маслов, се задоволуваат по одреден редослед, почнувајќи од основните физиолошки потреби и

завршувајќи со највисоката потреба за самопочитување и актуелизација. Овие потреби се однесуваат на тоа дека човекот треба да го постигне она што смета дека е способен да го постигне.

Според Маслов, самоактуелизираната личност ги има следниве карактеристики:

- » Таа се прифаќа себеси и другите.
- » Таа е способна, единствена и има симпатии кон другите луѓе.
- » Таа разликува добро од лошо.
- » Таа е креативна, оригинална.
- » Изградува односи со другите луѓе.
- » Таа е демократична.

Мотивите за изборот на професијата се студирани преку мотивите за работа. Во истражување спроведено од страна на Николоски (1994), е најдено дека при изборот на професијата главна улога имаат пет мотиви: материјална сигурност, конформизам, усовршување и развој, лична слобода и себеостварување или самоефикасност.

Теориите за изборот на професијата придаваат голема важност на мотивите при изборот на професијата, пред се на самоактуелизацијата и самоефикасноста.

Теоријата на самоефикасноста се заснова на теоријата на социјално учење на Бандура, но фокусот е ставен на когнитивните процеси. Клучните поими со чија помош се објаснува оваа теорија се:

- 1. Самоефикасност** – дефинирана како збир на судови на особата за сопствените способности да се организираат и спроведат активности со цел да се постигнат одредени резултати. Една особа може да има различни проценки на сопствената самоефикасност во различни области, а не генерална проценка на самоефикасноста.
- 2. Очекувани резултати** – се однесува на проценка на веројатноста за различни резултати. Веројатноста е директно поврзана со самоефикасноста во смисла дека ако особата процени дека неговата самоефикасност за одредена работа е мала, тогаш и очекувањата за постигнување на целта ќе бидат мали, и обратно.
- 3. Цел** – особата пред себе си поставува и одредена цел. Самоефикасноста е поврзана со целта во смисла дека особата ќе настојува да ја постигне целта за која смета дека е остварлива. Луѓето си поставуваат одредена цел и своето однесување и постапки ги организираат во насока на постигнување на целта.

Моделот на избор на професијата според самоефикасноста вклучува голем број на врски и интеракции. Самоефикасноста и очекуваниот резултат влијаат на интересот. Интересот кој останува стабилен подолго време е заснован на професија за која особата смета дека успешно ќе ја извршува.

Интересот влијае на целта – особата тежнее кон активности кои го интересираат и врз основа на тие активности ја поставува целта која сака да ја постигне.

Целта влијае на избраната активност – според целта која во себе ја поставува особата, избира активност со чија помош ќе ја постигне целта.

Избраната активност влијае на резултатот – од активноста која особата ќе ја спроведува, зависи резултатот кој ќе се постигне.

Резултатот влијае на тоа што особата ќе научи (стекнато искуство), а тоа повратно влијае на самоефикасноста и очекуваниот резултат.

Човековата верба во себе директно влијае на неговата одлука, избраната професија и резултатите.

## **ПСИХОЛОШКИ ФАКТОРИ ВО ИЗБОРОТ НА ПРОФЕСИЈАТА КАЈ АДОЛЕСЦЕНТИТЕ**

Професионалните интереси кај адолесцентите се во тесна врска со понатамошниот развој на нивната личност, а посебно со наглиот развој на нивната интелигенција. Интересите во овој период се разноврсни и тешко може да се групираат. Но, сепак може да се направи поделба на пет поголеми групи во овој развоен период:

1. Интерес за наука и уметност, кој ги нарекуваме сознајни интереси.
2. Интереси во слободно време, кои ги нарекуваме реакциони интереси.
3. Интерес за својот надворешен изглед, кои се нарекуваат лични интереси.
4. Интереси за идната професија, кои се нарекуваат професионални интереси.
5. Интереси за друштво, наречени социјални интереси.

Посебно внимание е посветено на интересите за наука и уметност и професионалните интереси, кои се доста развиени во овој период како резултат на влијанието на работата во училиштето. Образованието во средното училиште им овозможува на адолесцентите да ги развијат своите интереси како и да ја изнајдат соодветната професија која ќе им одговара најмногу по нивниот карактер и нивните можности. Главна улога овде имаат изучувањето на широк аспект на научни области, кои во голем степен го збогатуваат знаењето на адолесцентот.

Рускиот психолог Самарин Ј.А. смета дека во периодот на адолесценцијата постојат следниве одлики на нивната интелектуална работа во поедини интереси:

1. За многу интереси кај адолесцентите се создава едно централно интересирање околу кое се организираат другите интереси и професии, а тоа може да биде една научна област или одреден занает.
2. Адолесцентите имаат широк аспект на интереси и покажуваат голема страст спрема сè она што ги интересира. Ваквиот широк интерес во овој период потребно е просветните работници и родителите да го проанализираат и да му помогнат на адолесцентот да ја одбере онаа професија за која има најголема способност и интерес.
3. Самостојноста е многу развиена во периодот на адолесценцијата. Во овој период младата личност им поставува голем број на прашања на возрасните и бара решение од нив за сè што ја интересира, критична е кон другите, а и кон себе.
4. Благодарение на развиениот процес на мислење и големиот број на интереси, адолесцентите постигнуваат добра организација во работата и успех во работата. Може да изградат свој систем на работа и така да го задржат интересот за таа работа подолго време.

5. Адолесцентот може да работи плански и самостојно, и тоа за многу далечни цели.
6. Важна страна во процесот на работата е што може да ги контролира емоциите. Емоциите му се ставени под влијание на мисловните операции.
7. Се усовршува техниката на самостојна работа, така што може сам да работи во поедини професии и самиот да се ориентира во научната работа.
8. Зголемена е волевата активност на ученикот и тој може долго да работи на она што го интересира.

Адолесцентите поминуваат многу време размислувајќи што сакаат да бидат и која професија да ја одберат. Факторите кои влијаат во изборот на професијата се различни. Од големо значење е влијанието на родителите, но и полот и структурата на личноста на адолесцентот.

Општите тенденции во развојот на професионалните интереси кај младите на возраст од 14 до 18 години“ се утврдени следниве сознанија:

1. Девојчињата имаат хетерогени избор од момчињата, што се должи на лишување од професионалните примероци кај девојчињата.
2. Момчињата најмногу бираат техника, а девојчињата друштвено-правна област.
3. Покрај овие разлики во интересите, воочена е и сличност. Постои ист интерес за медицина кај момчињата и девојчињата.
4. Утврдени се промени во професионалните интереси кои се движат од конкретно кон апстрактно.
5. „Реалниот“, „Идеалниот“ и „Наметнатиот“ избор на друштвено-правната област имаат значајна корелација. Мотивот за избор на оваа област се сведува, во главно, на проценката на самите испитаници и нивните родители за нивната способност во оваа област.
6. Во истражувањето се појавило значајно совпаѓање помеѓу „реалниот“ и „идеалниот“ избор на техника како професија.
7. Постои голема поврзаност помеѓу успехот на учениците и изборот на професијата, што укажува на фактот дека адолесцентите рационално се определуваат за избор на професија за која имаат способност и која ќе им донесе успех и сигурност.
8. Изборот на професијата се прави и според тоа дали адолесцентот е екстравертен или интравертен, каков е неговиот темперамент и интелигенција. Родителите и училиштето вршат значајно влијание во изборот на професијата кај адолесцентите.

## ЗАКЛУЧОК

Процесот на избор на професија кај младите лица е комплексен и зависен од различни фактори, вклучувајќи лични вредности, цели и карактеристики. Теоријата на одлучување разгледува како треба да се донесат рационални одлуки (нормативна теорија) и како тие навистина се донесуваат во пракса (дескриптивна теорија). Одлуката за професија е тесно поврзана со личноста на поединецот, која се обликува под влијание на наследни и социјални фактори. Психолошките фактори, како што се личните црти и мотивација, играат клучна улога во изборот на професијата. Мотивите, како материјална сигурност и себеостварување,

влијаат на конечната одлука, а истовремено, интересите на адолесцентите се развиваат во согласност со нивната интелектуална и емоционална зрелост, што создава основа за идниот професионален избор. Односот помеѓу личните особини и професионалните интереси е значаен за успешниот избор на кариера и достигнување на професионална самореализација.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Juranko , (2014) . Povezanost dimenzija licnosti I odbrambeni mehanizmi . Zagreb
2. Ashley , K. Chason , Emily Bullock-Yowell , James P.Simpsons , Robert C. Reardon , Janet G. Lenz , (2013) . Relationships among caree thoughts career interests and career decision state . The Canadian journal of career development 2013 ,Vol.12
3. Otto B. ,(2000) . Youth perspectives on parental career influence . Journal of career development ,27
4. S.Angelkoska , G. Stankovska (2014) . Correlation between the professional intereste and gender of the young person . Journal of cognitive resesrch in science , vol 2
5. Sonja Pecjak , Katja Koshir (2007) . Personality , motivational factors and difficulties in career decision – Making in secondary school students psihologiske teme 16



**Проф. д-р Ѓорѓина Кимова**

Меѓународен Славјански Универзитет „Свети Николе,,  
Свети Николе  
Република Северна Македонија

**М-р Лилјана Лазова**

Институт за педагогија, Универзитет „Св.Кирил и Методиј“ - Скопје  
Република Северна Македонија

## ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНЦИЈА ВО ОБРАЗОВАНИЕТО

**АПСТРАКТ:** Емоционалната интелигенција игра клучна улога во сите сфери на човековото функционирање, а посебно е значајно да се развива уште од периодот на рано детство. Особено е важна во образовниот процес, влијаејќи на академските постигнувања, социјалните интеракции и психолошката благосостојба на учениците. Трудот ја анализира важноста на Емоционалната интелигенција во образованието, нејзините компоненти и стратегии за нејзино развивање кај учениците и наставниците. Акцент е ставен на преглед на истражувања за емоционалната интелигенција во образованието кои покажуваат дека развивањето на емоционалните вештини најмногу придонесува за подобро учење, намалување на стресот и создавање позитивна училишна клима.

**КЛУЧНИ ЗБОРОВИ:** емоционална интелигенција, образование, ученици, наставници, социјални вештини, академски успех

## EMOTIONAL INTELLIGENCE IN EDUCATION

**ABSTRACT:** Emotional intelligence plays a key role in all spheres of human functioning, and it is especially important to develop it from early childhood. It is especially important in the educational process, influencing academic achievement, social interactions and psychological well-being of students. The paper analyzes the importance of Emotional Intelligence in education, its components and strategies for its development among students and teachers. Emphasis is placed on a review of research on emotional intelligence in education, which shows that the development of emotional skills contributes most to better learning, reducing stress and creating a positive school climate.

**KEY WORDS:** emotional intelligence, education, students, teachers, social skills, academic success

**ВОВЕД**

Емоционалната интелигенција се дефинира како способност за свесност, разбирање и управување со сопствените емоции, како и за препознавање и управување на емоциите на другите (Goleman, 1995; Mayer & Salovey, 1997). Овој концепт, кој се смета за есенцијален за целокупното човеково функционирање, во последните години доби значително внимание во научната литература, особено поради неговото влијание врз личниот и социјалниот развој. Развојот

на емоционалната интелигенција, особено од периодот на рано детство, се смета за клучен за формирање на основите на здравата емоционална регулација, што има долгорочни позитивни ефекти врз академските постигнувања, социјалните интеракции и општата психолошка благосостојба на учениците.

Во контекст на образованието, емоционалната интелигенција игра централна улога. Истражувањата покажуваат дека учениците кои развиваат високи нивоа на емоционални вештини имаат поголема способност да се справуваат со стресот, да изградат позитивни меѓучовечки односи и да создадат поддржувачка и мотивирачка училишна клима. Овој труд има за цел да ги анализира значењето и компонентите на емоционалната интелигенција, со акцент во образовниот процес, како и да ги разгледа стратегиите за нејзино развивање кај учениците и наставниците. Преку преглед на досегашните истражувања, се истакнува дека интегрираниот пристап кон развојот на емоционалната интелигенција придонесува не само за подобро учење, туку и за општата благосостојба не само на учениците, туку на сите вклучени во образовниот процес.

## ТЕОРЕТСКИ ОСВРТ

Емоционалната интелигенција претставува способност за препознавање, разбирање, управување и употреба на сопствените и емоциите на другите луѓе. Даниел Голман (1995) ја дефинира емоционалната интелигенција како збир на способности кои вклучуваат самосвест, саморегулација, мотивација, емпатија и социјални вештини. Во образовниот контекст, овие аспекти на емоционалната интелигенција се покажуваат како клучни за успехот на учениците, како во академскиот, така и во социјалниот живот (Brackett & Rivers, 2014).

Емоционалната интелигенција се состои од повеќе компоненти, но најчесто во научната литература се експлоатираат пет основни компоненти (Goleman, 1995):

- » Самосвест – Способност за препознавање и разбирање на сопствените емоции.
- » Саморегулација – Управување со сопствените емоции на начин што ја подобрува приспособливоста.
- » Мотивација – Внатрешен двигател за постигнување цели и надминување на предизвици.
- » Емпатија – Разбирање и препознавање на емоциите на другите луѓе.
- » Социјални вештини – Ефективна комуникација и градење здрави односи. (Goleman, 1995).

Постојат повеќе модели на емоционална интелигенција.

Концептот на емоционална интелигенција еволуирал од поими како „социјална интелигенција“ и „емоционална сила“ до денешната употреба на терминот емоционална интелигенција.

Mayer и Salovey (1990, 1997) ја претставуваат емоционалната интелигенција како склоп на ментални способности организирани хиерархиски. Во нивниот првобитен модел, емоционалната интелигенција се состои од три компоненти: Препознавање и изразување на емоции: способност за точно идентификување на сопствените и туѓите емоции; емоционална фасилитација на мислењето: способност за искористување на емоциите за олеснување на когнитивните

процеси и решавање на проблеми; разбирање на емоциите: способност за анализа и интерпретација на емоциите.

Во 1997 година моделот е проширен со компонента на рефлексивна регулација на емоциите, која поттикнува емоционалниот и интелектуалниот развој (Mayer & Salovey, 1997). Шапиро (2007) истакнува дека емоционалната интелигенција не се спротставува на когнитивната интелигенција, туку ја комплементира, дополнува овозможувајќи интегриран развој на менталните и емоционалните вештини.

Според Bar-On (2006), емоционалната интелигенција може да се разгледа како збир на емоционални и социјални компетенции кои влијаат на способноста за соочување со барањата на околината. Бар Он моделот ги вклучува следниве димензии: Интраперсонални вештини: свест и разбирање на сопствените емоции и изразување на личните мисли и чувства; Интерперсонални вештини: свесност за емоциите на другите и способност за воспоставување и одржување квалитетни меѓучовечки односи; Адаптивност: флексибилност при прилагодувањето на емоциите во одговор на промените во околината; Менаџмент на стрес: способност за контролирање на импулсите и успешно справување со стресот; Општо расположение: задржување на оптимизам и позитивно емоционално расположение. Овој модел нагласува дека личностните карактеристики заедно со емоционалните вештини се клучни за личен успех (Bar-On, 2006).

Goleman (1998) ги проширува концептот на емоционална интелигенција воведувајќи ги личните и социјалните компетенции како две главни димензии: лични способности: вклучуваат самосвест и само-менаџмент, што се однесува на способноста за разбирање и регулирање на сопствените емоции и социјални способности: вклучуваат социјална свесност и управување со односите, вклучувајќи емпатија, ефективна комуникација и разрешување на конфликти.

Goleman (1998) истакнува дека емоционалната интелигенција е есенцијална за лидерството и успехот на работното место, како и за целокупната благосостојба, додека нагласува дека овие вештини може да се развиваат и усовршуваат со текот на животот. Сумирано, и покрај различните пристапи, сите модели потврдуваат дека емоционалната интелигенција е комплексен конструкт кој значително влијае на личниот, академскиот и професионалниот развој (Mayer & Salovey, 1997; Bar-On, 2006; Goleman, 1998).

## **ПРЕГЛЕД НА ИСТРАЖУВАЊА ЗА ЕМОЦИОНАЛНАТА ИНТЕЛИГЕНЦИЈА ВО ОБРАЗОВАНИЕТО**

Истражувањата во последните две децении покажуваат дека емоционалната интелигенција е поврзана со различни аспекти на образовниот успех. Според Mayer, Caruso и Salovey (1999), учениците со висока емоционалната интелигенција имаат подобри резултати во училиште, бидејќи подобро управуваат со стресот и ги регулираат своите емоции. Durlak et al. (2011) во својата мета-анализа на 213 испитаници за социјално-емоционално учење утврдуваат дека учениците кои биле вклучени во програми за развој на емоционална интелигенција покажуваат подобрување на академските постигнувања за 11% во споредба со контролните групи.

Jennings и Greenberg (2009) нагласуваат дека наставниците со високо развиена емоционална интелигенција создаваат подобра училнична средина, што води до поголема мотивација и ангажираност на учениците. Brackett, Rivers и

Salovey (2011) сугерираат дека емоционалната интелигенција на наставниците има значително влијание врз квалитетот на наставата и интеракциите со учениците.

Во контекст на психолошката благосостојба, Zeidner, Matthews и Roberts (2009) откриваат дека учениците со висока емоционална интелигенција имаат пониско ниво на анксиозност и депресија, што позитивно влијае врз нивното учење и социјален живот. Schonert-Reichl (2017) истакнува дека интегрирањето на социјално-емоционалното учење во наставните програми значително ја намалува агесијата и проблематичното однесување кај учениците.

Дополнително, други студии укажуваат на важноста на развојот на емоционалните вештини како клучен предиктор за академски успех и психолошка резилјентност. На пример, Petrides и Furnham (2001) покажуваат дека учениците со повисоки резултати во мерките за емоционална интелигенција имаат подобро управување со стресот и поголема способност за решавање на проблемите. Исто така, Parker, Saklofske и Wood (2005) го истакнуваат значењето на емоционалната интелигенција како фактор што влијае на училишниот успех. Во најнова мета-анализа, MacCann et al. (2020) докажуваат конзистентна врска помеѓу емоционална интелигенција и академските перформанси на различни популации, што ја нагласува универзалната важност на развојот на емоционалните вештини. Payton et al. (2000) ги истакнуваат улогата на социјално-емоционалното учење во промоција на менталното здравје и намалување на ризичните однесувања кај учениците, додека Bar-On (2006) предлага интегриран модел за емоционална интелигенција кој може да се применува во наставните практики за поддршка на целокупниот развој на учениците.

Генерално, истражувањата ја потврдуваат важноста на интегрирањето на програми за развој на емоционалната интелигенција во образовните системи со цел да се обезбеди холистичкиот развој на учениците, да се подобрат академските резултати и да се создаде позитивна и поддржувачка училнична средина.

## ПРЕПОРАКИ

Во училиштата, високото ниво на емоционална интелигенција кај учениците води до подобри академски резултати, поефикасно решавање конфликти, зголемена самодоверба и подобра психолошка благосостојба (Zeidner, Matthews, & Roberts, 2009). Истражувањата покажуваат дека наставниците со висока емоционална интелигенција создаваат поддржувачка средина, што го олеснува учењето и ги мотивира учениците да бидат поангажирани (Jennings & Greenberg, 2009).

Подобрувањето на емоционалната интелигенција (EI) во образованието може да се постигне преку неколку интегрирани пристапи кои се применуваат успешно во различни држави. Искуства кои можат да се адаптираат во нашата образовна средина се :

Интегрирањена програми за социјално-емоционално учење-Истражувањата покажуваат дека интегрирањето на овие програми во наставниот план значително ги подобрува академските резултати и емоционалната компетентност кај учениците (Jones & Kahn, 2020; Anderson & Ramirez, 2021). Овие програми ги поттикнуваат вештините на самосвест, самоуправување, емпатија и социјални вештини, овозможувајќи им на учениците да ги регулираат сопствените емоции и да воспоставуваат позитивни меѓучовечки односи.

Обучување и професионален развој на наставниците-Специјализираната обука за наставниците во областа на емоционалната интелигенција е клучна за создавање поддржувачка училишна клима. Garcia и Cooper (2020) истакнуваат дека наставници кои учествуваат во програми за развој на емоционалната интелигенција имаат поголема способност да управуваат со стресот и да мотивираат учениците, што резултира со зголемена ангажираност и подобри академски резултати.

Употреба на интерактивни технологии и дигитални алатки-Дигиталните платформи и мобилните апликации се навистина корисни за индивидуализирано следење на развојот на емоционалните вештини. Higgins и Patterson (2021) укажуваат дека технологии ориентирани кон емоционална интелигенција обезбедуваат интерактивни алатки за саморефлексија и персонализирано учење, што овозможува подобро следење на напредокот кај учениците и целосна прилагодба на наставните методи.

Вклучување на семејството и заедницата-Родителите и заедницата играат значајна улога во развојот на емоционалната интелигенција кај децата. Kim и Lee (2022) покажуваат дека програмите за социјално-емоционално учење кои ги вклучуваат семејството, како што се заедничките семинари и работилници, придонесуваат кон подобрување на емоционалната компетентност на учениците и ја засилуваат врската меѓу домот и училиштето.

Прилагодени и културно чувствителни социо-емоционални практики-За успешна имплементација на овие практики, неопходно е програмите да се прилагодат на специфичните културни и социоекономски карактеристики на учениците. Anderson и Ramirez (2021) заедно со Jones и Kahn (2020) сугерираат дека културно чувствителните и инклузивни практики го зголемуваат ангажманот на учениците и ја подобруваат релевантноста на учењето, што доведува до поголема ефикасност на програмите.

Сумирано, комбинацијата од интегрирани програми за емоционална интелигенција, целосна обука на наставниците, употреба на модерни технологии, активна вклученост на семејството и прилагодени културни практики создава солидна основа за подобрување на емоционалната интелигенција во образованието. Овие интервенции не само што придонесуваат кон подобрување на емоционалните вештини, туку и ја поттикнуваат академската перформанса и социјалната благосостојба на учениците.

Заклучно, емоционалната интелигенција е суштински дел од образованието, имајќи големо влијание врз академските постигнувања и психосоцијалниот развој на учениците. Воведувањето на стратегии за развој на ЕИ во образовните институции може да резултира со подобрена училишна клима, намалување на проблематичното однесување и зголемување на академската мотивација (Durlak et al., 2011). Поради тоа, интегрирањето на ЕИ во наставните програми е од суштинско значење за создавање на успешни и емоционално интелигентни индивидуи.

## РЕФЕРЕНЦИ

1. Anderson, B. P., & Ramirez, E. (2021). Social-emotional learning programs and academic outcomes: A systematic review. *Journal of School Psychology, 89*, 1–12.
2. Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). In R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace* (pp. 23–58). Jossey-Bass.
3. Brackett, M. A., & Rivers, S. E. (2014). Transforming students' lives with social and emotional learning. *International Handbook of Emotions in Education, 368-388*.
4. Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass, 5*(1), 88-103.
5. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development, 82*(1), 405-432.
6. Garcia, P. L., & Cooper, C. L. (2020). Innovative approaches to teacher training in emotional intelligence: Lessons from international practices. *International Journal of Educational Research, 105*, Article 101669.
7. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
8. Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. Bantam Books.
9. Goleman, D. (2006). *Social Intelligence: The New Science of Human Relationships*. Bantam Books.
10. Higgins, L. T., & Patterson, M. (2021). The impact of technology-enhanced SEL interventions on student outcomes: A meta-analysis. *Educational Technology Research and Development, 69*(2), 389–408.
11. Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research, 79*(1), 491-525.
12. Jones, D., & Kahn, J. (2020). The evidence base for social-emotional learning: Supporting students' academic and emotional development. *Educational Review, 72*(5), 620–637.
13. Kim, J., & Lee, H. (2022). Family involvement and its impact on children's emotional competence: Evidence from East Asia. *Child Development Research, 2022*, Article 847362.
14. MacCann, C., Joseph, D. L., Newman, D. A., & Holmes, B. M. (2020). Emotional intelligence and academic performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 146*(2), 150–186.
15. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–31). Basic Books.
16. Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *International Journal of Emotional Education, 1*(1), 29–44.
17. Parker, J. D. A., Saklofske, D. H., & Wood, L. M. (2005). Emotional intelligence and academic performance: An exploration of the trait emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences, 39*(1), 83–92.
18. Payton, J. W., Wardlaw, D. M., Graczyk, P. A., Bloodworth, M. R., Tompsett, C.

- J., & Weissberg, R. P. (2000). Social and emotional learning: A framework for promoting mental health and reducing risk behavior in children and youth. *Journal of School Health*, 70(5), 179–185.
19. Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15(6), 425–448.
  20. Schonert-Reichl, K. A. (2017). Social and emotional learning and teachers. In R. L. Bush & M. Pressley (Eds.), *Social and emotional learning in the classroom* (pp. 155–168). Guilford Press.
  21. Shapiro, D. E. (2007). Emotional intelligence and cognitive functioning: Bridging the gap. *Journal of Applied Psychology*, 92(2), 215–230.
  22. Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2009). *What We Know about Emotional Intelligence: How It Affects Learning, Work, Relationships, and Our Mental Health*. MIT Press.



**Елена Златева**

Доктор психологических наук, доцент  
Международный славянский университет  
Республика Северная Македония

## **СОВРЕМЕННЫЕ ФОРМЫ ОТНОШЕНИЙ: ПОЛИАМОРИЯ, ОТКРЫТЫЕ ОТНОШЕНИЯ, ДЛИТЕЛЬНЫЕ ДИСТАНЦИОННЫЕ ОТНОШЕНИЯ**

В современном обществе традиционные модели отношений, такие как моногамный брак, перестают быть единственной социально приемлемой формой партнерства. На смену им приходят альтернативные модели, включая полиамирию, открытые отношения и длительные дистанционные отношения. Эти формы взаимоотношений отражают изменения в социальных, культурных и технологических условиях, а также трансформацию ценностей и норм в обществе.

Актуальность изучения современных форм отношений обусловлена их растущей популярностью и влиянием на социальные структуры. В условиях глобализации, цифровизации и индивидуализации люди все чаще ищут гибкие и адаптивные модели, которые соответствуют их потребностям и образу жизни. Понимание этих форм отношений позволяет не только расширить научные представления о партнерстве, но и разработать практические рекомендации для поддержки людей, выбирающих нетрадиционные модели.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** модель, отношения, полиамирия, открытые отношения, партнерство, дистанционные отношения.

## **MODERN FORMS OF RELATIONSHIPS: POLYAMORY, OPEN RELATIONSHIPS, LONG-TERM LONG-DISTANCE RELATIONSHIPS**

In modern society, traditional relationship models such as monogamous marriage are no longer the only socially acceptable form of partnership. They are being replaced by alternative models, including polyamory, open relationships, and long-term long-distance relationships. These relationship forms reflect changes in social, cultural, and technological conditions, as well as the transformation of values and norms in society.

The relevance of studying modern relationship forms is due to their growing popularity and influence on social structures. In the context of globalization, digitalization, and individualization, people are increasingly looking for flexible and adaptive models that suit their needs and lifestyle. Understanding these relationship forms allows us not only to expand scientific understanding of partnership, but also to develop practical recommendations to support people who choose non-traditional models.

**KEY WORDS:** model, relationships, polyamory, open relationships, partnership, long-distance relationships.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТРАДИЦИОННЫХ И СОВРЕМЕННЫХ ФОРМ ОТНОШЕНИЙ

Традиционные формы отношений, в особенности моногамный брак, исторически рассматривались как социальная норма и основа семейных структур во многих культурах. Моногамия, подразумевающая эксклюзивность романтической и сексуальной связи между двумя партнерами, на протяжении веков поддерживалась религиозными, правовыми и культурными институтами (Cherlin, 2004). Однако с развитием общества, изменением ценностей и расширением индивидуальной автономии стали возникать и получать распространение альтернативные модели отношений, которые пересматривают традиционные представления о любви, верности и партнерстве.

Одной из таких альтернатив является **полиамория** — форма отношений, в которой партнеры осознанно и с взаимного согласия вступают в несколько эмоциональных и/или сексуальных связей одновременно. Исследования показывают, что полиаморные отношения характеризуются высокой степенью честности, открытого общения и консенсуса среди всех участников, что способствует их устойчивости и удовлетворенности (Sheff, 2014). В отличие от измены в моногамных отношениях, полиамория основывается на этическом принципе согласия всех вовлеченных сторон.

Еще одной распространенной современной формой отношений являются открытые отношения, в которых партнеры сохраняют эмоциональную близость и основную связь друг с другом, но допускают возможность сексуальных контактов с другими людьми. Подобные отношения, по мнению ряда исследователей, могут снижать уровень сексуальной неудовлетворенности и укреплять доверие между партнерами при наличии четких границ и правил взаимодействия (Conley et al., 2013).

Помимо этого, значительное распространение получили длительные дистанционные отношения, при которых партнеры, вследствие профессиональных, академических или личных обстоятельств, поддерживают связь на расстоянии. Исследования показывают, что такие отношения требуют более развитых коммуникативных навыков, высокой степени доверия и эмоциональной вовлеченности, что может способствовать их устойчивости при наличии сильной мотивации у обоих партнеров (Stafford, 2010). Современные технологии, включая видеосвязь и социальные сети, способствуют поддержанию эмоционального контакта в условиях географической разобщенности.

Рассмотренные модели демонстрируют динамичность и разнообразие современных форм отношений. Их изучение в рамках психологии, социологии и смежных дисциплин представляет собой актуальное направление исследований, поскольку оно позволяет глубже понять механизмы формирования, поддержания и трансформации партнерских связей в условиях меняющегося социального контекста.

Почему в современном мире появляются новые модели взаимоотношений? Появление новых форм отношений связано с глубокими изменениями в социальных, экономических и технологических условиях. Среди ключевых факторов можно выделить:

- » Индивидуализация: Современное общество ставит во главу угла личные потребности и свободу выбора, что позволяет людям экспериментировать с нетрадиционными моделями отношений.

Согласно концепции рефлексивной модернизации (Giddens, 1992), люди все чаще строят свои отношения, исходя из личных предпочтений, а не предписанных социальных норм.

- » Сексуальная революция: Изменение общественных взглядов на сексуальность, снижение табу на обсуждение интимных аспектов жизни и признание разнообразия в романтических и сексуальных ориентациях способствуют легитимации альтернативных моделей отношений. Бауман (2003) указывает, что в условиях постмодерна отношения становятся более гибкими и ориентированными на индивидуальные потребности.
- » Экономические изменения: Глобализация и рост мобильности рабочей силы приводят к увеличению числа дистанционных отношений. По данным Holmes (2014), экономическая нестабильность и необходимость карьерного роста заставляют людей адаптироваться к новым формам партнерства, включая временные и виртуальные связи.
- » Развитие цифровых технологий: Социальные сети, приложения для знакомств и онлайн-коммуникации упрощают поиск партнеров и поддержание контакта на расстоянии. Эти технологии способствуют развитию новых форм взаимодействия, таких как виртуальные романтические отношения и сетевые сообщества, объединяющие сторонников нетрадиционных моделей любви и партнерства.

Таким образом, изменения в обществе, культуре и технологиях создают благоприятные условия для возникновения и распространения новых моделей взаимоотношений, что делает их изучение актуальным направлением современной научной мысли.

### **ВЛИЯНИЕ ГЛОБАЛИЗАЦИИ, ЦИФРОВИЗАЦИИ И ИЗМЕНЕНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ НОРМ**

Глобализация и цифровизация играют ключевую роль в трансформации отношений, способствуя изменению традиционных моделей партнерства и формированию новых способов взаимодействия между людьми. Среди основных факторов, влияющих на этот процесс, можно выделить:

- » **Глобализация:** Увеличение мобильности и межкультурных контактов способствует распространению новых идей и моделей взаимоотношений. По мнению Beck & Beck-Gernsheim (2014), глобализация не только расширяет границы романтических связей, но и стимулирует культурный обмен, приводя к интеграции различных традиций в сфере межличностных отношений.
- » **Цифровизация:** Развитие цифровых технологий, включая социальные сети, приложения для знакомств и видеосвязь, оказывает значительное влияние на способы установления и поддержания отношений. Согласно Duguay (2019), онлайн-платформы не только облегчают поиск партнеров, но и создают условия для существования новых форм взаимодействия, таких как виртуальные отношения, полиаморные сети и гибридные модели партнерства.
- » **Изменение социальных норм:** Современное общество становится более толерантным к разнообразию в межличностных отношениях, что создает благоприятные условия для экспериментов с новыми формами

партнерства. Как отмечает Jamieson (2013), изменения в общественных представлениях о гендерных ролях, сексуальной ориентации и семейных структурах способствуют легитимации альтернативных моделей отношений, снижая стигматизацию нетрадиционных союзов.

Итак, мы видим, что влияние глобализации, цифровизации и изменения социальных норм формирует новую картину взаимоотношений, в которой традиционные модели сосуществуют с альтернативными формами партнерства. Эти процессы требуют дальнейшего изучения в рамках современных социальных и гуманитарных наук, поскольку они затрагивают ключевые аспекты идентичности, самореализации и межличностной коммуникации в условиях изменяющегося мира.

### **ОПРЕДЕЛЕНИЕ И ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ (ЭТИЧНОЕ НЕМОНОГАМНОЕ ПАРТНЕРСТВО)**

**Полиамория** — это форма этичного немоногамного партнерства, при которой участники сознательно выбирают иметь несколько эмоциональных и/или сексуальных связей одновременно, с согласия всех сторон (Sheff, 2014). Основные принципы полиамории включают:

- » **Согласие и информированность:** Все участники отношений знают о существовании других партнеров и согласны на такие условия.
- » **Этичность:** Отношения строятся на честности, уважении и открытости.
- » **Эмоциональная вовлеченность:** В отличие от других форм немоногамии, полиамория предполагает глубокие эмоциональные связи с несколькими партнерами.

Эти принципы делают полиамирию уникальной формой отношений, которая требует высокого уровня коммуникации и саморефлексии. Исследования показывают, что успешные полиаморные партнерства характеризуются осознанностью, гибкостью и взаимной поддержкой, что делает их предметом особого интереса в области психологии и социологии (Barker & Langdridge, 2010).

### **ВИДЫ ПОЛИАМОРИИ**

Полиамория может принимать различные формы в зависимости от структуры и динамики отношений:

- » **Иерархическая полиамория:** Один партнер считается “первичным”, а другие — “вторичными”. Например, супружеская пара может иметь дополнительные связи, но приоритет отдается основным отношениям (Anapol, 2010).
- » **Равноправная полиамория:** Все партнеры имеют равный статус, и иерархия отсутствует.
- » **Соло-полиамория:** Человек поддерживает несколько отношений, но не стремится к созданию традиционной семьи или совместного быта (Veaux & Rickert, 2014).
- » **Сетевые отношения:** Партнеры образуют сложные сети связей, где каждый может иметь несколько отношений одновременно.

Эти формы отражают разнообразие подходов к полиамории и позволяют адаптировать ее под индивидуальные потребности.

### **ОСНОВНЫЕ ТРУДНОСТИ И ВЫЗОВЫ (РЕВНОСТЬ, КОММУНИКАЦИЯ, СОЦИАЛЬНОЕ НЕПРИЯТИЕ)**

Несмотря на рост популярности полиамории и других форм этичной немоногамии, участники таких отношений сталкиваются с рядом сложностей:

- » **Ревность:** Одним из главных вызовов является управление ревностью. В полиаморных отношениях ревность часто рассматривается как чувство, с которым можно работать с помощью честного общения, эмоциональной регуляции и осознания собственных границ (Sheff, 2014).
- » **Коммуникация:** Успешное поддержание немоногамных отношений требует развитых навыков межличностной коммуникации. Открытое обсуждение потребностей, ожиданий и границ помогает минимизировать конфликты и укреплять доверие (Barker, 2013).
- » **Социальное неприятие:** Во многих обществах немоногамные отношения сталкиваются с предубеждениями и стигматизацией. Это может выражаться в осуждении со стороны родственников, коллег или друзей, а также в юридических и институциональных барьерах (Conley et al., 2013).

Преодоление этих вызовов требует значительных эмоциональных усилий, но способствует развитию личностной зрелости, эмпатии и глубокой эмоциональной связи между партнерами.

Полиамория имеет как положительные, так и отрицательные аспекты:

**Положительные аспекты:** Полиаморные отношения могут способствовать развитию открытости, честности и эмоциональной зрелости. Участники таких отношений часто обладают более развитыми навыками коммуникации и решения конфликтов, что делает их взаимодействие более осознанным и устойчивым (Barker, 2013).

**Отрицательные аспекты:** Среди сложностей можно выделить необходимость сложной координации, управление эмоциями (включая ревность) и социальное давление, связанное с негативным восприятием полиамории в традиционных обществах (Sheff, 2014).

Таким образом, полиамория представляет собой сложную и многогранную модель взаимоотношений, которая требует высокой степени саморефлексии, честности и адаптивности.

### **РАЗЛИЧИЕ МЕЖДУ ПОЛИАМОРИЕЙ И ОТКРЫТЫМИ ОТНОШЕНИЯМИ**

Полиамория и открытые отношения представляют собой два типа немоногамных отношений, которые в последние десятилетия привлекли внимание ученых и широкой общественности. Несмотря на внешнее сходство, между ними существует значительное различие, как в теоретическом, так и в практическом плане. Полиамория и открытые отношения часто используются

как взаимозаменяемые термины, однако важно понимать их различие на концептуальном уровне. Полиамория — это форма отношений, в которых партнеры сознательно выбирают иметь несколько интимных и эмоциональных связей одновременно, основываясь на принципах честности, открытости и согласия (Barker & Langdridge, 2010). Это предполагает наличие взаимных обязательств и привязанностей между партнерами, что отличает полиаморию от традиционных моделей моногамных отношений, в которых предполагается исключительность эмоциональных и сексуальных связей.

Открытые отношения, с другой стороны, обычно характеризуются разрешением сексуальных контактов с другими людьми за пределами основной пары, но без обязательства развивать эмоциональные связи с этими партнерами. Это может включать, например, сексуальные отношения без дальнейшего формирования романтической привязанности (Rubin, 2012). В отличие от полиамории, открытые отношения не предполагают существования множественных эмоциональных связей, а скорее ориентированы на сексуальную свободу, при этом центральная роль остается за основным партнером.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В заключение, можно утверждать, что личностный выбор в контексте отношений — будь то полиамория или открытые отношения — является не только отражением индивидуальных предпочтений, но и результатом динамичного взаимодействия с изменяющимся обществом. С развитием социальных и культурных норм, которые становятся все более гибкими и инклюзивными, общество постепенно воспринимает более разнообразные формы межличностных связей. В этом контексте личностный выбор становится важным индикатором того, как индивид адаптируется к этим изменениям и как его восприятие романтических и сексуальных отношений меняется с течением времени.

Социокультурные изменения, такие как повышение уровня принятия альтернативных форм отношений и рост индивидуализма, создают условия для того, чтобы люди могли свободно выбирать свои отношения, основываясь на собственных потребностях и ценностях. Однако такие изменения не всегда происходят без вызовов, включая необходимость адаптации к новым нормам и преодоления стереотипов. Личностная способность к адаптации, открытость новым опытам и поиску баланса между индивидуальными желаниями и социальными ожиданиями становятся ключевыми факторами, определяющими успешность такого выбора.

Анализ исследуемой проблемы показал, что личностный выбор в отношениях представляет собой не только осознанный акт, но и сложный процесс, в котором важное место занимает способность индивида адаптироваться к быстро меняющемуся обществу, отражая его тенденции, но и внося свой вклад в развитие этих изменений.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Anapol, D. (2010). *Polyamory in the 21st Century: Love and Intimacy with Multiple Partners*. Rowman & Littlefield Publishers.
2. Barker, M. (2013). *Polyamory and Communication: Navigating Relationships in the 21st Century*. Routledge.
3. Barker, M., & Langdridge, D. (2010). *Understanding Non-Monogamies*. Routledge.
4. Bauman, Z. (2003). *Liquid Love: On the Frailty of Human Bonds*. Polity.
5. Beck, U., & Beck-Gernsheim, E. (2014). *The Normal Chaos of Love*. Polity.
6. Cherlin, A. J. (2004). The Deinstitutionalization of American Marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 848–861.
7. Conley, T. D., Moors, A. C., Matsick, J. L., & Ziegler, A. (2013). The Evolution of Polyamory: Development and Empirical Insights. In K. L. McDaniel (Ed.), *Polyamory: A Critical Introduction* (pp. 78-100). Routledge.
8. Duguay, S. (2019). *Queer Women and Digital Media*. Routledge.
9. Giddens, A. (1992). *The Transformation of Intimacy: Sexuality, Love, and Eroticism in Modern Societies*. Polity.
10. Holmes, B. M. (2014). The Complexity of Long-Distance Relationships: A Review of the Literature. *Journal of Social and Personal Relationships*, 31(2), 1-19.
11. Jamieson, L. (2013). Intimacy and the Community: A Critical Examination of Sexual Norms. *Sociological Review*, 61(4), 619-633.
12. Rubin, L. (2012). Open Relationships: Communication and Trust in a New Era. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(3), 134-150.
13. Sheff, E. (2014). *The Polyamory Breakthrough: The Incredible Possibilities of Love Without Limits*. New Harbinger Publications.
14. Stafford, L. (2010). Maintaining Long-Distance Relationships: A Review of the Literature. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(1), 18-38.
15. Veaux, G., & Rickert, E. (2014). *More Than Two: A Practical Guide to Ethical Polyamory*. Thorntree Press.



**Asst. prof. Milena Spasovska, PhD**

Faculty of Psychology, International Slavic University  
Republic of North Macedonia

## PSYCHODIAGNOSTIC ASSESSMENT OF THE QUALITY OF ROMANTIC RELATIONSHIP

**ABSTRACT:** Psychodiagnostic assessment of romantic relationships is a process designed to gather information about the couple's functioning. The goal is to identify factors that influence the relationship's quality and, based on this, to provide recommendations for improvement or therapeutic intervention. Professionals use a combination of psychodiagnostic tools, both naturalistic and psychotechnical, depending on the goals of the assessment, the theoretical orientation of the psychologist and the context in which the assessment is made. These tools help explore key areas such as communication, relationship dynamics, emotional interactions, and overall functioning within couple relationships.

This paper provides a review of the most widely used diagnostic tools for assessing romantic relationship, including interview, observation, tests, techniques, and scales. Assessing the quality of a romantic relationship provides insight into the strengths, weaknesses, and specifics of relational dynamics, helping professionals to identify challenges and to plan interventions in order to improve the functioning and mutual satisfaction in the couple's relationship.

**KEY WORDS:** romantic relationship, couple, partners, psychological assessment, psychodiagnostic tools

### INTRODUCTION

The the formation of a strong and stable romantic relationship is one of the most important developmental tasks in adulthood. Romantic relationships are particularly important because they are the relationships in which we are most involved, and therefore become the most influential ties in our functioning. We develop connection in which we invest feelings, intimacy, passion, respect, commitment, plans and projections for the future. According to Settersten (2015) our identity, opportunities and activities are intertwined with our close relationships.

Regardless of the form of the romantic relationship, for decades, theory and practice have attempted to assess the determinants that distinguish happy, successful, and functional relationships from less functional ones. With the development of family and couples therapy, the need to assess romantic and marital relationships is increasingly emphasized, especially due to research findings that indicate that close relationships have implications for overall personal well-being, psychological stability, and general health. (Shrout et. al., 2014; Ross et. al., 2019; Gómez-López, Viejo & Ortega-Ruiz, 2019) Since it is a complex construct that includes various components, the process of psychodiagnostic assessment of a romantic relationship is complex and includes the use of naturalistic and psychotechnical tools. (Smith, Guérard, Leduc & El-Baalbaki, 2019; Слепкова и Заеко, 2006) The application is broad and helps partners, therapists, researchers, and other professionals to understand the specifics of partners' functioning in different areas, and their mutual perception of the quality of their relationship. This includes communication patterns, areas of conflict, degree

of attachment, expression of emotions, problem-solving skills and much more. (Domingue & Mollen, 2009; Lee, Taylor, Holbert & Graham, 2019; Smith & Williams, 2016) Depending on the purpose of the psychodiagnostic exploration, a selection of appropriate psychodiagnostic tools should be made, aiming to gather data on the quality of the romantic relationship through specific dimensions of assessment.

In this paper, an overview of psychodiagnostic tools for assessing various aspects of relationship quality and functioning will be made. The goal of the assessment is not only to diagnose potential challenges in the couple's functioning, but also to provide insight into their specificities, strengths and weaknesses, to improve their relationship and the general functioning of the partners. (Antonopoulos & Wagner, 2024; Fentz & Trillingsgaard, 2016) The assessment is particularly useful for psychologists and psychotherapists when working with couples, regardless of the form of their relationship, because it gives them insight into all important aspects of their functioning and helps them develop and select adequate therapeutic interventions.

### QUALITY OF ROMANTIC RELATIONSHIP AS A CONSTRUCT

A review of the existing literature on the concept of relationship quality reveals a variety of determinants that influence the quality of romantic relationships. Research shows that a wide range of factors influence the quality of a relationship, and these can be largely determined by the theoretical perspective of the authors or the influences underlying certain psychological models, as well as the type of relationships they are aimed at. Initially, we encounter different formulations that encompass the evaluation of partner relationships across several dimensions, including positive and negative aspects of the relationship, attitudes, behaviors, and interaction patterns. (Johnson, 1995; Fincham & Beach, 2010; Slatcher, 2010; Bradbury, Fincham, & Beach, 2000) Најчесто се користат термините квалитет на партнерска релација, задоволство од партнерска релација, функционалност и слични термини, во чија основа е потребата да се измери одразот на севкупните чувства на парот кон нивниот однос, или степенот до кој партнерите ја перцепираат нивната врска како позитивна или негативна. (Kluwer, 2010; Farooqi, 2014) The terms relationship quality, relationship satisfaction, functionality, and similar formulations are most commonly used, based on the need to measure the reflection of a couple's overall feelings toward their relationship, or the extent to which partners perceive their relationship as positive or negative. (Kluwer, 2010; Farooqi, 2014)

The interpersonal approach to determining the quality of a relationship is predominantly focused on the patterns of interaction between partners, and the focus of this model is on their communication, their conflict behaviors, and the time they spend with each other.<sup>1</sup> The intrapersonal approach, on the other hand, emphasizes the subjective attitude and assessment of the couple's relationship.<sup>2</sup> According to the systems theory, the quality of romantic relationships is assessed across multiple dimensions, including commitments, love, communication, conflict and compromises, agreement, and specific tasks at different stages of development of the relationship. In the objective assessment of couples functioning in therapy process with a systemic approach, communication, relationships, system structure, beliefs, rules, repetitive

1 Vangelisti, A. (2002). Interpersonal processes in romantic relationships. *Handbook of Interpersonal Communication*. 643-679.

2 Fincham, F. & Rogge, R., 2010. Understanding relationship quality: Theoretical challenges and new tools for assessment. *Journal of Family Theory and Review*, 2(4), 227-242.

patterns of behavior, and the strengths of the partners are observed. (Спасовска, 2022) The attachment theory, emphasizes the role of early childhood experiences in shaping attachment styles, as well as the influence of different styles on the dynamics of partner relationships, including mutual trust, emotional closeness, intimacy, and conflict management.<sup>3</sup> The theoretical basis and clinical practice of cognitive-behavioral couples therapy focuses on communication, problem and conflict resolution, cognitive restructuring, identification and expression of emotions, expression of affection, acceptance and tolerance of differences, as well as potential sexual difficulties that partners may have.<sup>4</sup>

Various authors expand the definition of the quality of romantic relationships with multiple factors that can have an impact on the overall experience of couples. According to Farooqui (2014), love styles, self-affirmation and self-enhancement, personality traits, emotional intelligence, partner support, positivity bias, and economic factors are common determinants of relationship quality. According to Tavakol et al. (2016), partner satisfaction is a multidimensional concept influenced by many factors, including the age of the partners, the duration of the partner relationship, ethnicity, personal characteristics, mental maturity, way of thinking, perception of one's own self and others, life expectations, emotional intelligence of the couple, communication and problem-solving skills, religious beliefs, mutual understanding and respect, love, attachment to each other, intimacy, trust, commitment, loyalty, educational status, family financial situation, economic factors, cognitive and emotional factors, physiological factors, behavioral patterns, social support, violence, sexual function, physical attractiveness, presence of children, parenting style, relationships with relatives and friends, how free time is spent, conflict, stress and many other factors on a individual and social level. According to Becker et al. (2017), couples are more satisfied with their relationship when it is consistent with their partners' expectations, and vice versa. Olson and Olson (2000) identify ten categories that can predict a stable and functional relationship. They are ranked in the following order: communication, flexibility, closeness, personality traits, conflict resolution, sexual relationships, leisure activities, family and friends, financial management, and spiritual beliefs.

Each of these approaches provides a basis for understanding the quality of romantic relationships through various factors, but no single theory or research can include all aspects of partner functioning and their mutual romantic relationship. (Spence, 2021; Wilson & Cousins, 2003). However, they are useful for gaining orientational insight into couples functioning for many purposes, especially in counseling and therapeutic work with partners.

### **PROCESS OF PSYCHODIAGNOSTIC ASSESSMENT OF THE QUALITY OF ROMANTIC RELATIONSHIP**

Psychodiagnostic assessment of the romantic relationship involves the use of psychological principles and methods in order to understand and assess the dynamics, functioning, and quality of the relationship. To make a quality assessment of the relationship, it is important to initially determine the purpose of the diagnostic assessment. In practice, various aspects of individual and partnership functioning are most often assessed to obtain information on specific issues of interest to partners and

3 Ouyang, Xinyue. (2025). Research on the Role of Attachment Style on the Dynamics of Romantic Relationship. *Communications in Humanities Research*. 65. 6-9. 10.54254/2753-7064/2024.19689.

4 Dugal, C., Bakhos, G., Bélanger, C., & Natacha Godbout (2018). *Cognitive-Behavioral Psychotherapy for Couples: An Insight into the Treatment of Couple Hardships and Struggles*.

the professionals who work with them. (Fentz & Trillingsgaard, 2016, Halford et al., 2010) Typically, assessments are a necessary part of a counseling and therapeutic process at different stages of the relationship (premarital, marital, pre-divorce), in divorce cases, when granting custody of children, or for research purposes.<sup>5</sup> It is especially important when partners are facing conflict situations, emotional difficulties, lack of effective communication, or other dysfunctional patterns of behavior that can affect their overall functioning and quality of life.

The assessment of romantic relationships is a complex process and involves a combination of naturalistic and psychotechnical approach. In clinical and therapeutic settings, assessment is considered the first step in partner treatment, with the aim of identifying the goals of the intervention and guiding treatment planning. However, assessment can be used throughout treatment to monitor progress and make decisions about discontinuation, and further, assessment itself can be used as a therapeutic intervention.<sup>6</sup> Within the framework of psychodiagnostic assessment, various methods and tools are used, such as interviews, observation, psychological tests, techniques, and scales, to gain a comprehensive understanding of the relationship's condition. They differ based on the specific goals and context in which the assessment is conducted, but the ultimate goal is to use the findings from the assessment to improve the functioning of the partners and their satisfaction with the relationship.

## **PSYCHODIAGNOSTIC TOOLS FOR ASSESSING THE QUALITY OF A ROMANTIC RELATIONSHIP**

The choice of assessment tools always depends on the specific goals of the assessment, as well as the theoretical orientation of the psychologist. A comprehensive assessment uses a combination of qualitative and quantitative methods that, when integrated, provide a more complete understanding of the couple's overall functioning and the quality of the relationship. In the following sections of this paper, an overview of psychodiagnostic tools for assessing the quality of a romantic relationship is presented.

### **Interview**

In a therapeutic and counseling process with partners, every assessment begins with an interview that can be unstructured, semi-structured, or structured. Each interview in a professional context is rooted in an individualized approach that delves into the core of client relationships. It is done with both partners and is aimed at obtaining information about the history and perspective of each partner.<sup>7</sup> This part of the assessment explores the narrative of the relationship, i.e. how the couple met, how they began their relationship, and what are the significant moments in the development of their partnership. Furthermore, the individual background of the partners is explored, including family dynamics in primary families, experiences from past relationships, cultural influences, developmental expectations, life transitions, assessment of individual and relational strengths and challenges. The assessment

5 Snyder, D.K., Cozzi, J.J., Grinch, J., & Luebbert, M.C. (2001). The tapestry of couple therapy: Interweaving theory, assessment, and intervention. In S.H. McDaniel, D.D. Lusteran, & C. Philpot (Eds.), *A casebook for integrating family therapy: An ecosystemic approach*. Washington, DC: American Psychological Association

6 Ritchie, L.L., Knopp, K., Rhoades, G.K. (2019). Assessment in Couple and Family Therapy. In: Lebow, J.L., Chambers, A.L., Breunlin, D.C. (eds) *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8\\_384](https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8_384)

7 J. Flowers Health Institute's multidisciplinary staff (n.d.). Assessment Tools and Methodologies in Couples Therapy Assessments. Retrieved February 13, 2025 from <https://jflowershealth.com/couples-therapy-assessments/>

process focuses on the strengths of the couple (shared values, communication patterns, supportive behaviors, emotional intelligence, problem-solving skills), the areas that are problematic for the couple (areas of conflict, unmet needs, communication difficulties, jealousy, insecurities, mental health difficulties, etc.), as well as common goals in the future. Data can be obtained in a joint meeting, but also in individual sessions with the partners.<sup>8</sup>

Interviews occupy a central position in psychological assessment, providing essential information about the current state of clients, their experiences, their attitude towards the process and for understanding key issues about their relationship. Research shows that the majority of marriage therapists in the United States do not use structured methods, and they predominantly use interviews for partner assessment. (Lavee & Avisar, 2006; Bray, 1995) By applying effective interviewing techniques, meaningful data can be obtained on the basis of which the work with the couple will be structured, depending on their goals. Although the use of the interview as a diagnostic tool is more than necessary, it is still important to emphasize that a quality assessment is based on the use of a combination of tools in order to be more comprehensive.

### **Observation**

Observation of a couple's interaction in understanding their relationship is invaluable for assessing the quality of their relationship because it provides insight into specific behaviors, as well as sequences of actions that occur before and after them. (Bulling et al., 2023) Studies show that 60-65% of interpersonal communication in psychotherapy is nonverbal, and it can be good representation of the attitudes and emotional state of clients. For these reasons, psychologists and therapists are particularly careful in their observation, and they begin to notice all significant reactions and behaviors from the moment the sessions with partners are scheduled until their completion. Systematic observation of partners' interactions refers to communication patterns (are they clear, respectful, empathetic or is there shouting, avoidance of communication, etc.), emotional responses (expression of positive and negative emotions), conflict resolution (constructively through compromise and agreement, or through escalation, avoidance), distribution of power, attitude towards issues related to intimacy, security, trust, support. (Kenny, Kashy, Cook, 2020; Liekmeier, 2024) Likmeer's (2024) research on the process of observing partner interactions shows that observed interactions during therapy sessions do not correspond with the partners' self-assessment findings, which emphasizes the need for the observation method to be indispensable in assessing relationship quality. There is an attempt to create quantitative observational methods (e.g., the Marriage Interaction Coding System) that seek to systematically collect data on the quality of a relationship by monitoring nonverbal cues and emotional responses. (Heyman, Weiss & Eddy, 1995; Humbad, Donnellan, Klump, & Burt, 2011) However, the naturalistic approach to observation still retains its deserved primacy, because it is the relationship between partners and the evaluator that supports and encourages the authenticity of the partners.

### **Tools for assessing the quality of a romantic relationship**

Over the years, numerous instruments have been developed to assess the quality of a romantic relationship, ranging from self-assessment inventories to

<sup>8</sup> Lebow, J., & Snyder, D. K. (2022). Couple therapy in the 2020s: Current status and emerging developments. *Family process*, 61(4), 1359–1385. <https://doi.org/10.1111/famp.12824>

complex tests and scales that contain a wide range and scope of assessment. (Delatore & Wagner, 2020) Depending on the goals of the assessment, a selection of the most useful tools can be made that will be able to respond to the needs of the examination. It is important to note that the previously mentioned diagnostic procedures have a predominantly qualitative form, while the application of psychotechnical tools in the assessment of partner relations has both qualitative and quantitative aspects, so their application can be wider. Table 1 contains an overview of various tools used to assess the dynamics and quality of couple's relationship, designed to assess different aspects of their functioning. They are grouped into three sections: Personality Assessment Tools, Relationship Quality Assessment Tools, and Projective Techniques.

Table 1. Diagnostic Tools for Measuring the Quality of Romantic Relationships

Type	Tool	Description	Key Features
<b>Personality Assessments</b>	NEO Personality Inventory-Revised (NEO PI-R) <sup>1</sup>	Measures five broad personality traits: Neuroticism, Extraversion, Openness, Agreeableness, Conscientiousness	The assessment of satisfaction and compatibility in partner relationships involves comparing the individual profiles of both partners, focusing on their similarities and differences. This process helps determine how each partner's personality traits align with the achievement of shared goals in the relationship, assesses the level of compatibility, and explores the connection between individual characteristics and the overall relationship dynamics.

<sup>1</sup> Piedmont, R. L., & Rodgeron, T. E. (2013). Cross-over analysis: Using the FFM and NEO PI-R for assessing couples (pp. 375-394). In P. T. Costa and T. A. Widiger (Eds.), *Personality disorders and the five-factor model of personality* (3rd ed). Washington, DC: American Psychological Association.

	Myers-Briggs Type Indicator <sup>1</sup>	The MBTI operationalizes personality preferences through questions that assess an individual's tendency toward one end of a spectrum in the following 4 categories: Energy, Perceiving, Judging, Orientation.	This personality inventory categorizes individuals into 16 distinct personality types. It can help couples understand each other's cognitive styles, decision-making processes, and communication preferences.
	Minnesota Multiphasic Personality Inventory <sup>2</sup> <sup>3</sup>	Psychological test designed to measure the presence of psychopathology in an individual by using three validity scales and ten clinical scales.	This test does not measure relationship dynamics, but experienced clinicians can interpret the findings on relational level. It can help identify psychological abnormalities that may impact the relationship, as well as reveal strengths and weaknesses in emotional regulation and coping strategies for managing challenges.
<b>Relationship Quality Assessments</b>	Dyadic Adjustment Scale (DAS)	32-item questionnaire that measures an individual's perceptions of his/her relationship with an intimate partner.	The assessment is made across four dimensions: Dyadic Consensus, Dyadic Satisfaction, Dyadic Cohesion, and Affective Expression. The obtained results may indicate positive or negative dyadic adjustment.

1 Douglass, F. M. & Douglass, R. (1993). The Validity of the Myers-Briggs Type Indicator for Predicting Expressed Marital Problems. *Family Relations* Vol. 42, No. 4, pp. 422-426

2 Psychological test designed to measure the presence of psychopathology in an individual by using three validity scales and ten clinical scales.

3 Lee, T. T. C., Taylor, A. M., Holbert, A. M., & Graham, J. R. (2019). MMPI-2-RF predictors of interpersonal relationship characteristics in committed couples. *Psychological assessment*, 31(9), 1118–1124. <https://doi.org/10.1037/pas0000735>

	Relation Quality Scale (RQ) <sup>4</sup>	Measures an individual's perception of his or her relationship quality in their current partnership.	The relation quality accessed with this scale is observed as the degree to which a commitment between partners exists, mutual enjoyment (including companionship) is present, and a sense that this person is the "right" one.
	Locke-Wallace Marital Adjustment Test (MAT) <sup>5</sup>	Short (15-item) self-report measure of marital satisfaction and areas of disagreement.	Assesses the degree of satisfaction and overall adjustment within a marriage. It helps in understanding how couples feel about their relationship, communication, and various aspects of marital life.
	Relationship Assessment Scale (RAS) <sup>6</sup>	A 7-item scale designed to measure general relationship satisfaction.	The scale is designed to evaluate various aspects of the relationship, such as communication, emotional intimacy, and general satisfaction and it is commonly used in research, therapy, and counseling settings to gauge relationship satisfaction.
	The Marital Satisfaction Scale (MSS)	Includes 101 yes-no items aiming to reveal couples' opinions about their marriages.	The scale is comprised of two parts. The first part contains 92 items related to the sub-dimensions of the marital satisfaction, and the second part includes 9 items to be responded by individuals with children accessing their understanding of parenting.

4 Chonody, J. M., Gabb, J., Killian, M., & Dunk-West, P. (2018). Relationship Quality Scale (RQ) [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t77170-000>

5 Fink, B.C., Shapiro, A.F. (2019). Locke-Wallace Marital Adjustment Test. In: Lebow, J.L., Chambers, A.L., Breunlin, D.C. (eds) Encyclopedia of Couple and Family Therapy. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8\\_405](https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8_405)

6 Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 93-98

	Couple Satisfaction Index (CSI) <sup>7</sup>	Widely used assessment tool for measuring relationship satisfaction in romantic partnerships. The CSI comes in a 32-item version and shorter versions of a 16-item and a 4-item scale.	Measures various aspects of relationship satisfaction, including communication, intimacy, and overall happiness. It is particularly valuable for initial relationship assessments, tracking changes in satisfaction over time, and evaluating the effectiveness of couples therapy.
<b>Projective Techniques</b>	Relational Drawings <sup>8</sup>	The drawings in working with couples and families can be seen as spontaneous expressions of their condition, and can be used as metaphorical and nonverbal method.	When using drawings in couple assessment it is crucial to note that the content of the drawings is not central, but rather the partners' interactions, reflections, experiences etc.
	Genogram <sup>9</sup>	A family tree showing the partners' family history through at least 3 generations.	Genograms can be used to elicit couple narratives and expand cultural stories, to reframe and detoxify family legacies, to discover unique strengths and resources, to look at life changing events, to uncover sources of current dysfunction, to find sources of resilience, and to place the current issue in the context of the family evolutionary patterns.

7 Rogge, Ronald. (2007). The Couples Satisfaction Index: CSI-16. 10.13140/RG.2.1.3149.7364.

8 Crenshaw, D.A., Gil, E. (2016). Family Drawing in Couple and Family Therapy. In: Lebow, J., Chambers, A., Breunlin, D. (eds) Encyclopedia of Couple and Family Therapy. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-15877-8\\_561-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-15877-8_561-1)

9 McGoldric, M., Gerson, R., Petry, S. (2008). Genograms: Assessment and Intervention (3rd ed.). Norton Professional Books

	Thematic Apperception Test (TAT) <sup>10</sup>	Type of projective test (a personality test) that involves describing ambiguous scenes to learn more about a person's emotions, motivations, and personality	TAT may be implemented to uncover unconscious thoughts, assess personality, and explore motivations, which makes it useful in clinical, research, and professional settings. In working with couples it can provide insight of the dynamics of each partner.
--	--	--	--

### Writing a report and recommendation

Depending on the context of the relationship assessment, it is sometimes necessary to present the obtained results from the assessment in a formal report and communicate the findings to the couple. In cases where data is being systematized for research purposes, reporting is different and is based on research methods and principles. Essentially, the report is an integration of the information obtained to gain a comprehensive understanding of the relationship. The feedback can also be shared in a therapy session, where the findings of the assessment, the implications for the relationship, and recommendations for interventions or further steps are presented. This reporting process is sensitive and tailored to the needs of the couple, as well as the specific goals for which the assessment was conducted. Sometimes the report can also be used as a therapeutic intervention, providing partners with insight into their functioning and areas of dysfunction. (Đurić – Jočić, 2018)

### CONCLUSION

The process of psychodiagnostic assessment of the quality of romantic relationship represents a systematic approach to analyzing various aspects of this relationship, in order to identify factors that influence its quality and to offer appropriate recommendations for its improvement or therapeutic support. (Lavik et al., 2022) Professionals conducting couple's assessments can use a combination of psychodiagnostic tools to conduct a quality and comprehensive assessment of areas of interest, depending on the purpose of the exploration. (Antonopoulos & Wagner, 2024) It is usually recommended to use a combination of naturalistic and psychotechnical tools, but their selection depends on the theoretical background of the psychologists or therapists conducting the assessment, the questions that are required to be answered, and the context in which the exploration is being done. The psychodiagnostic tools can help understand the ways in which partners communicate, develop and maintain their relationship, and how they function in the context of their shared life. (Lavee & Avisar, 2006; Bray, 1995)

This paper reviews the most commonly used diagnostic tools for assessing couples, starting from interview, observation, use of tests, techniques and scales.

<sup>10</sup> Araoz, D. L. (1972). The Thematic Apperception Test in marital therapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy: On the Cutting Edge of Modern Developments in Psychotherapy*, 5(1), 41–48. <https://doi.org/10.1007/BF02110528>

Psychodiagnostic assessment of a romantic relationship offers valuable insights into the specifics of partner functioning, their strengths and weaknesses, the characteristics of their relational dynamics, and the general functioning of the couple. It is important to note that psychodiagnostic assessment is a complex process that requires experience and dedication in analyzing the individual and joint aspects of building a partnership. It is important to note that psychodiagnostic assessment is a complex process that requires experience and dedication in analyzing the individual and joint aspects of building a romantic partnership. Consequently, the assessment can help professionals who work with couples to detect the difficulties that partners are facing, as well as to plan and implement targeted interventions and provide guidance to enhance partners functioning and strengthen mutual support and satisfaction.

## REFERENCES

1. Antonopoulos, Iris & Wagner, Anne. (2024). Multi-informant Adult and Couple Assessment. 10.1007/978-3-031-74838-7\_1.
2. Baker, L. R., McNulty, J. K., & VanderDrift, L. E. (2017). Expectations for future relationship satisfaction: Unique sources and critical implications for commitment. *Journal of Experimental Psychology: General*, 146(5), 700–721. <https://doi.org/10.1037/xge0000299>
3. Bradbury T. N., Fincham, F. D., Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*. 62:964–980. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x
4. Delatorre, M. Z., & Wagner, A. (2020). Marital quality assessment: Reviewing the concept, instruments, and methods. *Marriage & Family Review*, 56(3), 193-216.
5. Domingue, Rachel & Mollen, Debra. (2009). Attachment and conflict communication in adult romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*. 26. 678-696. 10.1177/0265407509347932.
6. Đurić - Jočić, Dragana. (2018). NEO PI-R primena i interpretacija. Centar za primenjenu psihologiju
7. Farooqi, Saif R. (2014). "The Construct of Relationship Quality". *Journal of Relationships Research*. 5: e2. doi:10.1017/jrr.2014.2. ISSN 1838-0956
8. Fentz, H.N., & Trillingsgaard, T. (2016). Checking-up on couples – A meta-analysis of the effect of assessment and feedback on marital functioning and individual mental health in couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42(1), 31-50
9. Fincham, F. & Rogge, R., 2010. Understanding relationship quality: Theoretical challenges and new tools for assessment. *Journal of Family Theory and Review*, 2(4), 227-242.
10. Gómez-López, M., Viejo, C., & Ortega-Ruiz, R. (2019). Well-Being and Romantic Relationships: A Systematic Review in Adolescence and Emerging Adulthood. *International journal of environmental research and public health*, 16(13), 2415. <https://doi.org/10.3390/ijerph16132415>
11. Halford, W.K., Wilson, K., Watson, B., Verner, T., Larson, J., Busby, D., ... Holman, T. (2010). Couple relationship education at home: Does skill training enhance relationship assessment and feedback? *Journal of Family Psychology*, 24, 188-196
12. Heyman, R. E., Weiss, R. L., & Eddy, J. M. (1995). Marital Interaction Coding System: Revision and empirical evaluation. *Behaviour Research and Therapy*, 33(6), 737–746. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)00003-G](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)00003-G)

13. Humbad, M. N., Donnellan, M. B., Klump, K. L., & Burt, S. A. (2011). Development of the Brief Romantic Relationship Interaction Coding Scheme (BRRICS). *Journal of family psychology : JFP : journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 25(5), 759–769. <https://doi.org/10.1037/a0025216>
14. Johnson, D., 1995. Assessing marital quality in longitudinal and life course studies. In J. Close Conoley & E. Buterick (Eds.) *Werth, Family Assessment*. Lincoln, NE, Buros Institute of Mental Measurements, University of Nebraska-Lincoln
15. Kenny, D. A., Kashy, D. A., & Cook, W. L. (2020). *Dyadic data analysis*. Guilford Publications.
16. Kluwer, Esther S. (2010). "From Partnership to Parenthood: A Review of Marital Change Across the Transition to Parenthood". *Journal of Family Theory & Review*. 2 (2): 105–125. doi:10.1111/j.1756-2589.2010.00045.x. ISSN 1756-2570
17. Lavee, Y., & Avisar, Y. (2006). Use of standardized assessment instruments in couple therapy: The role of attitudes and professional factors. *Journal of Marital and Family Therapy*, 32(2), 233–244. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2006.tb01602.x>
18. Lavik, K. O., McAleavey, A. A., Kvendseth, E. K., & Moltu, C. (2022). Relationship and Alliance Formation Processes in Psychotherapy: A Dual-Perspective Qualitative Study. *Frontiers in psychology*, 13, 915932. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.915932>
19. Lee, T. T. C., Taylor, A. M., Holbert, A. M., & Graham, J. R. (2019). MMPI-2-RF Predictors of Interpersonal Relationship Characteristics in Committed Couples. *Psychological Assessment*. Advance online publication. <http://dx.doi.org/10.1037/pas0000735>
20. Liekmeier, E. (2024). *Observational Analyses of Couple Interactions in Relationship Interventions*. University of Lausanne (Thesis)
21. Ross, K. M., Rook, K., Winczewski, L., Collins, N., & Schetter, C. D. (2019). Close Relationships and Health: The Interactive Effect of Positive and Negative Aspects. *Social and personality psychology compass*, 13(6), e12468. <https://doi.org/10.1111/spc3.12468>
22. Settersten, Richard A. Jr. (2015). Relationships in time and the life course: The significance of linked lives. *Research in Human Development*, 12, 217-223
23. Shrout, M. R., Wilson, S. J., Farrell, A. K., Rice, T. M., Weiser, D. A., Novak, J. R., & Monk, J. K. (2024). Dyadic, Biobehavioral, and Sociocultural Approaches to Romantic Relationships and Health: Implications for Research, Practice, and Policy. *Social and Personality Psychology Compass*, e12943. <https://doi.org/10.1111/spc3.12943>
24. Slatcher R. B. (2010) Marital functioning and physical health: Implications for social and personality psychology. *Social and Personality Psychology Compass*. 4:455–469. doi: 10.1111/j.1751-9004.2010.00273.x
25. Smith, E., Guérard, A., Leduc, H., & El-Baalbaki, G. (2019). Reciprocal Personality Assessment of Both Partners in a Romantic Relationship and Its Correlates to Dyadic Adjustment. *Social Sciences*, 8(10), 271. <https://doi.org/10.3390/socsci8100271>
26. Smith, T. W., & Williams, P. G. (2016). Assessment of social traits in married couples: Self-reports versus spouse ratings around the interpersonal circumplex. *Psychological assessment*, 28(6), 726–736. <https://doi.org/10.1037/1042-9673.28.6.726>

- org/10.1037/pas0000226
27. Spence, R. (2021). I'm So Satisfied: A Qualitative Approach to Understanding the Process of Marriage Satisfaction Among African American Couples. <https://aura.antioch.edu/etds/754>
  28. Wilson, Glenn & Cousins, Jon. (2003). Partner similarity and relationship satisfaction: Development of a compatibility quotient. *Sexual and Relationship Therapy*. 18. 10.1080/1468199031000099424.
  29. Слепкова, В. И., Заеко, Т. А. (2006). Психологическая диагностика семейных отношений. Мозырь: Содействие
  30. Спасовска, М. (2022). Особенности на семейното функциониране на семейства с деца със специални нужди. ВТУ „Св. Св. Кирил и Методий“, Философски факултет: Докторска дисертация



**Насл. доц. д-р Жаклина Трајковска-Анчевска**  
 ЈЗУ Универзитетска Клиника за Хематологија - Скопје  
 Република Северна Македонија

## ИНТЕГРИРАНИ ТЕОРЕТСКИ ПРИСТАПИ КОН ХОЛИСТИЧКА ГРИЖА ЗА ПАЦИЕНТИТЕ СО КАНЦЕР

**АПСТРАКТ:** Денешната грижа за ракот често обезбедува најсовремен биомедицински третман, но не успева да ги реши психолошките и социјалните (психосоцијални) проблеми поврзани со болеста. Овој неуспех може да ја компромитира ефикасноста на здравствената заштита и со тоа негативно да влијае на здравјето на пациентите со рак. Психолошките и социјалните проблеми создадени или влошени од ракот - вклучувајќи депресија и други емоционални проблеми; недостаток на информации или вештини потребни за справување со болеста; недостаток на транспорт или други ресурси; и нарушувања во работата, училиштето и семејниот живот -предизвикуваат дополнително страдање, го ослабуваат придржувањето кон пропишаните третмани и го загрозуваат враќањето на здравјето на пациентите. Денес, не е можно да се обезбеди квалитетна грижа за ракот без користење на постојните пристапи, алатки и ресурси за задоволување на психосоцијалните, здравствени потреби на пациентите. Сите пациенти со рак и нивните семејства треба да очекуваат и да добиваат грижа што обезбедува соодветни психосоцијални здравствени услуги.

**КЛУЧНИ ЗБОРОВИ:** психосоцијална поддршка, квалитет на живот, канцер

## INTEGRATED THEORETICAL APPROACHES TO HOLISTIC CARE FOR CANCER PATIENTS

**ABSTRACT:** Today's cancer care often provides state-of-the-art biomedical treatment but fails to address the psychological and social (psychosocial) problems associated with the disease. This failure can compromise the effectiveness of health care and thus negatively affect the health of cancer patients. Psychological and social problems created or exacerbated by cancer—including depression and other emotional problems; lack of information or skills needed to cope with the disease; lack of transportation or other resources; and disruptions to work, school, and family life—cause additional suffering, weaken adherence to prescribed treatments, and jeopardize patients' recovery from illness. Today, it is not possible to provide quality cancer care without utilizing existing approaches, tools, and resources to meet patients' psychosocial health needs. All patients with cancer and their families should expect and receive care that provides appropriate psychosocial health services.

**KEYWORDS:** psychosocial support, quality of life, cancer

Здравјето е комплексен поим а неговото определување не е само од биолошките процеси, туку и од емоциите, однесувањето и социјалните односи на луѓето. За жал, овие фактори често се игнорираат или не се доволно дефинирани како дел од системот на здравствената заштита. Дури и кога се признаваат, тие често се сметаат за помошни, а не за централни за грижата. Овие ставови се спротивставуваат на многу докази кои ја истакнуваат улогата што ја имаат психосоцијалните фактори, особено при појавата и прогресијата на болеста, а да не го спомнуваме нивното влијание врз способноста на луѓето да функционираат и да одржуваат позитивен квалитет на живот.

Научните докази покажуваат дека психолошките и социјалните проблеми може да се доминантни фактори во спречувањето поединците да ја добијат потребната здравствена заштита, потоа до плановите за лекување, управување со болеста и нивно закрепнување.

Во областа на медицината се наведува дека целта на здравствената заштита е континуирано да се намалува влијанието и товарот на болестите, повредите и инвалидитетот со цел да се подобри здравјето и функционирањето на луѓето. Но, за да се постигне сето ова, потребно е квалитетната здравствена заштита која мора да се грижи за психосоцијалните проблеми на пациентите и да обезбеди услуги што ќе им овозможат подобро управување со болестите и подобрување на основното здравје.

Во изминатите децении стручните лица кои имаат практична работа со оваа проблематика говорат дека и пациентите и давателите на услуги вниманието кон психосоцијалните здравствени потреби не е доволно развиен, а да не зборуваме за стандардизирано правило во онколошката пракса денес. Сепак развојот на научните дисциплини во една теоретска и концептуална рамка континуирано повикуваат за повеќе внимание кон психосоцијалните проблеми.

Прво, алатките, пристапите и ресурсите за нега на пациентите потребни за обезбедување ефикасни услуги за оние на кои им се потребни треба да се развиваат и секој поединец лекуван од рак може (и треба) да очекува дека неговите психолошки и социјални потреби ќе бидат задоволени заедно со неговите физички потреби.

Второ, градење на заедничка визија кон која сите вклучени страни треба да се насочат и координираат и таквата визија да прерасне во стандардна грижа што артикулира како психосоцијалните здравствени услуги треба рутински да се инкорпорираат во онколошката грижа. Овој мултидисциплинарен стандард може да обезбеди заедничка рамка околу која здравствените организации, пациентите и нивните застапници, организациите за надзор на квалитетот и сите загрижени за квалитетот на грижата за ракот можат да ги организираат и координираат своите напори за да постигнат синергија.

Товарот на болести и инвалидитети во многу земји во светот се тесно поврзани со социјалните, психолошките и бихевиоралните аспекти на начинот на живот на населението.

Здравјето и болеста се определени од динамични интеракции помеѓу биолошките, психолошките, бихевиоралните и социјалните фактори.

Бидејќи здравјето е функција на психолошки и социјални варијабли, се потврдува фактот дека психосоцијалните аспекти се значително важни за здравствената состојба на поединците и популациите и се препорачува поголемо внимание на овие фактори во дизајнот и испораката на здравствената заштита.

Историски гледано, карциномите сè повеќе ја исполнуваат дефиницијата за хронични заболувања: „Тие се трајни, оставаат резидуална попреченост, предизвикани од патолошка промена, бараат посебна обука на пациентот за рехабилитација или може да се очекува да бараат долг период на надзор, набљудување или нега.

Самите протоколи за третман за некои видови на карциноми можат да траат со месеци пациентите на одредени хемотерапевтски режими за карцином, понекогаш остануваат на хемотерапија со години. Така, траекториите на различни видови на рак варираат во зависност од видот на рак, стадиумот при дијагнозата и други фактори.

Покрај справувањето со грижата и стресот предизвикани од нивната дијагноза, пациентите со рак и нивните семејства мора да се справат со стресот предизвикан од агресивни третмани за болеста и трајното нарушување на здравјето и инвалидитетот, потоа заморот и болката што може да се јават во текот на третманот, дури и кога повеќе нема никакви знаци на болеста. Овие ефекти придонесуваат за емоционален стрес и проблеми со менталното здравје кај пациентите со рак и заедно можат да доведат до значителни социјални проблеми.

Особено психолошките и социјалните стресогени фактори кои претходат на појавата на ракот, придонесуваат за функционалноста кај пациентите во повеќе аспекти.

Како резултат на напредокот во раното откривање и лекување на рак, во последните две децении, стапката на преживување од 5 години за 15-те најчести видови на рак се зголеми за сите возрасти - од 43 на 64 проценти за мажи и од 57 на 64 проценти за жени (Jemal et al., 2004). Сепак, овие подобрувања во преживувањето понекогаш се придружени со трајно оштетување на физичкото здравје на пациентите. Покрај несаканите ефекти од хемотерапијата, зрачењето, хормонската терапија, операцијата и другите третмани за рак често доведуваат до значително трајно оштетување на повеќе органски системи, со резултирачка инвалидност (Aziz and Rowland, 2003; Oeffinger and Hudson, 2004). Разликите во функционалноста кај пациентите со рак се во однос на возраста, патологијата на заболувањата односно видот на рак, коморбидитети, терапевтски протоколи и друго.

Емоционалниот стрес поврзан со дијагноза на рак и неговиот третман, стравот од повторување и вознемиреноста наметната од живеењето со секојдневните проблеми можат да создадат нови или да го влошат претходно постоечкиот психолошки стрес кај луѓето што живеат со рак, како и истото да влијае на нивните семејства. Физичките и психолошките оштетувања, исто така, можат да доведат до значителни социјални проблеми, како што е неможноста за работа или исполнување на други нормативни социјални улоги.

Преваленцата на психолошко нарушување варира во зависност од видот на рак, времето на дијагнозата, степенот на физичко и психичко нарушување и на болка, прогнозата и други варијабли. Високи стапки на психолошки симптоми кои се бележат како најчести се: депресија, нарушувања во прилагодувањето, анксиозност, симптоми на посттравматско стресно нарушување (ПТСН) и друго.

Покрај заболените лица од рак, со психолошки проблеми се соочуваат и членовите на нивните семејства. Имено, мета анализа на студии за психолошки стрес кај пациентите и членовите на нивните семејства бил паралелен за време на третманот. Имено, физичките и психолошките проблеми поврзани со болеста

можат да се влошат или да произведат значителни нови социјални проблеми.

Финансискиот стрес што произлегува од ниски приходи, трошоци за здравствена заштита или недостаток на здравствено осигурување, како и намалена вработеност и приходи, што може да резултира со негативни импликации. Иако фундаменталното решавање на ваквите социјални проблеми е надвор од можностите на давателите на здравствени услуги, сепак се потенцира важноста да се обрне внимание кон овие проблеми како составен дел од квалитетната здравствена заштита.

Различни организации чиј фокус на своето дејствување е насочен кон помош и поддршка на заболените од рак известуваат дека информациите и едукацијата за ракот се услуги што најчесто ги бараат пациентите. Пациентите слично ги оценуваат потребите од информации што се однесуваат на нивната болест и третмани како многу важни.

Повеќе истражувања кои се направени во овој домен сè уште не дале сеопфатна мапа на патот за тоа како најдобро да се обезбеди целиот спектар на информации потребни во различни периоди за време и по третманот на рак, но тие осветлија неколку карактеристики на ефикасното обезбедување информации. На пример, информациите треба да бидат прилагодени на очекувањата и преференциите на секој пациент во однос на дијагнозата и клиничката состојба на пациентот. Широкиот опсег на информации за пациентите (на пр., информации специфични за видот и стадиум на рак, третман, прогноза, рехабилитација, постигнување и одржување на максимално здравје и друго), може значително да ја намали експресијата на стресогените фактори, потенцирајќи ја анксиозноста и другите несакани ефекти од болеста и нејзиното лекување.

Едни од најчестите потреби на пациентите се однесуваат на услугите за поддршка а тоа се групите за поддршка, бидејќи Програмите за поддршка според кои луѓето комуницираат и споделуваат искуства со другите, имаат заедничко лично искуство и се силни механизми за градење на „самоефикасноста“ - верувањето дека некој е способен да спроведе одреден тек на дејствување за да ја постигне посакуваната цел. Самоефикасноста е критичен фактор за тоа колку добро се стекнуваат знаењето и вештините и е одличен предиктор за однесувањето. Самоефикасноста е клучна за успешното самостојно управување со низа болести, што генерално резултира со подобрени здравствени резултати.

Психосоцијалните проблеми можат да бидат создадени или влошени од ракот и неговиот третман, како и да претходат на болеста. Неуспехот да се решат овие проблеми резултира со страдање на пациентите и семејствата и го попречува квалитетот на здравствената заштита, квалитетот на живот и потенцијално може да влијае и на текот на болеста. Социјалната изолација и други социјални фактори, стресот и нелекуваните проблеми поврзани со менталното здравје придонесуваат за појава на емоционален стрес. Дополнително, овие проблеми можат да доведат до промени во функционирањето на органските системи, што пак би можело да има импликации за текот на болеста и можни компликации. Психосоцијалните здравствени услуги можат да им овозможат на пациентите со рак, нивните семејства и давателите на здравствени услуги да ја оптимизираат биомедицинската здравствена заштита, да ги управуваат психолошките/ бихевиоралните и социјалните аспекти на болеста и со тоа да промовираат подобро здравје.

Се смета дека психосоцијалните стресори негативно влијаат врз здравјето на повеќе начини. Од една страна, емоционалниот стрес и менталните болести можат сами по себе да бидат извор на нарушување на здравјето, што се подразбира дека проблемите со здравје и лошото функционирање преку нивните симптоми и нивните негативни ефекти дополнително ја пореметуваат функционалноста.

И од друга страна, психосоцијалните проблеми можат негативно да влијаат врз способностите на пациентите да се справат и да управуваат со болеста, односно ограничување на нивната способност за пристап и добивање соодветни ресурси за здравствена заштита, неопходни за управување со болеста и унапредување на здравјето, како што се одржување здрава исхрана, вежбање и следење на симптомите и несаканите реакции на третманот.

### КОРИСТЕНА ЛИТЕРАТУРА

1. APA (American Psychiatric Association). 2000. Diagnostic and statistical manual of mental disorders, text revision (DSM-IV-TR). 4th ed. Washington, DC: APA.
2. Bayliss, E. A., J. F. Steiner, D. H. Fernald, L. A. Crane, and D. S. Main. 2003. Description of barriers to self-care by persons with comorbid chronic diseases. *Annals of Family Medicine* 1(1):15–21.
3. Boberg, E. W., D. H. Gustafson, R. P. Hawkins, K. P. Offord, C. Koch, K.-Y. Wen, K. Kreutz, and A. Salner. 2003. Assessing the unmet information, support and care delivery needs of men with prostate cancer. *Patient Education and Counseling* 49(3):233–242.
4. Bruce, M. 2006. A systematic and conceptual review of posttraumatic stress in childhood cancer survivors and their parents. *Clinical Psychology Review* 26(3):233–256.
5. Carlsen, K., A. B. Jensen, E. Jacobsen, M. Krasnik, and C. Johansen. 2005. Psychosocial aspects of lung cancer. *Lung Cancer* 47(3):293–300.
6. Eakin, E. G., and L. A. Strycker. 2001. Awareness and barriers to use of cancer support and information resources by HMO patients with breast, prostate, or colon cancer: Patient and provider perspectives. *Psycho-Oncology* 10(2):103–113.
7. Epstein, R. M., and R. L. Street. 2007. Patient-centered communication in cancer care: Promoting healing and reducing suffering. NIH Publication No. 07-6225. Bethesda, MD: National Cancer Institute.
8. Fallowfield, L., D. Ratcliffe, V. Jenkins, and J. Saul. 2001. Psychiatric morbidity and its recognition by doctors in patients with cancer. *British Journal of Cancer* 84(8):1011–1015.
9. Hegel, M. T., C. P. Moore, E. D. Collins, S. Kearing, K. L. Gillock, R. L. Riggs, K. F. Clay, and T. A. Ahles. 2006. Distress, psychiatric syndromes, and impairment of function in women with newly diagnosed breast cancer. *Cancer* 107(12):2924–2931.
10. Hewitt, M., J. H. Rowland, and R. Yancik. 2003. Cancer survivors in the United States: Age, health, and disability. *Journal of Gerontology* 58(1):82–91.
11. IOM (Institute of Medicine). 1982. Health and behavior: Frontiers of research in the biobehavioral sciences. D. A. Hamburg, G. R. Elliot, and D. L. Parron, eds. Washington, DC: National Academy Press.



**Насл. Доц. д-р Жаклина Трајковска Анчевска**  
ЈЗУ Универзитетска клиника за Хематологија – Скопје  
Република Северна Македонија

## **ВЛИЈАНИЕТО НА ПСИХОЛОШКИТЕ И СОЦИЈАЛНИТЕ ФАКТОРИ КАЈ ЛИЦАТА СО ХРОНИЧНИ ЗАБОЛУВАЊА**

**ВОВЕД:** Хроничните заболувања или состојби се карактеризираат со долготраен тек, имаат комплексна природа со мултисистемска симптоматологија, често може да прогредираат и ја наметнуваат потребата од континуиран процес на медицинска грижа и третман. Хроничните заболувања имаат влијание на физичкото здравје, психолошкото функционирање, социјалните односи, односно целокупниот квалитет на живот.

**ЦЕЛ:** Целта на овој теоретски труд е да се анализираат психолошките и социјалните фактори кај пациентите со хронични заболувања, со посебен акцент на адаптацијата, мониторирањето на состојбата преку редовни контроли, кои имаат основна цел за подобрување на квалитетот на живот.

**МЕТОДОЛОГИЈА:** Во овој труд ќе се користи анализа на литература, анализа на документи, метод на споредба и аналитичко-системски пристап.

**ЗАКЛУЧОК:** Хроничните заболувања претставуваат комплексни здравствени состојби кои влијаат на физичкото, психолошкото и социјалното функционирање. Теоретските сознанија укажуваат на важноста на биопсихосоцијалниот модел, преку интердисциплинарен пристап, што овозможува целосно разбирање на потребите на пациентите и придонесува кон поефикасна здравствена грижа.

**КЛУЧНИ ЗБОРОВИ:** хронична болест, третман, психолошки фактори, социјални фактори.

## **THE IMPACT OF PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL FACTORS IN PEOPLE WITH CHRONIC DISEASES**

**INTRODUCTION:** Chronic diseases are long-term conditions that often progress over time and require ongoing medical care. They affect not only physical health, but also psychological well-being, social relationships, and overall quality of life.

**OBJECTIVE:** The aim of this theoretical paper is to examine psychological and social factors in people with chronic diseases, with a special focus on adaptation and regular medical monitoring as ways to improve quality of life.

**METHODOLOGY:** This paper is based on a review of relevant literature, document analysis, comparison, and an analytical approach.

**CONCLUSION:** Chronic diseases are complex conditions that influence physical, psychological, and social functioning. The findings emphasize the importance of

the biopsychosocial model and an interdisciplinary approach, which help to better understand patients' needs and improve healthcare outcomes.

**KEYWORDS:** chronic disease, treatment, psychological factors, social factors.

### **ВОВЕД:**

Најголемите предизвици со кои се соочува современото здравство се хроничните заболувања или состојби, кои имаат свои специфични карактеристики во зависност од комплексноста на својата патологијата. Тие претставуваат долготрајни здравствени состојби, кои се карактеризираат со бавен тек и потреба од континуирани редовни контроли. Редовните контроли кај хроничните заболувања се од големо значење, кои може да имаат превентивен карактер во однос на евентуална прогресија на примарното заболување, што подразбира посетување на стационарите и откажување од своите рутински активности. Тие се хронични состојби кои имаат комплексна етиологија, генетска предиспозиција, фактори на животната средина, подолги латентни периоди ако не се третирани но, се со продолжена еволуција што со текот на времето може да предизвика компликации.

Под хронични заболувања се вбројуваат кардиоваскуларни заболувања, хронични респираторни заболувања, ревматоиден артрит, мултиплекс склероза, дијабетес мелитус, малигни заболувања и друго. Сите овие заболувања се водечка причина за инвалидитет, мобидитет и морталитет на глобално ниво.

Овие заболувања може да доведат до мултисистемска симптоматологија, со нарушување на повеќе органски системи, имаат хроничен тек и влијаат на квалитетот на живот на секој човек.

Хроничните заболувања може да бидат различни со различни форми, често се неизлечиви и траат доживотно. Токму поради ваквите специфичности, психосоцијалните фактори се круцијални во однос на прогнозата на овие заболувања а со тоа и паралелно социјалната интеграција на овие лица. Дијагнозата на хронична болест често претстаува силен стресоген фактор, кој може да доведе до развој на анксиозни и депресивни состојби, нарушување на самоперцепцијата и намалување на квалитетот на живот. Истовремено ограничувањата наметнати од болеста влијаат врз способноста за извршување на секојдневни активности, професионална реализација и одржување и јакнење на социјалните односи.

Симптомите кои генерално се јавуваат кај хроничните заболувања, каде воглавно нивното мониторирање и контролирање е важно за квалитетот на живот на сите пациенти, односно за нивната општа функционалност.

Од симптомите кои доминираат кај хроничните заболувања, препознатливи се:

- » Болка, која може да биде исцрпувачка и да ја наруши функционалноста, дури и кога е ниско нивото, но понекогаш болката може да биде постојана или периодична
- » Физички ограничувања, кои може да доведат до проблеми со мускулната сила, рамнотежата или координацијата,
- » Когнитивни проблеми, тешкотии во концентрација, заборавање, забавено размислување.
- » Нарушувања на спиењето, несоница, често будење ноќе, чувство на недоволен сон.

- » Проблеми со расположението, анксиозност, депресија, раздразливост
- » Замор, чувство на исцрпеност, често недостаток на енергија за секојдневни активности
- » Промени во телото, односно физичкиот изглед како резултат на тераписките протоколи.
- » Ризици од други болести, бидејќи многу хронични состојби го зголемуваат ризикот од развој на други заболувања,
- » Влијание врз менталното здравје бидејќи хроничните состојби можат да бидат многу стресни, луѓето имаат поголем ризик од нарушувања на расположението како што се депресија или анксиозност

Сите овие состојби и симптоми ја наметнуваат потребата од важноста на психосоцијалните фактори, при третманот на хроничните заболувања, што подразбира мултидисциплинарен пристап.

### **Психолошки фактори**

Соочувањето со долготрајна и неизлечива болест претставува комплексен процес кој бара адаптација на новонастаната ситуација. Овој процес често е проследен со низа нарушувања со чувство за неизвесност и несигурност во однос на иднината. Но, колку пациентите на почеток болеста ја прифаќаат? Ризичностите се во многу аспекти. Но, оние кои ја прифаќаат придонесува подобра психолошка адаптација и навременост во реализирање на планот за лекување. Во спротивно доведува до негирање на состојбата, нема редовност во лекувањето и контролите, односно намалена соработка.

Хроничното заболување влијаат на самодовербата на пациентите, токму поради физичката дисфункционалност, зависноста од помош од други лица генерално носи чувство на немоќ и контрола врз својот живот. Симптомите поврзани со болеста (малаксалост, замор, болка, губење на апетит и други) придонесуваат појава на раздразливост, неурози, пореметена концентрација, на општата функционалност.

Особено доминантен е стресот како фактор, кој речиси се јавува кај сите пациенти особено на почетокот на дијагностиката и започнување со третманот и тогаш има највисок степен на експресија каде се јавува чувство на беспомошност, потешкотии во адаптацијата често проследени со анксиозност но и депресија, како чести психолошки проблеми кај лицата со хронични заболувања.

Хроничниот стрес е продолжена состојба на физичка и психолошка состојба која влијае врз целокупното здравје и функционалниот интегритет на различни физиолошки системи.

Повеќето современи истражувања откриваат дека хроничниот стрес предизвикува долготрајни и сложени промени во имунолошкиот и ендокриниот систем, што доведува до нарушување на нивните нормални процеси и го зголемуваат ризикот од развој на хроничните заболувања.

Стресот во комбинација со хроничните заболувања речиси секогаш се поврзува со нарушување на менталното здравје. Појавата на симптомите, потребата од долготраен третман, грижата за болеста и евентуална прогресија го зголемува нивото на стрес и анксиозност, кои можат да го ослабнат имунолошкиот систем со поголема веројатност на инфекции и воспалителни процеси кои ја влошуваат хроничната состојба а со тоа и општата здравствена состојба.

Кога нивото на стресот е повисоко, се јавуваат и потешкотии во навременост на администрирање на терапиите, изразени проблеми со апетит и сон и други потешкотии. Комбинацијата на стрес и болест доведува до намалена продуктивност на работа, во училиште, и сето ова води кон форма на социјална изолација

Сите овие фактори односно симптомите и нивното влијание врз менталното здравје го зголемуваат ризикот од депресивни симптоми, промени во когнитивното однесување, чувство на замор и друго.

Особено современите системи на здравствена заштита треба задолжително да креираат здравствени програми со посебен фокус на техниките кои се научно докажани за справување со стрес. Тоа се однесува на техники на релаксација (прогресивна мускулна релаксација, медитација), редовна физичка активност (од лесна до умерена) значително може да влијае на подобрување на расположението, психолошка поддршка која е важна за справување со емоциите поврзани со болеста, поддршка од семејството и здрави навики во секојдневието.

Стресот не ја предизвикува хроничната болест, но може значително да ги влоши симптомите и текот на болеста и затоа управувањето со стресот е важен дел од третманот.

Комбинацијата од психолошки техники, физичка активност и социјална поддршка може да помогне во намалувањето на стресот а со тоа подобрување на квалитето на живот на лицата со хронични заболувања.

Целите на ваквите програми е да се намалат негативните ефекти од хроничните болести, преку холистички и превентивни стратегии за одржување на целокупната хомеостаза.

Соочувањето со хронична болест подразбира промени во секојдневниот начинот на живот, како ограничувањата во однос на одредени активности, промена во работната способност и редефинирање на социјалните улоги.

Според современите биопсихосоцијални пристапи инвалидитетот често се поврзува со хроничните заболувања и настанува како резултат на интеракцијата помеѓу здравствената состојба на пациентот и влијанието на психолошките и социјалните фактори. Во овој контекст хроничното заболување секогаш води кон инвалидитет и во повеќе случаи може да предизвика функционални ограничувања, намалување на работоспособноста и социјална интеграција.

Поврзаноста помеѓу хроничните заболувања и инвалидитетот е сложена и динамична. Хроничниот тек на болеста, несаканите ефекти од терапијата можат постепено да доведат до промени во физичките, психолошките, когнитивните, односно генерално на севкупниот психосоцијален капацитет.

Кај одредени хронични болести, како што се невролошките, мускуло-скелетните и дел од малигните заболувања, ризикот за развој на инвалидитет е особено потенциран.

Покрај медицинските аспекти кои се фокусирани на медицина базирана на докази, психолошките и социјалните фактори играат значајна улога во инвалидитетот кој се јавува како резултат на хронична болест. Тие претставуваат јавно здравствен проблем кои влијаат индивидуално, на семејството и на општеството во целина. Социјалните фактори се нарекуваат и социјални детерминанти на здравјето, го дефинираат здравственото однесување, пристапот до здравствени услуги и квалитетот на живот на хронично болните лица.

Социо-економскиот статус е исто така еден од факторите поврзани со

појавата и прогресијата на хроничното заболување. Повеќе истражувања покажуваат дека лицата со понизок социо-економски статус почесто се соочуваат со хронично здравствени проблеми и имаат потешкотии во управувањето со болеста.

Поврзаноста на социо-економскиот статус и хроничните болести се однесува првенствено на пристапот до ситемот на здравствена заштита во контекст на ограничен пристап до квалитетни здравствени услуги, потешкотии понекогаш во однос на тераписките протоколи или редовни прегледи т.е. во однос на скринингот. Изразено е влијанието на социо-економскиот статус за физичката активност, исхраната, условите за домување и друго. Квалитетот на живот кај лицата со хронични заболувања со понизок социо-економски статус се соочуваат и со ограничени ресурси за лекување, намалена работна способност а со тоа и поголем ризикод сиромаштија. Затоа подобрувањето на пристапот до здравствена заштита, образование и социјална поддршка може значително да го подобри општиот квалитет на живот кај овие лица.

Други фактори кои се поврзани со хроничните заболувања се социјалните фактори кои имаат клучна улога во процесот на адаптација на болеста а централно значење има социјалната поддршка.

Социјалната поддршка од семејството е примарен фактор кој позитивно влијае врз психосоцијалната адаптација на лицата со хронични заболувања. Социјалната поддршка придонесува за подобро справување со болеста, во однос на физичките психичките и социјалните предизвици кои се поврзани со болеста. Во склоп на социјалната поддршка важно место завзема емоционалната поддршка која подрзабира сочувство, разбирање, охрабрување од страна на семејството и блиски пријатели, особено при намалување на чувството на осаменост, анксиозноста и депресијата кои се чести кај овие лица.

Конкретна помош во однос на секојдневните активности како што е помош во секојдневни обврски, придружба при прегледи, примање на терапија е важен дел. За да можат овие лица полесно да управуваат со болеста потребна е да добијат информативна помош која се однесува на информации за дијагнозата, терапискиот план за лекувањето, справување со низа фактори кои можат да влијаат на самиот тек на заболувањето, вклучувајќи го и хигиено-диететскиот режим како фактор.

Социјалната поддршка е еден од клучните фактори што придонесуваат за подобро психофизичко здравје и подобро справување со хроничните заболувања. Семејството и здравствените професионалци имаат важна улога во создавањето стабилна и подржувачка средина за овие лица, чија основна цел е реинтеграцијата и рехабилитацијата.

Растечка застапеност на хроничните заболувања претставува значаен јавно – здравствен и општествен предизвик на современото општество. Главни детерминанти кои придонесуваат за континуиран пораст на хроничните заболувања се одредени демографски промени, стареење на населението, како и промените на начинот на живеење согласно општествени стандарди кои ги наметнува општеството. Сето ова претставува еден тренд или модел кој има сериозни импликации врз здравствениот систем, преку зголемени потреби од долготраен медицински третман, реинтеграција, рехабилитација и психосоцијална поддршка.

Долготрајното лекување и следење, доведува до промени во семејните

врски, работоспособноста, социјалното функционирање и паралелно со тоа се јавуваат и сериозни импликации на здравственото систем. Важно е развој на програми за управување со хронични болести каде превенцијата и раната дојагностика се важни во преваленцата на овие заболувања, што подразбира намалување на влијанието или елиминирање на факторите на ризик.

Менаџирањето на хроничните заболувања, подразбира и активно учество на пациентите кои треба да ја прифатат дијагнозата со надеж дека заздравувањето е можно само со добра контрола и следење.

Некои хронични болести се опасни по живот ( миокарден инфаркт, мозочен удар) каде што е важно редовно следење, адаптација според терапевтскиот план со цел превенција од компликации.

## **ЗАКЛУЧОК**

Хроничните заболувања се голем здравствен предизвик кој се одразува на физичкото, психолошкото и социјалното функционирање. Психолошките фактори во кои доминираат стресот, анксиозноста, депресијата и начините на справување со болеста, во комбинација со социјалните фактори во кои доминираат семејната и социјалната поддршка имаат многу важна улога во адаптација на пациентите и неговиот квалитет на живот.

Сознанијата укажуваат дека примената на биопсихосоцијалниот пристап овозможува поцелосно разбирање на потребите на пациентите со хронични заболувања. Затоа вклучувањето на психолошката и социјална поддршка треба да се составен дел од третманот, со цел унапредување на благосостојбата и целокупното функционирање на хронично болните.

Ваквиот холистички пристап овозможува подобро разбирање на комплексноста на состојбата, како и креирање на интервенции насочени кон подобрување на целокупното здравје

Преку теоретска анализа на релевантна литература, трудот има за цел да ја истакне потребата од холистички пристап во здравствената заштита и важноста на вклучувањето на психолошките и социјалните аспекти во третманот на хронично болните пациенти.

## **КОРИСТЕНА ЛИТЕРАТУРА**

1. Abbott, L. S., Graven, L. J., Schluck, G., & Williams, K. J. (2021). Stress, social support, and resilience: A structural equation model. *Healthcare*.
2. Centers for Disease Control and Prevention. (2024). About chronic diseases. CDC.
3. Fiorati, R. C., & Carril Elui, V. M. (2015). Social determinants of health, inequality and social inclusion among people with disabilities. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*.
4. Friedman, H. S. (Ed.). (2011). *The Oxford handbook of health psychology*. Oxford University Press.
5. Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (9th ed.). John Wiley & Sons.
6. United Nations. (2022). *The sustainable development goals report: Health and well-being*. United Nations.
7. World Health Organization. (2025). *World report on social determinants of health equity*. WHO.

**Asst. prof. Milena Spasovska, PhD**

Faculty of Psychology, International Slavic University  
Republic of North Macedonia

## **DIVORCE AS A SYSTEMIC TRANSITION: ROLE RECONSTRUCTION IN POST-MARITAL FAMILY REORGANIZATION**

**ABSTRACT:** From a systemic perspective, divorce is a family transition that requires reorganization of the family and personal life on multiple levels. Roles in the system transform, which largely means a transition from spouses and parents to independent individuals and co-parents, and which often requires changes in identity, responsibilities, overall functioning. This article examines the domains of post-marital functioning most affected by divorce, as well as the role changes that may contribute to adaptive adjustment.

Divorce, viewed through the lens of systemic theory, represents a transition in which roles, boundaries, and relations between its members take place. Using an analytical and deductive approach grounded in the systemic perspective and the concept of life transitions, the paper provides a detailed description and analysis of role changes in post-marital family reorganization.

The main contribution of the article is in the consideration of a theoretical perspective that treats divorce as an adaptive process, offering a systemic conceptual perspective on roles following divorce. The findings have implications for the development of interventions in the domains of family counseling, mediation and psychosocial support, emphasizing the importance of adaptive role reconstruction and cooperative family functioning after divorce.

**KEY WORDS :** divorce, family roles, adaptation to change, psychological counseling.

### **INTRODUCTION**

In the systems theory of family functioning, the marriage is seen as an interdependent system with its own rules, boundaries and subsystems, and with roles that are functional, reciprocal and aimed at maintaining the homeostasis of the relationship. Through the roles in the system, interaction patterns are regulated, the couple's goals are achieved, family needs are satisfied, but they also change when necessary, according to the context of functioning. (Karney & Bradbury, 1995; Hecker & Wetchler, 2003) In the marital and partnership relationship, practical, emotional and relational tasks are accomplished within the system and towards external systems. During the duration of the marriage, the emphasis is on unity and role sharing. Significant changes in this dynamic are initiated when the partners separate and divorce.

Divorce, through the prism of the systemic approach, represents a complex process of restructuring the family system, and implies a transition to individual functioning with a new distribution of roles, boundaries, and responsibilities. (Moral et al., 2021; Cohen & Levite, 2012) Divorce has several legal, social, psychological, and financial implications, making it a serious decision and one of the biggest life stressors. It has an impact on nearly every aspect of life and results in numerous modifications to the conditions for continued functioning. (Cabilar & Yilmaz, 2022) The changes are

multidimensional and multifaceted, affecting partners, their children, as well as the broader social system in which they live. (Apata et al., 2023) According to Lamana et al. (2018), when partners separate, family connections that were once a source of strength, can become a source of stress, resulting in mental health challenges such as emotional distress, depression, or anxiety. Divorce is defined by various theoretical perspectives as a loss of one's physical, social, and emotional identity. (Araujo & Lima, 2016; Haber, 1990) On an individual level, divorce is often experienced as a personal crisis marked by feelings of loneliness, disappointment, pessimism, failure, shame, helplessness, and questioning of one's own identity. (Sbarra, Hasselmo & Bourassa, 2015; Brosi et al., 2025) On a relational level, divorce significantly changes the family system by affecting emotional bonds within the family, daily routines, and the stability of relationships. (Shebak, 2025) Divorce also affects children in the family, who may be at increased risk of developing emotional difficulties, adjustment problems, academic difficulties, and behavioral problems. (Amato, 2010) In addition, changes also affect the broader social and economic context of family functioning, such as social networks, financial conditions, housing, roles of members in the community, and many other aspects.

With the reorganization of the entire family system through divorce, family identity and family roles change. Divorce itself results in a shift in identity from "we" to "I," making the ex-partners no longer partners, spouses, or life companions. Multiple psychosocial variables influence the divorce process, creating distress in the lives of all involved, and the reorganization of family functioning often requires family members to accept new responsibilities, obligations, and establish new boundaries. Postmarital adjustment to divorce is a complex, often long process that involves emotional, financial, and social restructuring. According to Knöpfli, Morselli, and Perrig-Hiello (2016), adaptation patterns depend primarily on intrapersonal resources, and a small proportion of divorced individuals show long lasting difficulties. They emphasize that although divorce is deeply stressful, the majority of individuals eventually adapt to their new circumstances, with many experiencing long-term personal growth and improved well-being, especially after high-conflict marriages.<sup>1</sup> As mentioned earlier, a significant part of adaptation is the restructuring of family roles, which are patterns through which family members fulfill their functions and include responsibilities that are necessary for the functioning of the whole family. Roles define different levels of functioning of family members, and through them members fulfill their tasks within the system. (Spasovska, 2022) Understanding the processes through which families adapt after divorce and restructure family roles provides valuable insights into the complexity of this life transition and informs the provision of targeted support and appropriate resources to facilitate adjustment.

## CHANGES IN FAMILY ROLES AFTER DIVORCE

In the family, the roles that each family member has, are important for both their individual and family functioning. Family roles are a product of personal and environmental factors (gender, environment, tradition, culture) and as such are susceptible to change.<sup>2</sup> It is most effective when family members have functions

1 Knöpfli, B., Morselli, D., & Perrig-Chiello, P. (2016). Trajectories of Psychological Adaptation to Marital Breakup after a Long-Term Marriage. *Gerontology*, 62(5), 541–552. <https://doi.org/10.1159/000445056>

2 Macmillan, R., & Copher, R. (2005). Families in the Life Course: Interdependency of Roles, Role Configurations, and Pathways. *Journal of Marriage and Family*, 67(4), 858-879. Retrieved August 19, 2021, from <http://www.jstor.org/stable/3600243>

that correspond to their age, education, position in the family system, and individual qualities. Family roles may be instrumental or affective and serve to manage and maintain the family system through decision-making, boundary maintenance, and leadership that supports growth and development, as well as through the distribution of responsibilities according to readiness, provision of livelihood, care and support, and the development of life skills among family members.<sup>3</sup>

Throughout the divorce process, relationships between members and roles are most affected, and they change as the family system is restructured. Roles change from joint and shared, to independent and individual roles that often require new adjustments to key changes related to the termination of a partnership, parenting, finances, housing and household maintenance, social organization, relationships with the extended family, possible new partnerships, as well as the adaptation of children to the new context of family functioning. (Aydin, Sahin & Badahir, 2025; Lawler, 2019; Cano & Gracia, 2022; Butkute, Mortelmans & Sondaite, 2023)

The first significant role change in the end of a marriage is the change in the partner role. Divorce is a profound transition from a shared interdependent life to independent individual management of the basic components of life. With the formation of marriage, partners merge their separate lives into a shared partnership with a focus on togetherness, while with divorce, the process is reversed. (Brown, Lin & Marino, 2025) In this context, divorce often acts as a catalyst for a profound transition, forcing a shift from a partner identity to an identity of independent individual. While marriage emphasizes shared decision-making and mutual support, divorce shifts the focus to individual autonomy and personal responsibility. This process involves redefining oneself, taking on new roles, and establishing self-sufficiency in the emotional, financial, and practical aspects of life.<sup>4</sup>

In the context of parenting, partners face the challenge of continuing their role as parents while simultaneously relinquishing their role as partners. (Lawler, 2019) This task requires transforming the emotional attachment between parents into a functional attachment that limits the relationship to parenting alone. (Emery, 2011) Parents who experience separation, face significant changes in parental functioning and managing the responsibilities that were previously shared. After divorce, joint parenting is transformed into sole or shared co-parenting, in which the individual responsibility of each parent is increased, and joint coordination is required.<sup>5</sup> Reorganization involves managing the children's daily needs, the time they spend together, household responsibilities, communicating with the other parent about the children's needs, and emotional reactions as they cope with the loss of the relationship. (Amato, 2000) Parents form their own new parental identity, and the changes marked by divorce include navigating different parenting styles for both parents, managing new schedules, and acting as single parents when the children are in their care. In the process of granting custody after divorce, the court decides with whom the children will live, taking into account the best care for them. In the Republic of North Macedonia, in most cases, children after divorce remain living with one parent (usually the mother)

3 Спасовска, М. (2022). Особености на семејното функционирање на семејства со деца со специални потреби. ВТУ „Св. Св. Кирил и Методиј“, Филозофски факултет: Докторска дисертација

4 Butkutė, L., Mortelmans, D., & Sondaite, J. (2023). Restricted Self-Transition: A Journey of Divorcees Through Lasting Marital Dissolution in Eastern European Society. *Europe's journal of psychology*, 19(3), 273–284. <https://doi.org/10.5964/ejop.9619>

5 Pires, M., & Martins, M. (2021). Parenting Styles, Coparenting, and Early Child Adjustment in Separated Families with Child Physical Custody Processes Ongoing in Family Court. *Children (Basel, Switzerland)*, 8(8), 629. <https://doi.org/10.3390/children8080629>

and visit the other parent at certain intervals. (Mickovikj & Ristov, 2019) There are also initiatives for shared parenting after divorce in the spirit of international standards, although in practice the first form of granting custody is dominant in 90% of cases.<sup>6</sup> It is not uncommon for one of the parents to be excluded from parenting the children upon divorce.

The transition from joint financial planning to single-income budgeting is a serious challenge after divorce. Economic roles after divorce shift from shared and joint responsibility in a shared household, to individual management of assets and expenses in separate households. (Mortelmans, 2020) Research shows that divorce causes a significant drop in household income, especially for women. Women's economic difficulties after divorce are most often associated with child custody, i.e. the presence of children increases the economic needs of the household, limits opportunities for work engagement and includes direct costs of raising children that are often not compensated by alimony and support.<sup>7</sup> In the Republic of North Macedonia, the Family Law stipulates that a parent who does not live with the child must provide support (alimony) depending on the needs of the child and the financial capabilities of the parent. In our country, after divorce, mothers are often forced to combine work with childcare, while fathers change their economic role with support. (Mickovikj & Ristov, 2019) This form of financial distribution of obligations makes mothers responsible for economic needs, while fathers are more focused on the function of financial supporters. Most studies place the magnitude of the decline in household income for women in the range of 23%–40% in the year following divorce. (Tach & Eads, 2015) According to the analysis of Mickovic and Ristov (2019), more than 60% of divorced mothers in Macedonia face a decline in their standard of living, while the father faces higher support costs. It is evident that after divorce, the economic role of partners is transformed, with a significant impact on income, expenses and economic stability.

After a divorce, each partner faces new, independent roles in maintaining their own home and household, which during the marriage were shared. Tasks that were previously distributed, after the divorce each partner performs independently. This change also carries financial implications, i.e. the costs of rent, bills and home maintenance are completely individualized, which requires redefining the budget and priorities.<sup>8</sup> Because men and women tend to allocate responsibilities within a marriage differently, the economic impact of a marriage breakup will be significantly different for the two sexes, to the extent that such specialization existed in that marriage.<sup>9</sup> In addition, childcare is combined with household care, which requires a new allocation of time and energy. A significant challenge in this context can be losses in home ownership or housing costs after divorce as a result of property division or reduced financial resources.<sup>10</sup> To a large extent, post-divorce change concerns

6 Koha.mk. (2024, February 15). Baballaret e quajnë diskriminuese mënyrën e kujdestarisë pas shkurrezimit në Maqedoni [Fathers call custody after divorce discriminatory in Macedonia]. Koha.mk. <https://koha.mk/en/baballaret-e-quajne-diskriminuese-menyren-e-kujdestarise-pas-shkurrezimit-ne-maqedoni/?utm>

7 Tach, L M, & Eads, A. (2015). Trends in the economic consequences of marital and cohabitation dissolution in the United States. *Demography*, 52, 401–432. doi: 10.1007/s13524-015-0374-5

8 Einö, E. K., & Ponkilainen, M. E. (2025). Gendered housing consequences of divorce: An analysis of marital dyads from different sex and female same sex couples. *Genus*, 81(1), Article 38. <https://doi.org/10.1186/s41118.025.00276.x>

9 Roeper, T., & Bennett, N. G. (2013, September 27). The evolving economic consequences of divorce (Extended abstract, Population Association of America). CUNY Institute for Demographic Research. <https://marxe.baruch.cuny.edu/wp-content/uploads/sites/7/2021/05/The-Evolving-Economic-Consequences-of-Divorce.pdf>

10 Fischer, M., & Khorunzhina, N. (2019). Housing decision with divorce risk. *International Economic Review*, 60(3), 1263–1290. <https://doi.org/10.1111/iere.12385>

planning, organizing, and using resources and carrying out activities without support from the other party, which is part of the broader process of post-divorce adaptation. (Leopold, 2016)

The social role of each partner changes after divorce mainly through restructuring of social networks and relationships. Loss of social ties is common after divorce. Research shows that most divorced people experience a reduction in their social networks shortly after divorce, meaning that they lose contact with some friends, relatives, or shared social connections.<sup>11</sup> In about half of the cases, the lost relationships were not replaced even many years later, suggesting that divorce can cause long-term changes in social integration and social functioning. (Terhell, Broese van Groenou, & van Tilburg, 2004) After divorce, relationships with the extended family change, especially with the relatives of the ex-partner. Contacts with former in-laws and other relatives often decrease or cease, while relationships with one’s own family strengthen.<sup>12</sup> However, over time, some of these relationships are replaced by new friendships and strengthened ties with existing relatives. Social support from family and a network of friends have a significant positive impact on the process of readjustment after divorce. Key findings highlight that emotional, practical and informational support and positive feedback play an important role in helping individuals navigate their complex life changes after divorce. (De Bel, 2023)

After the end of a marriage, each partner may become involved in a new partnership, which leads to new and more complex family dynamics. This configuration involves both former and new partners, who must establish new boundaries and ways of functioning if the couple’s parenting is shared and both participate in raising the children.<sup>13</sup> The process of introducing new partners can affect the dynamics between parents and shape the way roles and responsibilities are reformed, especially in the context of building new structures and potential moves in newly formed families, such as entering into a serious relationship, coexistence, or possibly remarriage. (Waller & Hetherington, 2021) Adequate management of this communication and attention to family boundaries can facilitate the family transition and encourage a more functional reorganization of roles after divorce. In this case, roles become more flexible and are shaped according to the needs of the new family configuration.

Changes in family roles after divorce are summarized in Table 1 below.

Family Role	Before Divorce	After Divorce	Key Changes
Partner role	Cohesiveness, Emotional connection and support, Focus on WE	Discontinuity of partner role, focus on I	Identity of independent individuals

11 Krumrei, E., Coit, C., Martin, S., Fogo, W., & Mahoney, A. (2007). Post-divorce adjustment and social relationships: A meta-analytic review. *Journal of Divorce & Remarriage*, 46(3-4), 145-166. [https://doi.org/10.1300/J087v46n03\\_09](https://doi.org/10.1300/J087v46n03_09)

12 Kalmijn, M. (2020). Guilt after divorce: Parental guilt towards children. In D. Mortelmans (Ed.), *Divorce in Europe: New insights in trends, causes and consequences of relation break-ups* (pp. —). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-97722-1\\_13](https://doi.org/10.1007/978-3-030-97722-1_13)

13 Moore, E. (2012). Renegotiating roles postdivorce: A decisive break from tradition? *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(5), 402-419. <https://doi.org/10.1080/10502556.2012.682892>

Parental role	Shared parenting, sharing of care and responsibilities	Single or co-parenting	Increased individual responsibility for children, need for coordination
Economic role	Shared finances and resources	Separate finances, division of assets, redefining budgets and priorities	Financial independence or burden
Role in the household	Division of household responsibilities	Separate responsibilities in separate households	Increased burden and need for reorganization
Social role	Shared social identity (couple)	Individual identity	Redefining the social network
Relationship with extended family	Shared family ties	Split or redefined relationships	Restructuring relationships with families of origin, changing relationship with partner's family
New partner roles	NA	Possible emergence of a new partner/ stepmother/stepfather	Complex new family dynamics

Table 1. Changes in family roles after divorce

### THE IMPACT OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT ON FAMILY ROLE RESTRUCTURING AFTER DIVORCE

The allocation of family roles and associated tasks is not limited to the nuclear family, where parents and children operate together. Harmony and stability can be achieved in many family forms, including post-divorce family systems. (Hetherington & Kelly, 2002) It is possible to adapt family roles that are functional even after divorce, by establishing new models of functioning and effective coordination. However, not all individuals adjust in the same way after divorce. Some show more resilient and adaptive strategies, while others face longer difficulties in emotional regulation and acceptance of change.<sup>14</sup> Therefore, psychological support in the process of reorganization of family roles after the end of marriage can be significant in encouraging changes and empowering families to incorporate them into the new family configuration after divorce. (Van Gasse, Mortelmans, 2020)

Changes in families are multidimensional, and the post-divorce transition is marked by an impact on emotional connections, daily routines, and relational stability. Psychological support can initially be helpful in constructively adopting new roles (independent adult, parent) without retaining past roles that make adaptation difficult. (Youvan, 2024) Psychotherapy, family counseling, or consultations with psychologists can help manage emotions, ease conflicts, and strengthen the ability

14 Guzmán-González, M., Gómez, F., Lafontaine, M. F., & Tay-Karapas, K. (2025). Profiles of Psychological Adjustment to Divorce and Separation: Associations With Attachment Insecurity, Forgiveness of the Former Partner, and Emotion Regulation Difficulties. *Journal of marital and family therapy*, 51(3), e70055. <https://doi.org/10.1111/jmft.70055>

to adapt to new roles.<sup>15</sup> Psychological support also facilitates the establishment of healthy boundaries and constructive relationships between family members, allowing for a more functional reorganization of roles and more adaptive management of the new family dynamics. (SinghBagh, Fatma, & Pareek, 2024)

Considering the above, psychological support after divorce should primarily focus on the following areas:

Emotional adjustment and building a new identity, with an emphasis on personal autonomy;

- » Improving the quality of parenting and developing functional models of parental cooperation;
- » Supporting the well-being of children in the family;
- » Supporting the building of new family alliances with functional relationships and boundaries;
- » Encouraging the creation of a social network of support from friends, relatives, professionals and support groups.
- » Psychological support is needed to encourage reflection and acceptance of transformed individual and family roles as a new way of functioning, and not just as a loss of previous ones. Effective recovery after divorce requires more than legal solutions, it requires therapeutic interventions that promote flexibility, adaptability, and psychological resilience.

## CONCLUSION

Current statistics show an increase in divorce rates both worldwide and in our country.<sup>16</sup> Despite being a stressful event and life crisis, it is important to be adaptive and with fewer unwanted consequences for all involved. Adjustment after divorce is not linear. It often takes a long time, and the entire reorganization of roles requires time, self-awareness and support. In the divorce process, significant differences can be observed among partners in qualifying their relationships, responsibilities, agreements, interests and opinions, and this can have an impact on the degree of adaptation in the post-divorce period. (Cao, Fine & Zhou, 2022; Markoç, 2023) From a systemic perspective, divorce as a transitional process involves the reorganization of roles, boundaries, and relationships within the family. Therefore, understanding changes after divorce requires an approach that takes into account systemic dynamics and life transitions, providing insight into the forms through which family members adjust their roles and responsibilities.

This theoretical review highlights the importance of adaptive role reconstruction and cooperative functioning of the family after divorce. The findings emphasize the need to promote the wellbeing among family members, contributing to healthier and more functional adjustment after separation. The findings presented in the paper represent a framework for understanding family roles and adaptation after divorce, which can be a useful basis for developing interventions in the areas of psychological counseling, mediation, and psychosocial support. Further theoretical and empirical research is needed to advance understanding of family role reconstruction after divorce, particularly regarding processes of adaptation, cooperation, and emotional support among family members.

<sup>15</sup> Varghese, M., Kirpekar, V., & Loganathan, S. (2020). Family Interventions: Basic Principles and Techniques. *Indian journal of psychiatry*, 62(Suppl 2), S192–S200. [https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry\\_770\\_19](https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_770_19)

<sup>16</sup> World Population Review. (2026). Divorce rates by country. <https://worldpopulationreview.com/country-rankings/divorce-rates-by-country>

## REFERENCES

1. Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650–666. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6313686/>
2. Apata, Olukayode & Falana, Oluwakemi & Hanson, Uyok & Oderhohwo, Eseoghene & Oyewole, Peter. (2023). Exploring the Effects of Divorce on Children's Psychological and Physiological Wellbeing. *Asian Journal of Education and Social Studies*. 49. 124-133. 10.9734/ajess/2023/v49i41193.
3. Auersperg F., Vlasak T., Ponocny T., Barth A. Long-term effects of parental divorce on mental health: A meta-analysis. *J. Psychiatr. Res.* 2019;119:107–115. doi: 10.1016/j.jpsychires.2019.09.011
4. Aydin, S., Sahin, A., & Bahadir, M. (2025). Gray Divorce in the Shadow of Modernization: Changing Family Dynamics in Türkiye. *Social Sciences*, 14(10), 615. <https://doi.org/10.3390/socsci14100615>
5. Brosi, M., McGrew, R., Shuler, J., & Scott, C. (2025). Re-adjusting after divorce: Stress, health risks and coping tools. Oklahoma State University Extension. <https://extension.okstate.edu/fact-sheets/re-adjusting-after-divorce-stress-health-risks-and-coping-tools.html>
6. Brown, S. L., Lin, I. F., Marino, F. A., & Mellencamp, K. A. (2025). Marital separation, reconciliation, and repartnering in later life. *Journal of marriage and the family*, 87(1), 182–200. <https://doi.org/10.1111/jomf.13024>
7. Butkutė, L., Mortelmans, D., & Sondaitė, J. (2023). Restricted Self-Transition: A Journey of Divorcees Through Lasting Marital Dissolution in Eastern European Society. *Europe's journal of psychology*, 19(3), 273–284. <https://doi.org/10.5964/ejop.9619>
8. Cabılar, B. Ö., & Yılmaz, A. E. (2022). Divorce and post-divorce adjustment: Definitions, models and assessment of adjustment. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 1–11.
9. Cano, T., Gracia, P. The Gendered Effects of Divorce on Mothers' and Fathers' Time with Children and Children's Developmental Activities: A Longitudinal Study. *Eur J Population* 38, 1277–1313 (2022). <https://doi.org/10.1007/s10680-022-09643-2>
10. Cao, H., Fine, M. A., & Zhou, N. (2022). The Divorce Process and Child Adaptation Trajectory Typology (DPCATT) Model: The shaping role of predivorce and postdivorce interparental conflict. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 25(3), 500–528. <https://doi.org/10.1007/s10567-022-00379-3>
11. Cohen, O. and Levite, Z. (2012), High-conflict divorced couples: combining systemic and psychodynamic perspectives. *Journal of Family Therapy*, 34: 387-402. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6427.2011.00539.x>
12. de Bel, V. (2023). Multi-functional ties and well-being in family networks before and after parental divorce. *Social Sciences*, 12(11), 586. <https://doi.org/10.3390/socsci12110586>
13. Emery, R. E. (2011). *Renegotiating family relationships: Divorce, child custody, and mediation*. Guilford Press
14. Haber J. (1990). A family systems model for divorce and the loss of self. *Archives of psychiatric nursing*, 4(4), 228–234. [https://doi.org/10.1016/0883-9417\(90\)90037-l](https://doi.org/10.1016/0883-9417(90)90037-l)
15. Hetherington, E. M., & Kelly, J. (2002). *For better or for worse: Divorce reconsidered*. W W Norton & Co.

16. Lamanna, M. A., Riedmann, A. C., & Stewart, S. D. (2018). *Marriages, families and relationships: making choices in a diverse society* (13th edition). Cengage Learning.
17. Lawler, M. K. (2019). *Transitioning through divorce: The six types of divorce*. Oklahoma State University Extension. <https://extension.okstate.edu/fact-sheets/transitioning-through-divorce-the-six-types-of-divorce.html>
18. Leopold, T. (2016). Gender differences in the consequences of divorce: A multiple outcome comparison of former spouses (SOEPpapers on Multidisciplinary Panel Data Research No. 841). Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung (DIW Berlin). [https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw\\_01.c.534419.de/diw\\_sp0841.pdf](https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw_01.c.534419.de/diw_sp0841.pdf)
19. Markoç, İ. (2023). Feeling Like Home Again: After Divorce Processes from Different Family Perspective. *Journal of Family Counseling and Education*, 7(2), 55–72. <https://doi.org/10.32568/jfce.1175330>
20. Mickovikj, D., & Ristov, A. (2019). Parenting after divorce in Macedonian family law. *Iustinianus Primus Law Review*. <https://pf.ukim.edu.mk/wp-content/uploads/2020/03/5.-Dejan-Mickovikj-Angel-Ristov.pdf>
21. Moral, M. A., Chimpén-López, C. A., Lyon, T. R., & Adsuar, J. C. (2021). The Relationship between Differentiation of Self and Psychological Adjustment to Separation. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 9(6), 738. <https://doi.org/10.3390/healthcare9060738>
22. Mortelmans, D. (2020). Economic consequences of divorce: A review. In M. Kreyenfeld & H. Trappe (Eds.), *Parental life courses after separation and divorce in Europe* (pp. 23–41). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-44575-1>
23. Petren, R., Labuda, M., & Anthony, M. (n.d.). "I want to make sure I'm doing what it takes": Parental role changes following separation. National Council on Family Relations. [https://www.ncfr.org/sites/default/files/2019-01/petren-et-al\\_separated-parent-roles\\_ncfr-present.pdf](https://www.ncfr.org/sites/default/files/2019-01/petren-et-al_separated-parent-roles_ncfr-present.pdf)
24. Sbarra, D. A., Hasselmo, K., & Bourassa, K. J. (2015). Divorce and Health: Beyond Individual Differences. *Current directions in psychological science*, 24(2), 109–113. <https://doi.org/10.1177/0963721414559125>
25. Shebak, S. (2025, November 11). The impact of divorce on families and therapeutic resolutions. Society for the Advancement of Psychotherapy. <https://societyforpsychotherapy.org/the-impact-of-divorce-on-families-and-therapeutic-resolutions/>
26. Singh Bagh, P., Fatma, N., & Pareek, A. (2024). The role of family dynamics in psychological well being. *Frontiers in Health Informatics*, 13(4), 1756–1768
27. Tach, L M, & Eads, A. (2015). Trends in the economic consequences of marital and cohabitation dissolution in the United States. *Demography*, 52, 401–432. doi: 10.1007/s13524-015-0374-5
28. Terhell, E. L., Broese van Groenou, M. I., & van Tilburg, T. G. (2004). Network dynamics in the long-term period after divorce. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(6), 719–738. <https://doi.org/10.1177/0265407504047833>
29. Van Gasse, D., & Mortelmans, D. (2020). Social support in the process of household reorganization after divorce. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(6), 1927–1944. <https://doi.org/10.1177/0265407520910268>
30. Waller, M., & Hetherington, E. M. (2021). Divorced parents' new dating disclosures to children: An important task for a successful family transition. *Journal of Family Issues*, 42(3), 452–475.

31. Youvan, D. C. (2024). Navigating psychological transitions: Theories, dynamics, and life contexts (Preprint). ResearchGate. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.19672.51203>
32. Спасовска, М. (2022). Особености на семейното функциониране на семейства с деца със специални нужди. ВТУ „Св. Св. Кирил и Методий“, Философски факултет: Докторска дисертация