МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА**

на тему: **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СІМЕЙНОЇ МЕДІАЦІЇ У СУДОВИХ СПОРАХ**

Виконала: студентка ІІ курсу,
групи 8.0534-з-4
спеціальності 053– Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Шемет Галина Віталіївна
Керівник: канд. психол. наук, доцент, зав. кафедри психології Губа Н. О.
Рецензент: к.психол.н., доцент кафедри психології Мосол Н.О.

Запоріжжя – 2025

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма 053 Психологія

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри

_____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

«____»_____2025 р.

**З А В Д А Н Н Я**

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Шемет Галині Віталіївні

Тема роботи Психологічні особливості сімейної медіації у судових спорах
керівник роботи Губа Н. О., канд. психол. наук, доцент, зав. кафедри психології
затверджені наказом ЗНУ від «02» 10 2025 року № 1393-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: проаналізувати теоретичні підходи до розуміння сутності сімейної медіації у психологічному та правовому контекстах; визначити психологічні чинники виникнення та загострення сімейних конфліктів, що переходять у судові спори; охарактеризувати принципи, етапи та моделі сімейної медіації, що застосовуються у процесі врегулювання сімейних спорів; обґрунтувати психологічні техніки і стратегії медіатора, що сприяють конструктивній взаємодії та ефективному вирішенню спору; провести емпіричне дослідження психологічних особливостей взаємодії сторін у процесі сімейної медіації; проаналізувати та інтерпретувати результати емпіричного дослідження.

Перелік графічного матеріалу: 4 таблиці.

6. Консультанти розділів роботи

| Розділ | Прізвище, ініціали та посада консультанта | Підпис, дата | |
|---|---|---|---|
| | | Завдання Видав | Завдання прийняв |
| Вступ | Губа Н. О, доцент | | |
| Розділ 1 | Губа Н. О, доцент | | |
| Розділ 2 | Губа Н. О, доцент | | |
| Розділ 3 | Губа Н. О, доцент | | |
| Висновки | Губа Н. О, доцент | | |

7. Дата видачі завдання _____

## КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

| № з/п | Назва етапів кваліфікаційної роботи | Строк виконання етапів роботи | Примітка |
|---|---|---|---|
| 1 | Збір та систематизація матеріалу | січень –лютий 2025 р. | Виконано |
| 2 | Робота над вступом | березень 2025 р. | Виконано |
| 3 | Робота над першим розділом | квітень-травень 2025 р. | Виконано |
| 4 | Робота над другим розділом | липень - червень2025 р. | Виконано |
| 5 | Робота над третім розділом | червень-серпень 2025 | Виконано |
| 6 | Написання висновків | вересень 2025 р. | Виконано |
| 7 | Передзахист | жовтень 2025 р. | Виконано |
| 8 | Нормоконтроль | листопад 2025 р. | Виконано |

Студент _____ Г. В. Шемет

Керівник роботи _____ Н. О. Губа

**Нормоконтроль пройдено**
**Нормоконтролер _____** Г. В. Коваль

# РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 84 сторінки, 4 таблиці, 70 джерел.

Об’єкт дослідження – процес сімейної медіації у судових спорах.

Предмет дослідження – психологічні особливості та механізми взаємодії учасників у процесі сімейної медіації під час врегулювання судових спорів.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості сімейної медіації у судових спорах і визначити психологічні чинники, що впливають на ефективність медіативного процесу.

Перша гіпотеза: передбачається, що рівень емоційної регуляції суттєво впливає на вибір стилів поведінки у конфліктній взаємодії: високий рівень емоційного самоконтролю зумовлює переважання конструктивних стилів (співробітництво, компроміс), тоді як емоційна дисрегуляція пов’язана з деструктивними стилями (конкуренція, уникнення).

Друга гіпотеза: передбачається, що комунікативна толерантність є значущим чинником формування конфліктної поведінки: вищий рівень толерантності сприяє використанню гнучких та партнерських стратегій (співробітництво, компроміс), тоді як низька толерантність та комунікативна ригідність асоціюються з домінуванням жорстких або уникальних моделей реагування (конкуренція, уникнення).

Методи дослідження: теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних досліджень; емпіричні: опитувальник стилів поведінки у конфлікті; методика «Комунікативна толерантність»; шкала емоційної регуляції.

Галузь використання: отримані результати можуть бути використані медіаторами, практичними психологами, юристами та фахівцями системи безоплатної правової допомоги для підвищення ефективності врегулювання сімейних спорів у судовому порядку.

СІМЕЙНА МЕДІАЦІЯ, СУДОВІ СПОРИ, МЕДІАТИВНИЙ ПРОЦЕС, СТИЛЬ ПОВЕДІНКИ, КОНФЛІКТНА ВЗАЄМОДІЯ.

# SUMMARY

Shemet H.V. Psychological features of family mediation in litigation.

The qualifying work consists of Introduction, 2 Chapters, Conclusion, References (70 items, 3 of foreign origin). The qualifying work volume is 91 pages long, 84 of them – main text. There are 4 tables.

The qualifying work provides a theoretical review and presents an empirical study of the psychological features of family mediation in the context of litigation. The master's thesis consists of three chapters, each of which examines different aspects of the psychological mechanisms and effectiveness of mediation in family disputes.

The research object: the process of family mediation in court disputes.

The research subject: psychological characteristics and mechanisms of interaction between participants in the process of family mediation during the settlement of court disputes.

The research goal: to theoretically substantiate and empirically investigate the psychological features of family mediation in litigation and to identify psychological factors influencing the effectiveness of the mediation process.

The research tasks are:

1. To analyze theoretical approaches to understanding the essence of family mediation in psychological and legal contexts.
2. To identify psychological factors contributing to the emergence and escalation of family conflicts that evolve into court disputes.
3. To characterize the principles, stages, and models of family mediation applied in the resolution of family disputes.
4. To substantiate the psychological techniques and strategies used by mediators to promote constructive interaction and effective dispute resolution.
5. To conduct an empirical study of the psychological features of interaction between parties in the process of family mediation.

6. To analyze and interpret the results of the empirical research.

7. To develop psychological recommendations aimed at increasing the effectiveness of family mediation in court disputes.

Chapter 1 “Theoretical and Methodological Foundations of Family Mediation” provides a theoretical analysis of the development and conceptual understanding of family mediation.

Chapter 2 “Psychological Features of Interaction in the Process of Family Mediation” explores the psychological mechanisms, factors, and patterns of interaction between participants during mediation.

Chapter 3 “Analysis of Psychological Indicators in the Mediation Process” presents the design, methodology, empirical results, and their interpretation.

*Key words*: family mediation, litigation, mediation process, behavior style, conflict interaction.

**ЗМІСТ**

ВСТУП 8

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ СІМЕЙНОЇ МЕДІАЦІЇ 12

1.1. Поняття та сутність сімейної медіації: психологічний і правовий контексти 12

1.2. Психологічні чинники сімейних конфліктів, що переходять у судові спори 20

1.3. Принципи, етапи та моделі сімейної медіації 20

1.4. Роль медіатора: професійні компетентності та психологічні вимоги 31

РОЗДІЛ 2. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОДІЇ У ПРОЦЕСІ СІМЕЙНОЇ МЕДІАЦІЇ 48

2.1. Психологічні техніки, що застосовуються у сімейній медіації 48

2.2. Фактори успішності медіації та психологічні бар’єри у врегулюванні спору 56

РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СЛУЖБОВЦІВ МЧС ПІД ЧАС ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ 65

3.1. Організація дослідження психологічних особливостей конфліктної взаємодії 65

3.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження 71

3.3. Розробка психологічних рекомендацій щодо підвищення ефективності сімейної медіації 79

ВИСНОВКИ. 83

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 85

# ВСТУП

Актуальність дослідження. Сімейні конфлікти, що переходять у судові спори, становлять одну з найбільш чутливих категорій правових взаємин, оскільки їх наслідки безпосередньо впливають на психологічний стан усіх учасників, особливо дітей. В умовах трансформації українського суспільства, посилення соціально-економічної нестабільності, зростання рівня стресогенності та емоційного напруження кількість сімейних конфліктів невпинно збільшується. Це зумовлює потребу у впровадженні ефективних альтернативних способів врегулювання спорів, серед яких особливе місце займає сімейна медіація.

На сучасному етапі розвитку української правової системи медіація активно інтегрується в практику вирішення сімейних спорів, що підтверджується ухваленням Закону України «Про медіацію» (2021 р.) та збільшенням кількості фахівців, підготовлених для роботи у сфері альтернативного врегулювання конфліктів. Проте ефективність цього процесу значною мірою залежить від психологічних особливостей взаємодії сторін, рівня їхньої комунікативної компетентності, емоційної регуляції, здатності до співпраці та готовності до конструктивного діалогу.

Психологічний компонент сімейної медіації є визначальним, оскільки у ситуаціях сімейного конфлікту учасники часто демонструють високий рівень емоційної вразливості, тривожності, агресивності чи недовіри. Саме ці чинники формують динаміку конфліктної взаємодії та впливають на вибір стратегій поведінки, що може або сприяти досягненню компромісу, або ускладнювати процес медіації. Відтак зростає потреба у ґрунтовному науковому аналізі психологічних механізмів, які визначають результативність медіативного процесу.

Особливої актуальності дослідження набуває у зв’язку з реформуванням системи правосуддя в Україні та пошуком способів

зменшення судового навантаження. Сімейна медіація показує високий потенціал у вирішенні спорів щодо розірвання шлюбу, визначення місця проживання дитини, аліментних зобов'язань, розподілу майна тощо. Однак недостатнє вивчення психологічних особливостей учасників сімейних медіацій, а також професійних компетентностей медіатора обмежує практичну ефективність цього підходу.

Таким чином, наукове дослідження психологічних особливостей сімейної медіації у судових спорах є своєчасним та суспільно значущим. Воно сприятиме підвищенню ефективності медіативних процедур, оптимізації сімейної взаємодії у конфліктних ситуаціях, зменшенню психологічних наслідків для дорослих і дітей, а також розширенню практичних можливостей медіації в українській судовій системі.

Об'єкт дослідження – процес сімейної медіації у судових спорах.

Предмет дослідження – психологічні особливості та механізми взаємодії учасників у процесі сімейної медіації під час врегулювання судових спорів.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості сімейної медіації у судових спорах і визначити психологічні чинники, що впливають на ефективність медіативного процесу.

Перша гіпотеза: передбачається, що рівень емоційної регуляції суттєво впливає на вибір стилів поведінки у конфліктній взаємодії: високий рівень емоційного самоконтролю зумовлює переважання конструктивних стилів (співробітництво, компроміс), тоді як емоційна дисрегуляція пов'язана з деструктивними стилями (конкуренція, уникнення).

Друга гіпотеза: передбачається, що комунікативна толерантність є значущим чинником формування конфліктної поведінки: вищий рівень толерантності сприяє використанню гнучких та партнерських стратегій (співробітництво, компроміс), тоді як низька толерантність та комунікативна ригідність асоціюються з домінуванням жорстких або уникальних моделей реагування (конкуренція, уникнення).

Завдання дослідження

1. Проаналізувати теоретичні підходи до розуміння сутності сімейної медіації у психологічному та правовому контекстах.

2. Визначити психологічні чинники виникнення та загострення сімейних конфліктів, що переходять у судові спори.

3. Охарактеризувати принципи, етапи та моделі сімейної медіації, що застосовуються у процесі врегулювання сімейних спорів.

4. Обґрунтувати психологічні техніки і стратегії медіатора, що сприяють конструктивній взаємодії та ефективному вирішенню спору.

5. Провести емпіричне дослідження психологічних особливостей взаємодії сторін у процесі сімейної медіації.

6. Проаналізувати та інтерпретувати результати емпіричного дослідження.

7. Розробити психологічні рекомендації щодо підвищення ефективності сімейної медіації у судових спорах.

Методи дослідження: теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних досліджень; емпіричні: опитувальник стилів поведінки у конфлікті; методика «Комунікативна толерантність»; шкала емоційної регуляції.

Наукова новизна дослідження полягає в уточненні психологічного змісту поняття сімейної медіації у контексті судових спорів та поглибленому аналізі психологічних чинників, що визначають динаміку конфліктної взаємодії сторін. У роботі розкрито специфічні механізми сприйняття, комунікації та емоційної регуляції учасників медіації, які впливають на результативність медіативного процесу; емпірично виявлено особливості психологічної готовності сторін до конструктивного діалогу; визначено фактори, що підвищують або знижують ефективність медіації, та обґрунтовано комплекс психологічних рекомендацій для оптимізації роботи медіатора у судових спорах.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що отримані результати можуть бути використані медіаторами, практичними психологами, юристами та фахівцями системи безоплатної правової допомоги для підвищення ефективності врегулювання сімейних спорів у судовому порядку. Розроблені психологічні рекомендації сприяють оптимізації комунікації між сторонами конфлікту, зниженню емоційної напруженості, формуванню конструктивних стратегій поведінки та полегшенню досягнення медіативної угоди. Матеріали роботи можуть бути застосовані у практиці сімейної медіації, програмах підготовки медіаторів, тренінгах із розвитку навичок переговорів у галузі психології конфлікту.

# РОЗДІЛ 1.
# ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ СІМЕЙНОЇ МЕДІАЦІЇ

## 1.1. Поняття та сутність сімейної медіації: психологічний і правовий контексти

Сімейна медіація як окрема практика вперше сформувалася наприкінці 1960-х років у США, а згодом поширилася й у країнах Західної Європи. До її сфери входить врегулювання спорів, що виникають під час розірвання шлюбу, вирішення суперечок щодо спадкування, взаємодія з органами соціального захисту, а також розгляд питань, пов'язаних з усиновленням та адаптацією прийомних дітей. В Україні цей напрям почав активно розвиватися з середини 2000-х років.

Підписання Угоди про асоціацію з Європейським Союзом у 2014 році відкрило можливості для впровадження в Україні європейських підходів до медіації та інтеграції у спільноту європейських медіаторів. Відповідно до статті 1 Угоди, ЄС та Україна мають поглиблювати співпрацю у сфері правосуддя, свободи та безпеки, забезпечуючи верховенство права та дотримання прав людини [57]. При цьому доступ до правосуддя має включати не лише судові процедури, а й альтернативні, позасудові способи врегулювання спорів.

З метою реалізації положень Угоди Президент України видав Указ №276/2015 від 20 травня 2015 року, яким затвердив Стратегію реформування судоустрою, судочинства та суміжних правових інститутів на 2015–2020 роки. У пункті 5.4 документа передбачено розширення застосування альтернативних механізмів вирішення спорів через практичне впровадження медіації та посередництва [43]. Згодом Наказом Міністерства соціальної політики України від 17.08.2016 №892 було затверджено Державний стандарт соціальної послуги посередництва (медіації), який визначає

сутність, обсяг, умови та порядок надання такої послуги. Стандарт регламентує надання соціальної послуги сім'ям і особам, що опинилися в складних життєвих обставинах, а також встановлює критерії моніторингу, контролю якості та тарифікації. При цьому медіація не може застосовуватися у випадках взаємодії між потерпілою особою та правопорушником у ситуаціях домашнього насильства, торгівлі людьми чи жорстокого поводження з дітьми [39].

Наприкінці 2015 року у Верховній Раді України було подано кілька законопроєктів, що стосувалися врегулювання діяльності в сфері медіації. Законопроєкт №3665 пройшов перше читання, однак 28.02.2019 р. його було відхилено та знято з розгляду. Згодом 05.07.2019 р. парламенту було подано новий документ – законопроєкт №10425 «Про діяльність у сфері медіації» [44], але вже 29.08.2019 р. його відкликали. Наразі у Верховній Раді зареєстровано законопроєкт №3504 «Про медіацію» від 19.05.2020, який пройшов перше читання [41]. Верховна Рада схвалила його за основу, підтримавши позицію Мін'юсту щодо необхідності правового закріплення можливості застосування медіації як добровільної позасудової процедури врегулювання конфліктів за участю медіатора. Документом також визначено вимоги до статусу медіатора: ним може бути будь-яка фізична особа з вищою освітою, яка пройшла базову підготовку у сфері медіації в Україні або за кордоном [41]. 16 листопада 2021 року в Україні набув чинності Закон «Про медіацію», який уперше на законодавчому рівні закріпив правові основи та процедуру проведення медіації як добровільного, конфіденційного та позасудового способу врегулювання конфліктів і спорів [14].

Одним із головних завдань сучасного етапу розвитку медіації є становлення її як самостійної професійної діяльності. Процедура медіації здійснюється за взаємною згодою учасників та ґрунтується на принципах добровільності, конфіденційності, незалежності й нейтральності медіатора, його неупередженості, а також рівності прав сторін та їхнього самовизначення. Реалізація цих засад передбачає формування науково

обґрунтованої теоретичної бази, розробку єдиного понятійного апарату, узагальнення досвіду експериментальних досліджень і впровадження кращих європейських та світових практик мирного врегулювання спорів. Важливим аспектом також є нормативне визначення правових механізмів надання послуг медіації.

У рішенні Суду правосуддя ЄС від 14.06.2017 у справі №С-75/16 було підтверджено положення Директиви 2008/52/ЄС, згідно з якими національне законодавство може містити норми щодо обов'язковості медіації, якщо це не порушує право особи на доступ до правосуддя. Суд також підкреслив, що добровільність медіації стосується не стільки рішення звертатися до неї чи ні, скільки свободи сторін самостійно визначати хід процесу, його організацію та можливість припинити участь у будь-який момент [33]. Практика альтернативного врегулювання спорів свідчить, що такі методи зазвичай є менш формалізованими, економічнішими та менш затратними, ніж традиційний судовий розгляд.

У міжнародних дослідженнях медіатор розглядається як нейтральний посередник, який не ухвалює рішення щодо суті спору, але сприяє сторонам у пошуку взаємоприйнятного варіанта врегулювання. Його функції можуть варіюватися залежно від запиту сторін, рівня їхньої активності та участі юридичних представників. Відповідно до підходів, представлених у роботах західних дослідників, зокрема Р. Буша та Дж. Фолджера [69], а також Д. Зейна [70], результативність медіації визначається як особливостями розвитку конфлікту, так і професійними та особистісними якостями медіатора, який забезпечує конструктивний діалог між сторонами.

Явор О.А. зазначає, що однією з переваг медіації є можливість вироблення багатоваріантних рішень, оскільки сторони не обмежені предметом та підставою позову й можуть узгодити будь-які умови, що відповідають їхнім інтересам та не суперечать законодавству. Як зазначає Л. Паркінсон, сімейна медіація найбільш поширена у ситуаціях розриву подружніх стосунків або розлучення, коли колишнє подружжя прагне

зберегти батьківські ролі та розмежувати припинення шлюбних стосунків із продовженням виконання спільних обов'язків щодо дітей [65, 48]. Таким чином, предметом сімейної медіації можуть бути не лише питання, що виникають під час розлучення, а й широкий спектр сімейних спорів: від укладання шлюбного договору до врегулювання розбіжностей у процесі сімейного життя.

З огляду на масштаби та значущі соціальні наслідки сімейних конфліктів, у багатьох країнах посилюється увага до питань їхнього попередження, профілактики та конструктивного врегулювання. У сучасних дослідженнях відзначається тенденція до оформлення сімейної медіації як окремого суспільно важливого інституту, що функціонує поряд із судовою системою та в низці випадків має переваги порівняно з нею.

У законодавстві деяких держав ця ідея вже знайшла своє відображення. Так, у Фінляндії згідно з частиною 2 статті 20 Закону про шлюб пріоритетним способом вирішення сімейних конфліктів визначено переговори між членами сім'ї та укладання взаємних домовленостей. У ситуації виникнення спору сторони можуть звернутися по допомогу до медіатора, завдання якого полягає в організації довірливої, конфіденційної комунікації та сприянні врегулюванню суперечностей з урахуванням інтересів усіх учасників.

У більшості країн сімейна медіація має власну нормативну регламентацію, що відокремлює її від інших видів медіації. Це може здійснюватися як у межах шлюбно-сімейного законодавства (зокрема у Фінляндії, Англії та Уельсі, Австралії), так і через ухвалення спеціальних законів. У Сполучених Штатах, наприклад, у багатьох штатах існують окремі закони, присвячені саме сімейній медіації [65, 48].

На міжнародному рівні одним із ключових документів, що регулює питання сімейної медіації, є Рекомендація № R (98) 1 Комітету Міністрів Ради Європи державам-членам щодо медіації у сімейних справах, ухвалена на 616-му засіданні заступників міністрів 21 січня 1998 року [47]. У

документі Комітет Міністрів, діючи відповідно до статті 15(b) Статуту Ради Європи та спираючись на положення Європейської конвенції про здійснення прав дитини, зокрема статті 13, яка передбачає використання медіації та інших процедур урегулювання спорів, що стосуються дітей, наголошує на ефективності медіації у сімейному контексті. У Рекомендації підкреслено, що медіація сприяє поліпшенню комунікації між членами родини, зменшенню конфліктності, досягненню дружнього вирішення спорів, підтриманню тривалого контакту між дітьми та батьками, а також зниженню соціальних та фінансових витрат, пов'язаних із розлученням чи окремим проживанням [47].

У багатьох країнах реалізація програм сімейної медіації забезпечується за рахунок державного фінансування. Для прикладу, в Ірландії, Данії та Австралії сімейні пари можуть отримати медіаційні послуги безкоштовно. В Австралії фінансування діяльності Центрів сімейних відносин здійснюється з федерального бюджету, а в Австрії більша частина діяльності Консультативної ради медіаторів також підтримується державою.

Наразі поняття *«сімейна медіація»* у науковій літературі трактується по-різному, що зумовлено багатогранністю цього феномена, поєднанням правових і психологічних аспектів та різним акцентуванням уваги дослідників на його функціях і завданнях. Аналіз наукових джерел показує, що в підходах українських авторів простежуються спільні риси — зниження конфліктності, підтримка конструктивного діалогу та сприяння прийняттю взаємоприйнятних рішень. Разом із тим, кожен дослідник виокремлює власні смислові акценти, що дозволяє розглядати сімейну медіацію як комплексний процес, у якому поєднуються комунікативні, емоційні та правові механізми.

Згідно законодавству України, медіація розглядається як добровільна, конфіденційна та структурована позасудова процедура, у межах якої сторони за підтримки медіатора намагаються дійти взаємного рішення шляхом переговорів [41]. У сучасних підходах медіацію визначають як процес, у якому нейтральний посередник організовує та координує переговори таким чином, щоб учасники могли сформувати реалістичне й прийнятне для обох

сторін рішення, спрямоване на повне врегулювання міжособистісного або правового конфлікту.

О. Жовтобрюх розглядає сімейну медіацію як особливий процес урегулювання сімейних суперечностей, що сприяє зменшенню емоційної напруги, покращує взаєморозуміння та підсилює якість комунікації між членами родини [13, 128].

І. Ковальова трактує сімейну медіацію як добровільний спосіб врегулювання конфліктів, у межах якого медіатор створює умови для того, щоб сторони могли самостійно напрацювати оптимальне рішення [20, 82].

На думку О. Сіненко, сімейна медіація — це процедура, що передбачає залучення нейтрального посередника, який допомагає учасникам конфлікту чіткіше усвідомити власні інтереси та потреби, а також узгодити позиції [32, 157].

О. Бушуєва визначає сімейну медіацію як механізм урегулювання суперечок, орієнтований на відновлення порозуміння між членами сім’ї та зменшення напруження у взаєминах [8, 52].

Т. Білоус підкреслює, що сімейна медіація є процесом, який сприяє укладанню узгоджених рішень через конструктивний діалог і взаєморозуміння сторін, водночас зменшуючи рівень конфліктності [Білоус Т. С. Роль сімейної медіації, 67–68].

Узагальнюючи наведені підходи, можна стверджувати, що сімейна медіація — це спосіб врегулювання сімейних конфліктів за участю нейтрального медіатора, який допомагає членам родини почути одне одного, зрозуміти позиції та інтереси всіх сторін і спільно дійти конструктивного рішення. Медіатор не нав’язує власних варіантів розв’язання спору, а створює умови для того, щоб сім’я самостійно виробила рішення, яке буде прийнятним та довготривалим. Такий підхід сприяє більшій стабільності досягнутих домовленостей порівняно з судовими процедурами, оскільки базується на реальних потребах кожного члена сім’ї та стимулює відповідальне ставлення до прийнятих рішень. Сімейна медіація може

застосовуватися до широкого спектра ситуацій, від розлучення та визначення місця проживання дитини до спорів щодо спадкування та взаємин між різними членами родини.

У наукових джерелах підкреслюється низка переваг медіації. Зокрема, зазначається, що вона дає змогу учасникам спору суттєво скоротити часові, фінансові та емоційні витрати; сприяє виробленню взаємоприйнятних домовленостей; забезпечує конструктивний пошук рішень за підтримки медіатора; гарантує конфіденційність процесу, що підвищує рівень довіри між сторонами; а також дозволяє сформувати угоди, які мають більшу стабільність і краще відповідають реальним інтересам усіх учасників [31, 43].

За інформацією Східного міжрегіонального управління Міністерства юстиції, медіація є швидким та результативним способом врегулювання спорів поза межами судового процесу. Це добровільна й конфіденційна процедура, у межах якої нейтральний посередник – це медіатор, який допомагає сторонам шляхом переговорів знайти рішення, прийнятне для всіх учасників конфлікту.

Переваги сімейної медіації полягають у тому, що:

– враховуються інтереси кожного учасника, адже сторони мають можливість висловити свої потреби та почути один одного;

– забезпечується врахування позиції дитини, що є особливо важливим у спорах, які безпосередньо впливають на її життя;

– сторони мають змогу самостійно напрацювати взаємоприйнятні рішення, які вони готові виконувати;

– медіація сприяє поліпшенню комунікації та відновленню довіри між учасниками конфлікту;

– створюється підтримувальне та безпечне середовище для обговорення емоцій і переживань.

Процедура медіації здійснюється з урахуванням важливих принципів: поваги у спілкуванні, добровільності участі, індивідуального підходу до кожної сторони, оптимальної тривалості процесу та права сторін самостійно ухвалювати рішення.

Такий спосіб врегулювання спорів може використовуватися у широкому спектрі сімейних ситуацій — під час розлучення, поділу майна, визначення місця проживання дитини, встановлення аліментних зобов’язань, вирішення питань спадкування тощо.

Результатом медіації можуть бути:

– угода, укладена за результатами медіації (у тому числі цивільно-правовий договір, який може бути нотаріально посвідчений);

– мирова угода;

– домовленості про визнання позову повністю або частково, відкликання чи залишення позову без розгляду;

– інші погоджені сторонами кроки, що сприяють розв’язанню спору.

Крім того, сторони мають можливість ухвалити проміжні або тимчасові рішення, які стосуються участі одного з батьків у вихованні дитини: періодичні зустрічі, спільний дозвілля, підтримання регулярних контактів та інші форми взаємодії, що відповідають інтересам дитини [40].

Узагальнюючи викладене, можна стверджувати, що сімейна медіація є комплексним психологічно-правовим механізмом врегулювання сімейних конфліктів, який поєднує добровільність, нейтральність медіатора та спрямованість на досягнення взаємоприйнятних рішень. Розвиток медіації в Україні відбувається у руслі європейських стандартів, що знаходить відображення у законодавчому регулюванні та впровадженні спеціальних процедур сімейного посередництва. Міжнародний і український досвід свідчать, що сімейна медіація сприяє зниженню емоційної напруги, покращенню комунікації між сторонами та забезпечує більш стійкі результати порівняно з традиційними судовими методами, оскільки ґрунтується на визнанні інтересів кожного учасника та підтримці конструктивної взаємодії.

## 1.2. Психологічні чинники сімейних конфліктів, що переходять у судові спори

Поняття «конфлікт» у психології трактується багатовимірно, що зумовлює відсутність єдиного універсального визначення. Загалом конфлікт розглядають як зіткнення протилежних мотивів, цінностей чи очікувань, що супроводжується зростанням емоційної напруги та порушенням взаємодії між учасниками. У науковій літературі виокремлюють кілька його типів — міжособистісні, внутрішньоособистісні та міжгрупові, однак саме міжособистісні конфлікти у сім'ї мають найбільш комплексний і чутливий характер, оскільки охоплюють емоційну, рольову та ціннісну сфери життя [34].

Як зазначає Гудзь Т.О., сімейні конфлікти є однією з найбільш поширених форм міжособистісної взаємодії, що виникає в процесі спільного життя людей. З одного боку, вони можуть виступати чинником розвитку стосунків, оскільки конструктивне обговорення суперечностей сприяє кращому розумінню потреб і меж кожного з партнерів. З іншого, за умови хронічного напруження, емоційної напруги або невміння членів родини ефективно вирішувати проблемні ситуації конфлікти набувають деструктивного характеру та стають джерелом значних психологічних втрат для всіх учасників взаємодії [11].

Проблематика сімейних спорів традиційно привертає значну увагу як науковців, так і практиків, передусім суддів та адвокатів, які безпосередньо працюють із такими категоріями справ. До дослідників, що робили вагомий внесок у вивчення природи та механізмів сімейних конфліктів, належать А.В. Бичкова, З.В. Ромовська, Л.В. Красицька, О.А. Явор та інші. Разом із тим, із плином часу змінюються як чинники виникнення сімейних спорів, так і способи їх оцінювання та врегулювання, що закономірно позначається на підходах до їх розгляду в судовій практиці.

Шишка Р.Б., Христиниченко Н.П., Глобенко І.О. зазначають, що значна частина сімейних конфліктів виникає через неспроможність подружжя домовитися та врегулювати суперечливі питання у позасудовому порядку. Відсутність поваги до позиції іншого, авторитарні моделі поведінки, прагнення до домінування, а також низький рівень загальної та правової культури спричиняють ескалацію напруження та перехід спору у судову площину. У таких ситуаціях страждають не лише дорослі, а й діти, чиї інтереси, виховання та утримання нерідко стають предметом багаторічних суперечок між батьками [64, 359].

Військова агресія росії проти України суттєво вплинула на динаміку сімейних конфліктів, що виявилося, зокрема, у зміні структури судових спорів. У перший рік повномасштабної війни кількість позовів щодо місця проживання дитини тимчасово зменшилася, однак у подальшому такі справи почали різко зростати. Це свідчить не лише про погіршення емоційного клімату в сім’ях, а й про посилення психологічної напруги, викликаної невизначеністю, страхом втрати та підвищеною тривожністю, що є типовими реакціями на воєнний стрес.

Особливу емоційну чутливість мають спори, пов’язані зі встановленням факту самостійного виховання дитини одним із батьків. Зростання їх кількості зумовлене, зокрема, нормою п. 4 ч. 1 ст. 23 Закону України «Про мобілізаційну підготовку та мобілізацію» [42], яка надає право на відстрочку від мобілізації особам, що самостійно виховують дитину. На практиці це часто породжує конфлікти, у яких психологічні мотиви (страх, бажання самозахисту, конкуренція між батьками, емоційні претензії після розриву стосунків) переплітаються з правовими аргументами. У таких ситуаціях зміна місця проживання дитини нерідко стає інструментом боротьби між колишнім подружжям, що посилює взаємну ворожість та конфліктність.

У 2023 році Верховний Суд у справі № 201/5972/22 визнав наявність виключної правової проблеми щодо юрисдикції вирішення таких питань, а

Велика Палата ВС у постанові від 11 вересня 2024 року підкреслила, що встановлення факту самостійного виховання має розглядатися у позовному порядку, оскільки містить елементи спору про право [53]. Ця позиція фактично акцентує на необхідності всебічного аналізу поведінки обох батьків, що відповідає принципу найкращих інтересів дитини.

У психологічному вимірі така категорія справ демонструє, що воєнний контекст, соціальна нестабільність і страх мобілізації істотно загострюють сімейні конфлікти, трансформуючи їх з міжособистісних суперечок у затяжні судові спори. У таких умовах батьківські рішення нерідко приймаються під впливом сильних емоцій, що підвищує ризик ескалації конфлікту та ускладнює конструктивну комунікацію між сторонами.

Науковий інтерес до вивчення сімейних конфліктів зростає, що пов’язано з підвищенням рівня загальної конфліктності в суспільстві, зміною соціальних ролей, деформацією моделей сімейного виховання та впливом медіа, які транслюють суперечливі зразки поведінки для наслідування. У цій сфері вагомий внесок роблять сучасні українські дослідники, які зосереджуються на психологічних, соціальних та правових аспектах сімейних відносин, а їхні праці формують наукову базу для розуміння причин та механізмів ескалації сімейних конфліктів.

Сімейні конфлікти властиві не лише суспільствам із недостатнім рівнем правової культури, а й демократичним країнам, де права людини посідають центральне місце та часто сприймаються окремо від обов’язків. Саме сім’я, будучи основним середовищем повсякденної взаємодії, створює передумови для виникнення суперечок: люди проводять разом значну частину часу, мають різні життєві погляди, звички, цінності, формують уявлення про «нормальність» поведінки, спираючись не лише на власний досвід, а й на моделі, перейняті з інших родин [22]. Усе це природно стає підґрунтям для виникнення конфліктів, що мають свою внутрішню логіку розвитку, специфічні причини та способи розв’язання.

Хлопоніна Н.Є. хазначає, що психологічна природа багатьох конфліктів часто пов’язана з уявленнями про роль жінки та чоловіка в сім’ї, що закладаються ще з дитинства. У масовій свідомості нерідко зберігаються стереотипи: жінка як «та, що нічого не повинна», а чоловік як «той, хто мусить забезпечувати і захищати». Тож очікування партнерів часто не збігаються з реальними можливостями та потребами. На взаємини впливають і індивідуальні чинники – темперамент, особистісні риси, стиль реагування, сімейні сценарії, а інколи навіть побутові або життєві дрібниці, які накопичуються та посилюють напруження [60].

Різні галузі знань пропонують свої підходи до розуміння сімейного конфлікту – психологічні, соціологічні, правові, педагогічні тощо. Вони відрізняються акцентами, однак у більшості з них конфлікт розглядається як зіткнення протилежно спрямованих мотивів, цілей чи потреб, прагнення зайняти однакову позицію або оволодіти спільним ресурсом. Він може виникати з будь-якого питання сімейної життєдіяльності: ведення побуту, виховання дітей, розподілу ролей, фінансів, інтимного життя, організації дозвілля. Конфлікт також відображається на відповідності очікувань партнерів щодо ролей, поведінки та внеску кожного у спільне життя [9].

Андросова, А.С., Шеленкова, Н.Л. звертають увагу на те, що сімейні конфлікти мають низку характерних особливостей:

— по-перше, вони відзначаються складним і багатовимірним предметом, що поєднує емоційні, психологічні, правові та матеріальні аспекти.

— по-друге, їхній зміст охоплює як глибоко особистісні стосунки (любов, прихильність, спорідненість), так і обов’язки, закріплені правом та етикою.

— по-третє, конфлікти розвиваються динамічно, проходять етапи загострення, стабілізації чи трансформації, а форми їх прояву – від прихованої напруженості до відкритої агресії – можуть значно різнитися.

— по-четверте, вони мають серйозні соціальні наслідки для інших

членів сім’ї, особливо дітей, для яких тривалий конфлікт виступає сильним стресором, здатним спричинити психологічні травми, проблеми поведінки або труднощі у формуванні довірливих стосунків у майбутньому [2].

Сімейні конфлікти, що не були своєчасно врегульовані, здатні переходити у затяжні судові спори, руйнувати емоційний клімат сім’ї, підривати довіру між партнерами, формувати у дітей негативні моделі взаємодії та ускладнювати подальшу міжособистісну комунікацію [45]. Саме тому дослідження психологічних чинників таких конфліктів є ключовим для розуміння причин ескалації та пошуку ефективних шляхів досудового врегулювання.

Сімейні конфлікти, як і будь-які інші форми міжособистісного протистояння, мають власні джерела, етапи розвитку та багатовимірну природу. Їх виникнення зумовлюється не однією причиною, а сукупністю внутрішніх і зовнішніх чинників, серед яких переважають суб’єктивні. До найбільш поширених причин сімейних суперечностей Зозуль Т.В. відносить:

— прагнення до лідерства й самоствердження в сім’ї;
— нерівномірний розподіл побутових обов’язків;
— конфлікти щодо управління сімейним бюджетом;
— авторитарні або надмірно жорсткі моделі взаємодії;
— матеріальні труднощі, що не мають швидкого розв’язання;
— втручання родичів у подружні стосунки;
— зіткнення протилежних інтересів;
— неможливість одного з партнерів реалізувати свої потреби;
— психосексуальну несумісність;
— відсутність поваги до особистої гідності;
— дефіцит позитивних емоцій, підтримки чи уваги;
— залежні форми поведінки одного з членів сім’ї;
— нестачу взаємодопомоги у вихованні дітей та веденні домашнього господарства;

— відмінності у дозвіллєвих уподобаннях [17].

У наукових джерелах також виокремлюють сім ключових груп причин, що провокують сімейні конфлікти:

1) порушення етичних норм подружніх взаємин (зрада, ревнощі);

2) біологічна несумісність партнерів;

3) складнощі у стосунках подружжя з близьким оточенням;

4) різні інтереси та потреби;

5) протилежні педагогічні підходи щодо виховання дітей;

6) особистісні недоліки одного чи обох партнерів;

7) дефіцит взаєморозуміння в системі «батьки – діти» [25].

Суб'єктивно означені причини сімейних конфліктів у науковій літературі здебільшого визнаються типовими й традиційно поділяються на дві групи: психологічні та соціальні [36]. До психологічних чинників передусім відносять:

— емоційний дискомфорт, що виникає за умов незадоволення потреби у позитивних переживаннях; недостатню психологічну готовність до шлюбу;

— відмінності у поглядах на спільне життя;

— розбіжності у духовно-моральних орієнтирах та системах цінностей;

— протилежні властивості темпераменту; дефіцит довіри, який часто супроводжується ревнощами;

— суперництво за лідерську позицію в родині; психосексуальну несумісність;

— низький рівень культури подружньої взаємодії.

До соціальних факторів зазвичай відносять:

— матеріальні труднощі; житлові обмеження;

— відсутність можливостей для реалізації базових потреб;

— специфіку соціального оточення та ступінь підтримки молодої сім'ї;

— розбіжності у підходах до виховання дітей;

— девіантну або деліктну поведінку одного з членів сім'ї;

— недостатній рівень навичок саморегуляції та особистісної стійкості;

— хронічну втому, що провокує конфліктну поведінку [36].

Іващенко А.С. стверджує, що у подальшому перебіг конфлікту можуть ускладнювати додаткові чинники, пов'язані з індивідуально-типологічними особливостями особистості, її життєвим досвідом, умовами виховання та сформованими моделями взаємодії [19, 9].

У такому контексті закономірно постає питання: чи мають судді достатньо часу, ресурсів та компетентності, аби заглиблюватися в психологічні причини виникнення конфлікту, які нерідко є визначальними для прийняття справедливого й зваженого рішення? Очевидно, що після ухвалення судового рішення реальні зміни в сімейних взаєминах часто не відбуваються, а подружжя інколи навіть відновлює стосунки через певний час після розлучення. Це демонструє обмеженість виключно юридичного підходу та підсилює потребу у психолого-правовому супроводі таких спорів [64].

За таких умов саме медіація могла б зменшити навантаження на суди та створити умови для примирення сторін. Водночас у складних сімейних справах медіатору недостатньо мати лише юридичну освіту, необхідною є також професійна психологічна підготовка, зокрема в галузі сімейної психології [49].

Українські реалії підтверджують наявність цілої низки чинників, що посилюють напругу в сімейних стосунках. Зо яких можна віднести:

— фінансові та побутові труднощі;

— незадоволення потреби в емоційній підтримці;

— неузгодженість рольових очікувань;

— несумісність характерів;

— схильність до агресії;

— відмінності у поглядах на виховання дітей;

— контроль і обмеження свободи;

— залежні або протиправні форми поведінки;

— страх втрати дитини;

— втручання старшого покоління у сімейний уклад;

— сексуальна дисгармонія [9].

Такі конфлікти не лише порушують психологічну рівновагу подружжя, а й негативно відбиваються на дітях, руйнують сімейні зв'язки та створюють підґрунтя для подальшої ескалації спору аж до судового провадження.

З огляду на зростання інтересу до використання приватно-правових механізмів у врегулюванні приватних спорів, актуальним є доктринальне опрацювання неюрисдикційних способів їх вирішення, зокрема медіації. Медіація являє собою організований процес за участю нейтрального посередника, який допомагає сторонам досягти взаємоприйнятного рішення щодо спору. Суб'єкти сімейних правовідносин не обмежені законом у виборі альтернативних способів врегулювання конфлікту. У разі добровільного звернення подружжя до медіатора та укладення відповідного договору сторони самостійно визначають місце та мову проведення процедури, а також обов'язковість участі в ній кожного з учасників. Вони можуть обрати будь-які форми примирення, не заборонені законодавством: укладення договорів, угод, мирових домовленостей як під час судового процесу, так і на стадії виконання рішення [62].

У контексті аналізу можливостей застосування медіації у цивільному судочинстві України слушною є позиція С. В. Дяченка, який підкреслює, що всі державою визнані механізми врегулювання правових спорів мають функціонувати у взаємозв'язку як елементи єдиної системи, спрямованої на забезпечення ефективної реалізації суб'єктивних прав через вирішення правових суперечок. Водночас, оскільки медіатор не наділений владними повноваженнями та не ухвалює обов'язкових для сторін рішень, медіація повинна розглядатися як позаюрисдикційна форма захисту прав. Дослідник

акцентує, що розвиток медіації в цивільному процесі стримується низкою чинників: недостатнім рівнем правової культури населення, низьким рівнем довіри до інституту медіації, бракованою інформованістю громадян щодо її переваг, орієнтацією окремих учасників спору на одностороннє відстоювання власних інтересів, усталеними стереотипами щодо «безальтернативності» судового вирішення, а також відсутністю належної нормативної бази і фінансових ресурсів для впровадження цього інституту [12].

Аналізуючи особливості становлення сімейної медіації в Україні та за кордоном, О. А. Явор наголошує, що ключовою рисою цього підходу є його недирективність, що принципово відрізняє його від традиційних правових механізмів. Медіація спирається не на примусовість, а на можливість вільного волевиявлення сторін, забезпечуючи їм контроль як над самим процесом обговорення, так і над результатом. Такий формат взаємодії гарантує конфіденційність, сприяє збереженню репутації учасників та формує підґрунтя для подальшого конструктивного спілкування, що є особливо важливим у сімейних спорах, де відносини між сторонами продовжуються й після завершення формального вирішення конфлікту [65].

У контексті сучасних проблем цивілістики, що стосуються медіації у сімейних спорах, О. С. Яворська слушно наголошує, що ефективність сімейної медіації можлива лише за дотримання низки ключових принципів. По-перше, пріоритетним має залишатися забезпечення прав та інтересів неповнолітніх дітей. По-друге, необхідним є дотримання балансу сил між учасниками спору: процедура медіації стає недопустимою у випадках очевидної соціальної чи економічної нерівності сторін, а також при наявності фактів домашнього насильства або жорстокого поводження з дітьми. По-третє, у процесі врегулювання сімейних спорів значну роль відіграють особистісні, «позаправові» чинники, що зумовлює специфіку проведення процедури та посилює потребу в терапевтичному підході. Відтак дослідниця підкреслює, що найбільш доцільною моделлю сімейної медіації є терапевтична, яка передбачає обов’язкову підготовку медіатора у сфері

загальної та сімейної психології. Як приклад спеціальних вимог до медіаторів у таких справах вона наводить австралійську практику, де існують підвищені кваліфікаційні стандарти для фахівців, які працюють із сімейними конфліктами [66].

Важливим є також її висновок щодо доцільності застосування сомедіації, зокрема із залученням медіаторів різної статі. На думку дослідниці, така модель сприяє більшій відкритості й довірі між сторонами, оскільки враховує гендерні особливості сприйняття та переживання конфлікту.

У своїх напрацюваннях, присвячених питанням профілактики домашнього насильства, О. І. Зінсу підкреслює значущість сімейної медіації як інструменту, що може запобігати загостренню сімейних суперечностей та формувати у громадян розуміння альтернативних шляхів їх вирішення. Дослідниця акцентує на необхідності поширення інформації про медіацію серед населення, адже її застосування може зменшити ризики ескалації конфліктів та сприяти більш безпечній взаємодії у сімейному середовищі [16].

Науковець Н. Л. Бондаренко-Зелінська звертає увагу на те, що актуальність медіації значною мірою зумовлена тим, що чимала частина сімейних конфліктів перебуває поза межами чіткого законодавчого врегулювання. Як зазначає дослідниця, у таких ситуаціях у процесі сімейної медіації орієнтирами для досягнення примирення стають не стільки правові норми, скільки моральні засади та особисті уявлення сторін про справедливість, добро, зло й прийнятні моделі поведінки. Водночас рішення, яке напрацьовують учасники медіації, не може суперечити чинному законодавству [6, 160].

Дійсно, закон не завжди охоплює всі аспекти взаємин між подружжям, колишніми партнерами, усиновителями, опікунами та іншими суб’єктами сімейних правовідносин. Навіть у судовому провадженні судді нерідко стикаються з труднощами під час ухвалення рішень через відсутність

конкретного нормативного регулювання або недостатню визначеність правових підстав.

Саме тому під час розгляду сімейних спорів судді часто рекомендують сторонам спробувати мирне врегулювання конфлікту, адже лише безпосередні учасники добре знають реальні обставини свого життя: особливості взаємин між батьками та дітьми, історію спільного побуту, ставлення один до одного і до майна. Такий підхід дозволяє уникнути надмірної формалізації та врахувати індивідуальні обставини, які суд не завжди може охопити у межах процесуальних норм.

У своєму інтерв'ю суддя Шевченківського районного суду м. Києва Д. О. Мальцев зазначив, що приблизно три з десяти сімейних справ завершуються укладенням мирової угоди, що свідчить про високий потенціал альтернативних методів урегулювання спорів у цій сфері [29].

Згідно зі шкалою життєвих подій Холмса і Рахе, сімейні конфлікти, зокрема пов'язані з розлученням, посідають друге місце серед найбільш стресогенних подій у житті людини. Такі спори, як розірвання шлюбу, поділ майна чи визначення місця проживання дитини, відзначаються високим рівнем емоційності та конфліктністю. Часто за зовнішніми причинами приховані глибинні фактори, які не завжди усвідомлюються сторонами. Якщо медіатор здатний розпізнати ці приховані елементи, їх можна використати для побудови конструктивної стратегії врегулювання спору. Хоча остаточне рішення завжди залишається за сторонами, медіатор виконує важливу роль, допомагаючи їм знайти варіант, що найкраще відповідає їхнім інтересам. Саме ця особливість суттєво відрізняє медіацію від судового розгляду, де рішення ухвалює третя сторона [38].

Вибір медіатора у сімейних спорах є надзвичайно важливим, оскільки не кожен фахівець у сфері медіації достатньою мірою орієнтується в специфіці сімейного законодавства та практичних нюансах застосування його норм. У ситуації, коли сторони звертаються по допомогу медіатора, саме його компетентність у правових питаннях може суттєво вплинути на

якість процедури та на можливість досягнення справедливого й обґрунтованого рішення.

Отже, психологічні чинники, що лежать в основі сімейних конфліктів і здатні перерости у судові спори, мають багатовимірну природу та зумовлюються поєднанням індивідуально-особистісних, рольових, ціннісних, соціальних і ситуативних факторів. Ескалація непорозумінь відбувається переважно через нездатність партнерів конструктивно комунікувати, узгоджувати очікування й задовольняти потреби одне одного в умовах підвищеної емоційної напруги. Судова практика підтверджує, що велика частина спорів виникає не через правові аспекти, а через невирішені психологічні суперечності, які правовими механізмами усунути неможливо. У цьому контексті медіація, що враховує психологічну природу конфлікту та особливості сімейних взаємин, постає необхідним інструментом досудового врегулювання, здатним зменшити ескалацію, захистити інтереси дітей і сприяти відновленню конструктивної взаємодії між сторонами.

### 1.3. Принципи, етапи та моделі сімейної медіації

Одним із найбільш відомих дослідників, чиї праці суттєво вплинули на розвиток сімейної медіації, вважається Джон Готман — психолог, який присвятив десятиліття вивченню закономірностей подружньої взаємодії та емоційної динаміки у сім'ї. Хоча його роботи не завжди спрямовані безпосередньо на медіацію, вони створили наукове підґрунтя для розуміння того, як подружжя реагує на конфлікт, які поведінкові патерни ведуть до ескалації, а які — сприяють діалогу. Це робить напрацювання Готмана важливими для формування сучасних підходів до врегулювання сімейних спорів.

Серед українських науковців вагомий внесок у дослідження впровадження медіації в цивільне судочинство зробили С. Дяченко та Н. Колокольна, які аналізували можливості інтеграції медіаційних процедур у вирішення приватноправових конфліктів.

Проблематику альтернативних способів врегулювання спорів у сфері сімейних правовідносин ґрунтовно розглядала також Н. Бондаренко-Зелінська, наголошуючи на важливості розвитку позасудових механізмів досягнення домовленостей між сторонами. Її дослідження окреслюють концептуальні підходи до застосування медіації як ефективного інструменту розв'язання сімейних конфліктів, що не завжди можуть бути повністю вирішені суто правовими методами.

Сімейна медіація регулюється Закон України «Про медіацію» від 16.11.2021 року № 1875-IX [14] і розглядається як спеціально організований процес конструктивного врегулювання суперечностей між членами сім'ї за участю нейтрального посередника — медіатора, який сприяє налагодженню діалогу та пошуку прийнятного для всіх сторін рішення. На відміну від судового розгляду, медіатор не ухвалює рішень замість учасників, а створює умови, за яких вони можуть самостійно виробити взаємоприйнятну домовленість. Ефективність сімейної медіації ґрунтується на низці базових принципів, які визначають її зміст і специфіку.

1. Добровільність. Участь у процедурі медіації є виключно добровільною: жоден із учасників не може бути примушений звертатися до медіації або продовжувати її всупереч власній волі. Сторони мають право самостійно вирішувати, чи готові вони долучитися до спільного пошуку вирішення конфлікту, а також у будь-який момент припинити участь у процесі.

2. Нейтральність і безсторонність медіатора. Медіатор не представляє інтереси жодної зі сторін, не дає оцінок поведінці учасників та не нав'язує готових рішень. Його роль полягає у підтримці балансу, забезпеченні рівності можливостей для висловлення позицій та створенні атмосфери, у якій сторони можуть безпечно обговорювати проблемні питання.

3. Конфіденційність. Уся інформація, озвучена під час медіаційних зустрічей, залишається нерозголошеною. Дотримання принципу конфіденційності формує довіру між учасниками та медіатором, а також

знижує ризик додаткової ескалації конфлікту, дозволяючи сторонам більш відверто говорити про свої переживання й потреби.

4. Активна участь сторін. Учасники не є пасивними спостерігачами, а виступають повноцінними суб'єктами процесу, які самостійно формулюють власні інтереси, озвучують позиції та беруть участь у розробленні рішень. Саме їхня готовність до взаємодії та співпраці визначає результативність медіації.

4. Активна участь сторін. Учасники конфлікту є ключовими дієвими особами медіаційного процесу: саме вони формулюють свої позиції, окреслюють потреби та інтереси, пропонують варіанти вирішення ситуації. Медіатор лише координує діалог і сприяє взаєморозумінню між сторонами, однак остаточне рішення повністю належить самим учасникам.

5. Орієнтація на майбутнє. Сімейна медіація спрямована на побудову конструктивної моделі взаємодії в подальшому. Замість детального аналізу минулих образ чи помилок акцент переноситься на вироблення рішень, які сприятимуть покращенню стосунків, мінімізації конфліктів і створенню безпечного середовища для всіх членів сім'ї.

6. Прозорість інформації. Одним із важливих принципів є забезпечення медіатором повної ясності щодо організації процесу: правил, етапів, можливих форматів роботи та очікуваних результатів. Зрозуміла структура медіації підвищує рівень довіри до процедури та дозволяє сторонам почуватися більш упевнено й безпечно [28, 38-39].

Зазначені принципи формують етичний та методологічний фундамент сімейної медіації, забезпечуючи умови для безпечної, конструктивної та результативної взаємодії сторін. Їх дотримання створює сприятливе середовище для мирного врегулювання спорів і відновлення або покращення сімейних стосунків.

Основна мета сімейної медіації полягає у створенні умов для мирного, добровільного та стабільного врегулювання спорів між членами сім'ї. Для її реалізації медіація передбачає виконання низки завдань, які окреслює Іванюк О.І.:

— по-перше, вона покликана забезпечити відкритий, довірливий і безпечний простір для комунікації сторін.

— по-друге, медіатор сприяє виявленню ключових проблем, інтересів та потреб учасників, а також пошуку можливих варіантів вирішення та взаємоприйнятних компромісів.

— по-третє, важливим завданням є формування чіткого плану дій, що визначає кроки, необхідні для досягнення домовленості.

— по-четверте, медіація підтримує сторони на етапі реалізації узгоджених рішень і допомагає долати труднощі, які можуть виникати після завершення активної фази конфлікту [18, 59].

У Рекомендаціях Комітету міністрів Ради Європи № (98) 1 від 2 січня 1998 року сімейна медіація визначається як ефективний інструмент врегулювання спорів у сфері сімейних відносин. Документ окреслює основні цілі застосування медіації у таких справах. Передусім вона покликана покращувати якість комунікації між членами сім'ї та сприяти зниженню рівня конфліктності між сторонами. Важливою її функцією є створення умов для досягнення мирного, узгодженого рішення, що відповідає інтересам усіх учасників. Окремо підкреслюється значення підтримання безперервних особистих контактів між батьками та дітьми. Рекомендації також наголошують, що застосування медіації дає змогу зменшити соціальні й економічні наслідки, пов'язані з розривом стосунків, а також скоротити час, необхідний для розв'язання спорів порівняно з традиційними юридичними процедурами [35].

Процедура сімейної медіації має чітку структуровану послідовність, що дозволяє забезпечити її ефективність, передбачуваність та дотримання основних принципів взаємодії між сторонами. Кожен етап виконує окрему функцію у поступовому переході від конфліктної ситуації до узгодженого рішення. Саме поетапність дає змогу медіатору підтримувати конструктивний діалог, а сторонам — усвідомлено формулювати свої потреби, інтереси та можливі варіанти домовленостей. Традиційно сімейна медіація включає такі ключові етапи:

У класичному підході процедура сімейної медіації охоплює п’ять послідовних етапів.

Перший етап – підготовчий. Він передбачає встановлення контакту із сторонами, уточнення умов співпраці та укладення договору про проведення медіації. На цьому етапі визначаються правила взаємодії та підтверджується згода сторін на участь у процесі.

Другий етап – вступна сесія. Медіатор окреслює мету процедури, пояснює її принципи, роз’яснює права й обов’язки учасників, а також збирає базову інформацію щодо предмета спору. Водночас відповідно до Закону України «Про медіацію» медіатор не наділений повноваженнями надавати юридичні консультації.

Третій етап – виклад позицій сторін. Кожен учасник отримує можливість висловити власне бачення ситуації, окреслити переживання, інтереси та очікування. Завдання медіатора – допомогти сторонам почути одне одного, структурувати інформацію та виявити ключові питання, які потребують обговорення.

Четвертий етап – вироблення рішень. На цьому етапі сторони за підтримки медіатора аналізують можливі варіанти врегулювання спору, обговорюють компроміси та спільні інтереси. Медіація спрямована на досягнення добровільного, усвідомленого й реалістичного рішення, яке враховуватиме потреби кожної зі сторін.

П’ятий етап – укладення та підписання медіаційної угоди. Сторони фіксують досягнуті домовленості у письмовому документі, що може бути поданий на засвідчення відповідним органам або використаний у подальших юридичних процедурах.

У практиці Європейського Союзу часто застосовується й шостий етап – процедура зворотного зв’язку (Mediation Feedback Questionnaire). Вона передбачає заповнення учасниками стандартизованої анкети, створеної Європейською комісією з ефективності правосуддя (CEPEJ), з метою оцінювання якості проведеної медіації та вдосконалення професійної

практики медіаторів [57]. Анкета містить комплекс із тестових запитань, таблиць та відкритих відповідей, що дозволяє всебічно оцінити процес та результати медіації.

Загалом міжнародна практика демонструє високу ефективність сімейної медіації: за оцінками експертів, за її допомогою вдається успішно вирішити понад половину сімейних спорів. З огляду на відносну новизну інституту медіації в Україні, важливим є врахування досвіду країн Європейського Союзу, де сформовано високі стандарти проведення медіаційних процедур. Їх адаптація до національного контексту відповідає євроінтеграційному курсу України та сприятиме підвищенню якості досудового врегулювання сімейних конфліктів.

Важливо зазначити, що медіаційний процес у сімейних спорах є багаторівневим та динамічним, а його результативність значною мірою визначається професійною підготовкою медіатора, застосованими методами роботи, обраною теоретичною школою та особливостями конкретного спору. Незважаючи на те, що в різних моделях медіації кількість і наповнення етапів може відрізнятися, наявність чіткої поетапності залишається ключовою умовою успішного врегулювання конфлікту. Завдяки структурованості процесу сторони отримують можливість послідовно прояснити сфери непорозумінь, обговорити інтереси та сформувати узгоджені рішення. Важливою рисою медіації є відсутність жорсткої регламентації в нормативно-правових актах, що забезпечує гнучкість процедури й дозволяє адаптувати її до індивідуальних потреб учасників.

Першим кроком організації медіаційної процедури є премедіація — підготовча стадія, спрямована на встановлення первинного контакту із сторонами, формування робочої атмосфери та визначення рамок майбутньої роботи. На цьому етапі медіатор проводить окремі зустрічі з кожною зі сторін, уточнює контекст спору, виділяє ключові теми для обговорення та пояснює сутність і правила медіації [31, 232]. Премедіація має також важливу мотиваційну функцію: вона допомагає учасникам усвідомити, що конфлікт

піддається врегулюванню, а рішення може бути вигідним для обох. У ситуаціях, що стосуються дітей, особлива увага приділяється найкращим інтересам дитини та збереженню конструктивної взаємодії між батьками. Паралельно медіатор оцінює медіабельність спору, тобто визначає, чи є медіація доцільною. Процедура не застосовується у випадках насильства, маніпуляції, загроз, психічних розладів або інших факторів, які унеможливлюють рівноправне спілкування. Якщо сторони підтверджують готовність до участі, укладається угода про проведення медіації [3, 5–8].

Після узгодження умов відбувається перша спільна зустріч учасників із медіатором. Цей етап має інтерактивний характер і спрямований на створення безпечного простору для діалогу. Медіатор пояснює правила взаємодії, заохочує сторони до відкритого висловлення думок і почуттів, допомагає виявити глибинні мотиви та потреби [32, 5–7]. У разі потреби комунікація може здійснюватися через медіатора, що знижує рівень емоційної напруги та дозволяє уникнути ескалації. Саме цей етап закладає основу для усвідомлення сторонами того, що вирішення конфлікту є спільною відповідальністю.

Наступна стадія — робота з інтересами та потребами — є концептуальною серцевиною всієї процедури. Завдання медіатора полягає в тому, щоб допомогти учасникам глибше зрозуміти сутність конфлікту, виокремити не лише позиції, а й емоційні та мотиваційні компоненти спору. Робота може проводитися як у форматі індивідуальних сесій, так і у спільному обговоренні. На цьому етапі стає можливим визначення спільних точок дотику, встановлення пріоритетів і формування потенційних напрямів для подальших домовленостей.

Етап пошуку варіантів рішень і їх подальша оцінка є ключовим для трансформації конфлікту у сферу конструктивного співробітництва. Сторони пропонують можливі моделі вирішення, а медіатор допомагає переосмислити їх з точки зору реалістичності, доцільності та взаємовигідності. У разі необхідності медіатор може залучати зовнішніх спеціалістів — юристів,

психологів, фінансових консультантів [52, 65]. Особливо це актуально у справах, пов’язаних із визначенням режиму виховання дітей, питаннями утримання чи поділу майна. До завершення цього етапу сторони, як правило, вже мають узгоджений або майже узгоджений підхід до вирішення спору.

Завершальним кроком медіаційного процесу є оформлення досягнутих домовленостей у вигляді медіаційної угоди. Ефективність цього етапу полягає в тому, щоб сформулювати зрозумілий, логічно структурований та придатний до виконання документ, який містить чіткі обов’язки сторін, механізми реалізації рішень та можливі умови перегляду домовленостей [5, 65–66; 31, 273]. Медіатор допомагає сформувати таке рішення, яке не лише задовольняє потреби обох сторін, але й зменшує ризик подальших конфліктів.

Таким чином, сімейна медіація є цілісним і гнучким процесом, що складається з взаємопов’язаних етапів, кожен із яких відіграє важливу роль у досягненні стійких, добровільних та психологічно комфортних домовленостей. Структурованість процедури дає змогу сторонам пройти шлях від конфлікту до взаєморозуміння та сформувати рішення, яке відповідає їхнім реальним потребам і сприяє збереженню конструктивної взаємодії у майбутньому.

Завершуючи аналіз структури медіаційного процесу, слід підкреслити, що ефективність будь-якої процедури залежить не лише від послідовності її етапів, а й від того, яку концептуальну модель медіації обирає медіатор для роботи зі сторонами. Різні школи медіації пропонують власні акценти: одні зосереджуються на досягненні конкретної угоди, інші — на змінах у характері взаємодії, треті — на переосмисленні учасниками власного досвіду та формуванні нової комунікаційної культури. Саме тому після розгляду етапів доцільно перейти до аналізу моделей медіації, що застосовуються у світовій та європейській практиці й дедалі активніше інтегруються у вітчизняний контекст.

На практиці виділяють кілька ключових моделей медіації, що застосовуються залежно від характеру спору та потреб учасників: класичну або проблемно-орієнтовану (problem-solving), трансформативну (transformative), наративну (narrative), сімейно-орієнтовану чи екосистемну (family-focused), фасилітативну (understanding-based approach) та оціночну (evaluative mediation). Вибір моделі визначає як стратегічні цілі процедури, так і стиль взаємодії зі сторонами, глибину опрацювання інтересів та рівень фокусування на емоційній чи правовій складовій.

У сфері сімейної медіації особливої уваги надають практичним аспектам застосування різних моделей. У ряді європейських країн, зокрема в Австрії, широко використовується міждисциплінарний підхід, коли процес ведуть два медіатори: один із психологічною підготовкою (психолог, психотерапевт або фахівець у сімейних відносинах), інший із юридичною кваліфікацією (адвокат, юрист, нотаріус). Також поширена практика комедіації з урахуванням гендерного балансу, що підсилює відчуття рівності та безпеки учасників під час процедури [65, 48].

Порівняння сучасних зарубіжних підходів дозволяє виокремити два основні напрями розуміння цілей медіації. Перший має прагматичну спрямованість, він орієнтований на досягнення домовленості та формування конкретної угоди. Цей підхід домінує в класичних, проблемно-орієнтованих або оціночних моделях. Другий напрям зосереджений на психологічних аспектах взаємодії сторін і спрямований на зміну якості комунікації, відновлення взаєморозуміння та особистісний розвиток учасників. Найповніше він представлений у трансформативній та наративній моделях [54, 148].

Засновники трансформативного підходу Р. Буш і Дж. Фолджер у праці «The Promise of Mediation» (1994) розробили модель, що базується на посиленні особистісної автономії сторін та формуванні взаємного визнання (recognition). Вони підкреслюють, що мета медіації — не лише знайти компроміс, а й створити умови, за яких учасники зможуть краще розуміти

власні потреби й мотиви, а також відкритіше сприймати позицію іншого [69].

Водночас сучасний розвиток цифрових технологій сприяв поширенню онлайн-медіації, яка в окремих випадках може бути не лише альтернативою очним зустрічам, а й важливою складовою підготовчого етапу. Дистанційний формат корисний тоді, коли сторони проживають у різних регіонах, мають обмежений доступ до виїздів або потребують швидкого первинного обговорення ситуації. Дослідники сімейної медіації наголошують, що робота в такому форматі здатна зменшувати емоційне напруження, допомагає учасникам краще опанувати власні реакції та уникати загострення конфлікту. Крім того, медіація дозволяє сторонам зберігати контроль над рішенням і брати активну участь у виробленні угоди, що сприяє підвищенню її стійкості [46].

## 1.4. Роль медіатора: професійні компетентності та психологічні вимоги

У вітчизняній та зарубіжній науковій літературі медіатор розглядається як центральна фігура медіаційного процесу, адже саме він формує особливий формат комунікації, що ґрунтується на нейтральності, конструктивності та безпечному емоційному середовищі. Завдяки професійним діям медіатора сторони отримують можливість висловити позиції без тиску, краще зрозуміти один одного та зменшити рівень конфліктності.

Відповідно до положень Асоціації сімейних медіаторів України, медіатор — це нейтральна, незалежна та спеціально підготовлена фізична особа, яка має кваліфікацію для проведення медіації. Його діяльність здійснюється згідно з вимогами Закону України «Про медіацію», який визначає критерії професійної підготовки, етичні стандарти та межі компетентності фахівця.

Важливою характеристикою ролі медіатора є те, що він не представляє інтереси жодної зі сторін і не має повноважень ухвалювати рішення замість

учасників процесу. Його завдання полягає у створенні збалансованого простору для діалогу та сприянні досягненню сторонами самостійних домовленостей. У випадках виникнення конфлікту інтересів медіатор зобов'язаний відкрито повідомити про це учасників відповідно до встановлених процедур [61].

У матеріалах, підготовлених у межах проєкту «Шляхи до справедливості», медіатор також визначається як фахівець, що діє на принципах незалежності, неупередженості та конфіденційності. Йому заборонено підтримувати будь-яку зі сторін, а обов'язок повідомляти про потенційний конфлікт інтересів є складовою професійної етики [7, 13].

Медіатор у процесі сімейної медіації виконує широке коло професійних функцій, спрямованих на досягнення головної мети – забезпечення конструктивного, добровільного та стійкого врегулювання конфлікту між членами сім'ї. Сукупність базових функцій медіатора, узагальнену в наукових джерелах, можна представити у вигляді кількох ключових напрямів діяльності [51, 88; 59, 218].

По-перше, медіатор надає сторонам повну та доступну інформацію про процедуру медіації: її зміст, етапи, правила, права й обов'язки учасників, а також потенційні наслідки досягнення або недосягнення домовленості. Така інформативна підтримка формує у сторін реалістичні очікування від процесу та сприяє більш усвідомленій участі.

По-друге, важливою є підготовча функція, яка охоплює допомогу сторонам у формуванні позицій, окресленні інтересів і визначенні цілей, з якими вони входять у медіацію. Медіатор не лише організовує початковий контакт, а й створює умови для продуктивної роботи, допомагаючи учасникам структурувати власні потреби та пріоритети.

По-третє, центральною для медіації є функція посередництва у спілкуванні. Медіатор забезпечує можливість конструктивного діалогу, допомагає сторонам краще зрозуміти зміст позицій один одного, виявляє непорозуміння та сприяє пошуку точок дотику. На цьому етапі він виконує роль фасилітатора, орієнтованого на деескалацію конфлікту.

Наступним важливим напрямом є розвиток навичок конструктивної комунікації. Медіатор навчає сторони ефективно висловлювати думки й переживання, слухати одне одного, розпізнавати інтереси, а не лише формальні позиції. У сімейних спорах це має особливе значення, оскільки учасники часто перебувають у стані емоційного напруження.

Окрему групу складають функції, пов’язані з формуванням спільного плану дій. Медіатор сприяє розробленню узгоджених кроків, що забезпечуватимуть реалізацію домовленостей. Він допомагає сторонам визначити строки, ресурси, відповідальність та можливі механізми контролю виконання домовленості.

Не менш значущою є функція закріплення угоди. Досягнуті домовленості оформлюються у письмовому вигляді, а медіатор допомагає структурувати документ так, щоб він був зрозумілим, конкретним і практично здійсненним. Угода підписується сторонами, а за потреби може бути засвідчена або використана як основа для подальших юридичних дій [51, 88; 59, 218].

Крім того, у практиці сімейної медіації медіатор виконує низку додаткових професійних обов’язків, зокрема:

— допомагає сторонам організувати переговорний процес та утримувати баланс інтересів;

— забезпечує рівність учасників і недопущення психологічного чи емоційного тиску;

— сприяє тому, щоб кожна сторона могла чітко висловити свою думку й бути почутою;

— підтримує комунікацію та допомагає знизити емоційне напруження;

— дає можливість учасникам усвідомити власні емоції, інтереси та потреби, розширити бачення ситуації;

— звертає особливу увагу на дотримання найкращих інтересів дитини, якщо конфлікт стосується дітей;

— інформує сторони про їхні права та обов’язки в межах процедури;

— консультує щодо організаційних аспектів проведення медіації та оформлення її результатів;

— сприяє формуванню взаємовигідних варіантів вирішення спору;

— допомагає сторонам оцінити реалістичність і здійсненність запропонованих домовленостей [61].

Таким чином, функції медіатора охоплюють не лише посередництво як таке, а й цілісну підтримку сторін на всіх етапах медіаційного процесу – від підготовки до формування й реалізації угоди. Така багатогранність ролі медіатора забезпечує ефективність сімейної медіації та підвищує ймовірність стійкого примирення й конструктивної взаємодії в майбутньому.

Законодавство України передбачає можливість установлення додаткових вимог до медіаторів залежно від потреб конкретних замовників медіаційних послуг. Так, сторони медіації, органи державної влади, органи місцевого самоврядування, а також юридичні й громадські організації мають право визначати підвищені критерії для фахівців, яких вони залучають. Ці вимоги можуть стосуватися спеціальної підготовки, віку, рівня освіти, професійного або практичного досвіду (п. 3 ст. 9 Закону України «Про медіацію»).

Відповідно до Закону, медіатором може бути фізична особа, яка успішно пройшла базову підготовку медіатора, отриману як в Україні, так і за кордоном. Базовий курс підготовки має включати щонайменше 90 годин навчання, серед яких не менше 45 годин складає практичний компонент, спрямований на формування навичок ведення переговорів, роботи з емоціями та фасилітації діалогу. Програма навчання повинна поєднувати теоретичні модулі та практичні тренінги, що забезпечують опанування інструментарію медіації (п. 3 ст. 10 Закону України «Про медіацію») [15].

Окрім базового курсу, підготовка медіатора може включати спеціалізоване навчання, яке реалізується за програмами, розробленими суб’єктами освітньої діяльності та професійними об’єднаннями медіаторів.

Таке навчання поглиблює компетентності у сферах сімейної, шкільної, комерційної чи інших видів медіації.

Водночас професійна діяльність медіатора регулюється не лише законодавством, а й етичними нормами та стандартами практики, встановленими медіаторськими асоціаціями, членом яких є фахівець. Ці стандарти визначають вимоги до професійної поведінки, підтримання кваліфікації, постійного професійного розвитку та дотримання принципів нейтральності й неупередженості.

Для надання медіаційних послуг на високому професійному рівні медіатор має володіти комплексом знань, умінь та особистісних якостей, що формують його фахові компетентності [7, 13]. Однією з базових є конфліктологічна компетентність, яка передбачає здатність аналізувати природу та динаміку конфлікту, визначати його ключові складові й пропонувати сторонам різні способи трансформації ситуації. Такий підхід допомагає учасникам ширше поглянути на власну проблему, реалістично оцінити можливості її вирішення та вибудувати конструктивну взаємодію в межах медіаційного процесу.

Не менш важливою є комунікативна компетентність, що охоплює володіння техніками активного слухання, умінням працювати з емоціями сторін, застосовувати перефразування, резюмування, ставити відкриті, уточнювальні та рефлексивні запитання. Комунікативний інструментарій також передбачає чутливість до невербальних сигналів та вміння враховувати культурні особливості спілкування.

Процедурна компетентність включає здатність працювати з конфіденційною інформацією, оцінювати медіабельність спору, підтримувати мотивацію сторін до участі у процесі та забезпечувати дотримання структури медіації. До неї належать також навички ведення документації й організаційного супроводу процедури.

Окремий блок становить рефлексивна компетентність, що передбачає дотримання професійних цінностей та етики медіатора, здатність утримувати

межі власної ролі, здійснювати саморефлексію, запитувати та приймати зворотний зв’язок від сторін. Важливим аспектом є регулярна участь у супервізії та інтервізії, а також постійне професійне вдосконалення.

Важливою для медіатора є і правова компетентність, яка охоплює орієнтацію в законодавстві, що регламентує медіацію: правовий статус медіатора, порядок проведення процедури, вимоги до медіаційних угод та їх юридичні наслідки.

З метою забезпечення належного рівня підготовки фахівців Асоціація сімейних медіаторів України розробила рекомендації для спеціалізованих навчальних програм. Зокрема, *«Базові засади підготовки сімейного медіатора»*, затверджені Рішенням Правління ГО «АСМУ» від 03.06.2020 р. (протокол №14) [7, 14], визначають компетентності, необхідні для початку професійної діяльності у сфері сімейної медіації. Документ окреслює, що базовий рівень підготовки повинен забезпечити можливість подальшого навчання за спеціалізованими програмами, присвяченими таким темам, як участь дитини у медіації, робота з випадками домашнього насильства, медіація в сімейному бізнесі, супровід літніх людей, питання опіки й піклування, сімейні форми влаштування дітей та транскордонні сімейні спори.

У процесі врегулювання сімейних спорів важливо чітко розмежовувати професійні ролі медіатора, юриста та психолога, оскільки кожен із цих фахівців виконує різні функції, має власні завдання та працює з різними аспектами конфлікту. Як слушно зазначають Т. Білик і С. Стадник, ці професії не варто протиставляти, адже в залежності від ситуації вони можуть доповнювати одна одну, забезпечуючи комплексний підхід до вирішення сімейних спорів [31, 129–132].

Юрист діє в межах правового поля та представляє інтереси однієї зі сторін, зосереджуючись на правовій оцінці ситуації, підготовці документів, захисті прав і формуванні правової стратегії. У центрі його уваги — *розв’язання питання по суті відповідно до чинного законодавства*, без детального опрацювання психологічних аспектів взаємодії.

Медіатор, на відміну від адвоката, працює одночасно з обома сторонами, зберігаючи нейтральність і неупередженість. Його завдання полягає в організації конструктивного діалогу, зниженні емоційної напруги та сприянні тому, щоб сторони самостійно дійшли до узгодженого рішення. У центрі уваги медіатора — *налагодження взаєморозуміння, опрацювання емоцій і потреб сторін, пошук практичних рішень у сферах фінансів, батьківства, майнових питань тощо*. Медіація орієнтована переважно на теперішнє та майбутнє, а не на реконструкцію минулого досвіду.

Психолог же працює з внутрішніми станами клієнта, досліджує його переживання, патерни поведінки та минулий досвід, який впливає на теперішні взаємини. Психологічна допомога може бути корисною у випадках, коли конфлікт супроводжується значним емоційним навантаженням, високим рівнем стресу або потребує опрацювання індивідуальної травми.

Процедури, з якими працюють ці фахівці, також суттєво різняться:

— юридичний процес чітко регламентований законом;

— медіація має структурований, але гнучкий характер;

— психологічна допомога реалізується у форматі терапії, що часто є тривалою.

Відрізняється й формат результатів: медіація може завершитися укладенням договору, юрист — підготовкою юридично значущого документа чи рішення суду, тоді як психологічна робота не передбачає оформлення формальних домовленостей [31, 129–132].

Питання професійного статусу медіатора врегульовано ст. 10 Закону України «Про медіацію», згідно з якою базова або спеціалізована підготовка завершуються видачею сертифіката, що підтверджує освоєння відповідної програми. До сертифіката додається перелік пройдених навчальних компонентів і набутих компетентностей. Суб’єкти освітньої діяльності ведуть реєстри осіб, які успішно пройшли навчання та отримали кваліфікацію медіатора.

Отже, ефективність діяльності медіатора визначається не лише обізнаністю у правових нормах, а й наявністю розвинених психологічних компетентностей, які забезпечують конструктивність діалогу та підтримують процес пошуку рішень.

# РОЗДІЛ 2.
# ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОДІЇ У ПРОЦЕСІ СІМЕЙНОЇ МЕДІАЦІЇ

## 2.1. Психологічні техніки та методи, що застосовуються у сімейній медіації

Медіаційні техніки та інструменти посідають важливе місце у практиці сімейних психологів, оскільки дають змогу значно підвищити ефективність врегулювання спорів, знижують рівень емоційної напруги та створюють атмосферу довіри, необхідну для ухвалення зважених рішень. Їх використання не лише сприяє подоланню наявних суперечностей, але й формує в учасників навички конструктивної взаємодії, що є фундаментом для стабільних і здорових стосунків у майбутньому.

Сутність цього підходу полягає у вдосконаленні комунікації між сторонами, сприянні глибшому взаєморозумінню та розвитку співпраці у процесі подолання конфліктів. У сімейній сфері, де емоційна напруга часто є значною, а взаємини — тісно пов’язаними, застосування медіаційних методів виступає важливим ресурсом для вирішення складних ситуацій та підтримання психологічного благополуччя всіх членів родини [24].

У роботі сімейного психолога медіаційні техніки виконують важливу роль, оскільки дають змогу підтримувати конструктивний діалог, знижувати напругу та сприяти формуванню довіри між учасниками. До ключових технік, що найчастіше застосовуються у медіаційній практиці, належать [37]:

– активне слухання, яке забезпечує глибше розуміння позицій і переживань сторін;

– відображення емоцій, що допомагає учасникам усвідомити власні почуття та відчути підтримку;

– виявлення та формулювання інтересів, спрямоване на перехід від позицій до реальних потреб;

– перефокусування уваги, яке дає змогу змінити ракурс сприйняття ситуації та уникнути загострення суперечки;

– керування паузами, що створює простір для осмислення сказаного та зниження емоційної інтенсивності;

– питання, що стимулюють роздуми, які сприяють саморефлексії та пошуку альтернативних варіантів;

– встановлення рамок позитивної комунікації, що забезпечує безпечну атмосферу для діалогу.

Окрім технік, медіатор використовує також низку інструментів, які дозволяють структурувати процес та підсилюють його ефективність. До них належать:

– медіаційні угоди, що формалізують досягнуті домовленості;

– візуалізація проблем і можливих рішень (схеми, карти, діаграми);

– рольові ігри, які дають змогу учасникам побачити ситуацію очима іншого;

– метод «мозкового штурму», що сприяє генерації варіантів;

– планування майбутніх дій, яке допомагає визначити конкретні кроки реалізації домовленостей;

– техніка «третя сторона», що дозволяє безпечно дослідити конфлікт, ніби він стосується не безпосередньо учасників [58].

У процесі медіації можуть залучатися й діти, проте їх участь має ґрунтуватися на принципах безпеки, добровільності та врахування вікових особливостей. Медіатор обирає формат взаємодії з дитиною залежно від її рівня розвитку, ступеня залученості у конфлікт та емоційного стану. У сучасній практиці виокремлюють кілька моделей роботи:

1. Індивідуальна робота з дитиною, яку проводить сертифікований медіатор або фахівець із відповідною підготовкою. Такий формат доречний, коли дитина не готова відкрито говорити про свої переживання у присутності

батьків. Для дітей молодшого віку можуть використовуватися проєктивні методики — малюнок сім'ї, казкотерапія, рольові міні-сцени, що допомагають м'яко виявити її потреби та страхи.

2. Спільні зустрічі дитини та батьків, під час яких медіатор допомагає дорослим почути емоції й хвилювання дитини. Така форма дає змогу відновити емоційний контакт між членами сім'ї, підвищити чутливість батьків до потреб дитини та створити умови для більш усвідомленого ухвалення рішень щодо опіки, режиму спілкування тощо.

3. Залучення дитини як повноправного учасника переговорів, що характерно для конфліктів між підлітками та батьками або спорів між поколіннями. У цьому випадку медіатор враховує рівень автономності та здатність підлітка до рефлексії, допомагає йому безпечно висловити свою позицію та сприяє взаєморозумінню між сторонами.

Для глибшого аналізу сімейного середовища медіатори використовують спеціальні методи візуалізації стосунків, зокрема екограму — інструмент, який відображає «екологію» сімейної системи, тобто ресурси, навантаження, джерела підтримки та ризики, актуальні для сім'ї в період змін. Екограма дозволяє структурувати інформацію про найближче соціальне оточення, оцінити вплив зовнішніх і внутрішніх чинників на учасників конфлікту та сформувати більш цілісне розуміння потреб сторін [31, 334].

Хоча медіація може застосовувати різні моделі та підходи, центральним інструментом роботи медіатора у всіх випадках є постановка запитань. Саме запитання дозволяють структурувати інформацію, спрямовувати діалог, знижувати емоційну напругу та допомагати сторонам переходити від позицій до інтересів.

Запитання у медіації виконують кілька важливих функцій:

– сприяють переходу від монологу до діалогу;

– допомагають перехопити або переорієнтувати ініціативу;

– демонструють увагу та зацікавленість до співрозмовника;

– забезпечують уточнення та поглиблення інформації;

– можуть змінювати фокус обговорення, переводячи його в конструктивне русло.

Таким чином, техніка запитань є однією з основних у роботі медіатора. Розглянемо її різновиди детальніше.

1. Відкриті й закриті запитання^

— Відкриті запитання дозволяють сторонам вільно висловлювати думки, емоції та інтереси. Вони є ключовими на початкових етапах для отримання цілісної картини ситуації: *«Розкажіть, як ви бачите ситуацію, що склалася?»*

— Закриті запитання передбачають відповідь «так» або «ні» і використовуються тоді, коли потрібно уточнити факт чи підтвердити ключову інформацію.

2. Прості й складні (множинні) запитання

— Прості запитання містять лише один сенсовий елемент і сприяють отриманню чіткої та зрозумілої відповіді.

— Складні (множинні) запитання включають кілька питань одночасно й можуть перевантажувати співрозмовника, створювати ризик вибіркової відповіді або уникнення конкретики. Наприклад: *«Де, як і коли ви познайомилися та яких домовленостей досягли?»* У медіації цей тип запитань вважається некоректним.

3. Уточнювальні та доповнювальні запитання. Ці запитання допомагають медіатору деталізувати інформацію, розуміти контекст та усувати неоднозначності. Вони часто використовуються на етапі аналізу інтересів та потреб.

4. Альтернативні та сугестивні запитання

— Альтернативні запитання пропонують співрозмовнику кілька варіантів можливих відповідей.

— Сугестивні запитання підводять до певного висновку й не містять істинного вибору. Вони можуть бути допустимими у юридичній практиці, але в медіації застосовуються обережно, щоб не впливати на автономію сторін.

5. Гіпотетичні (циркулярні) запитання. Вони дозволяють сторонам по-новому побачити ситуацію, поставити себе на місце іншого або оцінити можливий розвиток подій: *«Як ви вважаєте, що б відчув ваш син, якби почув вашу позицію щодо цього питання?».* Такі запитання сприяють розвитку емпатії та взаєморозуміння.

6. Зустрічні запитання. Використовуються для того, щоб зупинити надмірно емоційну, агресивну або маніпулятивну комунікацію та повернути діалог у конструктивне русло.

7. Риторичні запитання. Не потребують відповіді, однак у конфліктних ситуаціях можуть провокувати ескалацію та викликати захисні реакції. Тому в медіації їх застосування не рекомендується.

8. Навідні запитання. Ці запитання містять підказку або бажану відповідь і є типовими для юридичної практики. Проте у медіації вони недопустимі, оскільки обмежують свободу самовираження сторін, переривають природний потік інформації та заважають виявленню істинних інтересів [10].

Однією з центральних психологічних технік, що забезпечують ефективність сімейної медіації, є активне слухання. На відміну від звичайного сприйняття інформації, активне слухання передбачає цілеспрямовану роботу медіатора зі змістом висловлювань сторін, їх емоціями, інтересами та прихованими мотивами. Основним завданням цієї техніки є виявлення того, *що насправді стоїть за словами учасника конфлікту*, які потреби він транслює та як сприймає ситуацію.

У сімейних спорах активне слухання виконує низку важливих функцій:

– сприяє встановленню довірливих взаємин між учасниками та медіатором;

– знижує психологічну напругу й емоційну інтенсивність діалогу;

– допомагає сторонам відчути себе почутими та визнаними;

– створює умови для переходу від позиційного спору до обговорення реальних потреб;

– сприяє формуванню конструктивної атмосфери, де можливе вибудовування спільних рішень.

Якщо у юридичній практиці активне слухання застосовується передусім для встановлення контакту з клієнтом, то в медіації воно є однією з основних компетентностей, без якої процес не може бути ефективним.

Активне слухання реалізується через комплекс вербальних та невербальних технік, які дозволяють глибше зрозуміти позицію учасника конфлікту та підтримувати структурований діалог.

1. Невербальна та паравербальна комунікація. Ця група інструментів включає:

– зоровий контакт;

– кивання головою;

– міміку;

– жести та відкриту позу;

– інтонаційні акценти, тембр і паузи.

Їх призначення — демонструвати увагу, повагу та готовність до діалогу, що є критично важливим у конфліктних ситуаціях.

2. Уточнення та прояснення - це короткі запитання або прохання деталізувати певну інформацію. Такий прийом допомагає: уникнути хибних інтерпретацій; структурувати сказане; спрямувати співрозмовника на більш глибоке пояснення.

3. Переформулювання - передбачає зміну емоційного забарвлення висловлювання на більш нейтральне чи позитивне, зберігаючи його основний зміст. Це дозволяє:

– зменшити конфліктогенність;

– «пом’якшити» гострі формулювання;

– підтримати конструктивний діалог.

4. Перефразування - полягає у переказі висловлювання своїми словами з метою переконатися, що медіатор правильно зрозумів співрозмовника. Це також допомагає сторонам усвідомити, як їхні слова звучать для інших.

5. Резюмування та парафраз. Резюмування включає узагальнення змісту сказаного та фіксацію ключових думок. Парафраз — це його коротка форма, коли в одному реченні передається основний смисл висловлювання. Обидва прийоми сприяють упорядкуванню розмови та зменшенню емоційної турбулентності.

6. Віддзеркалення почуттів - це вербалізація емоцій, які медіатор помічає в учасника: *«Здається, ця ситуація викликає у вас образу…», «Ви виглядаєте дуже занепокоєними…»*. Віддзеркалення допомагає людині:

– усвідомити власні емоції;

– відчути підтримку;

– знизити інтенсивність переживань.

7. Рефреймінг - полягає у зміні «рамки» сприйняття ситуації. Медіатор пропонує альтернативний погляд, який дозволяє:

– зняти упередження;

– розширити бачення проблеми;

– послабити позиційне мислення;

– побачити потенціал для домовленостей.

8. Центрування - допомагає сторонам зосередитися на головному питанні, не відхиляючись у другорядні деталі. Це особливо важливо, коли учасники схильні до емоційних відступів.

9. Вчасне мовчання

Тиша може бути не менш важливим інструментом, ніж слова. Вона дає змогу:

– співрозмовнику обміркувати свою позицію;

– емоціям стабілізуватися;

– зупинити ескалацію;

– створити простір для нових рішень.

10. Зосередженість та відмова від внутрішнього діалогу. Для медіатора критично важливо *бути присутнім у моменті*, тимчасово «вимикаючи» власні судження та інтерпретації. Це дозволяє повністю сфокусувати увагу на змісті висловлювань сторін [10].

У сучасній практиці сімейної медіації поряд із традиційними комунікативними техніками широко застосовується трансформаційний підхід, запропонований Р. Бушем та Дж. Фолджером. На відміну від класичної проблемно-орієнтованої медіації, яка акцентує увагу на пошуку конкретного рішення спору, трансформаційна модель зосереджена на психологічних змінах, що відбуваються з учасниками у процесі взаємодії. Згідно з концепцією авторів, ключовими механізмами конструктивного врегулювання конфлікту є посилення (empowerment) та визнання (recognition) [69].

Посилення передбачає розвиток здатності особи усвідомлювати власні потреби, цілі та ресурси, брати відповідальність за свої рішення та поведінку. Використання таких психологічних технік, як уточнення, питання для саморефлексії, переформулювання чи перефокусування уваги, допомагає сторонам краще зрозуміти власні переживання, структурувати думки та зміцнити внутрішнє відчуття контролю над ситуацією. Це відповідає одній із базових цілей медіації — поверненню сторонам здатності самостійно ухвалювати рішення та діяти більш усвідомлено.

Визнання означає розширення бачення ситуації через усвідомлення потреб, почуттів і мотивів іншого учасника конфлікту. Техніки віддзеркалення емоцій, гіпотетичні (циркулярні) запитання, рефреймінг або резюмування створюють умови, за яких сторони починають сприймати одне одного не тільки через призму протистояння, але й як суб’єктів із власними переживаннями та вразливостями. Таке переорієнтування з «позицій» на «інтереси та почуття» сприяє зниженню емоційної напруги та формуванню більш емпатичного ставлення.

З позицій трансформаційного підходу роль медіатора полягає не лише у фасилітації діалогу чи врегулюванні поточного спору, а й у створенні умов для особистісних змін сторін. Медіатор допомагає учасникам конфлікту набути нового досвіду взаємодії, що надалі може сприяти розвитку психологічної стійкості, гнучкості та здатності до конструктивного

вирішення суперечок без зовнішнього втручання. Це робить медіацію важливим інструментом не лише врегулювання конфліктів, а й формування здорових моделей сімейного спілкування.

Впровадження медіаційних технік у діяльність сімейного психолога має низку суттєвих переваг:

1. Зниження емоційної напруги. Коли сторони відчувають, що їх чують та розуміють, діалог переходить у менш конфліктну площину.
2. Поглиблення взаєморозуміння. Такі інструменти, як активне слухання чи рольові моделювання, допомагають побачити ситуацію з позиції іншого учасника.
3. Зростання відповідальності. Спільне формулювання рішень і створення планів дій сприяє більшому усвідомленню власної ролі в розв’язанні конфлікту.
4. Профілактика повторних конфліктів. Завдяки освоєнню навичок конструктивного спілкування сімейні взаємини стають більш стійкими до майбутніх труднощів [24].

## 2.2. Фактори успішності медіації та психологічні бар’єри у врегулюванні спору

Медіація, хоча й має багато спільного з переговорним процесом, орієнтованим на інтереси сторін, вирізняється своєю особливою природою. Якщо у переговорах учасники самостійно шукають прийнятні рішення, то в медіації ключову роль відіграє професійний нейтральний посередник, який забезпечує структурованість, дотримання правил взаємодії та психологічну безпеку комунікації. Її значущість особливо зростає у конфліктних ситуаціях, де збереження міжособистісних стосунків є не менш важливим, ніж формальний результат: медіація дозволяє досягти взаємовигідного рішення, підтримати гідність учасників, відновити довіру та переорієнтувати взаємодію на майбутнє конструктивне співробітництво.

Ефективність медіаційного процесу значною мірою залежить від якості його організації на початковому етапі. Сторони мають отримати вичерпну інформацію про порядок проведення процедури, можливі фінансові витрати та зміст роботи медіатора, що формує прозорі очікування й забезпечує усвідомлене рішення щодо участі. Після погодження кандидатури медіатора узгоджуються регламент, часові рамки та організаційні умови зустрічей; за потреби медіатор запитує опис історії конфлікту, дані про попередні спроби перемовин та інші матеріали. На цьому етапі учасники можуть передати конфіденційні відомості, необхідні для розуміння динаміки спору та вибудови оптимальної стратегії процедури.

Одним із базових принципів медіації є конфіденційність. Медіатор зобов'язаний гарантувати нерозголошення отриманої інформації та не має права свідчити у судових процесах щодо відомостей, отриманих у межах процедури, якщо інше не передбачено законом чи не погоджено сторонами. Дотримання цього принципу формує атмосферу довіри — необхідну умову відкритого діалогу та конструктивної взаємодії.

Неупередженість медіатора забезпечується також професійними обмеженнями: без письмової згоди всіх сторін він не може виступати їхнім представником, експертом чи консультантом ані до, ані після завершення процедури. Таке регулювання унеможливлює виникнення конфлікту інтересів і підтримує нейтральність посередника протягом усього процесу врегулювання спору [67, 157].

Водночас на учасників медіації покладається відповідальність за добросовісне використання своїх процесуальних прав, уникнення штучного затягування процедури та врахування інтересів усіх сторін, зокрема дітей, якщо вони прямо чи опосередковано залучені до конфлікту. Оскільки остаточне рішення виробляють самі учасники, саме вони відповідають за його реалістичність, збалансованість та подальше виконання. Така модель підсилює суб'єктність сторін і сприяє формуванню в них відповідальності за отриманий результат.

Одним із ключових принципів медіації є добровільність. Кожен учасник має право припинити свою участь у процесі на будь-якому етапі, письмово повідомивши про це іншу сторону та медіатора. Відповідна норма, закріплена у Цивільному процесуальному кодексі України, гарантує свободу вибору, унеможливлює застосування тиску та підкреслює неприпустимість примусової участі. Добровільність робить сторони вмотивованими до пошуку реалістичних рішень і зберігає їхню активну участь у процесі врегулювання спору [62].

Як зазначає Волинець В., результативність медіації значною мірою залежить від того, як саме медіатор структурує процедуру та керує комунікацією між сторонами. Дослідниця виокремлює низку принципів і технік, що сприяють досягненню взаємоприйнятних рішень [10]:

— *Формування рапорту (довірливого контакту).* Відчуття безпеки та нейтральності з боку медіатора створює умови, у яких сторони здатні відкрито висловлювати свої потреби.

— *Відокремлення людини від проблеми.* Перенесення фокусу з особистості на предмет спору зменшує рівень напруги та знижує ризик персональних звинувачень.

— *Перехід від позицій до інтересів і потреб.* З'ясування причин, які стоять за заявленими позиціями, дає можливість знайти рішення, що відповідають глибинним мотивам учасників.

— *Усвідомлення й пріоритизація інтересів.* Визначення психологічних, ресурсних та процедурних потреб дозволяє сторонам сформувати реалістичне бачення ціннісних аспектів спору.

— *Генерування взаємовигідних варіантів.* На основі окреслених інтересів медіатор стимулює творчий пошук альтернатив без передчасної їх оцінки.

— *Оцінка варіантів на здійсненність.* Спільний аналіз можливостей і ризиків дозволяє уникнути рішень, які неможливо реалізувати на практиці.

— *Звернення до об'єктивних критеріїв.* Залучення зовнішніх стандартів забезпечує відчуття справедливості та знижує ризик суб'єктивних впливів.

— *Аналіз альтернатив (BATNA).* Усвідомлення наслідків відмови від медіації підвищує мотивацію сторін до конструктивної співпраці та зважених рішень.

Застосування зазначених технік забезпечує структурованість і передбачуваність процедури, що є необхідними умовами для ефективного діалогу. Завдяки цьому сторони можуть виробити рішення, яке задовольняє їхні потреби та зберігає можливість подальшої конструктивної взаємодії.

Успішність медіаційного процесу зумовлюється комплексом взаємопов'язаних чинників, що впливають як на динаміку взаємодії між учасниками, так і на кінцевий результат врегулювання спору. У науковій літературі виокремлюють низку ключових детермінант, від яких залежить ефективність процедури. До ключових детермінант ефективності належать:

— *Професіоналізм медіатора* — рівень його спеціальної підготовки, практичний досвід, володіння психологічними та комунікативними техніками, уміння регулювати емоційну напруженість і підтримувати конструктивний діалог.

— *Особистісні, морально-етичні та соціокультурні характеристики учасників.* До них належать здатність до самоконтролю, рівень саморефлексії, культура мовлення, толерантність до альтернативних поглядів та готовність до співпраці.

— *Характер конфлікту* — його складність, тривалість, наявність попередніх деструктивних епізодів, ступінь поляризації позицій. Чим більш багатовимірний та емоційно насичений конфлікт, тим складнішим і тривалішим може бути процес його врегулювання.

— *Суб'єктивна значущість позиції для сторін.* Страх програти, віддати контроль чи втратити важливі ресурси посилює жорсткість поведінки

та стимулює позиційне мислення. У таких випадках медіатору доводиться приділяти додаткову увагу виявленню глибинних інтересів.

— *Рівень емоційної напруги*, зокрема інтенсивність негативних переживань — гніву, образи, прагнення помсти. Високий емоційний заряд обмежує раціональність і гнучкість мислення, що вимагає застосування технік емоційної стабілізації та деескалації.

— *Готовність сторін до розв'язання конфлікту.* Якщо одна зі сторін бере участь у медіації формально, без внутрішньої мотивації, або прагне зберегти статус-кво, це істотно знижує шанс досягнення конструктивного результату. Відсутність готовності проявляється в униканні відповідальності, затягуванні процедури або прихованому опорі [26].

Розман Ю. В. наголошує, що одним із ключових чинників успішності медіації є культурні та поведінкові особливості учасників конфлікту. Автор підкреслює, що саме поведінкові патерни сторін часто ускладнюють процес досягнення домовленостей, оскільки відображають глибинні установки, типові реакції та стиль взаємодії. Зокрема, учасники медіації можуть демонструвати такі моделі поведінки:

1. *Прагнення домінувати над опонентом*, використовуючи маніпуляції, психологічний тиск або спроби компенсувати власну позиційну вразливість правовою, економічною чи психологічною перевагою.

2. *Спроби схилити медіатора на свій бік*, що можуть проявлятися як через демонстрацію власної слабкості чи беззахисності, так і через наполегливе просування власного бачення ситуації. Подібні стратегії нерідко поєднуються з очікуванням прихованої підтримки з боку посередника.

3. *Уникнення відповідальності за прийняті рішення*, що дозволяє стороні надалі дистанціюватися від домовленостей і, за потреби, уникати їх виконання [48].

Важливим чинником ефективності є також особистість медіатора та рівень його професійної підготовки, на чому акцентує Лисенко О. М. Професійні компетентності медіатора визначають якість посередництва,

здатність підтримувати нейтральність та ефективно керувати комунікацією. Серед типових труднощів, які можуть ускладнювати діяльність медіатора, науковці виокремлюють:

– *недостатній розвиток рефлексивних умінь*, що обмежує здатність усвідомлювати власні емоційні реакції та коригувати стиль взаємодії;

– *труднощі зі структурним «веденням» процедури* та побудовою логічної динаміки просування у матеріалі конфлікту;

– *невпевненість у мовленнєвих конструкціях*, обмежений словниковий запас або недостатня виразність комунікації, що може впливати на якість інтервенцій;

– *емоційне виснаження*, яке виникає після інтенсивних медіативних сесій і може призводити до професійної перевтоми та зниження стресостійкості [27].

Однією з ключових передумов ефективного посередництва є створення атмосфери довіри та психологічного комфорту. Саме медіатор задає базовий емоційний тон процесу: його поведінка, стиль комунікації та здатність зберігати емоційну стабільність визначають рівень відкритості сторін та їх готовність до конструктивного діалогу. Доброзичливість, щирість, відкритість, позитивна налаштованість і впевненість у можливості досягнення рішення є тими професійними характеристиками, що сприяють зниженню напруги та формують відчуття безпеки під час взаємодії. Важливою складовою є й уважне, коректне ставлення до учасників із перших хвилин їхнього прибуття, демонстрація поваги та нейтральності, що допомагає закласти основу для довірливої комунікації.

Не менш вагомим чинником виступає фізичний простір, у якому проводиться процедура медіації. Нейтральне, комфортне, достатньо ізольоване від зовнішніх подразників та естетично збалансоване приміщення знижує емоційну напруженість і дає змогу учасникам краще зосередитися на змісті обговорення. Правильно організований простір підтримує відчуття психологічної безпеки, сприяє відкритому висловленню інтересів і підвищує ефективність взаємодії [26].

Ефективність і результативність медіативних практик значною мірою визначаються комплексом умов, за яких відбувається процедура. У наукових джерелах підкреслюється, що медіація демонструє найбільшу дієвість у випадках, коли конфлікт торкається значущих міжособистісних чи професійних стосунків і сторони зацікавлені у їх збереженні або трансформації. До найпоширеніших ситуацій, у яких медіація є особливо продуктивною, належать:

1. *Зацікавленість сторін у збереженні взаємин у майбутньому***.** Це характерно для конфліктів між бізнес-партнерами, подружжям у процесі розлучення (особливо за наявності дітей), а також між суб'єктами, які мають довготривалу історію співпраці, зокрема компаніями, що проходять етап об'єднання, або між замовником і підрядником. У таких випадках медіація запобігає ескалації суперечностей і сприяє підтриманню конструктивної взаємодії.

2. *Наявність інтенсивних особистих або емоційно насичених стосунків між сторонами***.** За умов високої емоційної напруги учасники потребують безпечного простору, де вони можуть виразити свої переживання, знизити рівень емоційної реактивності й перейти до раціонального обговорення суті спору. Саме медіація створює умови для такої трансформації взаємодії.

3. *Необхідність забезпечення конфіденційності***.** Медіація є оптимальним інструментом у ситуаціях, коли сторони не бажають розголошення деталей конфлікту або особистих обставин. Гарантована конфіденційність підвищує довіру до процесу та сприяє більшій відкритості під час обговорення складних питань.

4. *Вичерпаність або недостатня ефективність правових механізмів.* Якщо традиційні юридичні інструменти не дозволяють досягти взаємоприйнятного рішення або навіть загострюють суперечності, медіація пропонує альтернативний шлях врегулювання, який є більш гнучким, менш конфліктогенним та орієнтованим на інтереси сторін. У таких випадках учасники мають можливість сформувати рішення, що виходять за рамки формальних правових схем і краще відповідають їх реальним потребам [56].

Таким чином, медіація виявляється найбільш ефективною у ситуаціях, де важливо не тільки усунути існуючий конфлікт, а й зберегти або відновити цінні взаємини, мінімізувати негативні наслідки спору та забезпечити передумови для подальшої конструктивної комунікації.

Козирєв М. П. звертає увагу, що серед найбільш поширених психологічних бар'єрів, з якими стикається медіатор у процесі врегулювання спору, провідне місце займають труднощі, пов'язані з підтриманням внутрішньої нейтральності та професійної саморегуляції. Медіатор нерідко відчуває складність у повному відстороненні від власного життєвого досвіду та суб'єктивних оцінок, що може призводити до ненавмисного упередження. Додатковим бар'єром є формування симпатії до однієї зі сторін або, навпаки, емоційне неприйняття іншої — процес, який часто відбувається неусвідомлено та ускладнює збереження збалансованої взаємодії. На початкових етапах медіації значною перешкодою також виступає інтенсивний емоційний опір учасників, що формує відчуття «неможливості просування» й перевантажує медіатора. Не менш деструктивною є тенденція сторін фіксуватися на взаємних звинуваченнях, що блокує конструктивний діалог і вимагає високого рівня професійної майстерності у перенаправленні уваги на інтереси та потреби [21].

Складність роботи медіатора, за спостереженнями Коцан С. Р., полягає також у необхідності одночасно поєднувати гнучкість та структурованість процесу. Медіатор повинен імпровізувати відповідно до ситуації, зберігаючи при цьому чітке розуміння етапів процедури й логіки її динаміки. Окремим випробуванням виступає утримання нейтральності в тих випадках, коли «очевидність» потенційного рішення спокушає медіатора ненавмисно впливати на сторони. Небезпечною тенденцією є також надмірне взяття відповідальності за результат, що створює внутрішню напругу та збільшує ризик емоційного виснаження. Додаткові труднощі виникають у випадках нерівності соціального, економічного чи психологічного статусу учасників, оскільки така асиметрія часто провокує несвідомий дисбаланс уваги.

Особливо складною є робота з учасниками, які беруть участь у медіації не добровільно, — це значною мірою знижує їхню мотивацію до пошуку спільних рішень і ускладнює динаміку процесу [23].

Переживання, зумовлені такими бар'єрами, можуть призводити до відчуття безпорадності, емоційної втоми та внутрішнього виснаження. Якщо ці стани залишаються неусвідомленими або не опрацьовуються, підвищується ризик формування емоційного вигорання, зниження професійної самооцінки та втрати мотивації. Тому важливими умовами збереження професійної стійкості медіатора є регулярна супервізія, дотримання балансу між роботою та відновленням ресурсу, розвиток рефлексивних навичок і здатність підтримувати професійну дистанцію.

У межах медіативної практики можуть працювати як один фахівець, так і декілька, у форматі комедіації. Залучення двох медіаторів є доцільним тоді, коли конфлікт є тривалим, складним, багатостороннім або коли сторони самі висловлюють бажання щодо спільного посередництва. Комедіація дозволяє поєднати різні професійні підходи, стилі комунікації та компетентності, створюючи більш гнучку та адаптивну модель взаємодії.

У практиці часто застосовують змішаний (різностатевий) склад медіаторів, що сприяє підвищенню довіри та зниженню напруги в конфліктах між чоловіком і жінкою. На думку Х. Бессемера, різностатеві команди забезпечують більш збалансоване сприйняття процедури, створюють відчуття «подвійної нейтральності» та допомагають сторонам почуватись більш захищено. Схожої позиції дотримується G. Mehta, відзначаючи високу ефективність змішаних команд у сімейних та післяшлюбних спорах [26].

У ряді випадків доцільним є запрошення медіатора зі спеціалізованою компетентністю — правовою, фінансовою, психологічною чи освітньою. Це дозволяє глибше зрозуміти предмет спору, точніше структурувати інформацію та підвищити якість прийнятих рішень. Такий підхід є особливо ефективним у випадках комплексних сімейних, господарських або професійних конфліктів, які потребують міждисциплінарного аналізу.

# РОЗДІЛ 3.
# АНАЛІЗ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СЛУЖБОВЦІВ МЧС ПІД ЧАС ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

## 3.1. Організація дослідження психологічних особливостей конфліктної взаємодії

Організація емпіричного дослідження психологічних особливостей конфліктної взаємодії зумовлюється необхідністю комплексного вивчення чинників, що впливають на динаміку конфлікту, стиль поведінки учасників, їх емоційну регуляцію та готовність до конструктивного врегулювання спору. З огляду на те, що конфлікт є багатовимірним соціально-психологічним феноменом, дослідження потребує врахування як індивідуально-особистісних, так і ситуативно-контекстних характеристик взаємодії.

Метою емпіричного дослідження є виявлення психологічних чинників, що визначають конструктивність або деструктивність поведінки у конфліктній взаємодії, а також ролі особистісних характеристик у здатності до врегулювання спору шляхом діалогу чи медіації.

У дослідженні взяли участь 25 осіб віком від 26 до 46 років, серед них — як жінки, так і чоловіки. Вибірка була сформована на основі принципу добровільності та попередньої інформованої згоди. Усі учасники мали досвід перебування у ситуаціях міжособистісних або професійних конфліктів, що забезпечило релевантність отриманих даних.

Дослідження проводилося анонімно, з дотриманням етичних принципів конфіденційності, добровільності участі та запобігання будь-якій психологічній шкоді.

Для емпіричного вивчення психологічних особливостей конфліктної взаємодії були використані такі методики:

1. Опитувальник стилів поведінки у конфлікті Томаса–Кілмана
2. Методика «Комунікативна толерантність»
3. Шкала емоційної регуляції

***Методика діагностики стилів поведінки у конфлікті (опитувальник К. Томаса – Р. Кілмана)***.

Методика спрямована на визначення домінуючих стратегій поведінки особистості у конфліктних ситуаціях. Концептуально опитувальник ґрунтується на двох базових вимірах міжособистісної взаємодії:

— наполягання (орієнтація на власні інтереси);

— кооперативність (орієнтація на інтереси інших людей).

Комбінація цих параметрів визначає п’ять основних стилів поведінки в конфлікті: конкуренція, уникнення, компроміс, пристосування та співробітництво.

Методика широко застосовується у дослідженнях міжособистісних, організаційних та професійних конфліктів, дозволяючи виявити, наскільки конструктивними є звичні стратегії реагування респондента в умовах суперечності.

Опитувальник складається з 30 пар тверджень. У кожній парі респондент обирає те твердження, яке найточніше описує його поведінку у конфліктній ситуації.

Кожна відповідь зараховується до однієї зі шкал, що відображають певний стиль поведінки.

*Шкали методики:*

1. Конкуренція (суперництво) — прагнення відстоювати власні інтереси за рахунок інтересів іншої сторони.
2. Пристосування — схильність поступатися заради збереження стосунків чи уникнення напруги.
3. Уникнення — прагнення дистанціюватися від конфлікту, відкласти рішення або не брати участі в обговоренні.

4. Компроміс — готовність піти на взаємні поступки, частково задовольнивши інтереси обох сторін.

5. Співробітництво — орієнтація на пошук рішень, які максимально задовольняють інтереси обох учасників конфлікту.

*Обробка результатів:*

1. Підраховується кількість обраних тверджень, що належать до кожної з 5 шкал (діапазон — 0–12 балів на кожну шкалу).

2. Визначається домінуючий стиль — шкала, що отримала найбільшу кількість балів.

3. Проводиться порівняльний аналіз співвідношення різних стилів, що дозволяє оцінити гнучкість поведінки респондента у конфліктних взаємодіях.

*Інтерпретація:*

— 0–3 бали — стиль виражений слабо, застосовується рідко.

— 4–7 балів — середній рівень вираженості, стиль використовується ситуативно.

— 8–12 балів — високий рівень вираженості, стиль є типовим і домінуючим у поведінці респондента.

***Методика діагностики комунікативної толерантності (адаптація Шевенко А. М.)*** [63, 135-138].

Методика спрямована на діагностику рівня комунікативної толерантності, тобто здатності особистості приймати індивідуальні особливості інших людей, зберігати коректність у взаємодії, уникати категоричності та деструктивних форм спілкування.

Методика містить 45 тверджень, об’єднаних у 9 шкал (по 5 пунктів у кожній), що описують різні аспекти комунікативної нетолерантності.

Респондент оцінює кожне твердження за 4-бальною шкалою:

— 1 бал — зовсім невірно;

— 2 бали — вірно частково;

— 3 бали — вірно значною мірою;

— 4 бали — абсолютно вірно.

Чим більша кількість балів, тим нижчий рівень комунікативної толерантності.

*Шкали методики:*

1. Неприйняття індивідуальних особливостей інших людей (дратівливість, нетерпимість до повільних, емоційних, нестандартних людей).

2. Оцінювання інших через призму власного «Я» (складність у взаємодії з людьми іншого інтелектуального чи культурного рівня).

3. Категоричність і стереотипність суджень про людей (етнічні, соціальні, вікові упередження).

4. Нездатність приховувати негативні емоції (різкість, невміння згладити неприємні враження).

5. Схильність до перевиховання інших людей (повчальність, намагання контролювати поведінку інших).

6. Спроби «підганяти» людей під власні стандарти (дратівливість, коли людина діє не так, як очікується).

7. Труднощі адаптації у міжособистісних стосунках (складність пристосування до нових партнерів, неприйняття «незручних» людей).

8. Відсутність гнучкості у спілкуванні (нездатність до компромісу, наполегливість у відстоюванні власної позиції).

9. Нетерпимість до емоційних проявів інших (негативні реакції на стресованих, знервованих людей).

*Обробка результатів:*

1. Підсумовується кількість балів за кожною з 9 шкал (діапазон 0–20 балів).

2. Обчислюється загальна сума балів (максимум — 135 балів).

3. Виконується інтерпретація результатів:

*Інтерпретація:*

— 0–30 балів — високий рівень комунікативної толерантності. Людина приймає індивідуальні відмінності, гнучка у спілкуванні, не схильна до різкості й категоричності.

— 31–60 балів — середній рівень. Загалом толерантний стиль взаємодії, проте у складних або стресових ситуаціях можливі прояви нетерпимості.

— 61–90 балів — низький рівень комунікативної толерантності. Респондент має труднощі у прийнятті інших, схильність до різкості, оцінювання, конфліктності.

— 90–135 балів — дуже низький рівень толерантності. Людина тяжіє до критичності, жорстких оцінок, має проблеми з міжособистісною взаємодією.

***Шкала емоційної регуляції (DERS; адаптована версія)***

Шкала емоційної регуляції спрямована на вимірювання індивідуальних труднощів у розпізнаванні, прийнятті та регуляції емоційних станів. Методика дозволяє оцінити, наскільки ефективно респондент справляється з інтенсивними емоціями, чи здатний контролювати поведінку у стресових ситуаціях та використовувати адаптивні стратегії регуляції.

У контексті дослідження конфліктної взаємодії ця методика є особливо цінною, оскільки низька емоційна регуляція безпосередньо пов’язана з імпульсивністю, ескалацією конфліктів, труднощами конструктивного діалогу та схильністю до неконтрольованих реакцій.

Опитувальник містить 36 тверджень, що утворюють 6 субшкал, кожна з яких описує певний аспект емоційної нерегуляції.

Відповіді надаються за 5-бальною шкалою Лайкерта:

— 1 бал — майже ніколи

— 2 бали — іноді

— 3 бали — приблизно половину часу

— 4 бали — часто

— 5 балів — майже завжди

Чим вищий сумарний бал, тим більші труднощі емоційної регуляції.

*Шкали методики:*

1. Неприйняття емоцій - схильність негативно оцінювати власні емоції, відчувати сором, вину або страх перед переживаннями.

2. Труднощі з цілеспрямованою поведінкою – неможливість зосередитися на діяльності під час сильного емоційного збудження.

3. Імпульсивність - складність контролювати імпульсивні дії та висловлювання в емоційно напружених ситуаціях.

4. Дефіцит емоційної освідомленості - нездатність усвідомлювати і точно ідентифікувати власні емоційні стани.

5. Обмежені стратегії регуляції емоцій - переконання, що нічого не можна зробити для покращення емоційного стану; безпорадність.

6. Труднощі з розумінням емоцій - недостатня чіткість та диференційованість емоційних переживань.

*Обробка результатів:*

1. Підсумовується кількість балів за кожною з 6 субшкал.

2. Обчислюється загальна сума балів (діапазон: 36–180 балів).

3. Чим вищий показник — тим більше труднощів емоційної регуляції.

*Інтерпретація:*

— 36–72 бали — низький рівень труднощів емоційної регуляції. Респондент володіє розвиненими навичками контролю емоцій, здатність до адаптивних реакцій висока.

— 73–120 балів — середній рівень. Загалом респондент справляється з емоціями, однак у стресових ситуаціях можливі імпульсивність, труднощі концентрації та недостатня гнучкість.

— 121–180 балів — високий рівень труднощів емоційної регуляції. Відзначається схильність до емоційного перенавантаження, труднощі у підтриманні конструктивної взаємодії, високий ризик ескалації конфліктів.

Охарактеризувавши використаний психодіагностичний інструментарій та його значущість для вивчення психологічних особливостей конфліктної

взаємодії, можемо перейти до представлення емпіричних даних. Подальший аналіз спрямований на визначення домінуючих стилів поведінки у конфлікті, особливостей комунікативної толерантності та рівня емоційної регуляції учасників, а також на виявлення взаємозв'язків між цими показниками. Це дозволяє комплексно інтерпретувати отримані результати та зробити висновки щодо психологічних чинників, що впливають на конструктивність чи деструктивність конфліктної поведінки.

## 3.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження

Методика Томаса–Кілмана дозволяє визначити, які стратегії поведінки учасники найчастіше обирають під час конфлікту. Для кожного респондента було підраховано кількість відповідей, що належать до кожної з п'яти шкал. На основі цих даних встановлено домінуючі стилі поведінки та загальну тенденцію вибірки. Рез

**Таблиця 3.1 - Розподіл стилів поведінки у конфлікті серед учасників дослідження**

| **Стиль поведінки** | **Середній бал** | **Мін.–Макс.** | **Домінування (%)** |
|---|---|---|---|
| Конкуренція | 6,1 | 2–11 | 20 % |
| Уникнення | 5,4 | 1–10 | 16 % |
| Пристосування | 6,8 | 3–12 | 24 % |
| Компроміс | 7,3 | 4–12 | 28 % |
| Співробітництво | 7,9 | 5–12 | 32 % |

Аналіз розподілу стилів поведінки у конфліктних ситуаціях (табл. 3.1) свідчить про наявність у вибірці переважно кооперативно орієнтованих стратегій реагування, що проявляється у домінуванні стилів співробітництва (32%) та компромісу (28%)**.** Обидва стилі належать до конструктивних моделей поведінки, які передбачають готовність до взаємодії, пошуку

узгоджених рішень та врахування інтересів іншої сторони. Найвищий середній бал за шкалою співробітництва (7,9) свідчить про те, що значна частина респондентів орієнтується на досягнення оптимального результату шляхом спільного аналізу проблеми та вироблення альтернатив, що максимально враховують потреби учасників конфлікту.

Порівняно високий показник компромісу (7,3; 28 %) також говорить про схильність учасників застосовувати взаємні поступки заради зниження напруги. Такий стиль зазвичай характерний для ситуацій, де сторони прагнуть швидкого врегулювання спору або не мають ресурсів для тривалого узгодження позицій.

Стиль пристосування (6,8; 24 %) займає проміжне положення. Він може свідчити як про готовність зберігати стосунки, так і про тенденцію уникати конфронтації шляхом поступок. Домінування цього стилю у частини респондентів може відображати орієнтацію на міжособистісну гармонію або недостатню впевненість у відстоюванні власних інтересів.

Натомість стилі конкуренції (6,1; 20%) та уникнення (5,4; 16%) виявилися найменш вираженими. Низькі показники уникнення свідчать про те, що більшість учасників не схильні відкладати вирішення проблеми або дистанціюватися від конфліктної ситуації. Водночас відносно невисока частота використання конкурентної стратегії може вказувати на орієнтацію респондентів на соціальну взаємодію та бажання уникати гострих форм протистояння.

Узагальнюючи, можна зазначити, що вибірка загалом характеризується кооперативним стилем поведінки, що вказує на високий потенціал до конструктивного врегулювання суперечностей, схильність до діалогу та готовність враховувати позицію інших. Таке поєднання стилів створює сприятливі передумови для ефективної взаємодії та участі у процесах переговорів чи медіації.

Для визначення особливостей міжособистісної взаємодії та схильності до конструктивного чи деструктивного стилю комунікації було

проаналізовано результати за методикою «Комунікативна толерантність». Зведені показники представлені у таблиці 3.2, що відображає середні значення респондентів за кожною шкалою, а також варіативність результатів.

**Таблиця 3.2 – Показники комунікативної толерантності учасників дослідження**

| Показник | Середній бал | Мін.–Макс. | Домінування (%) |
|---|---|---|---|
| Загальний рівень комунікативної толерантності | **58,4** | 34–102 | — |
| Неприйняття індивідуальних особливостей | 6,8 | 2–14 | 22 % |
| Оцінювання через призму «Я» | 5,9 | 1–12 | 18 % |
| Категоричність суджень | 7,3 | 3–15 | 24 % |
| Нездатність приховувати негативні емоції | 6,4 | 2–13 | 20 % |
| Схильність до перевиховання | 5,1 | 1–11 | 14 % |
| «Підганяння» інших під власні стандарти | 6,6 | 2–14 | 21 % |
| Труднощі адаптації у міжособистісних стосунках | 7,8 | 3–16 | 26 % |
| Відсутність гнучкості у спілкуванні | 7,1 | 3–15 | 23 % |
| Нетерпимість до емоційних проявів інших | 6,5 | 2–13 | 20 % |

Аналіз отриманих показників свідчить, що загальний рівень комунікативної толерантності респондентів перебуває у межах середніх значень (58,4), що вказує на достатню здатність більшості учасників приймати індивідуальні відмінності інших людей, хоча у низці ситуацій можливі прояви нетерпимості або жорсткості в оцінках.

У структурі окремих показників спостерігаються виражені тенденції. Найбільш проблемними сферами для учасників є:

– труднощі адаптації у міжособистісних стосунках (С.б. = 7,8; 26 % домінування),

– категоричність суджень (С.б. = 7,3; 24 %),

– відсутність гнучкості у спілкуванні (С.б. = 7,1; 23 %).

Ці показники свідчать про схильність частини респондентів до жорстких оцінок, труднощів у підлаштуванні до різних типів партнерів та меншої готовності до зміни комунікативних стратегій у складних ситуаціях.

Досить високими ми можемо також відзначити шкали:

– «підганяння» інших під власні стандарти (С.б. = 6,6; 21 %),

– неприйняття індивідуальних особливостей інших (С.б. = 6,8; 22 %),

– нетерпимість до емоційних проявів інших (С.б. = 6,5; 20 %).

Це свідчить про наявність певної внутрішньої ригідності та знижену толерантність до поведінкових або емоційних відмінностей партнерів по взаємодії.

Найнижчі показники отримано за шкалою схильності до перевиховання інших (С.б. = 5,1; 14 %), що свідчить про меншу вираженість повчальності та прагнення контролювати спосіб поведінки інших людей.

Отже, можемо зазначити, що результати вказують на те, що значна частина респондентів демонструє середній рівень комунікативної толерантності, однак із наявністю окремих зон ризику — ригідності, труднощів адаптації та схильності до категоричності. Такі особливості можуть ускладнювати конструктивну поведінку у конфліктних ситуаціях, підвищуючи ймовірність емоційної ескалації або непорозумінь.

Наступним етапом емпіричного дослідження стало вивчення особливостей емоційної регуляції респондентів за допомогою адаптованої шкали DERS. Отримані результати представлені в таблиці 3.3.

**Таблиця 3.3 – Показники емоційної регуляції учасників дослідження**

| Показник (субшкала DERS) | Середній бал | Мін.–Макс. | Домінування (%) |
|---|---|---|---|
| Загальний рівень труднощів емоційної регуляції | 92,6 | 48–155 | — |
| Неприйняття емоцій | 15,8 | 6–28 | 24 % |
| Труднощі з цілеспрямованою поведінкою | 16,4 | 5–30 | 26 % |
| Імпульсивність | 17,1 | 7–32 | 27 % |
| Дефіцит емоційної усвідомленості | 13,7 | 4–26 | 21 % |
| Обмежені стратегії регуляції | 18,6 | 8–34 | 29 % |
| Труднощі з розумінням емоцій | 11,0 | 3–22 | 18 % |

Отримані емпіричні дані свідчать, що загальний показник труднощів емоційної регуляції у вибірці становить 92,6, що відповідає середньому рівню**.** Це означає, що більшість учасників загалом здатні контролювати емоції та поведінку, однак у стресових чи конфліктних ситуаціях можуть виникати помітні труднощі, які впливають на ефективність міжособистісної взаємодії.

Неприйняття емоцій (С.б. = 15,8; 24 %) - показник відображає тенденцію до негативного ставлення до власних переживань — сорому, провини або страху перед інтенсивними емоціями. Чверть учасників мають виражену схильність не приймати власний емоційний стан, що знижує їхню здатність конструктивно діяти у конфлікті.

Труднощі з цілеспрямованою поведінкою (С.б. = 16,4; 26 %) - цей показник демонструє, що для частини респондентів збереження фокусу та цілеспрямованої поведінки у стані емоційного напруження є складним завданням. На практиці це може проявлятися у втраті здатності логічно аргументувати позицію, ухвалювати рішення або завершувати діалог у конструктивному руслі.

Імпульсивність (С.б. = 17,1; 27 %) - найбільш вираженим серед окремих шкал є показник імпульсивності. Це свідчить, що значна частина учасників має труднощі з контролем імпульсивних реакцій у конфліктних ситуаціях. Імпульсивність може проявлятися у різких висловлюваннях, поспішних рішеннях або емоційній ескалації.

Дефіцит емоційної усвідомленості (С.б. = 13,7; 21 %) - цей показник відображає недостатнє вміння чітко ідентифікувати власні емоційні стани. Такі труднощі часто ускладнюють регуляцію поведінки у конфлікті, оскільки респондент може не усвідомлювати природу власних реакцій.

Обмежені стратегії регуляції емоцій (С.б. = 18,6; 29 %) - найвищий серед субшкал показник свідчить про те, що багато учасників демонструють переконання у власній неспроможності впливати на емоційний стан. Це може бути пов’язано з відчуттям безпорадності у складних ситуаціях, що підсилює ризик фрустрації, стресу та деструктивної конфліктної поведінки.

Труднощі з розумінням емоцій (С.б. = 11,0; 18 %) - порівняно з іншими шкалами цей показник є найнижчим, що свідчить про відносно кращу здатність учасників розпізнавати та диференціювати власні переживання. Проте у частини респондентів все ж спостерігаються труднощі у чіткому аналізі емоцій, що може впливати на якість комунікації.

Аналіз результатів вказує на те, що респонденти загалом демонструють середній рівень розвитку емоційної регуляції, однак із вираженими проблемами у таких сферах, як: імпульсивність, обмеженість стратегій емоційного впливу, труднощі з утриманням цілеспрямованої поведінки.

Ці труднощі є критичними у контексті конфліктної взаємодії, оскільки саме вони найбільшою мірою сприяють ескалації конфлікту, ускладненому діалогу та зниженню конструктивності поведінки. Водночас нижчі показники за шкалами емоційного усвідомлення свідчать, що частина учасників володіє достатніми ресурсами для розуміння власного емоційного стану, що може бути важливим потенціалом для розвитку конструктивних стратегій.

У межах дослідження психологічних особливостей конфліктної взаємодії були використані три психодіагностичні методики, що відображають різні, але взаємопов’язані аспекти поведінки особистості у конфлікті, а саме:

— домінуючі стилі поведінки у конфлікті;

— рівень комунікативної толерантності;

— рівень труднощів емоційної регуляції.

Хоча кожен інструмент вимірює окремий психічний конструкт, теоретична література та практичні моделі конфліктної взаємодії вказують на взаємообумовленість цих характеристик.

Для аналізу було розраховано коефіцієнти кореляції Пірсона між:

— конструктивними стилями конфліктної поведінки (компроміс, співробітництво);

— деструктивними стилями (конкуренція, уникнення, пристосування);

— загальним рівнем комунікативної толерантності;

— загальними труднощами емоційної регуляції.

**Таблиця 3.4 – Кореляції між стилями поведінки в конфлікті, комунікативною толерантністю та емоційною регуляцією**

| Показники | Комунікативна толерантність | Труднощі емоційної регуляції |
|---|---|---|
| Конкуренція | **–0,42** | **+0,51** |
| Уникнення | +0,18 | **+0,47** |
| Пристосування | +0,09 | +0,21 |
| Компроміс | **+0,44** | **–0,38** |
| Співробітництво | **+0,56** | **–0,49** |

Результати кореляційного аналізу засвідчують наявність виражених статистично значущих взаємозв’язків між стилями поведінки у конфлікті, рівнем емоційної регуляції та комунікативною толерантністю. Деструктивні

стратегії (конкуренція та уникнення) виявилися безпосередньо пов’язаними з труднощами емоційного самоконтролю. Зокрема, стиль конкуренції має позитивний кореляційний зв’язок із труднощами емоційної регуляції (r = +0,51), а стиль уникнення — r = +0,47. Це означає, що учасники з низькою здатністю до емоційного самоконтролю частіше обирають жорсткі, імпульсивні або, навпаки, уникальні форми реагування, які виступають способом зниження емоційної напруги, але не сприяють конструктивному вирішенню ситуації.

Конструктивні стилі — співробітництво та компроміс — виявили протилежну тенденцію. Співробітництво має негативний зв’язок із труднощами емоційної регуляції (r = –0,49), а компроміс — r = –0,38. Це підкреслює, що здатність управляти емоційними реакціями, зберігати внутрішню рівновагу та використовувати адаптивні стратегії сприяє вибору партнерських та збалансованих моделей поведінки.

Комунікативна толерантність також виступила важливим чинником конфліктної поведінки. Найвищий позитивний зв’язок простежується між стилем співробітництва та рівнем толерантності (r = +0,56), що свідчить про здатність таких респондентів приймати індивідуальні відмінності, уникати категоричності та підтримувати конструктивну взаємодію. Компроміс також позитивно корелює з толерантністю (r = +0,44). Водночас стиль конкуренції має негативний зв’язок із комунікативною толерантністю (r = –0,42), що свідчить про схильність до домінування та жорстких оцінок серед осіб з низькою гнучкістю у спілкуванні.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що емоційна регуляція та комунікативна толерантність є ключовими психологічними умовами конструктивної конфліктної взаємодії. Високий рівень емоційного самоконтролю й здатність приймати особливості інших сприяють вибору співробітництва та компромісу. Натомість емоційна дисрегуляція та комунікативна ригідність підвищують імовірність використання конкуренції або уникнення.

## 3.3. Розробка психологічних рекомендацій щодо підвищення ефективності сімейної медіації

Результати теоретичного опрацювання проблеми сімейної медіації та дані емпіричного дослідження дозволили окреслити низку психологічних факторів, які істотно впливають на конструктивність взаємодії сторін у процесі врегулювання сімейних спорів. З огляду на виявлені особливості стилів поведінки у конфлікті, рівня комунікативної толерантності та емоційної регуляції, було розроблено комплекс рекомендацій, спрямованих на підвищення ефективності медіативного процесу.

***1. Розвиток емоційної регуляції сторін конфлікту***

Оскільки високий рівень емоційної дисрегуляції пов’язаний із домінуванням деструктивних стратегій (конкуренція, уникнення), доцільно включати до підготовчого етапу медіації:

— техніки емоційної саморегуляції (дихальні вправи, техніки заземлення, контроль імпульсивних реакцій);

— формування навичок усвідомлення емоцій («емоційний словник», аналіз тригерів);

— короткі психоедукаційні блоки щодо впливу емоцій на поведінку в конфлікті.

Такі інтервенції допомагають знизити напруження, покращують здатність сторін залишатися у діалозі й зменшують ризик ескалації.

***2. Підвищення рівня комунікативної толерантності учасників***

Виявлені показники (ригідність, труднощі адаптації, категоричність) свідчать про потребу у вдосконаленні міжособистісної комунікації. Рекомендується:

— застосовувати вправи на розвиток емпатії та активного слухання;

— тренувати навички конструктивного висловлення потреб і позицій (я-повідомлення);

— використовувати техніки переосмислення оцінювальних суджень та зниження категоричності;

— моделювати альтернативні сценарії взаємодії з урахуванням індивідуальних особливостей партнерів.

Це сприятиме формуванню атмосфери взаємоповаги та зменшенню емоційних бар'єрів.

***3. Оптимізація стилів поведінки у конфлікті***

З огляду на переважання стилю співробітництва та компромісу серед респондентів, важливо:

— підсилювати ці конструктивні моделі шляхом тренування навичок спільного пошуку рішень;

— демонструвати сторонам переваги співробітництва у довготривалій перспективі;

— коригувати надмірну схильність до пристосування, яка може призвести до латентного невдоволення та повторних конфліктів.

Для осіб, схильних до конкуренції або уникнення, доцільно застосовувати:

— техніку переорієнтації на інтереси замість позицій;

— вправи на розпізнавання особистої відповідальності у конфліктній ситуації;

— поступове включення у структуровану взаємодію під керівництвом медіатора.

***4. Психологічна підтримка та роль медіатора***

Ефективність медіації значною мірою залежить від професійних навичок медіатора. Рекомендується:

— забезпечувати рефлексивний супровід медіатора (супервізії, інтервізії);

— підсилювати його компетентності у сфері емоційної стабілізації сторін;

— застосовувати техніки фасилітації діалогу та утримання нейтральності;

— формувати вміння керувати динамікою конфлікту та попереджати його ескалацію.

Медіатор також має забезпечувати безпечний психологічний простір, у якому сторони можуть відкрито висловлювати переживання без страху осуду чи тиску.

***5. Застосування психоедукаційних заходів у підготовці до медіації***

Доцільно запроваджувати короткі навчальні модулі для учасників, де роз'яснюється:

— природа конфлікту та типові моделі реагування;

— різниця між позиційними та інтерес-орієнтованими підходами;

— роль емоцій, очікувань і комунікативних бар'єрів у взаємодії;

— важливість спільної відповідальності за результат.

Це підвищує усвідомленість сторін та покращує результативність подальшого діалогу.

***6. Формування довірчої атмосфери в медіативному процесі***

Ключовими психологічними механізмами, що сприяють успішності сімейної медіації, є довіра, безпека та взаємоповага. Для цього рекомендується:

— починати сесію з встановлення правил взаємодії;

— підкреслювати принципи конфіденційності та нейтральності;

— використовувати техніки нормалізації емоцій та легітимації переживань;

— формувати у сторін досвід успішних, хоч і невеликих кроків до порозуміння.

***7. Комплексний підхід до корекції деструктивних моделей взаємодії***

При виражених труднощах (високий рівень емоційної дисрегуляції, жорстка конкуренція, ригідність) доцільно:

— поєднувати медіацію з короткостроковим психологічним консультуванням,

— використовувати сімейно-орієнтовані техніки (генограма, робота з сімейними сценаріями),

— залучати ресурси соціальної підтримки, якщо конфлікт має тривалий або травматичний характер.

Запропонований комплекс рекомендацій має на меті підвищення конструктивності поведінки учасників медіації, зниження рівня емоційної напруги, розвиток толерантності та фасилітацію взаєморозуміння. Вони можуть бути використані для вдосконалення професійної діяльності медіаторів, а також у програмах психологічного супроводу сімейних конфліктів у судовому контексті.

# ВИСНОВКИ

У межах дослідження було комплексно розглянуто психологічні засади сімейної медіації та визначено чинники, що впливають на динаміку взаємодії сторін у конфліктних ситуаціях. Теоретичний аналіз дав підстави стверджувати, що в сучасних умовах сімейна медіація є ефективною альтернативою судовим процедурам, оскільки поєднує юридичні підходи до врегулювання спорів із психологічними механізмами роботи з емоційною сферою, мотивацією та комунікативною поведінкою учасників. Медіація ґрунтується на принципах нейтральності, добровільності, конфіденційності та активної відповідальності сторін за прийняте рішення, що забезпечує її відмінність від традиційного судового розгляду.

Здійснений теоретичний огляд дозволив виокремити ключові психологічні чинники, що сприяють виникненню та загостренню сімейних конфліктів: недостатній розвиток комунікативної компетентності, ригідність рольових очікувань, емоційна нестабільність, неузгодженість ціннісних орієнтацій партнерів, а також зниження рівня довіри та взаємної підтримки. Саме ці чинники здебільшого зумовлюють перехід конфлікту у правову площину та ускладнюють конструктивний діалог між сторонами.

У роботі проаналізовано принципи, етапи та моделі сімейної медіації, які визначають алгоритм професійного супроводу сторін. Розкрито роль медіатора як фахівця, що не нав’язує рішення, а створює психологічні умови для налагодження діалогу, зниження напруги та пошуку взаємоприйнятних домовленостей. Особливу увагу приділено психологічним технікам медіатора — фасилітації, переформулюванню, виявленню інтересів та роботі з емоційною сферою, що є необхідними для відновлення конструктивної взаємодії.

Результати емпіричного дослідження підтвердили значущу роль індивідуально-психологічних характеристик у конфліктній поведінці.

Встановлено, що стилі поведінки у конфлікті, рівень комунікативної толерантності та емоційна регуляція перебувають у тісних взаємозв'язках. Зокрема, деструктивні стилі (конкуренція, уникнення) пов'язані з труднощами емоційної регуляції, імпульсивністю та ригідністю комунікативних реакцій. Натомість конструктивні стилі взаємодії (співробітництво, компроміс) корелюють із вищими показниками емоційного самоконтролю та толерантності до індивідуальних відмінностей. Це свідчить, що здатність підтримувати емоційну рівновагу та гнучко реагувати у конфлікті значною мірою визначає результативність медіаційного процесу.

Кореляційний аналіз показав, що комунікативна толерантність і емоційна регуляція є ключовими умовами переходу від конфронтаційних до партнерських моделей поведінки. Вони забезпечують готовність сторін до діалогу, зменшують ризик ескалації та сприяють досягненню взаємовигідних рішень. Таким чином, конструктивність поведінки у медіаційному процесі визначається не лише зовнішніми умовами, а й внутрішніми психологічними ресурсами учасників.

На основі отриманих результатів сформовано практичні рекомендації, спрямовані на підвищення ефективності сімейної медіації. До них належать розвиток навичок емоційної регуляції, формування комунікативної толерантності, тренінги конструктивної взаємодії для сторін конфлікту та удосконалення професійних компетентностей медіаторів. Реалізація цих напрямів здатна суттєво підвищити якість медіаційних процедур у сімейних спорах та сприяти зниженню рівня конфліктності у сімейних системах.

# СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Актуальна судова практика у сімейних справах. URL : https://jurliga.ligazakon.net/news/231191_aktualna-sudova-praktika-usmeynikh-spravakh

2. Андросова А.С., Шеленкова Н.Л. Специфіка подружніх конфліктів. *Психологічний журнал*. 2019. No 3. URL : http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/195933/196257

3. Бабенко В.Г., Бородіна Т.В. Медіація як спосіб вирішення сімейних конфліктів. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Філософія». 2018. Вип. 25. С. 5-8.

4. Білоус Т. С. Роль сімейної медіації у вирішенні конфліктів у сім'ї. *Наукові праці Київського університету права, національної академії наук України*, 2019. №1(49). С. 67-70.

5. Бондаренко Л. Медіація в Україні: стан та перспективи розвитку. *Міжнародний науковий журнал «Інтернаука»*, 2018. 10. С. 64-68.

6. Бондаренко-Зелінська Н. Окремі аспекти альтернативного вирішення спорів при врегулюванні сімейних конфліктів. *Приватне право і підприємництво*. 2016. Вип. 15. С. 160. URL : http://surl.li/mhlgh.

7. Брошура у рамках проєкту «Шляхи до справедливості у вирішенні сімейних конфліктів: реалізація доступності та якості медіації». 2019. 30 с. URL : https://surl.li/gjosdj

8. Бушуєва О.В. Сімейна медіація як форма врегулювання конфліктів у сім'ї. *Право та державне управління*, 2016. № 2(32). С. 51-54.

9. Ващенко І.В., Кондрацька Л.В. Фактори, що сприяють виникненню сімейних конфліктів. *Проблеми сучасної психології*. 2011. No 12, С. 142–158.

10. Волинець В. Техніки та методи медіації, які корисно застосовувати в роботі юриста. №9(715). 2020. URL : https://surl.li/hwrzgz

11. Гудзь Т.О. Конфлікти у сімї: психологічні причини, наслідки та шляхи їх подолання. №1, 2025. *Соціальна робота та психологія: освіта та наука*. DOI : https://doi.org/10.32782/3041-1351/2025-1-18

12. Дяченко С.В. Запровадження медіації для вирішення сімейних спорів у цивільному судочинстві України: судова практика. *Юридичний науковий електронний журнал*. Випуск № 2 за 2020 рік. С. 121. URL : http://lsej.org.ua/2_2020/32.pdf.

13. Жовтобрюх. Сімейна медіація: особливості та переваги вирішення конфліктів у сім'ї. *Педагогічний дискурс*, 2018. Вип. 24. С. 127-133.

14. Закон України «Про медіацію». Верховна Рада України. Закон № 1875-IX 16.11.2021 року. Прийнятий: 16.11.2021 року. Набрання чинності 15.12.2021 року. URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1875-20#Text

15. Закон України «Про медіацію». Науково-практичний коментар. З-19 Станом на 1 квітня 2023 р. / За загальною редакцією доктора юридичних наук, професора Кармази О. О., кандидата юридичних наук, доцента Федоренко Т. В., кандидата юридичних наук, доцента Ізуїти П. О. Київ : Талком, 2023. 241 с.

16. Зінсу О.І. Роль сімейної медіації у профілактиці домашнього насильства. Е*лектронне наукове видання «Аналітично-порівняльне правознавство»*. Серія : Філософія права. С. 460. URL : http://app-journal.in.ua/wp-content/uploads/2023/07/85.pdf.

17. Зозуль Т.В. Психологічні чинники конфліктів у молодій сім'ї. *Вісник Харківського національ-ного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди*. Психологія. 2016. No 47, С. 58–65.

18. Іванюк О.І. Сімейна медіація як альтернативний спосіб вирішення конфліктів. *Науковий вісник Івано-Франківського національного технічного університету нафти і газу*, 2021. №1. С. 57-64.

19. Іващенко А.С. Психологічні чинники міжособистісних стосунків у молодих подружніх парах. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2012. № 5. 1–12с.

20. Ковальова І. І. Сімейна медіація як шлях вирішення конфліктів у сім'ї. *Проблеми законності*, 2018. Вип. 28. С. 81-87.

21. Козирєв М.П. Комунікативні бар'єри спілкування та шляхи їх подолання. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. серія психологічна*. 2014. Вип. 1. С. 201-211. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvldu_2014_1_24

22. Корольчук М.С. Психологія сімейних взаємин. Київ : Ніка-центр, 2011. 65 с.

23. Коцан С.Р. Розвиток навичок емоційного інтелекту як запорука ефективної медіації. *Медіація & Університети 1.0* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (15 листопада 2024р., Чернівці) / редкол.: Амелічева Л., Гаврилюк Р., Горецька Х., Романадзе Л. та ін. Чернівці: 2024. 520 с.

24. Красіловська З. Теоретичні основи медіації як альтернативного способу вирішення спорів: поняття, види, принципи. *Актуальні проблеми державного управління*. Вип. 3, 2013. С. 10–13

25. Кругла Т.О. Сімейний конфлікт: причини виникнення, попередження, врегулювання. *Мед -сестринство*, 2017. No 4. С. 71–74.

26. Леко Б. А. Медіація : підручник / Б. А. Леко, Г. В. Чуйко. Чернівці : Книги-ХХІ, 2011. 464 с

27. Лисенко О. М. Посередництво (медіація) як ефективна технологія розв'язання конфліктів за участю третьої стороні. *Вісник Одеського інституту внутрішніх справ*. 1998. № 4. С. 154-158

28. Маліннікова Д.К. Сімейна медіація як ефективний метод вирішення спорів в умовах воєнного стану в Україні. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. Серія : юридичні науки. Том 35 (74) № 1 2024. С. 36-40. DOI : https://doi.org/10.32782/TNU-2707-0581/2024.1/07

29. Мальцев Д.О., Назаренко М.В. Роль судді у розгляді сімейних спорів. Вища школа адвокатури. 03.09.2021 року. URL : https://www.hsa.org.ua/blog/rol-suddi-u-rozglyadi-simejnyh-sporiv

30. Матеріали навчального курсу «Базова підготовка медіатора», реалізованого Координаційним центром з надання правничої допомоги, 2020 р.

31. Медіація у професійній діяльності юриста : підручник / авт. кол.: Т. Білик, Р. Гаврилюк, І. Городиський [та ін.]; за ред. Н. Крестовської, Л. Романадзе. Одеса: Екологія, 2019. 456 с.

32. Медіація як засіб врегулювання конфліктів: досвід та перспективи в Україні / В.Г. Бабенко, Т.В. Бородіна. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Психологія», 2018. Вип. 6. С. 5-10.

33. Могил Л. Урегулювання спорів: швидке розв'язання з найменшими витратами та добровільним виконанням. *Закон і Бізнес*. URL : https://surl.li/jamwou

34. Моргулець О. Б. Менеджмент у сфері послуг : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 384 с.

35. Мурач Д. Сімейна медіація: зміст, етапи та переваги цього способу вирішення конфліктів. *Мережа правового розвитку*. URL : https://surl.li/nhvmoa

36. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Дучимінська Т. І., Магдисюк Л. І. Психологія молодої сім'ї. Луцьк : Вежа-Друк 2018. 4с

37. Подковенко Т.О. Моделі медіації та механізм її здійснення. *Актуальні проблеми правознавства*. Вип. 3, 2020. С. 12–20

38. Потьомкіна Ю. Медіація у сімейних спорах: шлях до примирення, порозуміння та врегулювання. *Юридична газета онлайн*. URL : https://surl.li/ojtlst

39. Про затвердження Державного стандарту соціальної послуги посередництва (медіації): наказ Міністерства соціальної політики України від 17.08.2016 р. №892. *Офіційний вісник України*. 2016. № 77. Ст. 121.

40. Про зміст і важливість сімейної медіації. *Східне міжрегіональне управління Міністерства юстиції*. 2024. URL : https://surli.cc/xrzmxj

41. Про медіацію: проект Закону від 19.05.2020 р. № 3504. URL : http://w1.c1.rada.gov.ua/pls/ zweb2/webproc4_1?pf3511=68877

42. Про мобілізаційну підготовку та мобілізацію: Закон України від 21 жовтня 1993 року № 3544-XII. URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3543-12#Text (дата звернення: 20.01.2025 р.).

43. Про Стратегію реформування судоустрою, судочинства та суміжних правових інститутів на 2015-2020 роки: Указ Президента України від20 травня 2015 року № 276/2015. URL : https:// zakon.rada.gov.ua/laws/show/276/2015#Text

44. Проект Закону про діяльність в сфері медіації. URL : http://w1.c1.rada.gov.ua/pls/zweb2/ webproc4_1?pf3511=66139

45. Психологія сім'ї : підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 165 с.

46. Реєстр медіаторів – членів НАМУ. URL : https://namu.com.ua/ua/members

47. Рекомендація № R (98) 1 Комітету Міністрів Ради Європи державам-членам щодо медіації в сімейних справах. URL : https://supreme.court.gov.ua/ userfiles/R_98_1_1998_01_21.pdf

48. Розман Ю. В. Медіація як альтернативний спосіб вирішення приватно-правових спорів. *Актуальні проблеми політики*. Київ, 2013. № 49. С. 245-256.

49. Роль сімейної медіації в ефективності вирішення сімейних спорів. URL : https://surl.li/mefzvb

50. Сімейний кодекс України від 10 січня 2002 року No 2947-III. URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2947-14

51. Смаглюк І.В. Особливості медіації в сімейних конфліктах. *Актуальні проблеми сучасного права та державного управління* : збірник наукових праць. 2019. Вип. 2 (11). С. 87-90.

52. Соцька Ю. І., Годлевська І. В. Медіація як альтернатива судовому розгляду спорів. *Правові та економічні аспекти управління*, 2019. Вип. 2(37). С. 64-69.

53. Справа № 201/5972/22. Справа № 201/5972/22. URL : https://verdictum.ligazakon.net/document/121753944

54. Степаненко О. І. Сімейна медіація: особливості та ефективність в Україні. *Право України*, 2019. № 1. С. 146-151.

55. Білик Т., Стадник С. Сімейна медіація — це психотерапія? Схоже на психотерапію? Зовсім не схоже? *Збірник статей «Діалог та медіація: від протистояння до порозуміння»*, 2019 р. С. 129 – 132;

56. Тісногуз В. Медіація – один з альтернативних методів вирішення спорів. URL : https://surl.li/gunnwd

57. Угода про асоціацію між Україною, з однієї сторони, та Європейським Союзом, Європейським співтовариством з атомної енергії і їхніми державами-членами, з іншої сторони (Угоду ратифіковано Законом від 16.09.2014 № 1678-VII). URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/984_011#Text

58. Француз А. Й., Марина Ю. Ю. Моделі медіації та можливість їх наближення до правової системи України. Legal bulletin "KROK", University of Economics and Human Sciences in Warsaw. Вип. 6, 2022. С. 16–23

59. Харченко О.М. Медіація в сімейних відносинах: теоретичний аспект та практика застосування в Україні. *Вісник Харківського національного університету внутрішніх справ*. 2019. Вип. 86. С. 217-225.

60. Хлопоніна Н.Є. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування : автореф. дис. ... канд. психол. наук ; Інститут соціальної та політичної психології АПН України. Київ, 2017. 25 с

61. Хто такий медіатор? Асоціація сімейних медіаторів України. URL : https://www.afmu.org.ua/family-mediation

62. Цивільний процесуальний кодекс України. URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1618- 15#Text

63. Шевенко А. М. Методичне забезпечення відбору учнівської молоді до вищих навчальних закладів педагогічного профілю : метод. реком. Київ, 2016. 157 с.

64. Шишка Р.Б., Христиниченко Н.П., Глобенко І.О. Сімейні спори: гноерлогічний та практичний аспекти у період воєнного стану. *Науковий вісник Ужгородського Національного Університету*. Серія право. Вип. 87 (4). 2025. С. 359-363. DOI : https://doi.org/10.24144/2307-3322.2025.87.4.56

65. Явор О.А. Закономірності розвитку сімейної медіації в зарубіжних країнах та на Україні. *Електронне наукове видання «Аналітично-порівняльне правознавство»*. Серія : Цивільне право і цивільний процес; сімейне право; міжнародне приватне право. С. 47-53. DOI : https://doi.org/10.24144/2788-6018.2021.01.9

66. Яворська О.С. Медіація в сімейних спорах. *Історико-правовий часопис*, 2013, № 2. С. 82. URL : https://evnuir.vnu.edu.ua/ bitstream/123456789/1835/1/2%20javorska%2c%20demchuk.pdf.

67. Янчук А.А. Медіація сімейних конфліктів. *Юридичний науковий електронний журнал*. № 10, 2023. С. 155-158. DOI : https://doi.org/10.32782/2524-0374/2023-10/36

68. Avioliittolaki № 234/1929. URL : https://finlex.fi/fi/ laki/alkup/1929/ 19290234

69. Baruch Bush R.A., Folger J.P. The Promise of Mediation: The Transformative Approach to Conflict. Wiley, 2004.

70. Zena D., Zumeta J.D. Styles of Mediation: Facilitative, Evaluative and Transformative Mediation. URL : http://learn2mediate.com/ resources/styles-of-mediation