МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ**

Виконав: студент 2 курсу, групи 8.0533
спеціальності 053– Психологія
Васильєв Олександр Геннадійович
Керівник: Скрипаченко Т.В., к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Рецензент: Горлач В.В., у.пед.н., доцент
кафедри психології

Запоріжжя – 2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

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

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

«____»_____2024 р.

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТУ

Васильєву Олександру Геннадійовичу

Тема роботи Чинники психологічної стійкості сімейних стосунків під час війни керівник роботи Скрипаченко Т. В. к.психол.н., доцент кафедри психології затверджені наказом ЗНУ від «24» 09 2024 року № 1447-с

2. Строк подання студентом роботи _____
3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретичний аналіз літератури з питання дослідження особливостей шлюбно-сімейних стосунків в умовах війни, проаналізувати сучасні дослідження психологічних особливостей сімейних стосунків в умовах війни, з’ясувати, провести дослідження впливу чинників психологічної стійкості на сімейні стосунки в умовах війни, надати рекомендації по зміцненню сімейних стосунків під час війни.
5. Перелік графічного матеріалу: 4 таблиці
6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання прийняв
Вступ	Скрипаченко Т.В., доцент		
Розділ 1	Скрипаченко Т.В., доцент		
Розділ 2	Скрипаченко Т.В., доцент		
Розділ 3	Скрипаченко Т.В., доцент		
Висновки	Скрипаченко Т.В., 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 2024 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 20234 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2024 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень 2024 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	червень-серпень 2024 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень 2024 р.	Виконано
7	Передзахист	жовтень 2024 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2024 р.	Виконано

Студент _____ О.Г. Васильєв

Керівник роботи _____ Т.В. Скрипаченко

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ О. М. Гредінарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 76 сторінок, 4 таблиці, 52 джерела, з додатка.

Об’єкт дослідження – сімейні стосунки в умовах війни..

Предмет дослідження – психологічні чинники, що сприяють стійкості сімейних стосунків під час війни.

Мета роботи – визначення психологічних чинників які впливають на стійкість сімейних стосунків під час війни та надання рекомендацій для зміцнення родинних відносин.

Гіпотеза дослідження: згуртованість, певні адаптивні стратегії та інтернальний локус контролю подружжя є тими чинниками, які сприяють стійкості сімейних стосунків під час війни і відображаються в факторі задоволеності шлюбом.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз, синтез, індукція, дедукція, порівняння; емпіричні методи: анкетування, тестування з використанням наступних методик: опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» (FACES-3), опитувальник на рівень суб`єктивного контролю (інтернального локусу контроля), тест-опитувальник “Задоволеність шлюбом”.

Наукова новизна полягає у систематизації та узагальненні наукових досліджень стосовно сімейних стосунків під час війни, виборі групи методів для проведення дослідження стосовно чинників які впливають на стійкість сімейних стосунків під час війни.

Результати наукового дослідження можуть бути використані в сімейній консультації для осіб, які перебувають в стосунках в умовах війни.

ШЛЮБ, ВІЙНА, СТОСУНКИ, ДИСФУНКЦІЯ, РОЗЛУЧЕННЯ, ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ.

SUMMARY

Vasiliev O. G. Factors of Psychological Stability of Family Relationships During the War.

Master's thesis: 76 pages, 4 tables, 52 sources, 3 appendices.

The object of the study is family relations in wartime.

The subject of the study is psychological factors that contribute to the stability of family relations during wartime.

The purpose of the study is to identify psychological factors that influence the stability of family relations during wartime and to provide recommendations for strengthening family relations.

Research hypothesis: cohesion, certain adaptive strategies and the internal locus of control of spouses are the factors that contribute to the stability of family relations during wartime and are reflected in the factor of marital satisfaction.

Research methods: theoretical: analysis, synthesis, induction, deduction, comparison; empirical methods: questionnaires, testing using the following techniques: questionnaire "Family Adaptation and Cohesion Scale" (FACES-3), questionnaire on the level of subjective control (internal locus of control), test-questionnaire "Satisfaction with marriage".

The scientific novelty lies in the systematization and generalization of scientific research on family relationships during the war, the selection of a group of methods for conducting research on factors that affect the stability of family relationships during the war.

The results of the scientific research can be used in family counseling for people who are in relationships in wartime.

Keywords: marriage, war, relationships, dysfunction, divorce, psychological resilience.

ЗМІСТ

ВСТУП……..7
РОЗДІЛ 1. АНАЛІЗ ТЕОРИТИЧНИХ ПІДХОДІВ ДО РОЗГЛЯДУ ШЛЮБНИХ ВІДНОСИН……10
1.1 Огляд історичних досліджень сімейних стосунків……..10
1.2 Визначення сутності шлюбу і сім'ї……16
1.3 Класифікація шлюбно-сімейних зв'язків в суспільстві……...20
РОЗДІЛ 2. АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ……..27
2.1 Дослідження сімейних стосунків під час війни……27
2.2 Характеристика дисфункцій в сімейних стосунках…….34
2.3 Мотиви та причини розлучень. Психологічні аспекти розлучень під час війни……37
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЧИННИКІВ СТІЙКОСТІ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ…….46
3.1 Підходи по дослідженню впливу війни на сімейні стосунки……..46
3.2 Організація та методи емпіричного дослідження……48
3.2.1 Опис вибірки…….48
3.2.2 Опис методик дослідження…….51
3.3 Результати дослідження, їх аналіз та рекомендації по зміцненню сімейних стосунків…….59
3.3.1 Результати та аналіз дослідження……...59
3.3.2 Рекомендації по зміцненню сімейних стосунків……...65
ВИСНОВКИ……...69
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……72
ДОДАТКИ……..77

ВСТУП

Магістерська кваліфікаційна робота присвячена аналізу факторів, що забезпечують стійкість сімейних відносин в умовах воєнного конфлікту – темі, яка набула особливої значущості та актуальності в останні роки. Сімейні відносини під час війни стикаються з великим тиском і зазнають глибоких змін, що потребує комплексного дослідження та розуміння.

Актуальність теми дослідження. Під час соціально-демографічних потрясінь, зокрема війни, відбуваються серйозні зміни в умовах життя населення, що суттєво впливає на соціальні інститути, зокрема на сім'ю. Це призводить до перегляду ієрархії її функцій та спрямовує їх на збереження соціального устрою та людського потенціалу. Сім'я, як основний суспільний інститут, перебуває під потужним впливом війни та деструктивних процесів, що вона з собою несе. Саме сім'я є основним джерелом підтримки життєдіяльності суспільства в таких критичних умовах.

У передвоєнні роки сімейний розвиток в Україні мав багато спільного з іншими європейськими країнами: розмаїття форм сімейного життя та шлюбних відносин, підвищення віку одруження й народження дітей, зростання позашлюбної народжуваності співіснували з відносно високим рівнем укладання шлюбів і збереженням сімейної солідарності поколінь. Сімейна структура мала всі ознаки сучасного суспільства: переважання нуклеарних сімей (простих і розширених) з поступовими змінами у структурі – зростала кількість однобатьківських, реструктурованих, транснаціональних сімей, а також родин, де шлюбний союз не реєструється офіційно.

Протягом останніх двадцяти років українські родини зіткнулися з серйозними викликами, серед яких: нестабільність шлюбів, високий рівень розлучень, поширеність однодітних сімей, недотримання частиною родин батьківських обов'язків, що призвело до проблеми соціального сирітства, велика частка сімей з одним із батьків (у 2021 році 17,9% сімей з дітьми не

мали одного або обох батьків), а також нерозв’язані гендерні питання у родинному житті.

Повномасштабне вторгнення Росії в Україну, що розпочалося 24 лютого 2022 року, зупинило природний розвиток української родини, радикально змінивши умови її існування, загострило наявні проблеми та викликало нові загрози. Масова загибель військових та цивільного населення, вимушені міграції як у межах країни, так і за її кордонами призвели до деформацій та часткової дестабілізації демографічного і соціально-економічного стану. У цих надскладних умовах необхідно чітко визначити ризики для української родини як основи суспільства, а також її роль у цьому екстремальному контексті, адже війна вплинула на психічне та емоційне здоров’я кожного українця. Страх, депресії, апатія, погіршення настрою, нав’язливі думки стали частиною життя тих, хто пережив жахи війни, і ці переживання неминуче впливають на сімейні стосунки.

Таким чином, дослідження на тему «Чинники психологічної стійкості сімейних відносин під час війни» є надзвичайно актуальним.

Об’єкт дослідження – сімейні стосунки в умовах війни..

Предмет дослідження – психологічні чинники, що сприяють стійкості сімейних стосунків під час війни.

Мета роботи – визначення психологічних чинників які впливають на стійкість сімейних стосунків під час війни та надання рекомендацій для зміцнення родинних відносин.

Гіпотеза дослідження: згуртованість, певні адаптивні стратегії та інтернальний локус контролю подружжя є тими чинниками, які сприяють стійкості сімейних стосунків під час війни і відображаються в факторі задоволеності шлюбом.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до розгляду сім`ї та сімейних стосунків.

2. Визначити ключові психологічні чинники, що впливають на стійкість сімейних стосунків у період війни.

3,Провести дослідження впливу чинників психологічної стійкості на сімейні стосунки

4. Провести аналіз результатів дослідження.

Методи дослідження:

1 Теоретичні методи: аналіз, синтез, індукція, дедукція, порівняння.

2. Емпіричні методи: анкетування, тестування з використанням

наступних методик: опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» (FACES-3), опитувальник на рівень суб`єктивного контролю (інтернального локусу контроля), тест-опитувальник “Задоволеність шлюбом”.

3 .Методи обробки емпіричних даних: методи математико-статистичної обробки отриманих даних та їх якісної інтерпретації.

Наукова новизна полягає у систематизації та узагальненні наукових досліджень стосовно сімейних стосунків під час війни, виборі групи методів для проведення дослідження стосовно чинників які впливають на стійкість сімейних стосунків під час війни.

Практичне значення роботи полягає в тому, що результати наукового дослідження можуть бути використані в сімейній консультації для осіб, які перебувають в стосунках в умовах війни.

РОЗДІЛ 1
АНАЛІЗ ТЕОРИТИЧНИХ ПІДХОДІВ ДО РОЗГЛЯДУ ШЛЮБНИХ ВІДНОСИН

1.1 Огляд історичних досліджень сімейних стосунків

Історія шлюбних стосунків охоплює значний проміжок часу та різноманітні культурні середовища. Від початку, коли шлюбні союзи мали насамперед соціальне і економічне значення, до сучасних форм, де головну роль відіграє емоційний зв’язок і особистісне зростання, шлюб пройшов складний шлях розвитку. Історичні дослідження висвітлюють трансформацію ролей чоловіків і жінок у шлюбі, вплив релігійних та правових норм на формування шлюбних відносин, а також те, як економічні й соціальні умови позначалися на природі і стабільності шлюбних зв'язків.

Також акцентується увага на змінах у сприйнятті шлюбу, враховуючи культурні й регіональні особливості, а також вплив важливих історичних подій, таких як війни та економічні кризи, на шлюбні стосунки. Це допомагає зрозуміти, як історичні процеси позначаються на сучасних тенденціях та викликах у сфері шлюбних стосунків.

При вивченні історії шлюбних відносин важливо розглядати, як різні культури й епохи впливали на уявлення про вірність, любов і сімейні обов’язки. У деяких ранніх культурах шлюб швидше розглядався як угода між сім’ями, аніж як особисті відносини, що спричинило відсунення особистих почуттів на другий план. Історичні дослідження також охоплюють вплив промислової революції та сучасності на сімейні стосунки, де зі змінами в економіці і зростанням урбанізації з’явилися нові підходи до вибору партнера та важливість емоційної сумісності [33].

Гендерні стереотипи і соціальні очікування також є частиною історичного аналізу, що дозволяє краще зрозуміти, як традиційні ролі і норми впливали на шлюбні відносини і як вони змінювалися з часом. У цьому огляді також приділяється увага релігійним і етичним аспектам шлюбу. Різні культури і релігії мають власні уявлення про шлюб, що відображається в його ролі і значенні для суспільства.

З давніх часів, коли закони були жорсткими і часто не враховували особистих бажань, до сучасної епохи, де в пріоритеті стоять права й свободи особистості, правові норми мали значний вплив на шлюбні відносини [2]. Суспільні зміни, такі як реформація, епоха Просвітництва та жіночі рухи за права, привнесли нові уявлення про шлюб, зокрема щодо рівноправ'я, права вибору та можливості розірвання шлюбу. Не можна оминути й вплив змін у ставленні до сексуальної моралі на шлюб. Історичний аналіз демонструє, як соціальні і культурні уявлення про сексуальність, романтику і вірність змінювалися, впливаючи на шлюбні структури й очікування. Крім того, історичні події, як-от війни, міграції та глобалізація, також вплинули на шлюбні стосунки, сприяючи збільшенню міжкультурних союзів і змінам у традиційних ролях у сім'ї.

У цьому огляді охоплено широкий спектр наукових робіт, що досліджують еволюцію шлюбу під впливом соціальних, культурних, релігійних і економічних факторів, розкриваючи, як шлюбні стосунки розвивалися та набували різних форм у різних культурах і періодах.

1. Дослідження цивілізацій Давнього Світу: Учені аналізували шлюбні звичаї та законодавство в давніх суспільствах, зокрема в Єгипті, Греції та Римі. Вони вивчали юридичні документи, літературні пам'ятки та археологічні знахідки, щоб розкрити, як релігійні вірування, соціальний статус і майнові права формували шлюбні відносини.

2. Дослідження Середньовіччя: При вивченні цього періоду акцент робився на впливі церкви на шлюбні норми та структурі сімейних відносин, що формувались під впливом феодальної системи. Також аналізувалися традиції,

пов’язані з приданим, весільними обрядами і правовим становищем жінок у шлюбі.

3. Ранньомодерні дослідження: Епоха Відродження і Просвітництва стала часом, коли шлюб набув нового змісту, завдяки поширенню ідей романтичного кохання та індивідуалізму. Дослідження цього часу охоплюють літературні та художні твори, що ілюструють зміни у сприйнятті шлюбних взаємин.

4. Індустріальна революція: Зміни, що настали в результаті індустріалізації й урбанізації, стали темою досліджень, зокрема вплив цих процесів на структуру сімейних відносин, ролі чоловіків і жінок та моделі шлюбних зв'язків. Демографічні зміни, міграція і зміна ролі жінок стали важливими аспектами досліджень цього періоду.

5. Сучасні дослідження: У 20–21 століттях вивчення шлюбних відносин охоплює зміни в законодавстві, соціальні рухи та культурні трансформації, що позначилися на правах і можливостях шлюбу. Дослідження звертаються до питань, пов’язаних із визнанням одностатевих, міжкультурних та міжрасових шлюбів [35].

Історія вивчення шлюбних стосунків є багатовекторним аналізом наукових, історичних і соціологічних праць, присвячених шлюбним відносинам у різні історичні епохи. Вона відображає, як змінювались суспільні уявлення про шлюб під впливом соціальних, культурних, релігійних і економічних чинників. Комплексний підхід охоплює аналіз стародавніх текстів, середньовічних хронік, ренесансних трактатів та сучасних соціологічних і психологічних досліджень, що дозволяє виділити ключові етапи розвитку шлюбних відносин, еволюцію прав і обов’язків подружжя та уявлення про кохання і вірність. Особливу увагу приділяють впливу історичних подій, таких як війни, економічні кризи, соціальні реформи, на зміну шлюбних норм. Аналітики також досліджують різні теоретичні підходи до шлюбу – від класичної філософії та релігійних поглядів до сучасних соціологічних і психологічних моделей, що включають вивчення змін гендерних ролей у сімейному житті [30].

Протягом тривалого часу сім’я і шлюб залишалися на периферії академічної уваги, зокрема через вузьке трактування їхньої еволюції. У більшості аналітичних досліджень сімейні моделі традиційно обмежувалися або проміскуїтетом, тобто неструктурованими сексуальними зв’язками, або патріархальною родиною. Однак, із застосуванням більш гнучкого підходу до вивчення родових структур і міфологічних текстів було виявлено значну варіативність шлюбних систем, простежуючи їх еволюцію від ранніх форм до сучасних.

Одним із перших дослідників, що звернули увагу на історичні зміни шлюбних відносин, став І. Я. Бахофен. У своїй праці «Материнське право. Дослідження гінекократії стародавніх часів та його релігійної і правової природи» він виклав концептуальний аналіз цієї теми. Бахофен розглядав розвиток шлюбних відносин крізь призму релігійної еволюції, вважаючи, що зміни в релігійних уявленнях та поява нових божеств і вірувань поступово витісняли попередні образи, що безпосередньо впливало на соціальні ролі чоловіків і жінок. Таким чином, на його думку, релігійні уявлення, а не лише матеріальні умови, відігравали визначальну роль у формуванні суспільних відносин між статями [36].

Підхід Бахофена, що містив елементи містицизму у тлумаченні історичної динаміки шлюбних стосунків, викликав чималу критику з боку Енгельса, попри оригінальність і новаторський характер ідей Бахофена. Шотландський юрист Дж. Ф. Мак-Леннан також спробував реконструювати історію шлюбних відносин, розглядаючи їх через моделі екзогамії та ендогамії у своєму дослідженні «Первісний шлюб».

Згодом американський антрополог Льюїс Морган, вивчаючи сімейні системи корінних народів Америки, висунув теорію, що еволюція шлюбних форм була обумовлена поступовим переходом від проміскуїтету до більш упорядкованих форм, значною мірою завдяки забороні інцесту, яка вписувалася в рамки природного відбору. Енгельс, коментуючи цю ідею, підкреслив, що поступове виключення близьких родичів із шлюбних відносин призводить до

поступової втрати значення групового шлюбу, залишаючи основною одиницею лише пару [33].

Економічний розвиток відіграє важливу роль у перетворенні шлюбних структур, зокрема у переході від мисливсько-збирального до аграрного суспільства. Зміна економічних умов збільшила обсяги матеріальних надлишків, зосередивши багатство у чоловіків, що призвело до трансформацій у спадкових традиціях. Зокрема, зміцнювалася моногамія для жінок і витіснялася матрилінійна система спадкування, оскільки зростала необхідність передавати спадщину власним дітям.

Виявляється, що природні схильності до полігамії притаманні і чоловікам, і жінкам, але сучасна структура сім'ї сформувалася під впливом економічних факторів. Патріархальна родина, де влада належить голові сім'ї – батькові, стала важливою частиною цього процесу.

У філософському контексті стародавні греки також намагалися переосмислити традиційні сімейні моделі. Зокрема, Платон у своєму творі «Держава» вважав, що традиційна сім'я може завадити ідеальному суспільству. Він підкреслював цінність шлюбу, проте вважав, що в ідеальній державі статеві відносини мають контролюватися задля суспільного блага.

Трансформація шлюбних відносин в Україні пройшла непростий шлях, на якому християнські доктрини відіграли важливу роль, поширюючи концепції одношлюбності, подружньої вірності та ієрархії, що визначала чоловіка головою родини. Водночас, сімейні традиції Київської Русі зберігали елементи язичницьких звичаїв, зокрема у ставленні до жінки. У своїй монографії Бурова досліджує цю тему, особливо наголошуючи на різниці у ролях та обов'язках у давньоруських сім'ях [35].

Її аналіз свідчить, що взаємини між чоловіком і жінкою не ґрунтувалися на абсолютній домінації, а скоріше мали конфліктний елемент між статями. У слов'янських язичницьких уявленнях жінка займала особливе місце, що не зводилося до підлеглої ролі, а її не вважали "істотою другого сорту". Така концепція підкреслювала унікальні якості жінки, відмінні від чоловічих.

Цей поділ обов'язків виражався у територіальному розподілі: жінка зазвичай займалася домашнім господарством, тоді як чоловік відповідав за зовнішні справи. На рубежі XVIII–XIX століть у шлюбних стосунках домінування чоловіка базувалося на уявленнях про природне право, яке виправдовувало перевагу фізичних можливостей чоловіків і призвело до утвердження подвійних стандартів. Філософи, такі як Фіхте та Кант, підтримували цю ідею, встановлюючи різні моральні вимоги до чоловіків та жінок, особливо щодо подружньої зради, коли жінка, яка порушила вірність, підлягала суворішим покаранням [31].

Українські шлюбні звичаї в XVII–XIX століттях вирізнялися стабільністю і суворим дотриманням традицій, які залишалися практично незмінними протягом століть. Звичаєве право, що регламентувало шлюбний вік та умови, було інтегроване в державне законодавство. З кінця XVIII століття церква стала важливим регулятором сімейного життя, отримуючи підтримку від держави та відображаючи це в законодавчих актах. Однак, сучасне суспільство все більше дистанціюється від цієї релігійної регламентації, хоча весільні церемонії у церкві все ще зберігають популярність серед молодят. Сучасні рухи за збереження традиційних сімейних цінностей часто звертаються до цих давніх уявлень про шлюб.

Доіндустріальне суспільство в Україні відзначалося високою інтенсивністю шлюбності, раннім віком вступу в шлюб і циклічними шлюбними ритуалами, що залежали від сільськогосподарських і релігійних циклів. Ця «модель на все життя» проіснувала до початку XX століття, навіть в умовах соціальних змін. Шлюбне законодавство, що базувалося на релігійних нормах, залишалося практично незмінним аж до початку радикальних реформ у XX столітті, коли відбувся перехід від традиційної патріархальної родини до ядерної сім’ї в умовах індустріалізації та урбанізації в рамках СРСР. Станом на 1970-ті роки рівень розлучень значно зріс, що відображало важливі соціальні зміни [36].

Балабух досліджувала сучасні цінності у шлюбі, відзначаючи, що інтенсивний ритм життя посилив віддалення між членами сім'ї, обмежуючи виховання дітей системою «ясла-дитячий садок-школа» і сприяючи зростанню поколінь, які менш пов'язані з традиційними сімейними цінностями. Християнські принципи шлюбу, які довгий час зберігалися в культурі, поступово поступаються місцем державним нормам, а церковний шлюб уже не сприймається як обов'язкова умова стабільних відносин. Ляшенко внесла значний внесок у вивчення сучасних шлюбних ролей, аналізуючи зміну поглядів на подружні обов'язки та альтернативні форми шлюбів в українському суспільстві.

Дослідження показують, що моногамна сім'я стала результатом впливу природного відбору і економічних умов, які обмежили права жінок [13]. У сучасному світі ця традиційна модель виявилася під тиском соціальних змін. Завдяки зростанню економічної незалежності жінок, залежність від чоловіка більше не є необхідною, і стабільність сімейних відносин потребує нових основ, які б відповідали реаліям сучасного суспільства.

1.2 Визначення сутності шлюбу і сім'ї

Сім'я, будучи базовою одиницею суспільства, має важливе значення для його структурного і функціонального розвитку. Її можна розглядати як соціальний інститут, що взаємодіє з ширшою соціальною структурою, а також як мікрогрупу, в якій центральне місце займають внутрішні взаємодії та міжособистісні стосунки.

Шлюб, як основа для створення сім'ї, завжди мав багатогранне значення, яке змінювалося з часом. Соціолог Ентоні Гідденс характеризує шлюб як союз між двома дорослими, що отримує схвалення суспільства. Проте сучасний світ поступово зменшує роль суспільного схвалення, більше акцентуючи на особистісних аспектах. Нові форми шлюбних відносин, такі як гомосексуальні шлюби або союзи у зрілому віці, свідчать про розширення можливостей шлюбу

як соціального інституту. Щоб повністю розкрити суть шлюбу, необхідно аналізувати його функції, зокрема інституційну, яка забезпечує офіційне визнання союзу державою, а також регулювання шлюбних форм і майнових аспектів. Реєстрація шлюбу визначає права та обов'язки партнерів, надаючи державну підтримку сімейним стосункам [33].

Альтернативою офіційному шлюбу виступає відкритий шлюб, у якому партнери зберігають романтичні зв'язки без обов'язкового спільного господарства чи виховання дітей, хоча це залишається можливим. Поява інституту шлюбу вплинула на сприйняття поняття позашлюбної дитини, що раніше не мало соціального значення.

Сучасне суспільство все частіше звертається до цивільних шлюбів, які існують поза юридичними рамками. Колись осуджувані, зараз такі союзи є прийнятними для більшості. За результатами досліджень, 68% опитаних підтримують цивільні шлюби. Проте офіційно зареєстрований шлюб забезпечує додаткові права у випадках поділу майна та успадкування. Розірвання офіційного шлюбу часто стає емоційно складним і може стримувати бажання узаконити стосунки, що призводить до зменшення кількості зареєстрованих шлюбів [15].

Економічна функція шлюбу передбачає спільну відповідальність подружжя за матеріальне забезпечення один одного, дітей та літніх родичів. У випадку цивільного шлюбу, якщо ці обов'язки не виконуються, може виникнути потреба у додаткових доказах їх дотримання. У питаннях спадкування приватної власності також необхідно підтверджувати наявність шлюбних стосунків. Іноді саме економічні мотиви стають ключовими при вирішенні одружитися, хоча це не завжди відповідає основній меті шлюбу — створенню сім'ї, проте фінансові вигоди відіграють важливу роль. З розвитком господарства та економіки можливості для заробітку відкриваються однаково як для чоловіків, так і для жінок, що змінює структуру економічної взаємодії у шлюбі. Наприклад, відкритий шлюб сприяє кар'єрному розвитку обох партнерів, підтримуючи економічну співпрацю між ними. У таких сім'ях

розподіл обов'язків будується не на гендерних ролях, а на основі взаємної підтримки, тому відповідальність за економічне забезпечення розділяється між партнерами [14].

Функція ініціації в шлюбі, коли перебування в ньому сприймається як суспільна норма, виступає показником соціальної зрілості особи. Однак, у цивільних шлюбах, де сімейний статус може бути розмитим, ця функція виконується не так однозначно, особливо для кола друзів, родичів та самих партнерів. Наразі в сучасному суспільстві значення цієї функції знизилося, і соціальна зрілість частіше оцінюється за іншими критеріями, такими як освітній рівень, професійний розвиток та фінансова стабільність[17]. У відкритих шлюбах функція ініціації реалізується більш повно, оскільки обидва партнери відчувають себе рівноправними учасниками сімейного життя та мають визнаний соціальний статус. Щодо сексуальної функції, вона спрямована на регулювання та контроль сексуальної поведінки в межах шлюбу. У сучасному міському середовищі ця функція часто посилюється, особливо в ранніх шлюбах, однак вона може бути реалізована як в офіційних, так і в цивільних шлюбах.

Варто зазначити, що сексуальна функція шлюбу поступово втрачає свій безпосередній зв'язок з інститутом шлюбу через вплив сексуальної революції. Цей процес супроводжується усуненням подвійних стандартів у статевій моралі, відокремленням сексуальної активності від репродуктивної функції, визнанням права жінок на самовираження та задоволення, комерціалізацією сексу, зростанням толерантності до різних типів статевих відносин та розширенням сексуальних практик.

За даними опитувань, більшість респондентів розглядають шлюб як засіб реалізації романтичних почуттів, а не матеріальних цілей. Основними мотивами укладання шлюбу є кохання та бажання мати близьку людину. Водночас народження дітей не є визначальним фактором.

Дослідження Романа Хавули показує, що для більшості молоді шлюб – це шлях до особистого щастя; третина опитаних сприймає його як формальне

закріплення стосунків, а лише 2-3% вважають його соціальною необхідністю.

У сучасному суспільстві шлюб здебільшого цінується через емоційний аспект. Багато хто вважає, що щасливий шлюб будується на основі любові. «Емоційна складова шлюбу нині має найвищу значущість, хоча деякі експерти побоюються, що це може спричинити нестабільність у шлюбах, адже емоції значно важче контролювати. У цивільному шлюбі також можливо реалізувати цю функцію, проте це залежить від того, як вибудовані відносини між партнерами» [20].

Сучасна любов у стосунках відрізняється від простого фізичного потягу та концепції еросу, яка існувала в античній Греції, за кількома важливими аспектами. По-перше, вона ґрунтується на взаємному коханні, де партнери перебувають у рівних позиціях, і жінка має таке саме право в цих стосунках, як і чоловік. Зокрема, у сучасному контексті згода жінки є обов’язковою умовою, що відрізняється від уявлень про ерос у давнину, де її згода не завжди вважалася необхідною.

По-друге, у сучасному світі любов у стосунках може бути настільки глибокою та тривалою, що навіть тимчасова розлука чи неможливість жити разом сприймаються як значне випробування для обох партнерів. Вони готові йти на значні ризики, навіть піддаючи своє життя небезпеці, аби залишатися один з одним. Це суттєво відрізняється від минулих часів, коли подібні ризики брали на себе, зазвичай, лише у випадках порушення подружньої вірності.

По-третє, у сучасному суспільстві з'явився новий підхід до оцінки та розуміння інтимних стосунків. Тепер важливо не лише те, чи були вони у межах шлюбу, чи поза ним, але й чи базуються ці стосунки на взаємній любові. Моральна оцінка інтимного зв’язку стала більш складною, адже враховується фактор взаємної емоційної прив'язаності та глибоких почуттів між партнерами .

Ця зміна ціннісних орієнтирів істотно трансформує соціально-економічні основи суспільства, сприяючи глибокій демократизації у міжособистісних стосунках. Зміни в інтимній сфері відображаються в загальній демократизації суспільства і стимулюють появу нових форм відносин. Така трансформація

може мати значний вплив на сучасні соціальні інститути, адже світ, у якому емоційні досягнення цінуються більше, ніж прагнення до економічного зростання, виглядає інакше порівняно із нинішньою соціальною реальністю.

Шлюб, зокрема, включає в себе економічний і емоційно-психологічний компоненти. Економічний аспект передбачає розподіл обов'язків і праці у спільному житті подружжя, забезпечення матеріальної підтримки одне одного. Емоційно-психологічний аспект охоплює взаємні почуття подружжя, духовну близькість і моральну підтримку. Крім того, вибір партнера є важливим елементом соціальних відносин у шлюбі [31].

Таким чином, шлюб виконує численні соціальні функції, включаючи стабілізацію та забезпечення різноманітних потреб — господарських, емоційно-сексуальних, психологічних та батьківських. У сучасному суспільстві розуміння шлюбу ускладнюється через додаткові аспекти, такі як стать учасників, кількість партнерів, форма реєстрації та громадське визнання. Проте незмінною залишається головна суть шлюбу: спільне проживання та взаємодія, спрямовані на довготривале співжиття.

1.2 Класифікація шлюбно-сімейних зв'язків в суспільстві

Варто зауважити, що в багатьох культурах полігамія чітко регламентується законодавством, і при цьому чоловік зобов'язаний забезпечувати матеріальне утримання всієї сім'ї. Поліандрія, своєю чергою, поширювалася у регіонах із холодним кліматом та нечисленним населенням. В Україні ж суспільство переважно сповідує моногамію, оскільки інші типи стосунків не відповідають місцевим традиціям і культурним нормам, які збудовані на християнських засадах. Ще одним принципом, за яким класифікуються шлюбні відносини, є підхід до вибору партнера, коли особу обирають або з власного соціального кола, або з іншої соціальної групи. У стародавніх спільнотах вибір партнера відбувався на основі двох принципів: екзогамії (поза межами своєї групи) та ендогамії (всередині групи) [14].

В сучасному суспільстві цей принцип часто проявляється в тому, що пари обирають партнерів зі свого соціального середовища. Представники заможних сімей, наприклад, нерідко надають перевагу партнерам зі схожим фінансовим становищем.

Щодо місця проживання молодої пари існує кілька варіантів. Це патрилокальне поселення (спільне проживання біля батьків чоловіка), матрилокальне (поблизу батьків дружини) та неолокальне, коли подружжя живе окремо від обох сімей. У минулі часи патрилокальне проживання було найпоширенішим, але сьогодні помітною стає тенденція до неолокальних поселень серед молодих сімей.

Досліджуючи сучасні форми шлюбу, можна виділити сімейно-шлюбні стосунки, які відповідають класичній моделі, а також альтернативні типи шлюбів, що виникають як реакція на існуючі соціальні норми.

Традиційний шлюб підтримується загальноприйнятими соціальними стандартами та очікуваннями. Альтернативні ж форми шлюбу зосереджуються на індивідуальних потребах партнерів, навіть якщо ці потреби можуть відходити від загальноприйнятих норм [30] .

До нетрадиційних форм шлюбу належать сезонні, гостьові, комунальні, відкриті, фактичні (незареєстровані) та одностатеві союзи. Кожен із цих видів має свої специфічні особливості.

Сезонний шлюб, або ж тимчасовий союз, передбачає стосунки, які встановлюються на певний строк і автоматично завершуються після його завершення. Це надає подружжю можливість проаналізувати плюси і мінуси спільного життя та вирішити, чи хочуть вони розірвати стосунки чи продовжити їх на новий термін.

Існують різні варіації шлюбів, які можуть демонструвати унікальні особливості у взаємодії партнерів. Деякі з цих союзів задумуються як тривалі, однак з часом розпадаються, якщо потреби партнерів змінюються або перестають відповідати один одному [15].

Іншим варіантом шлюбних відносин, нетиповим для української культури, є комунальний шлюб, відомий також як «шведська сім'я». У подібних сім'ях разом мешкають кілька чоловіків і жінок, причому їхні відносини ґрунтуються переважно не на інтимній близькості, а на спільному веденні господарства та товариських стосунках. У випадку народження дітей у таких родинах, їхнє виховання здійснюється всіма учасниками «комуни», з акцентом на розширене бачення світу.

Ще однією нетрадиційною формою шлюбу, яка стає дедалі більш популярною, є відкритий шлюб. Такий тип союзу може зустрічатися в українському суспільстві, однак зазвичай залишається в межах закритих спільнот. У відкритому шлюбі партнери можуть мати романтичні чи інтимні стосунки поза подружжям, дотримуючись при цьому взаємної поваги, довіри та відкритості щодо особистих меж і інтересів кожного[15].

Ще одним нестандартним видом шлюбу, що частково відповідає суспільним нормам, але не відповідає традиційним цінностям української культури, є гостьовий шлюб. У такому союзі пара офіційно зареєстрована, проте проживає окремо, зустрічається періодично та проводить спільний час без обов'язку вести спільне господарство. Таким чином, партнери мають особистий простір та незалежність від сімейних обов’язків, живучи самостійним життям, відокремленим один від одного.

Сім’я – це поняття, що включає зв’язки між людьми, навіть якщо вони не проживають разом через різноманітні обставини, такі як навчання, робота, лікування або необхідність догляду за батьками, дітьми чи інші важливі причини. В Україні правовий статус таких сімей регулюється терміном "гостьовий шлюб". Іноді гостьовий шлюб є не стільки вибором подружжя, скільки наслідком зовнішніх умов. Наприклад, це стосується сімей моряків, де чоловік тривалий час перебуває у морських рейсах протягом року або довше. «У таких сім’ях подружжя намагається підтримувати традиційний зв'язок, спільне господарство, але насправді значну частину року вони живуть окремо. У цей період дружина бере на себе всі обов’язки щодо побуту та виховання

дітей».

В таких умовах важливо зберегти емоційну атмосферу в сім’ї. Дружина може звикнути до самостійного життя, але водночас відчувати нестачу чоловіка поруч. З іншого боку, чоловікові після довгої відсутності може бути психологічно важко адаптуватися до побуту вдома. Це може позначитися на їхніх стосунках і взаємодії. Крім того, гостьовий шлюб може спричинити втрату емоційного зв’язку між батьком і дітьми через його відсутність у важливі моменти їхнього життя. Такий формат шлюбу також характерний для військових, гастролюючих артистів та представників інших професій, які потребують тривалої відсутності з дому [7].

Дослідниця Ляшенко виділяє так званий "раціональний шлюб" як окрему форму шлюбного союзу. Такий тип шлюбу має давню історію і залишається відомим у сучасному суспільстві. Головна ідея раціонального шлюбу полягає в тому, що він укладається для досягнення конкретної вигоди, яка може бути економічною, психологічною, сексуальною, побутовою чи професійною. Основна мета цього союзу — отримання користі, а не створення родини в традиційному сенсі. У деяких країнах укладання подібного шлюбу може мати правові наслідки, включаючи кримінальну відповідальність. В Україні такі шлюби розглядаються як фіктивні і визнаються недійсними за рішенням суду, оскільки вони не орієнтовані на формування сім'ї [8].

Офіційна реєстрація шлюбу є важливою умовою для забезпечення стабільності відносин між подружжям і захисту прав та інтересів обох партнерів, а також їхніх дітей. Зареєстрований шлюб створює юридичні основи для виникнення прав та обов'язків у подружжя і засвідчується на різних рівнях — перед церквою, законом (у РАГСі) та перед свідками, які підтверджують цей союз. З моменту реєстрації шлюб набуває офіційного статусу, а інформація про нього стає відомою в суспільстві.

Серед сучасних видів шлюбних відносин особливу увагу привертає "випробувальний шлюб", який належить до категорії незареєстрованих союзів. Такий шлюб може або перерости в офіційно зареєстрований, або завершитися,

не залишаючи юридичних зобов'язань. Популярність випробувального шлюбу зростає, і соціологічні опитування показують, що кожен шостий, хто зараз перебуває в офіційному шлюбі, спочатку мав досвід життя у незареєстрованому союзі.

Згідно з даними Всеукраїнського перепису 2001 року, 7% чоловіків і жінок, які мають подружні стосунки, проживали в незареєстрованому шлюбі. Серед молоді у віці 15-19 років цей показник значно вищий: він становить 25,3% для хлопців і 19,2% для дівчат. Найбільше незареєстрованих шлюбів спостерігається на півдні та сході України, тоді як у західних регіонах вони менш поширені [34]. Незважаючи на те, що в юридичній термінології такі союзи іменують фактичними шлюбами, у соціологічному дискурсі частіше використовується поняття "цивільний шлюб".

Початкове значення терміна "цивільний шлюб" стосувалося союзу, що був визнаний державою, але не проходив церковного вінчання. В СРСР ця концепція набула поширення у 1917 році як альтернатива традиційному релігійному шлюбу. В юридичній практиці поняття цивільного шлюбу зберегло своє початкове значення, стосуючись пар, які офіційно зареєстрували свій союз. Проте в українському законодавстві вільні стосунки між партнерами частіше називаються фактичним шлюбом. У буденному розумінні цивільний шлюб означає добровільне спільне проживання та ведення домашнього господарства чоловіком і жінкою без офіційних юридичних зобов'язань [15].

Багато пар обирають цивільний шлюб, щоб випробувати свої стосунки перед офіційним оформленням. Для деяких людей державна реєстрація шлюбу сприймається як певний тиск з боку держави та обмеження їхньої особистої свободи. Офіційний статус подружжя, однак, забезпечує доступ до таких ресурсів, як медичне обслуговування та можливість легальної імміграції. Держава також надає певні привілеї при народженні або усиновленні дітей, що для декого стає серйозним стимулом до оформлення офіційного шлюбу [8].

За останні п’ятдесят років такі союзи значно поширилися не тільки в країнах Європи, а й в Україні. Згідно з даними перепису 2002 року, близько

10% українських пар обирають цивільний шлюб. Суспільне сприйняття цих стосунків стало більш лояльним, і вони більше не розглядаються як відхилення від норми. Новий Сімейний кодекс України, що набув чинності 1 січня 2004 року, офіційно визнає цивільний шлюб як один із форматів сімейних стосунків, де подружжя набуває спільної власності, а діти, народжені в таких сім'ях, мають рівні права з дітьми, народженими у зареєстрованому шлюбі.

Розширення обмежень щодо розлучень і суворі закони стимулюють зростання кількості цивільних шлюбів. Серед цих союзів можна виділити бездітні стосунки, шлюби людей похилого віку, а також моногамію, яка інколи переходить у серійну моногамію [33].

Історична класифікація шлюбів, що передбачала поділ на моногамні та полігамні, ендогамні та екзогамні, поступово відходить у минуле. Сьогодні при класифікації шлюбних форм переважає розрізнення між традиційними та альтернативними форматами.

«Сучасний шлюб більше не підпорядковується виключно релігійним нормам або соціальному тиску; він радше стає відображенням особистих цінностей та переконань кожного з партнерів». Серед альтернативних типів особливо виділяється гомосексуальний шлюб, який отримав офіційне визнання в багатьох країнах Європи. Також дедалі більше уваги в засобах масової інформації приділяється обговоренню відкритих шлюбів та інших варіантів сімейних відносин.

Різноманіття шлюбних форм у сучасному суспільстві є свідченням прагнення знайти нові підходи, які зробили б сімейне життя більш стабільним і щасливим.

Підсумовуючи зміст першого розділу, робимо наступні висновки:

1. Огляд історичних досліджень сімейних стосунків. Було проведено аналіз історичних матеріалів, пов'язаних зі шлюбними-сімейними відносинами. Виявлено, що на сприйняття шлюбу в різні історичні періоди суттєво впливали соціальні, культурні, релігійні та економічні чинники. Це свідчить про важливість цього інституту в процесі становлення суспільства і формування

структури сімейного життя.

2. Визначення сутності шлюбу і сім’ї. У цьому підрозділі розглянуто головні методи, які застосовуються для з'ясування сутності інституту шлюбу та сім’ї. Серед них — аналіз історичних джерел, соціологічні дослідження, філософські роздуми та правові аспекти. Зазначено, що комплексне використання різних підходів і методів дозволяє отримати цілісне уявлення про цей соціальний інститут.

3. Класифікація шлюбно-сімейних зв’язків в суспільстві. Була зроблена систематизація різноманітних типів шлюбно-сімейних зв’язків, що існують у суспільстві. Встановлено, що існують різні моделі та варіанти шлюбів, серед яких традиційні, одностатеві та міжкультурні союзи. Ця класифікація допомогла глибше зрозуміти різноманіття шлюбнщ-сімейних форм та їхнє значення в сучасному суспільстві.

Зроблені висновки висвітлюють ключові аспекти дослідження шлюбно-сімейних відносин, їх історичний розвиток та сутність, а також різноманіття форм, що існують у сучасному суспільстві. Отримана інформація буде основою для подальших досліджень у цій сфері.

РОЗДІЛ 2
АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

2.1 Дослідження сімейних стосунків під час війни

Сім'я має виняткове значення не лише в житті окремих індивідів, а й у функціонуванні всього суспільства. Вагомість сім'ї підтверджується тим, що понад 70% людей у світі живуть у родинах – як у формальних, так і неформальних. Основною сферою діяльності родини є задоволення різноманітних потреб її членів, і це є суттєвою функцією сім’ї. Здавна саме в родинному середовищі людина знаходить підтримку та допомогу у складних життєвих ситуаціях.

Однак у процесі свого існування сім'я стикається з численними викликами. Серед них – житлові труднощі, конфлікти з оточенням, проблеми зі здоров'ям членів сім'ї, соціальні кризи, а також серйозні соціальні процеси, такі як війна. Усі ці фактори негативно впливають на функціонування сім'ї та створюють складні проблеми, які загрожують її стабільності.

Сім'я є фундаментальною частиною суспільного життя і має важливу роль у відтворенні населення. Вона є одним із найстаріших соціальних інститутів, який, змінюючи свої форми, зберігався протягом усієї історії цивілізацій і культур. Сімейний уклад суспільство виробляло впродовж багатьох епох, а досвід різних культур доводить необхідність берегти й підтримувати інститут сім'ї. Водночас за останні п’ятдесят років інститут сім'ї зазнав найбільшої критики та сумнівів, які вказують на його кризовий стан і прогнозують його можливе згасання [30].

Сучасна сім'я є інститутом, що постійно перебуває під впливом соціально-економічних факторів, через що вона невпинно зазнає змін. Як важлива структура суспільного життя, сім’я відображає всі суттєві зміни, що

відбуваються у соціумі. Найбільш виразні та неоднозначні зміни інститут сім'ї пережив у європейських країнах у другій половині XX та на початку XXI століття.

Особливого значення набуває питання про функціонування сімейного інституту в умовах війни, що відбувається в межах нашої країни. Виконання сім'єю своїх функцій є важливим не тільки для її членів, але й для суспільства загалом. Чимало сімейних обов'язків мають великий вплив на майбутнє країни, адже виховна роль родини сприяє не лише задоволенню особистих потреб у батьківстві, вихованні та самореалізації через дітей, а й забезпечує соціалізацію нового покоління громадян [33].

Господарсько-економічна функція сім'ї полягає у забезпеченні матеріальних потреб її членів — це включає харчування, житло та інші базові умови, які сприяють підтриманню здоров'я і відновленню сил, витрачених на роботу. Емоційна функція відповідає за задоволення потреб у визнанні, повазі, емоційній підтримці та психологічному захисті. Завдяки цій функції забезпечується емоційна стабільність громадян, що сприяє збереженню їхнього психічного здоров'я.

Функція духовного або культурного спілкування сприяє не лише духовному розвитку самої родини, але й позитивно впливає на суспільство загалом. Функція первинного соціального контролю допомагає членам сім'ї дотримуватися соціальних норм, особливо тим, хто через вік чи здоров'я потребує додаткового керування поведінкою відповідно до соціальних стандартів.

Сексуальна функція в сім'ї не лише задовольняє інтимні потреби подружжя, але й підтримує процес біологічного відтворення суспільства. Регенеративна функція пов'язана з передачею спадковості — прізвища, родинних традицій і майна, включаючи особливі родинні цінності: реліквії, фотографії, пам'ятні знаки, прикраси та інші особисті речі предків.

З плином часу функції сім'ї зазнають певних змін: деякі поступово втрачаються, а інші трансформуються відповідно до сучасних соціальних вимог. В останні роки науковці помітили появу нової функції сім'ї – психотерапевтичної, яка полягає в наданні емоційної підтримки членам родини, сприянні не лише особистісному розвитку й реалізації, а й подоланню різноманітних життєвих труднощів. Зріс рівень толерантності до відхилень від традиційних норм поведінки у шлюбно-сімейних стосунках, таких як народження дітей поза шлюбом чи подружні зради [4].

На сьогодні найбільше значення мають функції, пов’язані з емоційною підтримкою, духовним спілкуванням, сексуальними відносинами та вихованням. Сучасний шлюб усе більше об’єднує людей на основі емоційних зв’язків, а не лише матеріальних чи господарських інтересів.

Події останнього часу, зокрема військові дії, випробовують інститут сім'ї в Україні на міцність. Через вимушену міграцію жінок і дітей у безпечні регіони, багато сімей опинилися у розлуці; деякі ж родини залишаються на окупованих територіях. Чоловіки захищають країну і свої родини, що створює феномен дистанційної сім'ї, коли члени родини довго знаходяться на відстані один від одного. Раніше українські дослідники, такі як І. Трубавіна, Я. Гошовський, О. Пелішевич, вивчали це явище у контексті «заробітчанських» сімей, але зараз дистанційність сім’ї набуває нового, особливого виміру [27].

Для багатьох жінок ця ситуація означає самостійне виконання частини сімейних обов’язків. У часи кризи родинні стосунки набувають особливої цінності, і відбувається переоцінка життєвих пріоритетів: те, що раніше вважалося важливим, як-от фінансові інвестиції чи матеріальний добробут, поступається теплоті людських стосунків, любові та спілкуванню.

У цей період з'являється страх втратити час і можливості, що може стати значним джерелом психологічного стресу. Кожна криза, включаючи війну, демонструє справжні взаємини між подружжям. Стрес у воєнний час відрізняється від звичного розуміння більшістю людей, адже в мирний період ми часто не зважали на такі порушення базових потреб, як нестача води, їжі,

тепла, вимушені переїзди та розлука. Жінки змушені проявляти силу, брати відповідальність за себе і дітей у чужих країнах та забезпечувати їхнє проживання. Психологи також помічають у жінок феномен «шоку за іншого». Солдати виконують завдання, захищають країну зі зброєю в руках, у їхньому випадку час проходить динамічно, без роздумів. Для їхніх дружин відчуття загрози за коханого залишається постійним: цей стан тривоги супроводжує їх під час повсякденних справ — приготування їжі, прогулянок з дітьми, роботи, побутових обов'язків [5].

Війна може як зруйнувати почуття, так і розпалити їх із новою силою. Статистика показує, що за перші шість місяців 2022 року було зареєстровано 103 903 шлюби, тоді як за аналогічний період минулого року — 85 960. Розлучень у 2022 році було зафіксовано 7 632, тоді як за такий же період 2021 року — 13 153. Рішення щодо шлюбу, прийняті на емоціях, можуть втратити значимість через кілька місяців. І ніхто не може передбачити, чи збережеться те щастя, яке єднало людей до війни [21].

Таким чином, деяким людям бракує підтримки, доброго слова, поради чи турботи, адже сім’я – це найближчі люди, ті, хто здатен допомогти витримати найважчі випробування. Інші ж стикаються з негативними змінами у відносинах: з'являються політичні та ідеологічні розбіжності серед рідних (наприклад, якщо є родичі в країні-агресорі), змінюються цінності, потреби та інтереси. Подружжя поступово звикає жити окремо, емоційних ресурсів для підтримки почуттів не вистачає – на перший план виходить необхідність виживання та побут. Емоції стають приглушеними, у відносинах накопичуються втома та виснаження [22]..

Слід зазначити, що війна впливає на кожного члена сім’ї. Не всі здатні витримати цей психологічний тиск без шкоди для свого емоційного стану, що може призвести до порушень різного ступеня тяжкості і погіршення якості життя.

Вплив складних обставин на сімейні зв’язки можна розділити за напрямками, на які в першу чергу впливають труднощі: це порушення виховних функцій у сім'ї, ускладнення подружніх стосунків, напружені взаємини з іншими родичами (наприклад, батьками чи іншими близькими). Аналізуючи ці порушення, важливо також зважати на те, як вони позначаються на кожному з членів сім’ї. Зазвичай порушення життєдіяльності родини призводить до незадоволення базових потреб людини, що, у свою чергу, стримує розвиток особистості, сприяє виникненню внутрішньої напруги, незадоволеності та тривожності.

З точки зору психопатології, одним із ключових наслідків життєвих порушень є їхній негативний вплив на психологічне здоров'я особистості, що проявляється як психотравмуюча дія. Сім’я, стикаючись із труднощами, може виявляти різні рівні опору цим випробуванням, намагаючись мінімізувати негативні наслідки. Водночас існує значна різниця у тому, як саме різні сім'ї реагують на труднощі. У деяких випадках такі випробування можуть зміцнювати родину, спонукаючи до єдності, а в інших – навпаки, стають причиною розбіжностей, послаблюючи її. Особливості реагування на стрес часто проявляються у «нормативних» ситуаціях, коли сім’я зустрічається з типовими життєвими труднощами певного етапу життя. Однак, у випадку патогенних умов, створюється особлива ситуація, де сукупність факторів може викликати безпосередні психотравмуючі переживання [27].

Створюється унікальний психологічний клімат, який у деяких випадках сприяє виникненню психотравм, особливо коли сім’я стикається з кризовими ситуаціями.

Аналізуючи наукові дослідження щодо ролі сім’ї у формуванні та розвитку нервово-психічних станів, можна зробити висновок, що серед численних психотравмуючих переживань, обумовлених сімейним життям, особливо виділяються чотири типи станів: глобальна сімейна незадоволеність, «сімейна тривога», надмірна нервово-психічна та фізична напруга, а також відчуття провини. Ці стани особливо часто проявляються в родинах учасників

бойових дій, зокрема тих, хто брав участь у антитерористичних операціях на сході країни [8].

Сучасна сім’я часто стикається з проблемою невідповідності ідеалізованих уявлень про сімейне життя та реальних сімейних взаємин. Поширення практики «швидких шлюбів» посилює цей дисбаланс. Виникнення фрустрації внаслідок нереалізованих очікувань є одним із найпоширеніших психологічних наслідків такої ситуації.

Коли незадоволеність стає усвідомленою, подружжя зазвичай відкрито визнає, що їхні стосунки більше не приносять задоволення. Це часто супроводжується конфліктами, і в такому випадку виникає агресія, спрямована на партнера, який, як вважається, є джерелом цієї незадоволеності. Інший варіант прояву — це повільне зростання фрустрації, коли чоловік і дружина поступово стають «нервовими», приховуючи справжні проблеми під вигаданими причинами. Найчастіше така форма прихованої незадоволеності виливається в емоційні спалахи, які можуть призводити до руйнування шлюбу. Це особливо актуально для жінок, що перебувають за кордоном і стикаються з можливістю побудови нового життя.

Підгрунтям «сімейної тривоги» часто є неповне усвідомлення власної невпевненості в значущому для людини аспекті сімейного життя. Це може виражатися в невпевненості щодо почуттів з боку партнера або сумнівах у собі. До важливих компонентів такого стану також належать почуття безпорадності та неможливість вплинути на розвиток подій у родині, що посилює відчуття відсутності контролю над ситуацією. Саме така форма тривоги часто є джерелом гострих емоційних реакцій, а інколи — навіть реактивних психічних станів, зокрема реактивної депресії [41].

Серед ключових психотравмуючих переживань виділяється надмірна нервово-психічна напруга. Сім'я може сприяти її виникненню в декілька способів [19]:

– створюючи для члена родини постійну атмосферу психологічного тиску або безвихідності. Наприклад, це може бути ситуація, коли дружина не може

впоратися з чоловіком, що зловживає алкоголем або наркотиками і витрачає кошти, надаючи їй відчуття безсилля;

– заважаючи членам сім'ї вільно виражати свої важливі почуття або задовольняти потреби, особливо якщо ці почуття не відповідають їх сімейній ролі. Наприклад, чоловік, що змушений приховувати негативне ставлення до дітей дружини, або випадки сексуальної дисгармонії, а також незадоволені потреби у взаємопідтримці та емоційній близькості;

– провокуючи чи підтримуючи внутрішній конфлікт, коли на особу покладаються суперечливі вимоги або відповідальність за їх вирішення, що породжує додатковий стрес і напругу.

Відчуття провини перед рідними або перед родиною в цілому часом може досягати значної інтенсивності через особливості взаємин у сім'ї. Підкріплене певними особистісними рисами, це відчуття здатне стати джерелом психоемоційної травми. Людина може сприймати себе як тягар для близьких, вважати себе причиною сімейних проблем і схильна трактувати поведінку рідних як критику чи звинувачення, навіть якщо це не відповідає дійсності.

Аналіз сімейних проявів провини є важливим з таких причин:

– геронтологічний аспект: у ньому відображені особливості психологічного статусу літніх людей у сім'ї;

– сексологічний аспект: сексуальні проблеми можуть як спричиняти, так і бути наслідком виникнення почуття провини, яке пов'язане із сімейними відносинами;

– клінічні випадки суїцидів, де провина і почуття непотрібності можуть бути основними мотивами;

– декомпенсація підлітків, де характерологічні особливості посилюють прояви провини.

Таким чином, психотравмуючі переживання, викликані сімейними взаємодіями, можуть трансформувати порушення в родинному житті в нервово-психічний або фізичний стан, який впливає на особистість.

2.2 Характеристика дисфункцій в сімейних стосунках

Перед тим як перейти до визначення сімейної дисфункції, варто з'ясувати, що розуміється під поняттям функціональної сім'ї. Нормально функціонуюча сім'я — це така, що відповідально і з розумінням виконує свої обов’язки, що дозволяє задовольняти потреби в розвитку як сім’ї загалом, так і кожного з її членів окремо.

Функціональною сім’єю можна назвати таку, що забезпечує мінімальний рівень добробуту, соціального захисту та можливостей для особистісного розвитку своїх членів. Така сім’я створює умови для соціалізації дітей до моменту, коли вони досягають психологічної або фізичної зрілості. Це сім’я, яка здатна долати труднощі, адаптуватися до змін за рахунок власних ресурсів і з найменшими втратами справлятися з кризовими ситуаціями сімейного життя. Розглядаючи сім’ю як систему відносин, виділяють три головні аспекти: відношення «домінування – підкорення», відповідальність та емоційну близькість. При цьому психологічна близькість зазвичай зменшується зі зростанням рівня домінування одного члена над іншим. На думку дослідника, найбільш стійкою є така сім’я, де особа, що несе відповідальність, також володіє владою, і до неї ж психологічно ближчі інші члени родини, ніж один до одного.

Зріла сім’я характеризується щирими та відкритими комунікаціями, взаємною любов’ю, реалістичною самооцінкою, позитивним ставленням, відкритістю до нових соціальних зв’язків та зовнішніх впливів. Така родина вміє ефективно й злагоджено вирішувати складні ситуації [3].

Інтегральні показники функціональності сім'ї включають здатність вирішувати сімейні проблеми та справлятися зі стресовими обставинами. Деякі науковці відзначають, що оцінка сімейної функціональності ґрунтується не на відсутності конфліктів чи труднощів, а на здатності сім’ї об’єднуватися перед викликами, ефективно реагувати на проблеми та перебудовувати свій спосіб життя, коли це необхідно.

Оцінюючи критерії сімейного благополуччя, зазвичай беруть до уваги такі аспекти, як сталість почуттів між подружжям (взаємна любов, симпатія, повага); глибоке розуміння та єдність у емоційній та духовній сферах; суб'єктивне відчуття щастя; сумісність подружжя в характерах, смаках, інтересах та ціннісних установках; узгодженість у виконанні подружніх і сімейних ролей; фізичне та психічне здоров'я обох партнерів; задоволення інтимними відносинами; відсутність постійних конфліктів та сварок у сім'ї; здоров'я та психічне благополуччя дітей; тривалість і стійкість шлюбу, збереження взаємин навіть у складних ситуаціях; певний рівень матеріальної забезпеченості. Отже, частина критеріїв зосереджена на подружніх взаєминах, інші – на якості взаємодії, а також є об'єктивні показники виконання соціальних функцій сім'ї та суб'єктивні оцінки життєвого комфорту [4].

Системний підхід до оцінки сімейної функціональності включає такі риси, як оптимальні рівні гнучкості та єдності, належно встановлені внутрішні та зовнішні межі, зрозумілу ієрархію, а також відсутність коаліцій чи альянсів між поколіннями.

Отже, функціональна сім’я — це складне й багатогранне явище, яке включає не лише структурні та функціональні особливості, а й смислові аспекти взаємодії. Це багатовимірний феномен, основні риси якого виражаються через такі показники, як особистісний розвиток кожного члена сім’ї, спосіб подолання труднощів, з якими стикається сім’я, а також специфічні характеристики системи сім’ї, як-от її гнучкість, згуртованість, відкриті комунікації [27].

Сімейна дисфункція розглядається як складна структура, що охоплює чинники, які спричиняють порушення (труднощі, з якими зіткнулася родина), їхні негативні наслідки для сім’ї та її реакцію (зокрема, як члени родини усвідомлюють ці порушення). Фактори, що впливають на сімейні деформації, можуть бути досить різноманітними: умови життя сім’ї, соціальні фактори та особистісні зміни одного з подружжя, які можуть ускладнювати взаємодію в родині.

М. Боуен виділив основні риси, що визначають дисфункціональність у сімейній системі: низька автономія членів сім'ї, відсутність диференціації між особистими "я" і "вони", закритість меж, ригідні правила і норми, недостатня емоційна підтримка та обмежена метакомунікація.

Дехто з психологів визначає дисфункціональну сім'ю як таку, що характеризується закритістю, нечіткими або розмитими межами між членами родини, жорсткими правилами і ролями, браком інтимності, наявністю прихованих проблем, конфліктами, гіпертрофованим контролем, полярними почуттями і судженнями, уникненням реальних проблем та створенням ілюзій.

Ми вважаємо, що сімейна дисфункція може бути природним етапом життєвого циклу родини. Подібно до того, як вікові кризи є частиною розвитку особистості, сімейна дисфункція може супроводжувати перехід на новий етап або рівень функціонування. Вона часто стає стимулом для розвитку. Однак тривала дисфункція в сім'ї вказує на серйозні системні порушення, що перешкоджають розвитку родини та особистому зростанню її членів [4].

Сім'я, яка стикається з труднощами, зазвичай прагне протидіяти їм, намагаючись уникнути негативних наслідків. Згідно з дослідженнями, помітні чіткі відмінності в тому, як різні сім'ї реагують на труднощі. В одних випадках випробування сприяють мобілізації й згуртованості родини, тоді як в інших – навпаки, призводять до ослаблення сімейних зв'язків і посилення конфліктів. Це частіше стосується саме молодих сімей. Така різниця в реакціях найбільш помітна при так званому «нормативному стресі», коли сім'я стикається зі звичними для певного етапу життя проблемами.

Виділяються певні риси, які допомагають сім'ї легше адаптуватися до несприятливих обставин. Серед них – гнучкість у взаємостосунках, помірна визначеність у формуванні ролей, відкритість до зовнішнього середовища, тобто відсутність схильності відкидати або ігнорувати інформацію про світ навколо.

В науковій думці існує концепція латентних порушень, які не мають значного негативного впливу на життя сім'ї за звичних умов, але можуть

призвести до серйозних наслідків у складних обставинах. Наприклад, такі проблеми, як незначні труднощі у взаєморозумінні, помірна конфліктність або знижена здатність членів сім'ї адаптувати свої вимоги одне до одного, можуть не бути істотними в стабільних умовах, але в стресових ситуаціях вони здатні порушити функціонування сім'ї. На думку авторів, розуміння латентних порушень дозволяє краще усвідомити фактори, що впливають на порушення сімейної гармонії.

2.3 Мотиви та причини розлучень. Психологічні аспекти розлучень під час війни

Сім’я є складним соціальним утворенням, що об’єднує риси інституту, організації, соціальної структури й малої соціальної групи. Основна функція сім’ї – бути зв'язною ланкою між суспільством і людиною, згладжуючи конфлікти між особистістю та державою шляхом задоволення потреб сім’ї як незалежного соціального утворення.

У розвинених країнах шлюб зазнав значних трансформацій: він поступово втрачає свої традиційні функції та визначальний вплив у відносинах між подружжям. Сучасні шлюбні стосунки все частіше виявляються нестійкими. Зміни в інституті сім'ї також супроводжуються збільшенням кількості розлучень, що свідчить про підвищення актуальності цієї проблеми в сучасному світі [40].

Сучасні дослідники, серед яких соціологи та соціальні психологи, мають різноманітні підходи до теми розлучень:

- деякі вважають, що розлучення – це ознака кризи шлюбу як інституту, що може свідчити про його зникнення;

- інші розглядають розлучення як природний процес у сімейному житті, що відображає зростання свободи особистості та рівноправність між статями;

- також існує думка, що розлучень можна уникнути, якщо знайти відповідні теоретичні та практичні підходи до вирішення цієї проблеми.

До основних причин розлучень відносять чинники, обумовлені соціально-економічними умовами, соціально-психологічними особливостями та соціально-біологічними аспектами.

Класики зарубіжної психології також досліджували проблеми шлюбу та сімейного життя. Наприклад, швейцарський психолог К. Юнг вважав шлюб складним комплексом, що поєднує суб'єктивні й об'єктивні фактори, часто різного характеру [5].

Деякі психологи вбачають серед головних причин розлучень такі процеси, як урбанізація, міграція, індустріалізація, а також емансипація жінок. Ці фактори послаблюють соціальний контроль, сприяють анонімності у взаєминах і зменшують почуття відповідальності та взаємної прихильності між людьми. Однак кожне розлучення має свої унікальні причини та мотиви, що виходять за рамки загальних соціальних умов.

Розлучення є однією з найбільш гострих проблем сучасності, що значною мірою спричиняє демографічний спад у країні. Більшість науковців, які досліджують аспекти функціонування сім'ї та шлюбних відносин, вважають, що серед ключових чинників, які негативно впливають на збереження сім'ї, є економічні умови в державі, послаблення соціальних і культурних норм, а також зростання культури споживання в суспільстві.

Українські психологи виділяють серед основних причин розлучень суттєві зміни у шлюбно-сімейних взаєминах, високий рівень зайнятості жінок у суспільному виробництві, підвищення освітнього рівня жінок та наявність конфлікту між материнськими й професійними обов'язками [8].

Перевага молодих жінок у зайнятості не завжди пов'язана з їх задоволеністю сімейним життям. Найтиповішою стратегією поведінки в конфліктних ситуаціях для одружених і розлучених жінок є уникнення. Іншими реакціями є співпраця, компроміс (які значно рідше проявляються у розлучених), а також пристосування і суперництво.

Дослідження мотивів розлучень на основі аналізу шлюбно-розлучних процесів привели до створення численних класифікацій цих мотивів у працях

різних науковців. Зазвичай під мотивами розуміють специфічні умови й обставини, що призвели до розриву стосунків.

Кількість і значущість мотивів розлучення можуть сильно відрізнятися. Виділяють такі основні мотиви:

1) несумісність характерів;

2) зрада;

3) напружені стосунки з батьками, надмірне втручання родичів;

4) алкоголізм або зловживання алкоголем;

5) укладення шлюбу без глибоких почуттів або поспішне рішення про шлюб;

6) засудження одного з подружжя до тривалого позбавлення волі.

Під цими причинами часто приховані більш глибокі проблеми між партнерами. Документи шлюбно-розлучних процесів найбільш точні в частині, що стосується таких фактів, як алкоголізм, зради, нові сімейні зв'язки, роздільне проживання з об'єктивних причин, зокрема «дистанційні» сім'ї [7].

Особисті причини розірвання шлюбу дуже різноманітні, і по зазначених мотивах не завжди можна судити про справжні підстави для розлучення. Іноді основний мотив може бути замаскований іншим. Наприклад, чоловік може відчувати дискомфорт через владність дружини, її контроль, надмірну опіку або принизливі коментарі, однак у суді він може вказати на її недоліки як господині або звинуватити в неефективному витрачанні грошей. Інколи подружжя має розбіжності в інтимній сфері, але, через сором'язливість, під час розлучення вказує будь-яку іншу причину, наприклад, "не зійшлися характерами".

Часто розлучення пояснюють такими причинами, як відсутність спільних цінностей та інтересів (включаючи релігійні відмінності), несумісність характерів, подружня невірність, згасання або втрата почуттів, закоханість у когось іншого, недбалість у виконанні подружніх обов'язків, напружені стосунки з родичами (зокрема, втручання батьків або близьких), залежність від алкоголю, невідповідні житлові умови та сексуальна незадоволеність.

Частіше за все розлучення відбуваються у парах, які прожили в шлюбі до чотирьох років, або перебувають разом 4–5 чи 10–14 років. Найвразливішим періодом з точки зору стабільності стосунків є перші чотири роки. У цей час партнери адаптуються до нових ролей чоловіка й дружини, розподіляють обов’язки, а також стикаються з труднощами спільного побуту. Взаємини стають напруженими після народження дітей, а також при появі фінансових і житлових проблем [21].

Також ризикованим для стабільності шлюбу є період між 5 і 9 роками подружнього життя. У цей час, через обов'язки, пов’язані з вихованням дітей, зростає психологічне й фізичне навантаження, обмежується можливість для відпочинку та дозвілля, а також виникають фінансові труднощі. У цей період часто виникають суперечки з приводу лідерства в родині та розподілу домашніх справ. На перші дев’ять років спільного життя припадає більшість усіх розірваних шлюбів.

«Середні шлюби» тривалістю 10–19 років зазвичай характеризуються певною стабільністю. Однак при несприятливому розвитку відносин між партнерами конфлікти й непорозуміння можуть призвести до почуття відчуження або навіть ворожнечі. Розлучення в цей період трапляються на багато рідше.

Для шлюбів тривалістю понад двадцять років типовим є те, що діти вже виросли і почали самостійне життя, а отже, турбота про них відходить на задній план. На цьому етапі можуть проявлятися такі негативні моменти, як накопичена втома один від одного, бажання проводити вільний час окремо, певний дисбаланс у сексуальних потребах, емоційне відчуження. Основні причини розлучень у цей період – це залежність від алкоголю або підозри у невірності [20].

Багато розлучень виникає через проблеми, що накопичуються протягом спільного життя. Наявність дітей безпосередньо впливає на міцність шлюбу: у родинах з трьома і більше дітьми відсоток розлучень значно менший, хоча це може бути пов’язано з різними факторами. Під час розлучення зазвичай

виокремлюють три основні категорії причин:

1. Побутові труднощі: проблеми з житлом, невміння або небажання одного з партнерів брати участь у веденні господарства, матеріальні труднощі, змушене окреме проживання.

2. Особистісні конфлікти: втрата любові та близькості, різні життєві погляди, ревнощі, відсутність довіри.

3. Зовнішні фактори: зрада одного з подружжя, втручання сторонніх осіб.

Основні фактори, які призводять до збільшення кількості розлучень, в тому числі під час війни, можна звести до наступних [6]:

- зміна економічних функцій сім'ї, коли жінка може заробляти більше, що підвищує її незалежність, втрата роботи одного з подружжя, зниження доходів і фінансові труднощі, спричинені війною;

- досягнення рівноправності між партнерами (наприклад, унаслідок феміністичних змін) та зміна ролей і відповідальності (якщо один з партнерів перебуває на фронті або залишився на окупованій території, інший змушений взяти на себе всі побутові та виховні обов'язки, що викликає виснаження та напругу у стосунках);

- зменшення негативних стереотипів щодо розлучених;

- зникнення класових, релігійних та національних упереджень;

- зміна ритму та стилю життя в урбанізованому середовищі;

- зміни у життєвому циклі;

- зростання тривалості життя;

- почуття невизначеності та страху (війна породжує почуття тривоги та невпевненості щодо майбутнього);

- емоційна дистанція (коли партнери тривалий час розлучені, виникає ризик зради або втрати емоційного зв'язку);

- посилення міграційних процесів (особливо під час війни);

- слабкий вплив батьків на вибір партнера, що призводить до великої кількості ранніх і поспішних шлюбів.

До розлучення можуть привести не лише проблеми у стосунках чи кризові періоди, а й інші, менш очевидні фактори, що лише опосередковано впливають на сімейний стан.

Виокремлюють чинники, що підвищують ризик розлучення і можуть спричинити розпад сім'ї [8]:

– розлучення батьків одного з партнерів або складні стосунки в їхній родині;

– проживання з батьками одного з подружжя на їхній території;

– вступ до шлюбу в занадто ранньому або надто зрілому віці;

– розчарування у партнері після ідеалізації на початку відносин;

– підвищена конфліктність одного або обох партнерів;

– різниця в освітньому або соціальному статусі;

– професійна зайнятість дружини, особливо в сім'ях з обома кар'єроорієнтованими партнерами;

– вимушене роздільне проживання (часті відрядження, вимушене переселення під час військових дій, "дистантний" формат сім'ї);

– зради або відсутність сексуальної гармонії;

– нестача довіри між партнерами;

– безпліддя одного з подружжя;

– вагітність до шлюбу ("шлюби за обставинами");

– народження дитини у перші два роки після укладення шлюбу;

– зловживання алкоголем або наркотиками.

Розлучення має різний вплив на людей. Дехто переживає глибоку кризу, а інші – відчувають полегшення і звільнення. Розрив особливо впливає на емоційний стан подружжя, їхніх дітей та родичів. У психології навіть існує термін "травма розлучення", що описує стани емоційної нестабільності, зниження самооцінки, розлади сну і депресивні настрої. Жінки, як правило, переносять ці симптоми більш помітно, але й швидше відновлюються і приймають новий статус, легше звикаючи до самотності. З віком людей, які розлучаються, а також зі збільшенням тривалості шлюбу тяжкість такої травми

посилюється. Молоді люди легше адаптуються до нових умов, швидше знаходять емоційну рівновагу та мають більше шансів побудувати нові стосунки [6].

Повномасштабна війна, яку Росія розпочала проти України, має руйнівний вплив не лише на українські міста, але й на українські родини, подружжя, що є важливими частинами суспільства. Навряд чи знайдеться українська сім'я, яка б не відчула на собі наслідки цієї війни. Оскільки конфлікт триває і число психічних травм та розлучень зростає, ця проблема стає все більш актуальною.

Війна – це подія, до якої неможливо повністю підготуватися або передбачити всі труднощі. Рутинне життя українських родин змінюється, проходячи серйозні трансформації. На фронт вирушають не лише військовослужбовці, а й цивільні чоловіки, які до цього моменту ніколи не тримали зброю в руках. Залишаючи своїх дружин і дітей, вони вимушено змушені змінити своє життя, що викликає виникнення нових психологічних труднощів, у тому числі втрату подружньої близькості, яка з часом може стати причиною розлучення. У таких умовах «ресурсний потенціал сім’ї помітно знижується, що впливає на здатність родини виконувати свої основні функції» [3, 44].

Чоловік на фронті очікує підтримки та співчуття від дружини, яка в свою чергу зазнає постійного стресу і тривоги за його життя. Крім того, вона змушена самостійно виконувати всі домашні обов’язки, що може призводити до емоційного виснаження. Через це дружині часто бракує сил і ресурсів для тієї моральної підтримки, на яку розраховує чоловік [40].

Чоловік, що перебуває в зоні бойових дій, часто обмежений у можливості ділитися інформацією про своє місце перебування та реальну ситуацію на фронті. Спілкування між подружжям дуже сильно обмежується. До того ж, під час бойових дій немає часу на глибоке вираження емоцій, людина намагається тримати свої переживання в собі.

Варто зауважити, що періодичні повернення чоловіка з фронту додому не завжди сприяють зміцненню подружніх стосунків, як це може здатися на перший погляд. Фахівці з психології акцентують увагу на тому, що кожне чергове відрядження на передову стає додатковим стресом для всієї родини. Крім того, ступінь відчуженості між подружжям значною мірою визначається якістю їхніх стосунків ще до війни. Якщо до бойових дій між партнерами існували поверхневі відносини, то, швидше за все, такі стосунки розірвуться вже на початку конфлікту. За словами психологів, у випадку гармонійних відносин сім'я може стати надійною опорою для військовослужбовця, навіть в умовах екстремальних ситуацій [3, 50].

Загроза погіршення взаємин, віддалення та навіть розриву існує і після остаточного повернення чоловіка додому, наприклад, у разі поранення чи травмування. Багато ветеранів, повернувшись з фронту, можуть відчувати симптоми посттравматичного стресового розладу, що суттєво впливає на їхню поведінку. Колишні комунікабельні чоловіки можуть стати мовчазними, уникати спілкування, замикатися в собі або проявляти інші ознаки психологічних проблем, які потребують фахової терапії, а іноді й медичного лікування.

Жінка, яка за час відсутності чоловіка навчилася самостійно керувати домашніми справами, може не бути готовою прийняти його повернення та відновлення його ролі голови родини. Крім того, їй важко зрозуміти внутрішній стан чоловіка, і вона не завжди знає, як правильно підтримати його емоційно. Через нерозуміння змін у його характері та поведінці жінка може не знати, як реагувати на такі нові аспекти та як надати необхідну підтримку. Усе це часто веде до рішення про розрив стосунків, який сприймається обома партнерами як можливість уникнути тих труднощів, що стали для них нездоланними [5].

Хочемо відзначити, що війна завдає шкоди не тільки інфраструктурі країни, але й руйнує життя людей. Українська родина під час війни проходить через значні зміни і випробування. Яким буде майбутнє тієї чи іншої сім'ї після завершення бойових дій, здебільшого залежить від того, які стосунки мали

подружжя до початку війни. Своєчасна та професійна психологічна підтримка, як для військових, так і для їхніх дружин, а також сімейна терапія можуть допомогти зберегти близькість між партнерами та значно зменшити кількість розлучень.

РОЗДІЛ 3
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЧИННИКІВ СТІЙКОСТІ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ

3.1 Підходи по дослідженню впливу війни на сімейні стосунки

Соціально-психологічний підхід зосереджений на детальному аналізі змін у поведінці, психологічному стані та настроях членів сім’ї, які опинилися у складних умовах воєнного часу. Особливий акцент робиться на вивченні страхів, стресових реакцій та підвищеної тривожності, які виникають через непередбачуваність ситуації та загрозу життю. В рамках цього підходу увага приділяється не лише тому, як окремі члени сім'ї реагують на стресові фактори, але й на те, як відбувається їхня взаємодія у кризових моментах.

Наприклад, під час досліджень, спрямованих на вимушених переселенців, фіксуються глибокі зміни в структурі соціальної підтримки всередині родини, втрата почуття безпеки та зміни в комунікативних моделях. У багатьох випадках порушується природний хід виконання сімейних ролей: члени сім’ї стикаються з необхідністю адаптуватися до умов, коли один або обидва партнери можуть бути фізично відсутніми, перебуваючи на службі, або ж психологічно нестабільними через стрес. Соціально-психологічний підхід допомагає зрозуміти, як саме ці фактори впливають на здатність членів родини підтримувати один одного, намагатися відновити психологічний баланс у відносинах та справлятися з тиском зовнішніх обставин [20].

Психотерапевтичний підхід фокусується на значущості надання психологічної допомоги сім’ям, які стикаються із травматичними подіями та надзвичайними обставинами воєнного часу. Цей підхід передбачає залучення як індивідуальних, так і групових терапій, які сприяють емоційному розвантаженню, обговоренню особистих страхів, переживань, втрат та труднощів, з якими стикаються члени сім’ї. У процесі психотерапії

акцентується увага на обробці травматичного досвіду, адже війна залишає емоційні сліди, що можуть значно впливати на стосунки навіть після закінчення кризового періоду.

Серед основних методів використовуються когнітивно-поведінкові, арт-терапевтичні та тілесноорієнтовані підходи, які допомагають сім'ям адаптуватися до нових умов. Важливою складовою є також терапія пар, під час якої партнери вчаться краще розуміти емоційний стан один одного, знаходити спільні способи для подолання проблем, що виникають. Психотерапевтичний підхід є одним із найбільш ефективних, оскільки допомагає покращити комунікацію між членами сім'ї, знижує рівень тривожності та сприяє збереженню психологічної стійкості у стосунках [31].

Системний підхід дозволяє розглядати сім’ю як складну соціально-психологічну систему, у якій кожен її учасник впливає на інших членів сім'ї, а всі разом — на загальну динаміку взаємовідносин. Цей підхід дає змогу дослідити, як впливають стресові фактори, зокрема війна, на функціонування сім’ї як єдиного цілого. Важливим аспектом є аналіз ролей і обов'язків, які можуть значно змінюватися в умовах кризи та стресу. Наприклад, у випадках, коли один із членів сім’ї йде на військову службу або перебуває в зоні бойових дій, це змінює всю структуру сімейних стосунків, вимагаючи перерозподілу обов'язків та адаптації до нової реальності.

Системний підхід дозволяє зрозуміти складні механізми адаптації, коли сім'ї змушені пристосовуватися до нових умов. Особливо важливим є розуміння того, як інші члени сім'ї можуть забезпечувати необхідну підтримку, зокрема в ситуаціях, коли вони самі зазнають сильного стресу. Перевага системного підходу в тому, що він не розглядає окремих членів сім'ї ізольовано, а аналізує взаємозалежність їхніх поведінкових реакцій та емоційного стану.

Гендерний підхід досліджує вплив війни на сімейні стосунки з урахуванням соціально-культурних відмінностей між ролями чоловіків та жінок у сім’ї та суспільстві. Війна часто призводить до того, що чоловіки та жінки змушені брати на себе ролі та обов’язки, які раніше були для них

нетиповими, що може викликати додаткові труднощі у комунікації та розумінні. Наприклад, чоловіки, які відчувають необхідність захищати свої родини або йти на військову службу, можуть стикатися з підвищеним стресом, тоді як жінки, які залишаються вдома, беруть на себе додаткову відповідальність за підтримку побуту та виховання дітей у кризових умовах .

Гендерний підхід дозволяє виявити, як ці зміни у розподілі ролей впливають на рівень стресу, ймовірність емоційного вигорання та стабільність сімейних стосунків. Він також дає можливість зрозуміти, яким чином стресові умови війни можуть посилювати гендерні стереотипи, або, навпаки, сприяти їх руйнуванню та створенню нових моделей поведінки у стосунках [35].

Різноманітні підходи до дослідження впливу війни на сімейні стосунки, такі як соціально-психологічний, психотерапевтичний, системний та гендерний, дають можливість отримати глибше розуміння того, як військові події змінюють динаміку сімейних відносин. Вони забезпечують різні ракурси для аналізу, які дозволяють не тільки краще зрозуміти труднощі, з якими стикаються сім’ї в умовах війни, але й виявити ті чинники, які сприяють збереженню міцності та стійкості стосунків. Інтеграція цих підходів може стати основою для розробки ефективних програм психологічної підтримки та терапевтичної допомоги, спрямованих на подолання наслідків війни та підтримку сімейних цінностей у найскладніших життєвих обставинах.

3.2 Організація та методи емпіричного дослідження

3.2.1 Опис вибірки

Дане дослідження проводилось на вибірці із 54 осіб, що дозволяє отримати якісні й достовірні дані щодо впливу війни на стосунки в українських сім’ях. Обсяг вибірки дозволяє глибше проаналізувати досвід конкретних категорій населення, які мають різні умови життя та ступінь впливу військових дій. Зокрема, вивчалися як безпосередні зміни у відносинах, так і більш приховані процеси, пов’язані з реакціями на стресові ситуації, вимушене

переселення та фінансові труднощі.

Вибірка охоплює учасників з різних регіонів країни, серед яких ті, що зазнали як прямих, так і непрямих наслідків війни. У дослідженні брали участь сім'ї, які проживають у прифронтових зонах, де відчувається безпосередня загроза та небезпека. Окрім того, у вибірці представлені сім'ї переселенців, які були змушені залишити свої домівки внаслідок активних бойових дій. Це також сім’ї, що змогли знайти прихисток у мирніших областях, але все ще відчувають на собі соціальні та економічні труднощі. Третя група представлена сім'ями, що проживають у відносно безпечних районах і не зазнали прямих бойових дій, але відчули економічний чи соціальний тиск, спричинений війною.

Для максимального охоплення сімейних особливостей вибірка включала респондентів різних вікових категорій — від 18 до 60 років. Такий віковий діапазон є репрезентативним, оскільки охоплює людей зрілого віку, які можуть мати як різні сімейні ролі, так і досвід, пов’язаний із відносинами під час воєнного стану. Це дозволяє розглянути поведінку молодих подружніх пар, сімей середнього віку, а також тих, хто має багаторічний досвід сімейного життя.

Щодо сімейного статусу, до вибірки входять як офіційно одружені пари, так і цивільні партнери, що представляють різні форми взаємин. Це дає можливість виявити, як офіційно оформлені та неформальні стосунки реагують на кризові події, та які стратегії підтримки ефективніші в кожному конкретному випадку. Також важливо відзначити, що вибірка включає самотніх батьків, які, можливо, стикаються з додатковими труднощами через необхідність виконувати подвійну роль у складних умовах.

Склад сімей також варіюється: до вибірки входять як сім’ї з дітьми різного віку, так і бездітні сім'ї, що дозволяє оцінити вплив війни залежно від наявності дітей. Присутність або відсутність дітей може впливати на сприйняття ситуації та особливості взаємодії між партнерами, а також визначати, наскільки важливим є питання безпеки та стабільності.

Особливу увагу приділяли дослідженню груп з різним ступенем впливу війни, що дозволяє врахувати специфічні особливості реакцій на різні форми кризи:

- Переселенці — це сім'ї, які були змушені покинути свої домівки та пристосуватися до нових умов життя. У процесі адаптації такі сім'ї часто стикаються з проблемами пошуку житла, роботи, адаптації дітей до нових шкіл або дитячих садочків. Такі сім’ї демонструють значний рівень стресу, що має вплив на якість сімейного спілкування та рівень підтримки між партнерами.
- Сім'ї військовослужбовців — родини, у яких один із членів сім’ї бере участь у бойових діях. Відрядження на фронт, військові ризики та відчуття тривоги серед членів сім’ї є постійними стресовими факторами. Така категорія є особливо вразливою до психологічних труднощів, пов'язаних з розлукою, та часто потребує спеціальної психологічної підтримки.
- Сім'ї, що проживають у прифронтових зонах або зонах бойових дій. Життя у таких районах передбачає постійний контакт із небезпекою, що впливає на почуття захищеності та стабільності. Часто такі сім’ї стикаються з матеріальними труднощами, психологічним напруженням та труднощами в комунікації. Їх досвід надає важливі дані про реакції на стрес у безпосередньо небезпечних умовах.
- Сім'ї, що проживають у відносно безпечних районах. Вони можуть не зазнавати прямих ризиків, однак відчувають економічний тиск і стурбованість за майбутнє. Для них характерним є емоційний вплив новин, стрес через фінансові труднощі та обмежені можливості реалізації своїх планів. Це додає складності у підтримці гармонії та взаємної підтримки у стосунках.

Таким чином, ця вибірка забезпечує багатогранний погляд на вплив війни, охоплюючи як безпосередні, так і опосередковані наслідки на сімейне життя.

Дані для дослідження збиралися шляхом проведення анкетування, використовуючи Google Forms як основний інструмент для тестування. Кожен респондент отримав форму особисто, і процес заповнення проходив у спокійній

обстановці, що забезпечило комфортні умови для учасників та підвищило точність отриманих результатів. На заповнення анкети досліджуваним знадобилося від 20 до 40 хвилин, що вказує на збалансоване поєднання кількості питань та часу, потрібного для їх обдуманого заповнення. Таке розумне співвідношення дозволяє зберігати увагу респондентів і мінімізує можливість випадкових відповідей, які могли б спотворити результати дослідження.

Задля забезпечення високої якості та достовірності даних були застосовані додаткові заходи для створення максимально сприятливих умов. Зокрема, всі інструкції та роз'яснення в Google Forms були сформульовані чітко та зрозуміло, щоб учасники дослідження не відчували труднощів із заповненням і могли сфокусуватися на запитаннях. Такий підхід дозволяє уникнути когнітивного перевантаження респондентів і сприяє тому, що їхні відповіді будуть більш усвідомленими та правдивими.

Анкетування охопило різноманітні аспекти досліджуваного питання, що дало змогу зібрати повний і всебічний масив інформації.

3.2.2 Опис методик дослідження

Опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» (FACES - 3).

Опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» (FACES-3), розроблений Девідом Олсоном, є важливим інструментом для оцінки стосунків усередині сім'ї, що дозволяє комплексно дослідити, наскільки ефективно сім'я реагує на життєві труднощі та як близько члени сім'ї взаємодіють один з одним. FACES-3 є особливо корисним у дослідженнях сімейної психології, оскільки допомагає виявити сильні та слабкі сторони у взаєминах, що можуть вплинути на сімейну динаміку та стабільність. Завдяки цьому опитувальнику психологи та дослідники можуть отримати цінні дані про рівень здатності сім'ї до адаптації та згуртованості у складних життєвих умовах, таких як криза або війна [38].

Основною метою опитувальника FACES-3 є дослідження двох важливих компонентів сімейної взаємодії: адаптації та згуртованості. Адаптація в контексті сімейних стосунків визначається як здатність сім'ї гнучко реагувати на зміни, перерозподіляючи функції та ролі всередині сім'ї, щоб ефективно протистояти стресовим ситуаціям. Згуртованість, з іншого боку, характеризується рівнем емоційної близькості, довіри та підтримки між членами сім'ї, що робить її важливим чинником у збереженні сімейної єдності та стабільності [20].

Ці два аспекти — адаптація та згуртованість — є взаємопов'язаними, оскільки гнучкість і відкритість до змін є можливими тоді, коли в сім'ї є високий рівень взаємної підтримки і довіри. Високі показники адаптації та згуртованості допомагають сім'ї ефективно адаптуватися до складних обставин, знаходити способи підтримки один одного в кризових ситуаціях, зберігаючи стабільність і гармонію в стосунках.

Опитувальник FACES-3 складається з 20 тверджень, кожне з яких оцінює окремі аспекти адаптації та згуртованості в сім'ї. Твердження поділяються на дві основні шкали, що відповідають ключовим вимірам сімейних стосунків:

- Шкала адаптації (Flexibility). Ця шкала вимірює, наскільки гнучко сім’я може змінювати свою структуру та перерозподіляти ролі в умовах кризових ситуацій. Адаптація включає такі аспекти, як готовність до змін, здатність змінювати правила та функціональні ролі в сім'ї, коли це необхідно.
- Шкала згуртованості (Cohesion). Ця шкала фокусується на рівні емоційної близькості між членами сім'ї, а також на підтримці й взаємозв'язку між ними. Вона вимірює ступінь емоційної залученості членів сім'ї у спільне життя, що відображає почуття «єдності» та допомагає зберегти взаємну довіру і взаємодопомогу.

Кожен учасник оцінює свою згоду або незгоду з твердженнями за 5-бальною шкалою, де 1 — «повністю не згоден», а 5 — «повністю згоден». Отримані оцінки по кожній шкалі сумуються, що дозволяє розрахувати інтегральні показники адаптації та згуртованості для конкретної сім'ї.

Інтерпретація результатів FACES-3 допомагає зрозуміти, наскільки сім'я є здатною до гнучкості та наскільки згуртовані її члени. Високий рівень адаптації є свідченням здатності сім'ї ефективно змінювати свою структуру та приймати нові правила поведінки у відповідь на зовнішні зміни та виклики. Натомість низька адаптація вказує на ригідність, коли сім'я зберігає сувору структурованість і не схильна змінювати звичні ролі навіть у кризових ситуаціях, що може перешкоджати подоланню труднощів [38].

Щодо згуртованості, високий показник свідчить про тісний емоційний зв’язок між членами сім'ї, де вони активно підтримують один одного та мають сильні почуття прив’язаності. Низький рівень згуртованості може свідчити про емоційне відчуження, коли члени сім'ї рідко спілкуються, не виявляють зацікавленості один до одного, що може ускладнити стабільність відносин у кризових ситуаціях.

Опитувальник FACES-3 використовується у практичній психології, соціальній роботі, дослідженнях сімейних систем для оцінки сімейної динаміки в різних життєвих ситуаціях, зокрема під час криз, травматичних подій або серйозних змін у житті сім'ї. Цей інструмент може бути корисним як для оцінки внутрішньої стійкості сімей, які переживають кризові ситуації, такі як війна, фінансові труднощі чи втрата, так і для планування терапевтичних втручань, спрямованих на зміцнення сімейної єдності та підвищення адаптивності.

У контексті воєнних дій або іншого стресового навантаження, FACES-3 дозволяє визначити, які сімейні системи мають високий потенціал для подолання труднощів і адаптації до нових умов, а які потребують додаткової підтримки. Методика може бути використана для визначення ефективності програм соціальної допомоги або психологічної підтримки, спрямованих на зміцнення сімейного зв'язку та посилення здатності до спільного вирішення проблем.

FACES-3 є перевіреним інструментом, який демонструє високу надійність і валідність, підтверджену в різних культурних і соціальних контекстах. Методика була адаптована для використання в багатьох країнах і

дозволяє врахувати особливості сімейної динаміки в умовах стресу та кризи. Це робить її одним із найкращих методів для оцінки адаптації і згуртованості, що є важливими аспектами психологічного добробуту та здоров'я як окремих членів сім'ї, так і сім'ї загалом.[3]

Опитувальник на рівень суб`єктивного контролю (інтернального локусу контроля).

Опитувальник на рівень суб'єктивного контролю (інтернального локусу контролю) є методикою, спрямованою на вивчення уявлень особистості про те, наскільки вона здатна впливати на події власного життя. Цей інструмент дозволяє визначити, чи людина вважає себе здатною контролювати своє життя (інтернальний локус контролю) або приписує цей контроль зовнішнім чинникам, таким як обставини, інші люди, або удача (екстернальний локус контролю) [29].

Ця методика спрямована на оцінку рівня суб'єктивного контролю в різних життєвих ситуаціях. Вона дозволяє дослідити, наскільки людина схильна брати відповідальність за свої успіхи та невдачі, а також як вона ставиться до своїх досягнень, життєвих подій та оточення. Рівень суб'єктивного контролю є важливим аспектом у психології, оскільки від нього залежить здатність людини ефективно справлятися зі стресом, робити обґрунтовані вибори та планувати майбутнє.

Інтернальний локус контролю передбачає, що людина вважає себе відповідальною за те, що з нею відбувається. Така позиція часто пов’язана з вищою самооцінкою, почуттям власної компетентності та кращою здатністю адаптуватися до нових умов. Екстернальний локус контролю, навпаки, передбачає сприйняття подій як наслідок зовнішніх обставин або впливу інших людей, що часто призводить до пасивності, зниження мотивації та меншої впевненості в собі [29].

Опитувальник складається з кількох тверджень, які стосуються різних аспектів повсякденного життя та взаємин. Респонденти оцінюють, наскільки вони погоджуються з кожним твердженням, що дозволяє отримати загальну

картину про їхню схильність до інтернальності чи екстернальності в ставленні до контролю.

Методика охоплює кілька основних сфер:

- Контроль над успіхом і невдачами — оцінює, як людина пояснює свої досягнення або помилки.
- Контроль у міжособистісних взаєминах — дозволяє визначити, наскільки людина схильна брати на себе відповідальність за взаємини та конфлікти.
- Контроль у професійній сфері — допомагає зрозуміти, як людина сприймає свій вплив на професійні успіхи та кар'єрне зростання.
- Контроль над здоров'ям — оцінює рівень відповідальності особистості за своє фізичне і психологічне самопочуття.

Результати опитувальника дозволяють виділити людей із високим рівнем інтернального локусу контролю та тих, у кого домінує екстернальний локус контролю.

- Інтернали — люди, які відчувають відповідальність за своє життя та досягнення. Вони вважають, що можуть впливати на обставини завдяки своїм зусиллям, знанням і вмінням. Для таких людей характерне прагнення до особистісного розвитку, вміння планувати і ставити перед собою чіткі цілі.
- Екстернали — особи, які схильні приписувати успіх або невдачі зовнішнім обставинам, удачі або діям інших людей. Вони можуть відчувати себе менш впевненими у власних силах і мати меншу мотивацію до досягнення цілей, оскільки вважають, що від них мало що залежить.

Методика на рівень суб'єктивного контролю широко використовується в різних сферах психологічної практики, зокрема у консультуванні, психотерапії, освітній та професійній діяльності. Рівень суб'єктивного контролю впливає на мотивацію, стійкість до стресу та здатність до саморозвитку, тому інтернальні особи часто є більш успішними в подоланні життєвих труднощів та досягненні поставлених цілей.

Ця методика також є корисною для психотерапевтичної роботи, оскільки дозволяє виявити, наскільки клієнт здатний брати на себе відповідальність за свої дії та результати, що є важливим для ефективної терапії. В освітньому та професійному контексті опитувальник допомагає зрозуміти, як людина ставиться до навчання, професійних викликів та готовності розвиватися.

Дослідження показують, що опитувальник має високий рівень надійності та валідності. Інструмент дозволяє отримати достовірні дані про суб'єктивний контроль респондентів і допомагає формувати рекомендації, спрямовані на розвиток більш інтернального локусу контролю у тих, кому це може бути корисно для особистісного та професійного зростання.[4]

Тест-опитувальник "Задоволеність шлюбом"

Тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом», є спеціалізованою методикою для діагностики рівня задоволеності стосунками в шлюбі, яка дозволяє визначити суб'єктивне сприйняття партнерами їхніх взаємин, а також загальний емоційний клімат у родині. Ця методика спрямована на виявлення як позитивних аспектів стосунків, що сприяють їхньому гармонійному розвитку, так і чинників, які можуть бути причиною конфліктів або незадоволеності. Такий інструмент стає незамінним у сучасній практиці сімейної психології, оскільки дозволяє не лише оцінити поточний стан стосунків, але й виявити, у яких саме сферах взаємин потрібна додаткова увага для їхнього зміцнення та розвитку [10].

Основною метою тесту є комплексне дослідження рівня задоволеності подружніми стосунками. За допомогою цього інструменту фахівці можуть отримати інформацію про те, як партнери сприймають свої стосунки, наскільки вони задоволені своїми ролями в них, і як вони оцінюють окремі аспекти подружнього життя, такі як довіра, підтримка, спільне проведення часу, фінансова стабільність та багато інших. Методика допомагає не лише оцінити поточний стан стосунків, але й виявити динаміку змін у задоволеності відносинами з часом, що особливо корисно для довготривалих сімейних терапій або при підготовці до важливих життєвих рішень [24].

Опитувальник складається з 24 тверджень, що охоплюють різноманітні аспекти подружніх стосунків. Кожне твердження відображає певні елементи взаємин і дозволяє респонденту оцінити власне сприйняття як позитивних, так і проблемних моментів у стосунках. Респонденти відповідають на кожне твердження, використовуючи 5-бальну шкалу, де 1 означає «повністю не згоден», а 5 — «повністю згоден». Такий підхід дає можливість отримати розгорнуту інформацію про те, як кожен з партнерів бачить свої стосунки та наскільки вони відповідають їхнім очікуванням і потребам.

До ключових аспектів, які оцінює тест, належать:

- Емоційна близькість — цей параметр дозволяє оцінити рівень довіри між партнерами, їхнє відчуття емоційної близькості, здатність підтримувати один одного у важких ситуаціях і відчуття психологічної безпеки у стосунках.
- Спільне дозвілля та інтереси — включає питання, що стосуються рівня зацікавленості партнерів у спільному проведенні часу, наявності спільних інтересів, хобі та захоплень, а також здатності розділяти важливі для них моменти.
- Взаємоповага та визнання — цей параметр оцінює, наскільки кожен з партнерів почувається визнаним, цінним і важливим у стосунках, наскільки вони поважають думки та бажання один одного.
- Конфлікти та їх подолання — цей аспект дозволяє визначити, наскільки часто виникають конфлікти у стосунках, наскільки партнери здатні конструктивно їх розв'язувати та чи зуміли вони знайти ефективні способи подолання розбіжностей.
- Фізична та емоційна підтримка — оцінюється ступінь підтримки, яку партнери готові надавати один одному як у важких життєвих ситуаціях, так і в щоденних справах, що формує базу для стабільного та гармонійного союзу.

Отримані результати інтерпретуються за загальним підсумковим балом, що відображає рівень задоволеності шлюбом. Високі бали свідчать про високий рівень задоволеності шлюбом, що зазвичай корелює з високим рівнем довіри,

емоційної близькості, взаємоповаги та підтримки.

Високий рівень задоволеності шлюбом демонструє міцну емоційну прив'язаність, стабільну взаємоповагу, підтримку та задоволення від спільного життя. Такі стосунки зазвичай характеризуються тривалим союзом і низьким рівнем конфліктності.

Середній рівень задоволеності може свідчити про наявність певних проблем, що не є критичними, проте можуть знижувати загальний комфорт у стосунках. Наприклад, це може бути недостатня підтримка у певних аспектах або відсутність спільних інтересів.

Низький рівень задоволеності шлюбом вказує на наявність серйозних проблем, таких як часті конфлікти, недовіра, емоційна дистанція або відсутність взаємної підтримки. У таких випадках корисним може бути втручання психолога або спеціаліста із сімейних стосунків, щоб подружжя мало можливість зрозуміти та обговорити джерела своїх проблем.

Тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом» активно використовується в різних сферах практичної психології, соціальної роботи та психотерапії. Його застосовують у сімейному консультуванні, щоб допомогти парам краще розуміти один одного, аналізувати проблеми у стосунках та знаходити шляхи для їх розв’язання. Методика також є корисною для попереднього діагностування проблем, які можуть впливати на стабільність сім’ї, та для планування подальшої корекційної роботи. Опитувальник може бути корисним не тільки для подружніх пар, а й для психологічних консультантів, які працюють з парами, що перебувають на етапі укладання шлюбу.

Тест «Задоволеність шлюбом» відзначається високими показниками надійності та валідності. Він був перевірений на різних вибірках, включаючи пари з різних культурних та соціально-економічних груп, що забезпечує його надійність як інструменту оцінки задоволеності стосунками у шлюбі.

3.3 Результати дослідження, їх аналіз та рекомендації по зміцненню сімейних стосунків

3.3.1 Результати та аналіз дослідження

У таблиці 3.1 наведені результати тестування за методикою FACES-3, яка дозволяє оцінити рівні згуртованості та адаптації в сімейних стосунках. Дані в таблиці наочно демонструють різні рівні єдності між членами сім'ї та їхню здатність адаптуватися до змінних обставин.

Таблиця 3.1

Особливості показників шкали згуртованості та адаптивності за методикою FACES-3

Рівень згуртованості	
Рівень	**Кількість осіб**
Роз'єднаний	9
Розділений	18
Пов'язаний	20
Зчеплений	9
Рівень адаптації	
Ригідний	9
Структурній	21
Гнучкий	16
Хаотичний	10

Як видно з даних, наведених у таблиці 3.1, результати тестування рівня згуртованості показали такі розподіли: з 56 опитаних учасників 9 осіб мають роз'єднаний рівень згуртованості, що вказує на низький ступінь єдності та взаємозалежності в їхніх сімейних стосунках; 18 досліджуваних належать до категорії розділеного рівня, що свідчить про певну помірну згуртованість у їхніх стосунках; 20 респондентів віднесено до пов'язаного рівня згуртованості, який характеризується ще вищим ступенем єдності та взаєморозуміння в сім'ї. Останні 9 осіб потрапили до категорії зчепленого рівня, де спостерігається дуже високий рівень згуртованості.

Щодо результатів рівня адаптації, то розподіл виглядає наступним чином: ригідний рівень адаптації, який вказує на жорсткість і небажання пристосовуватися до змін, виявлено у 9 респондентів. До структурного рівня, що демонструє помірну здатність до адаптації в умовах кризи, належать 21 особа. Гнучкий рівень адаптації, що характеризується високою здатністю адаптуватися до змін, мають 16 досліджуваних. І, нарешті, 10 респондентів виявили хаотичний рівень адаптації, який вказує на нестабільність і труднощі в підтримці організованості в умовах змін.

У таблиці 3.2 представлені результати тестування за методикою, що вимірює рівень суб'єктивного контролю респондентів. Ця таблиця наочно ілюструє показники, отримані в процесі оцінки суб’єктивного контролю, який відображає сприйняття індивідами свого впливу на події та ситуації, що відбуваються в їхньому житті. Суб’єктивний контроль або локус контролю є важливим показником, що характеризує психологічну стійкість та особистісний ресурс, який допомагає адаптуватися в складних обставинах, зокрема під час воєнних дій.

На основі даних таблиці 3.2 можна побачити, наскільки різними є рівні суб’єктивного контролю серед респондентів, що дозволяє краще зрозуміти, як особистісні характеристики впливають на їхню здатність відчувати впевненість у своєму житті, попри зовнішні стресори. Такий аналіз є корисним для подальшого дослідження психологічної стійкості та розробки рекомендацій щодо підвищення відчуття контролю серед тих, хто перебуває в умовах значного стресу.

Таблиця 3.2

Особливості показників результатів виміру рівня суб’єктивного контролю

Рівень	**Кількість осіб**
Низький	25
Високий	31

Як показано в таблиці 3.2, результати тестування рівня суб’єктивного контролю (РСК) серед респондентів розподілилися таким чином: 25 осіб мають низький рівень суб’єктивного контролю, тоді як 31 досліджуваний демонструє високий РСК. Ці дані наочно відображають відмінності в особистісних характеристиках і світосприйнятті людей з різними рівнями суб'єктивного контролю, що суттєво впливає на їхню поведінку та адаптацію в умовах стресу, зокрема під час воєнних подій.

Для людей із низьким рівнем суб’єктивного контролю характерний набір якостей, що відображає їхню схильність до залежності та певної пасивності. Вони часто вважають себе егоїстичними, нерішучими та залежними від інших, відчувають брак самостійності та впевненості у своїх діях. Такі люди також можуть виявляти ворожість або дратівливість, схильні до метушливості й несправедливості у своїх судженнях. Їм може бракувати щирості та відкритості у стосунках з іншими, а також спокою й урівноваженості в умовах стресу.

Натомість респонденти з високим рівнем суб’єктивного контролю відзначаються якісно іншими рисами характеру. Їх описують як доброзичливих, чесних та незалежних, з розвиненим почуттям справедливості й рішучістю. Вони схильні до самостійності у прийнятті рішень та демонструють впевненість і спокій у поведінці. Такі люди більш схильні до врівноваженості, відкритості й доброзичливості, що сприяє кращій адаптації до стресових обставин та здатності долати труднощі завдяки внутрішньому відчуттю контролю над подіями у своєму житті.

Отже, ці відмінності між людьми з різним рівнем РСК підкреслюють значущість суб'єктивного контролю як психологічного ресурсу. Високий РСК, вочевидь, сприяє стабільнішому сприйняттю складних життєвих обставин та є важливим чинником психологічної стійкості й здатності до адаптації. Люди з низьким рівнем суб'єктивного контролю, навпаки, можуть потребувати додаткової підтримки для зменшення їхньої тривожності та розвитку впевненості у власних силах, що є важливим для успішної адаптації до кризових умов.

Таблиця 3.3 містить результати дослідження, яке дозволило оцінити рівень задоволеності шлюбом серед учасників. Ці дані дають змогу наочно побачити, як різні рівні задоволеності в шлюбі розподілилися серед респондентів, що є цінним для розуміння загальної атмосфери в сімейних стосунках, а також якого емоційного фону та стабільності досягають пари в умовах стресових обставин, зокрема під час війни.

Таблиця 3.3

Особливості показників результатів виміру рівня задоволеністю шлюбом

Рівень	Кількість осіб
Неблагополучний	9
Перехідний	22
Благополучний	25

Як видно з таблиці 3.3, результати дослідження показують розподіл респондентів за рівнями задоволеності шлюбом, що дозволяє отримати детальніше уявлення про загальний емоційний стан і атмосферу в подружніх стосунках. Вибірка показує, що 9 учасників мають неблагополучний рівень задоволеності шлюбом, що свідчить про низький рівень емоційної близькості, взаєморозуміння та підтримки у стосунках. Ці респонденти, ймовірно, відчувають труднощі у спілкуванні з партнером, не отримують достатньої підтримки чи турботи або стикаються з певними конфліктами, що погіршують їхнє задоволення від шлюбних стосунків.

Перехідний рівень задоволеності шлюбом зафіксовано у 22 респондентів. Це означає, що їхні подружні стосунки знаходяться на межі між нестабільністю та благополуччям. Вони можуть мати певні труднощі або розбіжності з партнером, однак це не є критичним для їхнього сприйняття шлюбу. Ці респонденти можуть відчувати як позитивні, так і негативні моменти у відносинах, проте загалом їхній рівень задоволеності в шлюбі можна назвати середнім або нестійким.

Нарешті, найбільша група – 25 респондентів – мають благополучний рівень задоволеності шлюбом. Це означає, що ці подружні пари відчувають емоційну близькість, підтримку, взаєморозуміння та довіру в стосунках, що сприяє їхньому високому рівню задоволеності шлюбом. Позитивна взаємодія з партнером, відчуття стабільності та емоційної безпеки є важливими факторами, які забезпечують задоволеність шлюбом у цих респондентів.

Таким чином, наведений розподіл респондентів за рівнями задоволеності шлюбом демонструє, наскільки по-різному люди оцінюють свої стосунки залежно від емоційної близькості та наявності підтримки з боку партнера. Неблагополучний рівень може вказувати на наявність конфліктів чи емоційного відчуження, перехідний – на певну нестійкість у шлюбі, а благополучний – на міцність і стабільність стосунків. Це дослідження показує, які аспекти шлюбних відносин потребують посилення, щоб сприяти їхньому благополуччю навіть у складних умовах життя.

У таблиці 3.4 представлено результати кореляційного аналізу, проведеного для оцінки зв’язків між різними шкалами за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона. Цей аналіз дозволяє визначити, наскільки тісно пов’язані між собою різні психологічні показники, що можуть впливати на стійкість сімейних стосунків.

Таблиця 3.4

Кореляційний аналіз дослідження

		Адаптація	Згуртованість	Контроль	Задоволеність
Адаптація	Кореляція Пірсона	1	-,024	-,057	,144
	знач.		,861	,067	,029
	N	56	56	56	56
Згуртованість	Кореляція Пірсона	-,024	1	,226	,010
	знач.	,861		,009	,941
	N	56	56	56	56

Продовження таблиці 3.4

Контроль	Кореляція Пірсона	-,057	,226	1	,135
	знач.	,067	,009		,319
	N	56	56	56	56
Задоволеність	Кореляція Пірсона	,144	,010	,135	1
	знач.	,029	,941	,319	
	N	56	56	56	56

Як показано в таблиці 3.4, між адаптацією та згуртованістю існує слабка зворотна кореляція на рівні -0,024. Це свідчить про те, що зі зростанням одного показника спостерігається тенденція до невеликого зниження іншого. Проте значимість, яка складає 0,861, є досить високою і вказує на те, що цей рівень кореляції є статистично незначущим. Таким чином, можна зробити висновок, що, попри певний зворотний зв’язок між адаптацією та згуртованістю, його недостатньо для того, щоб можна було з упевненістю говорити про реальну кореляцію між цими показниками. Це може бути результатом випадкових коливань у даних, а не систематичним зв'язком між цими характеристиками.

Кореляція між адаптацією та локусом контролю є схожою на попередню: коефіцієнт кореляції становить -0,057, що свідчить про слабку зворотну залежність між цими двома змінними. Значення значимості у цьому випадку складає 0,067, що також не досягає достатнього рівня для підтвердження статистичної значущості. Це вказує на те, що цей зворотний зв’язок між адаптацією та контролем може бути недостатньо надійним, аби стверджувати про реальну присутність зв'язку. Таким чином, у цьому випадку також можна припустити, що кореляція є випадковою і не має суттєвого впливу на зміни у взаємозв'язку між адаптацією та контролем.

Однак кореляція між адаптацією та задоволеністю демонструє слабкий, проте помітний лінійний зв’язок, який складає 0,144. Це вказує на те, що зі зростанням адаптації спостерігається незначне збільшення рівня задоволеності. На відміну від попередніх пар змінних, значимість цього зв’язку дорівнює

0,029, що свідчить про достатній рівень статистичної значущості. Таким чином, можна з упевненістю стверджувати, що існує певний зв’язок між адаптацією та задоволеністю, хоч і не надто сильний. Це може означати, що здатність людини адаптуватися до нових умов, ймовірно, впливає на рівень її задоволеності, навіть якщо цей вплив є слабким.

Що стосується зв’язку між згуртованістю та локусом контролю, то він має дещо вищі показники порівняно з попередніми парами змінних. Коефіцієнт кореляції тут дорівнює 0,226, що вказує на наявність слабкого прямого зв’язку між згуртованістю та контролем. Значимість кореляції у цьому випадку становить 0,009, що є показником достатньої статистичної значущості для цього зв’язку. Це свідчить про те, що рівень згуртованості у сімейних відносинах певною мірою пов’язаний з локусом контролю, і цей зв'язок є реальним, а не випадковим. Така кореляція може відображати той факт, що у сім’ях, де члени демонструють згуртованість, контроль є важливим елементом, оскільки відчуття єдності потребує певного рівня взаємної відповідальності та підтримки.

Нарешті, зв’язок між локусом контролю та задоволеністю має слабкий лінійний зв’язок, що виражається коефіцієнтом кореляції 0,135. Це вказує на наявність слабкого прямого зв’язку, коли збільшення рівня контролю частково корелює з підвищенням задоволеності. Однак значимість цього зв’язку складає 0,319, що є недостатньо низьким для підтвердження його статистичної значущості. Відповідно, цей зв’язок можна вважати слабким і недостатньо надійним для того, щоб стверджувати про реальний вплив локусу контролю на рівень задоволеності. Це може означати, що хоча контроль в сімейних відносинах має певний зв'язок із задоволеністю, вплив цього зв’язку є незначним і може вважатися несуттєвим.

3.3.2 Рекомендації по зміцненню сімейних стосунків

У контексті кризових ситуацій, як-от війна, важливо розуміти, які фактори здатні підтримати міцність та стійкість сімейних відносин. Гіпотеза,

що певні адаптивні стратегії, згуртованість і внутрішній локус контролю подружжя сприяють стійкості сімейних стосунків, а також позитивно відображаються на задоволеності шлюбом, є фундаментальною основою для розробки рекомендацій, які допоможуть зберегти гармонію в родині в умовах надзвичайного стресу.

Згуртованість виявляється одним із базових факторів, що здатен впливати на стійкість та єдність родини в умовах криз. Як зазначають дослідження, наявність зв'язку між згуртованістю та адаптаційними механізмами підтримує здатність родини спільно долати труднощі. У важкі періоди спільні ритуали, такі як сімейні вечори, традиції та взаємна підтримка, набувають особливого значення. Згуртованість допомагає кожному члену родини відчути свою значущість та відчути взаєморозуміння в межах родини.

Серед рекомендацій щодо підвищення згуртованості можна виділити спільні заходи, такі як прогулянки, приготування їжі, перегляд фільмів або навіть сімейне планування майбутніх подій. Такі моменти сприяють підтримці психологічної стійкості та зниженню рівня стресу, який неминуче виникає під час війни. Крім того, дуже важливо створити умови для відкритої комунікації, щоб кожен член родини міг висловити свої почуття та думки.

Згідно з гіпотезою, адаптивні стратегії є одним із важливих факторів, що підтримують стійкість сім'ї в кризових умовах. Адаптація допомагає родині пристосуватися до нових умов і прийняти зміни, не втрачаючи гармонії у стосунках. Практика таких стратегій може включати як індивідуальні, так і спільні методи. Серед них — техніки релаксації, медитація та інші форми роботи над емоційною стійкістю.

Такі адаптивні стратегії, як ведення щоденника або участь у групових обговореннях, можуть допомогти кожному члену родини краще зрозуміти свої потреби та знайти нові підходи до подолання стресу. Крім того, підтримка індивідуальних інтересів і особистісного розвитку підвищує адаптивну здатність родини, дозволяючи ефективніше реагувати на зовнішні стресові фактори, зумовлені війною.

Інтернальний локус контролю, або внутрішня впевненість у здатності впливати на події, є важливим фактором стійкості та стабільності в сімейних стосунках. У критичних умовах війни цей аспект допомагає членам родини відчувати себе більш впевненими у своїх силах і здатності контролювати ситуацію. Це також зменшує почуття безпорадності та тривоги, які можуть виникати у зв’язку із зовнішніми обставинами.

Для підтримки локусу контролю варто створювати умови, в яких кожен член родини може взяти на себе певні обов’язки та розуміти важливість свого внеску. Важливим аспектом є відкрите обговорення ролей і відповідальності у сім'ї, що допомагає розподілити обов’язки і надає кожному відчуття важливості його внеску у підтримку родинної стійкості. Це сприяє стабільності у стосунках та підвищує загальне почуття впевненості.

Гіпотеза також передбачає, що задоволеність шлюбом є відображенням стійкості та гармонії сімейних відносин у кризових умовах. Підтримка емоційної близькості та взаєморозуміння між подружжям є важливими для створення атмосфери безпеки та комфорту у родині. Важливо виявляти емпатію та уважність до емоційних потреб партнера, що сприятиме підтримці задоволеності шлюбом навіть у найскладніші періоди.

Для цього корисно практикувати регулярні прояви уваги, підтримки та турботи, такі як компліменти, подарунки або просто слова вдячності. Також важливо надавати партнеру можливість висловлювати свої переживання, навіть якщо вони стосуються важких тем. Спільне вирішення проблем та обговорення важливих для обох аспектів життя дозволяє підтримувати високий рівень задоволеності стосунками.

У складних ситуаціях, особливо під час війни, рівень стресу може бути надзвичайно високим, і тому звернення до професійної допомоги може бути ефективним способом зберегти гармонію у родині. Психологічна підтримка від професіоналів, таких як сімейні консультанти та психотерапевти, може надати родині додаткові інструменти для подолання труднощів, навчити нових методів адаптації та комунікації.

Професійна допомога може допомогти розвинути необхідні для подолання кризи навички, зменшити тривожність та уникнути непорозумінь, які можуть зруйнувати стосунки у стресовій ситуації. Участь у групах підтримки або психологічних тренінгах також надає можливість знайти підтримку серед інших людей, які переживають подібні обставини, і навчитися нових підходів до взаємодії.

Підтримка сімейних стосунків у кризових умовах війни є складним, але досяжним завданням, якщо враховувати такі фактори, як згуртованість, адаптивні стратегії та інтернальний локус контролю. Відповідно до гіпотези, саме ці чинники сприяють збереженню стійкості та задоволеності у шлюбі, допомагаючи родині ефективно долати труднощі. Реалізація цих рекомендацій дозволить сім’ям підтримувати гармонію та стабільність у відносинах, що є основою для подолання будь-яких випробувань та зміцнення сімейного благополуччя навіть у найскладніших умовах.

ВИСНОВКИ

У межах цієї роботи було досліджено складні та багатовимірні соціально-психологічні аспекти шлюбно-сімейних взаємин у надзвичайно складних умовах війни. З’ясовано, що збройний конфлікт значною мірою впливає на емоційний стан членів сім’ї, психологічну атмосферу в родині та характер взаємодії між партнерами.

У розділі, присвяченому аналізу теоретичних підходів до розгляду шлюбних відносин розглянуто ключові теоретичні засади й підходи, які використовуються для вивчення цих стосунків. Аналіз дав змогу визначити основні концепції та теорії, які пояснюють різноманітні аспекти шлюбних відносин: соціальні, психологічні та культурні. Було з’ясовано, що для дослідження шлюбних взаємин ефективно застосовувати різні теоретичні моделі, зокрема системний підхід, теорію соціального обміну, психоаналітичний підхід і поведінкову теорію. Кожна з цих моделей пропонує специфічні інструменти для аналізу динаміки шлюбних стосунків і їхнього впливу на особистість і сім’ю загалом.

У методологічному аспекті встановлено, що для глибокого аналізу шлюбних взаємин доцільно використовувати комбінацію кількісних і якісних методів дослідження. Це дає змогу не лише отримати об’єктивні дані про особливості взаємодії та поведінки в шлюбі, але й зрозуміти емоційний і особистісний контекст цих взаємин.

Таким чином, цей розділ створює теоретико-методологічну базу для подальшого аналізу шлюбних відносин, їхніх особливостей і проблем, а також потенційних рішень, що можуть бути адаптовані до різних соціальних і культурних контекстів.

В другому розділі, присвяченому сучасним дослідженням сімейних стосунків в умовах війни, був проведений аналіз сучасних досліджень, присвячених сімейним стосункам, а також розглянуто характерні особливості

дисфункцій у шлюбі й мотиви розлучень. Встановлено, що війна є потужним стресогенним фактором, який порушує звичний порядок життя сімей. Військовий конфлікт негативно впливає на емоційний стан членів сім'ї, провокуючи посилення тривожності, втрату взаєморозуміння та зниження якості міжособистісної взаємодії. Особливо це проявляється у сім'ях, де чоловіки беруть участь у бойових діях, залишаючи жінок із усіма побутовими та емоційними викликами. В умовах війни дисфункції в сім'ях часто виявляються через обмеження емоційної підтримки, розрив у комунікації, фізичне віддалення та збільшення навантаження на одного з партнерів. Типовими проявами дисфункцій є емоційне відчуження, зростання конфліктності та виникнення відчуття провини або безпорадності. Це підсилює ризик руйнування сім'ї, особливо в кризові періоди. Нами встановлено, що основними мотивами розлучень під час війни є фізична віддаленість партнерів, емоційне вигоряння, зрада, побутові труднощі та недостатній рівень довіри. Водночас частина сімей розлучається через неможливість адаптуватися до нових умов або через зміну ролей.

Одже, розлучення в умовах війни є не лише юридичним фактом, а й складним психологічним процесом. Воно супроводжується травматичними переживаннями та емоційним стресом.

У межах проведеного дослідження була сформована методологічна основа для діагностики ключових параметрів, розроблена та обґрунтована програма дослідження, а також визначено етапи її реалізації й відповідні методики. На базі цих методичних підходів було організовано емпіричне дослідження, яке мало на меті виявлення факторів, що сприяють збереженню стійкості сімейних стосунків у період війни.

У третьому розділі дипломної роботи було проведено емпіричне дослідження впливу війни на стійкість сімейних стосунків, що дало змогу виявити низку важливих аспектів. Зокрема, війна суттєво змінює динаміку родинного життя, викликаючи адаптаційні та психологічні труднощі, з якими стикаються всі члени сім’ї. Дослідження, здійснене за допомогою

опитувальника FACES-3, показало, що високий рівень згуртованості та гнучкості в сім'ї сприяє кращій адаптації до кризових умов, тоді як низькі показники цих параметрів вказують на підвищену вразливість до стресу.

Важливим фактором стійкості є рівень суб'єктивного контролю: респонденти, які володіють високим рівнем цього показника, демонструють здатність ефективно протидіяти труднощам, уникаючи емоційної нестабільності. Аналіз задоволеності шлюбом вказав на те, що гармонійні відносини зберігаються в сім'ях із високим рівнем довіри та емоційної підтримки, тоді як низька задоволеність стосунками часто супроводжується проблемами у взаєморозумінні.

На основі отриманих результатів було розроблено рекомендації для зміцнення сімейних стосунків у складних умовах війни. Серед них виділено сприяння згуртованості через спільну діяльність, розвиток адаптивних механізмів за допомогою технік управління стресом, формування внутрішнього локусу контролю та залучення професійної допомоги у вигляді сімейної терапії. Ці висновки є важливим підґрунтям для розробки практичних заходів, спрямованих на підтримку сімейного благополуччя в умовах війни та у післявоєнний період.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксьонова С. Компенсаційний приріст народжуваності в Україні: очікування, чинники, перепони. *Демографія та соціальна економіка*. Вип. 4. Київ, 2022. С. 3-22.

2. Афанасьєва Н.Є. Основи психогігієни та психопрофілактики: Навчальний посібник. Харків, 2016. 91 с.

3. Бацилєва О. В., Астахов В. М. Підготовка до батьківства як етап соціалізації особистості. *Збірник наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. Київ, 2018. С. 13–20.

4. Бондар С. Емоційні проблеми та невротичні стани при порушенні життєдіяльності сім'ї. *Психологічні перспективи,* Вип. 35. 2020. С. 24–42.

5. Буряк О. О. Шляхи та методи реабілітації осіб з «військовим синдромом» та посттравматичним стресовим розладом. *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил.* Вип. 3(44). Харків, 2015. С. 137–141.

6. Ващенко В. Б. Психологічні ресурси особистості в подоланні складних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології*. Вип. 40. 2018. С. 33–49.

7. Венгер Г. Психологічні особливості рольових стосунків у дистантних сім'ях. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць Кам'янець-По дільського національного університету ім. Івана Огі єнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Вип. 27. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2015. С. 103–116.

8. Війна прийшла в сім'ю: Чому розлучені бійці та покинуті дружини звинувачують у всьому АТО / за ред. Емінової В. Depo.ua, 2016 URL: http://surl.li/xljryv

9. Волинець Н.В. Теоретична модель психологічного благополуччя особистості: параметри, критерії, показники та функції. *Науковий вісник Херсонського державного університету*, №1. Т.1. 2018. С. 50-62.

10. Грісенко, Н., Батаєва, К. Роль різних форм благополуччя у задоволеності шлюбом осіб зрілого віку. *Вісник Дніпропетровського університету*. Серія психологія, Вип. 22. 2016. С. 51-61.

11. Державна доповідь про стан сімей та шляхи реалізації державної політики з питань сім'ї за підсумками 2014-2015 років. Київ, 2016. 135 с.

12. Державна доповідь про стан сімей та шляхи реалізації державної політики з питань сім'ї за підсумками 2014—2015 років. Міністерство соціальної політики України, ІДСД ім. М. В. Птухи НАН України. Київ, 2016. 135 с. URL: https://www.msp.gov.ua/news/12722.html (дата звернення: 12.02.2023).

13. Емішянц О. Б. Вплив рольових очікувань на задоволеність шлюбом. *Актуальні проблеми психології*: збірник наукових працьІнституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2016. С. 364-368.

14. Затворнюк, О.М. Психологія сім'ї. Київ: Видавничий Дім «Слово». 2018.

15. Іванова І. Гендерні стереотипи розподілу сімейних ролей в українській родині. *Наукові праці*. Соціологія. Вип. 246. Т. 258. 2015. С. 169–174.

16. Іващенко, В. Г. Психологічна стійкість сім'ї у кризових ситуаціях. *Психологія і суспільство*. №1. 2014. С. 29–36.

17. Коробка Л. М. Соціально-психологічна адаптація спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту: теоретичні засади дослідження. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. Вип. 4. 2015. С. 76–82.

18. Корольчук М. С., Осьодло В. І. Психодіагностика : навчально-методичні рекомендації. Львів, 2021. 62 с.

19. Котлова Л. О. Саух І. Д. Психологічні чинники задоволеності шлюбом на різних етапах подружнього життя. *Науковий вісник херсонського державного університету.* №1. 2019. С. 223-228.

20. Лисенко Л. М. Психологічні чиннини задоволеності стосунками в подружніх парах. *Теорія і практика сучасної психології*. №5. 2018. С. 73-77.

21. Лібанова Е., Позняк О., Цимбал О. Масштаби та наслідки вимушеної міграції населення України внаслідок збройної агресії Російської Федерації. *Демографія та соціальна економіка*. Вип 2. 2022. С. 37-42.

22. Лібанова Е., Позняк О., Цимбал О. Масштаби та наслідки вимушеної міграції населення України внаслідок збройної агресії Російської Федерації. *Демографія та соціальна економіка*. № 2. 2022. С. 37—42. DOI: https://doi.org/10.15407/dse2022.02.037

23. Митник Т. Особливості психічного здоров'я особистості: критерії та показники. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві*. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2017. С. 269-271.

24. Мушкевич, М. І. Згуртованість та ієрархія шлюбної підсистеми сімей, що мають проблемних дітей. *Scientific research of the XXI century*.: collective monograph. Sherman Oaks, Los Angeles: publishing service, Vol. 1. 2021. P. 409-414.

25. Нікішина, С. Б., Гаврилюк, О. П. Особливості психологічної адаптації сімей до екстремальних умов. *Соціальна психологія*. №5 (67). 2017. С. 105–115.

26. Потапчук Є. М. Кризи сімейного життя та як їх подолати : довідник сімейного психолога. Хмельницький : ХНУ, 2014. 35 с.

27. Потапчук Є. М. Кризи сімейного життя та як їх подолати : довідник сімейного психолога. Хмельницький : ХНУ, 2014. 35 с.

28. Потапчук Є. М., Потапчук Н. Д. Позашлюбні стосунки подружжя та причини їх виникнення / Збірник наукових праць Національної академії Державно прикордонної служби України. *Педагогічні та психологічні науки*. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, № 61. 2011. С. 205–209.

29. Прикладна психодіагностика в Національній гвардії України: метод. посіб. / О. С. Колесніченко та ін.; за заг. ред. проф. І. І. Приходька. Харків: НАНГУ, 2020. 388 с.

30. Психологія молодої сім'ї. Луцьк: Вежа-Друк..

31. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навчальний посібник. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015.

32. Туриніна О.Л. Психологія травмуючих ситуацій: навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с.

33. Радчук В. М. Механізми вибору шлюбного партнера. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. Вип. 2. 2014. С. 232–239.

34. Робота з травмами війни. Український досвід : матеріали Першої всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Київ, 28–31 березня 2018 р.) / за наук. ред. Л.А. Найдьонової, О.Л. Вознесенської, В.В. Савінова]. Київ : Золоті ворота, 2018. 170 с.

35. Слюсар Л. І. Українська сім'я в умовах війни. Демографічні процеси. Київ, 2023. 18 с.

36. Слюсар Л. І. Шлюб в Україні у демографічному вимірі: історія і сучасність / НАН України, Ін-т демографії та соціальних досліджень ім. М. В. Птухи. Київ, 2021. 180 с.

37. Туриніна О. Л. Методологія та методи психологічного дослідження: навч.-метод. посіб. Київ: ДП "Вид. дім "Персонал", 2018.

38. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.

39. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015.

40. Федоренко Р. П., Фенина О. Я. Аналіз шлюбно-сімейних Взаємин Учасників АТО, схильних до суїцидальних намірів. Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості : матеріали XIII Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції. Луцьк: Вежа-Друк.

2021. С. 112 – 122

41. Федоренко Р., Мушкевич М., Дучимінська Т., Магдисюк Л. 2020.

42. Фройд З. Психологія сексуальності. Харків: Фоліо, 2019.

43. Фромм Е. Втеча від свободи. Харків: Клуб Сімейного Дозвілля, 2019.

44. Хомуленко Т., Крамченкова В., Туркова Д., Лесніченко Н., Миронович, Б. Методика діагностики тілесного локусу контролю. *Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди*. Випуск 62. 2020. С. 293-316.

45. Шосте загальнонаціональне опитування: Адаптація українців до умов війни (березень 2022). Соціологічна група «Рейтинг». URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/shestoy_obschenacionalnyy_opros_adaptaciy a_ukraincev_k_usloviyam_voyny_19_marta_2022.html.

46. Шульга, І. П. Сімейні цінності та стресостійкість у подружніх парах в умовах воєнного конфлікту. *Проблеми сучасної психології*. №50. 2020. С. 44–52.

47. Юнг К. Архетипи і колективне несвідоме. Львів: Астролябія, 2018.

48. Johnson S. Attachment theory in practice: emotionally focused therapy (EFT) with individuals, couples, and families. New York London: Guilford Press; 2019.

49. Kliapets, O. Family as a space for recovering from traumas. GESJ: Education.

50. Kliapets, O. Family construction: team creation. *GESJ: Education Sciences and Psychology*. № 4 (36). 2015. P. 55-58. URL: http://gesj.internetacademy.org.ge/download.php?id=2610.pdf (2)

51. Ryff C. D. Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia, 2014. URL: https://www.karger.com/Article/FullText/353263

52. Sciences and Psychology. № 5 (37). 2015. P.70-73 URL: http://gesj.internet-academy.org.ge/ru/list_artic_ru.php?b_sec=edu (1)

ДОДАТКИ

Додаток А

«Шкала сімейної адаптації та згуртованості»

Члени нашої сім’ї звертаються один до одного за допомогою.

При вирішенні проблем враховуються пропозиції дітей.

Ми схвально ставимося до друзям інших членів сім’ї.

Діти самостійно обирають форму поводження.

Ми вважаємо за краще спілкуватися тільки у вузькому сімейному колі.

Кожен член нашої сім’ї може бути лідером.

Члени нашої сім’ї більше близькі зі сторонніми, ніж один з одним.

У нашій сім’ї змінюється спосіб виконання повсякденних справ.

Ми любимо проводити вільний час усі разом.

Покарання обговорюються батьками.

Члени нашої родини відчувають себе дуже близькими один до одного.

У нашій сім’ї більшість рішень приймається батьками.

На сімейних заходах присутні більшість членів сім’ї.

Правила у нашій сім’ї змінюються.

Нам важко уявити собі, що ми могли б зробити всією сім’єю.

Домашні обов’язки можуть переходити від одного члена сім’ї до іншого.

Ми радимося один з одним при прийнятті рішень.

Важко сказати, хто в нас у сім’ї лідер

Єдність дуже важлива для нашої сім’ї.

Важко сказати, які обов’язки у домашньому господарстві виконує кожен член сім’ї.

Додаток Б

Опитувальник на рівень суб`єктивного контролю

1. Просування по службі більше залежить від вдалого збігу обставин, ніж від здібностей та зу-силь людини.

2. Більшість розлучень відбувається через те, що люди не захотіли пристосуватись один до одного.

3. Хвороба — справа випадку; якщо судилося захворіти, то нічого не вдієш.

4. Люди залишаються самотніми, тому що самі не виявляють зацікавленості та дружелюбності до оточуючих.

5. Здійснення моїх бажань часто залежить від сприятливих обставин.

6. Недоцільно витрачати зусилля на завоювання симпатії інших людей.

7. Зовнішні обставини — батьки та добробут — впливають на сімейне щастя не менше, ніж сто-сунки подружжя.

8. Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що відбувається зі мною.

9. Як правило, керівництво виявляється ефек-тивнішим, коли повністю контролює дії підлег-лих, а не покладається на їх самостійність.

10. Мої оцінки в школі частіше залежали від випадкових обставин (наприклад, від настрою вчителя), ніж від моїх власних зусиль.

11. Коли я планую, то вірю, що зможу здійснити їх.

12. Те, що багато людей вважає вдачею, насправ-ді результат довгих цілеспрямованих зусиль.

13. Думаю, що правильний спосіб життя може більше допомогти здоров'ю, ніж лікарі та ліки.

14. Якщо люди не підходять один одному, то яких би зусиль вони не докладали б, налагодити сімейне життя вони все ж не зможуть.

15. Те хороше, що я роблю, зазвичай правильно оцінюють інші.

16. Діти виростають такими, якими їх вихову-ють батьки.

17. Гадаю, що випадок або доля не відіграють важливої ролі в моєму житті.

18. Я намагаюсь не планувати заздалегіть, тому що багато залежить від того, як складуться обста-вини.

19. Мої оцінки в школі найперше залежали від моїх зусиль та рівня підготовки.

20. У сімейних конфліктах я частіше відчуваю провину за собою, ніж за протилежною стороною.

21. Життя більшості людей залежить від збігу обставин.

22. Я надаю перевагу такому керівництву, при якому можна самостійно визначати, що і як робити.

23. Думаю, що мій спосіб життя в жодному разі не є причиною моїх хвороб.

24. Як правило, саме невдалий збіг обставин за-важає людям досягти успіхів.

25. За погане управління організацією відпові-дальні самі люди, які в ній працюють.

26. Я часто відчуваю, що нічого не можу змінити у стосунках в сім'ї, які склалися.

27. Якщо я дуже захочу, то зможу завоювати симпатії до себе будь-кого.

28. На молоде покоління впливає так багато різ-них обставин, що зусилля батьків у їхньому вихо-ванні часто марні.

29. Те, що зі мною трапляється, — результат мо-їх зусиль.

30. Важко буває зрозуміти, чому керівники чи-нять так, а не по-іншому.

31. Людина, яка не змогла досягти успіху у сво-їй роботі, очевидно, не виявила достатньо зусиль.

32. Найчастіше я можу домогтися від членів мо-єї сім'ї того, чого хочу.

33. У неприємностях та невдачах, які були у мо-єму житті, частіше були винні інші люди, а не я сам.

34. Дитину завжди можна вберегти від застуди, якщо за нею стежити та правильно одягати.

35. У складних обставинах я схильний почекати, поки проблеми вирішаться самі.

36. Успіх — результат наполегливої праці і мало залежить від випадку або везіння.

37. Я відчуваю, що саме від мене залежить щас-тя моєї родини.

38. Мені завжди було важко зрозуміти, чому я одним людям подобаюсь, а іншим — ні.

39. Я завжди схильний приймати рішення та ді-яти самостійно, а не сподіватись на допомогу ін-ших або на долю.

40. На жаль, заслуги людини часто залишаються невизнаними, попри всі її старання.

41. У сімейному житті бувають такі ситуації, які неможливо вирішити, навіть при найсильнішому бажанні.

42. Здібні люди, які не зуміли реалізувати своїх можливостей, повинні звинувачувати в цьому тільки себе.

43. Багато моїх успіхів були можливі тільки зав-дяки допомозі інших людей.

44. Більшість невдач у моєму житті відбувалося від невміння, незнання або лінощів і мало залежа-ли від удачі.

Додаток В

ТЕСТ-ОПИТУВАЛЬНИК “ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ШЛЮБОМ”

1. Коли люди живуть так близько, як це відбувається в сімейному житті, вони неминуче втрачають взаєморозуміння і гостроту сприйняття іншої людини.

а) вірно; б) не впевнений; в) невірно.

2. Ваші подружні відносини приносять вам:

а) швидше занепокоєння і страждання; б) важко відповісти; в) швидше радість і задоволення.

3. Родичі та друзі оцінюють ваш шлюб:

а) як удавшійся; б) щось середнє; в) як невдалий.

4. Якщо б ви могли, то:

а) ви б багато що змінили в характері вашого чоловіка (вашої дружини); б) важко сказати; в) ви б не стали нічого змінювати.

5. Одна з проблем сучасного шлюбу в тому, що все приїдається, в тому числі і сексуальні відносини.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

6. Коли ви порівнюєте вашу сімейне життя із сімейним життям ваших друзів і знайомих, вам здається:

а) що ви найнещасніші інших; б) важко сказати; в) що ви щасливіші інших.

7. Життя без сім'ї, близької людини - занадто дорога ціна за повну самостійність.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

8. Ви вважаєте, що без вас життя вашого чоловіка (вашої дружини) була б неповноцінною.

а) так, вважаю; б) важко сказати; в) ні, не вважаю.

9. Більшість людей в якійсь мірі обманюються у своїх очікуваннях щодо шлюбу.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

10. Тільки безліч різних обставин заважає подумати вам про розлучення.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

11. Якби повернувся час, коли ви одружувалися, то вашим чоловіком (вашою дружиною) міг би стати:

а) хто завгодно, тільки не теперішній чоловік (дружина); б) важко сказати; в) можливо, що саме теперішній чоловік (дружина).

12. Ви пишаєтеся, що така людина, як ваш чоловік (ваша дружина), поруч з вами.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

13. На жаль, недоліки вашого чоловіка (дружини) часто переважують його (її) гідності.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

14. Основні перешкоди для щасливого подружнього життя криються: а) швидше за все в характері вашого чоловіка (вашої дружини);

б) важко сказати; в) швидше у вас самих.

15. Почуття, з якими ви одружувалися: а) посилилися; б) важко сказати; в) ослабли.

16. Шлюб притупляє творчі можливості людини, а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

17. Можна сказати, що ваш чоловік (ваша дружина) володіє такими перевагами, які компенсують його (її) недоліки.

а) вірно; б) щось середнє; в) невірно.

18. На жаль, у вашому шлюбі не все гаразд з емоційною підтримкою один одного.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

19. Вам здається, що ваш чоловік (ваша дружина) часто робить дурниці, говорить невлад, недоречно жартує.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

20. Життя в сім'ї, як вам здається, не залежить від вашої волі, а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

21. Ваші сімейні відносини не внесли в життя того порядку і організованості, яких ви очікували.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

22. Не подобається ті, хто вважає, що саме в сім'ї людина найменше може розраховувати на повагу.

а) згоден; б) важко сказати; в) не згоден.

23. Як правило, суспільство вашого чоловіка (вашої дружини) доставляє вам задоволення.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

24. По правді сказати, у вашій подружнього життя немає і не було жодного світлого моменту.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.