

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

**на тему: ПРИЧИНИ КОНФЛІКТІВ У СІМ'ЯХ ВИМУШЕНИХ
МІГРАНТІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ**

Виконала: студентка ІІ курсу, групи 8.0532-з
спеціальності 053– Психологія
освітня програма: Психологія
Трофімець Вікторія Вячеславівна
Керівник: Губа Н.О., к.психол.н.,
доцент, завідувач кафедри психології
Рецензент: к.психол.н., доцент кафедри
психології Грандт В.В.

Запоріжжя – 2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

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

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

« ____ » _____ 2023 р.

ЗАВДАННЯ

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Трофімець Вікторія Вячеславівна

Тема роботи Причини конфліктів у сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану

керівник роботи Губа Н.О., к.психол.н., доцент, завідувач кафедри психології
затверджені наказом ЗНУ від «26» 09 2023 року № 1504-с

2. Строк подання студентом роботи _____

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

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: визначити причини конфліктів молоді сім'ї як об'єкт дослідження в науковій літературі; розглянути вимушену міграцію: поняття та її особливості; проаналізувати класифікацію основних проблем молоді сім'я в умовах війни; провести емоційної самотності, як одна з головних причин конфліктів у сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану; емпірично дослідити емоційну самотність у молодих сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану.

5. Перелік графічного матеріалу: 10 таблиць, 3 діаграми

6. Консультанти розділів роботи

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

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень-березень 2023 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2023 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2023 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	червень-липень 2023 р.	Виконано
5	Написання висновків	вересень 2023 р.	Виконано
6	Передзахист	жовтень 2023 р.	Виконано
7	Нормоконтроль	листопад 2023 р.	Виконано

Студент _____ В.В. Трофімець

Керівник роботи _____ Н.О. Губа

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ О. М. Грединарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 82 сторінок, 10 таблиць, 3 діаграми, 69 джерел.

Об'єктом дослідження є : конфлікт молоді сім'ї вимушених мігрантів.

Предмет дослідження: причини конфліктів у сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану.

Мета дослідження: провести теоретичний та емпіричний аналіз впливу вимушеної міграції на виникнення конфліктів в молодих сім'ях під час воєнного стану.

Гіпотези: одна з головних причин виникнення конфліктів у молодих сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану є емоційна самотність.

Методи дослідження: теоретичні методи (теоретико-порівняльний аналіз психолого-педагогічної літератури з досліджуваної проблеми) та емпіричні (психологічне тестування, психолого-педагогічний експеримент: констатувальний).

Наукова новизна дослідження полягає в визначенні впливу вимушеної міграції на виникнення конфліктів в молодих сім'ях під час воєнного стану.

Практичне значення нашого дослідження полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані психологами при сімейному консультуванні молодих сімей вимушених мігрантів під час воєнного стану.

КОНФЛІКТИ, МОЛОДІ СІМ'Ї, ВИМУШЕНІ МІГРАНТИ, ВОЄННИЙ СТАН, ЕМОЦІЙНА САМОТНІСТЬ.

SUMMARY

Trophimets V.V. Causes of Conflicts in the Families of Forced Migrants under Martial Law.

Master's thesis: 82 pages, 10 tables, 3 diagrams, 69 sources.

The object of the study is: the conflict of a young family of forced migrants.

The subject of the study: the causes of conflicts in the families of forced migrants during martial law.

The purpose of the study: to conduct a theoretical and empirical analysis of the impact of forced migration on the occurrence of conflicts in young families during martial law.

Hypotheses: one of the main reasons for conflicts in young families of forced migrants during martial law is emotional loneliness.

Research methods: theoretical methods (theoretical-comparative analysis of psychological-pedagogical literature on the researched problem) and empirical (psychological testing, psychological-pedagogical experiment: ascertaining).

The scientific novelty of the study lies in the determination of the impact of forced migration on the occurrence of conflicts in young families during martial law.

The practical significance of our study is that the results of the study can be used by psychologists in family counseling of young families of forced migrants during martial law.

CONFLICTS, YOUNG FAMILIES, FORCED MIGRANTS, MARTIAL LAW, EMOTIONAL LONELINESS.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРИЧИН КОНФЛІКТІВ У СІМ'ЯХ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ.....	9
1.1. Причини конфліктів молоді сім'ї як об'єкт дослідження в науковій літературі.....	9
1.2. Вимушена міграція: поняття та особливості.....	21
1.3. Молода сім'я в умовах війни: класифікація основних проблем.....	34
1.4. Емоційна самотність, як одна з головних причин конфліктів у молодих сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану.....	46
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ САМОТНОСТІ У МОЛОДИХ СІМ'ЯХ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ.....	57
2.1. Методи, методика і процедура дослідження.....	57
2.2. Результати дослідження та їх інтерпретація.....	59
ВИСНОВКИ.....	71
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	75

ВСТУП

Актуальність дослідження. Повномасштабне вторгнення росії в Україну 24 лютого 2022 року вже стало фактором глобальних геополітичних потрясінь і викликів. Війна вже трагічно і назавжди змінила життя і долі мільйонів людей в Україні. Багато тисяч громадян загинули в боях, а внаслідок російських обстрілів і насильства сотні тисяч сімей втратили домівки, а мільйони українців стали вимушеними мігрантами чи біженцями, які покинули Україну. Це новий трагічний досвід і водночас нова актуальна реальність для українського суспільства.

Вимушена міграція — це особлива форма міграції, яка передбачає переселення людей у межах держави або за її межі з політичних, національних, расових, військових, екологічних та інших причин, що становлять загрозу життю людей і швидко вимагають прийняття рішення про міграцію.

Адаптація сім'ї вимушених мігрантів дещо відрізняється від адаптації однієї людини, оскільки разом з іншими членами сім'ї вони продовжують спілкуватися рідною мовою, що, з одного боку, негативно впливає на швидкість адаптації до нового середовища, а з іншого боку, допомагає зменшити існуючу напругу та розділити стрес, викликаний психологічним тиском чужого суспільства. На особистому рівні міграція становить значні соціально-психологічні ризики для мігруючої особи. Поряд із сумом за домом, родиною, вимушена міграція може призвести до різноманітних психоемоційних розладів. Мігранти відчують великий стрес, адаптуючись до нового середовища та перетворюючи свою звичну систему цінностей на нову, повністю або частково чужу для них. У новому соціокультурному середовищі вимушені мігранти переживають велику психологічну травму.

Війна загострила проблеми української родини, принесла нові проблеми та ризики. Наслідком тотальної війни є деформація шлюбно-сімейної структури населення (збільшення кількості вдів, сиріт, одиноких людей похилого віку) і загострення низки існуючих проблем: бідність, соціальне сирітство, сімейна нестабільність.

Сучасні події випробовують на міцність інститут української родини. Багато сімей розлучено через міграцію жінок і дітей у безпечні місця за межі нашої держави, частина родини в силу певних обставин залишається на окупованій території.

В молодих сім'ях декому не вистачає підтримки, поради, влучного слова та турботи, адже родина – це найближчі та найрідніші люди, які допомагають пережити пекло. Стосунки інших піддаються негативним змінам, між членами родини виникають політичні та ідеологічні розбіжності (наявність близьких родичів у країні агресора), розходяться цінності, потреби та інтереси. Пара навчається жити один без одного. Ресурсів для почуттів немає - на першому місці виживання і побут. Відчувається брак емоцій, молоді сім'ї сильно втомлюються і виснажуються.

Актуальність і недостатній рівень розробки означеної проблеми зумовили вибір теми кваліфікаційної роботи магістра: «Причини конфліктів у сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану».

Об'єктом дослідження є : конфлікт молоді сім'ї вимушених мігрантів.

Предмет дослідження: причини конфліктів у сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану.

Мета дослідження: провести теоретичний та емпіричний аналіз впливу вимушеної міграції на виникнення конфліктів в молодих сім'ях під час воєнного стану.

Гіпотези: одна з головних причин виникнення конфліктів у молодих сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану є емоційна самотність.

У відповідності з метою та гіпотезою визначені завдання дослідження:

1. Визначити причини конфліктів молодій сім'ї як об'єкт дослідження в науковій літературі.
2. Розглянути вимушену міграцію: поняття та її особливості.
3. Проаналізувати класифікацію основних проблем молодій сім'ї в умовах війни.
4. Провести емоційної самотності, як одна з головних причин конфліктів у сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану.
5. Емпірично дослідити емоційну самотність у молодих сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану.

Методи дослідження: теоретичні методи (теоретико-порівняльний аналіз психолого-педагогічної літератури з досліджуваної проблеми) та емпіричні (психологічне тестування, психолого-педагогічний експеримент: констатувальний).

Наукова новизна дослідження полягає в визначенні впливу вимушеної міграції на виникнення конфліктів в молодих сім'ях під час воєнного стану.

Практичне значення нашого дослідження полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані психологами при сімейному консультуванні молодих сімей вимушених мігрантів під час воєнного стану.

Надійність та вірогідність результатів дослідження забезпечувались методологічним обґрунтуванням вихідних положень; використанням методів, адекватних меті та завданням дослідження; репрезентативністю вибірки; кількісним та якісним аналізом отриманих результатів; статистичною оцінкою експериментальних даних.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРИЧИН КОНФЛІКТІВ У СІМ'ЯХ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

1.1. Причини конфліктів молоді сім'ї як об'єкт дослідження в науковій літературі

За визначенням Дучимінської Т.І., сім'я – основа держави, адже рушійною силою життя є стосунки між чоловіком і жінкою. Як один із найважливіших інститутів суспільства, перший етап соціалізації людини, сім'я розвивається і змінюється разом з навколишнім світом, по-своєму реагуючи на вимоги часу, реагуючи на суспільні потреби і в той же час формуючи їх [37, 4].

Сєдих К.В дає визначення, що «сім'я» - це спільність людей, пов'язаних шлюбом, батьківством і спорідненням на основі єдиної сімейної діяльності, що здійснює відбудову населення і спадкоємність сімейних поколінь, а також соціалізацію дітей і забезпечення їх існування Сімейне життя — це процес, який розгортається в часі і відбувається в соціальному середовищі. Сім'я є одним з найбільш консервативних соціальних інститутів, і опирається змінам [49].

У категорії сімей, які особливо потребують допомоги, на першому місці стоять молоді сім'ї. Знадобилося багато зусиль і часу, щоб термін «молода сім'я» закріпився в сучасному суспільстві. Це не означає, що сформувався особливий тип сім'ї. Їхні проблеми є частиною спектра проблем, з якими стикається сучасна сім'я. Тому ставлення до молоді сім'ї визначається соціальною політикою, яка проводиться по відношенню до інституту сім'ї в цілому [44, 52].

Молода сім'я - це шлюб, в якому подружжя в першому шлюбі проживає з дітьми або без них до 10 років включно, а їх вік не перевищує 30 років. Це молоді шлюби, які характеризуються початковим розподілом діяльності та відповідальності в сім'ї, вирішенням житлових та фінансових проблем, пов'язаних із веденням спільного господарства та побуту, входженням у роль чоловіка та дружини в процесі набуття життєвого досвіду і дорослішання. Цей етап подружнього життя є найважчим і небезпечним з точки зору стабільності сім'ї.

Мушкевич М.І. виділяє такі етапи сімейного життя:

- дуже молода сім'я - до 4 років;
- молода сім'я – від 5 до 9 років [37, 35].

Кравець В. зазначає, що в сучасній науковій літературі існує три типи молодих сімей [24]:

Перший тип — традиційний. Для такої сім'ї характерна виняткова орієнтація подружжя на сімейні цінності. Лідером сім'ї, принаймні формально, є чоловік. Дозвілля часто є спільним і приватним.

Другий тип – подружжя націлене насамперед на особистісний розвиток, партнери орієнтуються на малу сім'ю. Звертається увага на збалансований розподіл соціальних ролей, по можливості залучається допомога батьків подружжя.

Третій тип - це молоде подружжя, яке націлене насамперед на розваги. При цьому у подружжя є як спільні друзі, так і власні друзі, зазвичай з попереднього оточення. Репродуктивна орієнтованість дозволяє мати бездітну або малу сім'ю.

Дуже цікавим є питання про рівень розвитку молодої сім'ї. Наприклад, на думку американського психіатра і психотерапевта Натана Акермана, найбільш відомого своїми роботами в галузі сімейної психотерапії, молода сім'я проходить три стадії свого розвитку [8]:

Перша стадія - *стадія монади* - коли самотній чоловік або дівчина, матеріально незалежні, живуть окремо від батьківської сім'ї, самотійно задовольняють свої потреби, формують досвід самотійного життя і на власному досвіді пробують правила, засвоєні в батьківській родині. У цій фазі формуються усвідомлені та перевірені правила власного існування, які мають велике значення для розвитку майбутньої сім'ї.

Друга стадія - *діада* – це пошук компромісу, в якому молоді люди визначають правила спільного життя, проходять період адаптації та звикають до нових сімейних ролей. Фаза діади надзвичайно складна і важлива для молодих людей і залежить від того, як і в якому середовищі виробляються правила спільного життя, чи дійсно ці правила приймаються подружжям або один з них домінує, а інший просто дотримується нав'язаних йому правил. Внаслідок слабшого характеру чи під впливом інших обставин спосіб життя сім'ї залежить від того, чи накопичуються там проблеми, чи подружжя з позиції співпраці вирішують проблемні ситуації на етапі їх виникнення.

Третя стадія - *тріада*, часто незалежно від того, наскільки успішно вона вирішила проблеми діади: у пари народжується дитина. Це час важкої кризи для кожної родини. Подружжя вірить, що з народженням дитини все налагодиться, адже традиційно материнство ідеалізується.

Насправді, стосунки в молодій сім'ї піддаються серйозним випробуванням, наприклад через структурну кризу в сім'ї. Часто людям здається, що вони почали віддалятися один від одного. На цьому етапі чоловіча невірність досягає свого піку, що, швидше за все, пов'язано з труднощами виконання сімейних правил і обов'язків. Ці труднощі є основною причиною конфліктів і можливого емоційного розлучення, яке може призвести до справжнього розлучення. І те, як насправді складеться сім'я при появі новонародженого, багато в чому буде залежати від того, які не тільки емоційні, а й матеріальні основи заклали подружжя, розуміючи, який важкий період їм доведеться пережити.

Ірина Ушакова описуючи особливості розвитку молодії сім'ї, зазначає, що їх можна поділити на п'ять фаз [44, 54]:

- *фаза взаємного інтересу* - виникає як при першому знайомстві, так і в ситуаціях, коли раніше знайомі люди опиняються в ситуаціях, що вимагають більш тісного особистого контакту. У цій фазі відносини характеризуються появою взаємної симпатії та інтересу.

- *випробувальна фаза*, на якій особисті контакти стають глибшими та тривалішими. Молода пара випробовує стосунки, вивчаючи зустріч смаків, уподобань і думок. На цьому етапі розвитку стосунків зазвичай відбуваються перші сексуальні контакти, які також є конкретним випробуванням, тим більше важливим, якщо молоді люди вже мають сексуальний досвід. На цих етапах відносини зазвичай будуються без приховування від батьків та друзів, інколи навпаки, приховують факт їх існування.

- *фаза суспільних відносин*, на якій пара демонструє свої відносини оточуючим. Настає час більш тривалих контактів, у тому числі сексуального характеру, які відбуваються, так би мовити, «на різних територіях»: молоді люди зустрічаються, а іноді й недовго живуть разом або на квартирах батьків, або у знайомих, або в гуртожитках, або в готелях. Але, на даному етапі розвитку відносин, у кожного свої кошти, «спільної скарбниці» немає. Ця фаза стосунків характеризується тим, що друзі та родичі сприймають молодих людей як стабільну пару. Для молодих людей важливо те, як їхні відносини «вписуються» в систему існуючих відносин і зв'язків кожної людини. У цій фазі відбувається знайомство з батьками та родичами, з друзями. Особливу роль відіграють оцінки оточуючих.

- *фаза цивільного шлюбу* - не є обов'язковою, оскільки вона обов'язково передбачає економічну незалежність молодих людей або принаймні їхню «територіальну автономію» - відокремлення від батьків. Цивільний шлюб із спільним веденням господарства та спільним проживанням є наступним етапом розвитку молодії сім'ї, який можливий у зв'язку та в залежності від економічної самостійності молодих.

- *фаза офіційно зареєстрованого шлюбу* – це стадія офіційного оформлення відносин з метою надання їм юридично значимого статусу. Час реєстрації шлюбу можна вважати офіційним днем народження молодої сім'ї. Однак варто враховувати, що молода пара вже на ранніх етапах розвитку відносин може вважати себе сім'єю. У цьому випадку можна говорити про існування сім'ї в психологічному сенсі.

Молода сім'я як цілісна, органічна і динамічна система у своїй життєдіяльності моделює процеси, що відбуваються в суспільстві. Тому складні обставини і економічні процеси в Україні не можуть не впливати на їх життя [37, 102].

Конфлікт як психологічний феномен у подружніх взаєминах привертав увагу багатьох вітчизняних і зарубіжних дослідників.

Будь-які конфлікти в сім'ї - це порушення її єдності, що в кінцевому підсумку може бути руйнівним. Для цього доцільно з'ясувати основні джерела конфліктів у сім'ї. Співробітники Вільнюської консультації з питань шлюбу та сім'ї виділяють найбільш типові причини подружніх конфліктів:

- невідповідність ідеалу;
- бажання підкорити іншого;
- нетерпимість до звичок партнера;
- споживче ставлення до кохання;
- недостатні знання з питань інтимних стосунків [39, 88].

Згідно з одним із соціологічних досліджень, найпоширеніші моменти кризи в перші роки шлюбу були дуже схожі для більшості молодих пар, але істотно відрізнялися для чоловіків і жінок. Дуже часто молодим людям доводиться бути готовими не тільки до того, що їм доведеться звикати один до одного, іноді впізнаючи і відкриваючи один в одному «несподівані» якості, але і до того, що їм доведеться підлаштовуватися під чужих батьків.

Звичайно, конфлікт є стабілізуючим фактором у сімейних стосунках. Однак у деяких випадках конфлікти можуть бути навіть корисними, наприклад, коли вони призводять до прояву ситуації або освіжають подружні почуття. Конфлікти не шкідливі для подружжя, якщо вони не принижують гідність один одного. Якщо у подружжя є можливість подивитися на себе з боку, вчасно зупиніться. Тому, слід підкреслити стабілізуючу функцію конфлікту та сигнальну функцію, яка повідомляє про кризу та перехід сім'ї на новий етап розвитку.

За визначенням вчених, конфлікт — це свідоме зіткнення, протистояння принаймні двох осіб або груп, засноване на їхніх протилежних, несумісних потребах, інтересах, цілях, поведінці, стосунках і установках, які мають істотне значення для особистості та групи [42, 72].

Слово «конфлікт» (від латинського «conflictus») буквально означає «зіткнення» [3, 23]. «Конфлікт» — це дуже широкий термін, який використовується для позначення будь-якої ситуації, в якій відбуваються антагоністичні події та стикаються протилежні мотиви, цілі та дії. Конфлікти зазвичай пов'язані з агресією, погрозами, суперечками, ворожнечею, напругою та іншими емоційно негативними станами. Найчастіше, під конфліктом розуміють процес гострого зіткнення, загострення протилежних цілей, інтересів, позицій, думок чи поглядів опонентів чи суб'єктів взаємодії [30, 393].

Долинська Л.В., Матяш-Заяц Л.П. розглянули кожен із видів конфліктів [19, 296-298].

Історично склалося так, що в психології внутрішньо-особистісні конфлікти спочатку розглядалися переважно як мотиваційні. Ці конфлікти відбуваються між несвідомими прагненнями людини, між бажанням володіння та бажанням безпеки, між двома позитивними тенденціями — зіткненням різних мотивів.

Моральні або нормативні конфлікти виникають як конфлікт між бажанням і обов'язком, між моральними принципами та особистими пріоритетами, між вимогою діяти згідно з бажаннями та вимогами суспільства.

Конфлікт нереалізованих бажань або комплексу неповноцінності виникає через конфлікт між бажанням і реальністю, яка блокує їх задоволення, між «хочу бути таким, як вони» і неможливістю це зробити, і не тільки в тих випадках, коли реальність блокує бажання, а й внаслідок фізичної нездатності людини це реалізувати.

Рольові конфлікти виражаються в переживаннях, пов'язаних з неможливістю виконувати кілька ролей одночасно (міжрольовий конфлікт), а також у зв'язку з різним розумінням особистістю власних вимог до виконання ролі (внутрішньо-рольовий конфлікт).

Адаптаційні конфлікти розуміють як у широкому сенсі, тобто коли вони виникають внаслідок порушень, так і у вузькому значенні - коли порушується процес соціальної чи сімейної адаптації. Це конфлікти між вимогами реальності та людськими можливостями.

Конфлікт неадекватної самооцінки. Адекватність самооцінки людини залежить від її критичності, вимогливості до себе та ставлення до успіхів і невдач. Розбіжність між прагненнями та оцінкою своїх можливостей призводить до виникнення у людини страхів, емоційних зривів, тощо. Ці конфлікти виникають між завищеною самооцінкою і прагненням реально оцінити власні можливості, між низькою самооцінкою і усвідомленням об'єктивних успіхів людини, між прагненням підвищити вимоги для досягнення максимального успіху і занадто заниженими вимогами до уникати невдач [39, 130].

Конфлікти соціально зумовлені й опосередковані індивідуальними особливостями психіки людей. Вони пов'язані з гострими емоційними переживаннями - афектами, з дією когнітивних стереотипів - способів інтерпретації конфліктної ситуації і в той же час з гнучкістю і

"винахідливістю" індивіда чи групи в пошуку і виборі конфліктних шляхів, що призводить до посилення конфліктної поведінки фаз [44, 56].

Усі подружні союзи проходять період розбіжностей. Наявність конструктивно вирішених конфліктів є важливою складовою сімейної структури подружньої пари. Подружжя, особливо молоде, зазвичай драматизує будь-яку спірну ситуацію, вважаючи єдиним виходом з такої ситуації розлучення. Конфліктними вважаються пари, в яких між подружжям виникають постійні суперечки, де стикаються їхні інтереси, потреби, наміри та бажання і виникають особливо сильні та тривалі емоційні стани.

Погорільська Н.І. описуючи конфлікти зазначає, що залежно від частоти, глибини та гостроти конфліктів поділяють на кризові, конфліктні, проблемні та невротичні сім'ї [42, 32].

Сім'я в кризі. Конфлікт між інтересами і потребами подружжя гострий і зачіпає важливі сфери сімейного життя. Подружжя займають по відношенню один до одного непримиренну і навіть ворожу позицію і не погоджуються ні на які поступки. До кризових шлюбів відносяться всі шлюби, які не вдаються або знаходяться на межі розриву.

Конфліктна сім'я. Між подружжям постійно виникають сфери, де стикаються їхні інтереси, що призводить до сильних і стійких негативних емоційних станів. Однак? шлюб може зберегтися завдяки іншим факторам, а також компромісним рішенням конфліктів.

Проблемна сім'я. Характеризується тривалим існуванням труднощів, які можуть істотно загрожувати стабільності шлюбу. Наприклад, відсутність житла, тривала хвороба одного з подружжя, відсутність коштів для утримання сім'ї та ряд інших проблем. У таких сім'ях можливе погіршення стосунків і виникнення психологічних розладів в одного або обох партнерів.

Невротична сім'я. Головну роль тут відіграють не спадкові порушення психіки подружжя, а накопичення впливу психологічних труднощів, з якими сім'я стикається протягом життя. Партнери страждають від підвищеної

тривожності, розладів сну, емоцій з якихось причин, підвищеної агресивності тощо.

I. Ушакова, описує характеристики сімейних конфліктів:

1. Сімейним конфліктам властива особлива тематика, специфіка якої визначається своєрідністю сімейних стосунків.

2. Сімейні конфлікти мають різноманітні причини:

- обмеження свободи дій, дії та самовираження членів сім'ї;
- поведінка членів сім'ї;
- наявність суперечливих інтересів;
- обмеженість можливостей задоволення потреб члена сім'ї;
- авторитарність;
- тип стосунків;
- наявність складних фінансових проблем;
- авторитарне втручання родичів у подружні стосунки;
- сексуальна дисгармонія між партнерами, тощо.

Причини сімейних конфліктів лежать на двох рівнях: макрорівні (соціальний вплив на сімейні функції), мікрорівні (внутрішньо-сімейні).

3. Характеристика сімейних конфліктів полягає в їх динаміці.

Навайтіс Г.А., розрізняють чотири основні стадії сімейного конфлікту:

- виникнення об'єктивної конфліктної ситуації;
- усвідомлення об'єктивної конфліктної ситуації;
- перехід до конфліктної поведінки;
- вирішення конфліктів.

4. Ключовою особливістю сімейних конфліктів є те, що вони можуть мати серйозні соціальні наслідки. Часто вони закінчуються трагічно. Дуже часто вони призводять до різних захворювань членів сім'ї. Особливо серйозні наслідки сімейні конфлікти мають для дітей [44, 57].

У соціальній психології компонентами конфлікту є, з одного боку, об'єктивна конфліктна ситуація, а з іншого – її образи серед учасників конфлікту. У зв'язку з цим американський психолог М. Дойч запропонував розглядати наступні види конфлікту [45]:

- *Реальний конфлікт*, який існує об'єктивно і сприймається належним чином (жінка хоче використати кімнату для гостей як сарай, чоловік – як темну кімнату).

- *Випадковий або умовний конфлікт*, який легко вирішується, але не усвідомлюється його учасниками (подружжя не усвідомлює, що ще є місце).

- *Витіснений конфлікт* - коли «очевидний» конфлікт приховує зовсім інше (у конфлікті за вільну кімнату чоловік і жінка насправді конфліктують через свої уявлення про роль жінки в сім'ї).

- *Неправильно прописаний конфлікт* - наприклад, коли жінка сваре чоловіка за те, що він зробив і виконав її власний наказ, про який вона вже забула.

- *Латентний (прихований) конфлікт*. В його основі лежать протиріччя, які подружжя не усвідомлюють, але які, тим не менше, об'єктивно існують.

- *Порочний конфлікт*, який існує лише в уявленні подружжя без будь-яких об'єктивних причин.

Класифікація конфліктів за джерелом їх виникнення:

- цінності;
- ролі;
- сексуальні конфлікти;
- емоційні;
- побутові, тощо.

Столярчук О. А. зауважує, що залежно від ступеня ризику для сім'ї конфлікти бувають [55, 95]:

- безпечні – виникають при об'єктивних труднощах, втомі, дратівливості, стані «нервового зриву»; якщо такий конфлікт почався раптово, він може швидко закінчитися;

- небезпечні - розбіжності виникають через те, що одному з подружжя, на думку іншого, слід змінити свою поведінку, наприклад, по відношенню до рідних, відмовитися від будь-яких звичок, переглянути життєві орієнтири, прийоми виховання тощо.

- Особливо небезпечні – призводять до розлучення.

Л. І. Магдисюк, зазначає, що за поведінкою учасників конфлікту конфлікти бувають [37, 112]:

1. Відкрити
2. Прихований

І. Ушакова підтверджує, що справжні причини конфлікту важко визначити через різні психологічні фактори.

По-перше, у кожному конфлікті за емоціями зазвичай ховається раціональне начало.

По-друге, справжні причини конфлікту можуть бути надійно приховані в глибинах підсвідомості і психологічно захищені, виходячи на поверхню лише у вигляді прийнятних для Я-образу мотивацій.

По-третє, причини конфліктів можуть бути невловимими через так званий закон циркулярної причинності (каузальності) сімейних відносин, який також проявляється в подружніх конфліктах [44, 58].

Американські дослідники В. Метьюз і К. Міханович виділяють 10 найважливіших відмінностей між щасливими і нещасливими сімейними союзами. Виявилось, що в неблагополучних сім'ях подружжя:

- не думайте однаково про багато запитань і проблем;
- Погане розуміння почуттів інших людей;
- Говорити слова, які дратують інших;
- часто мають відчуття, що їх не люблять;
- Не звертай уваги на інших.
- відчувати незадоволену потребу в довірі;
- відчувати потребу в людині, якій можна довіряти;
- рідко говорять один одному компліменти;

- часто змушений поступатися іншим;
- Бажання більше любові [59].

Особливості взаємодії в конфлікті визначаються існуючими стереотипами поведінки кожного з партнерів. Науковці стверджують, що великий вплив на характер сімейних відносин подружжя може мати соціальне походження подружжя, місце їх народження, а також склад і розмір сім'ї.

Американський вчений Дейл Карнегі стверджує, що важко провести чітку межу між кінцем романтичного кохання та початком театру воєнних дій. У родині, де стосунки нагадують бойові дії, стан подружжя нагадує стан людей на війні [16].

Причину емоційної відчуженості та конфліктності партнерів, А. Кемпінський бачить у подібності подружжя в глибинних особистісних характеристиках [68].

Д. Майерс, вважає, що суперечливою про взаємодоповнюваність подружжя, яке задовольняє некомпенсовані потреби один одного, спірне: люди схильні одружуватися з тими, чиї потреби та особистісні якості схожі з їхніми [66, 913–917].

Також, хотіли б зауважити, що науковці виділяють ряд типових моделей поведінки подружжя в сімейних конфліктах:

1. Бажання подружжя самоствердитися в сім'ї, наприклад в ролі глави.
2. Зосередженість подружжя на власній діяльності та справах.
3. Дидактичне спілкування: один із подружжя постійно повчає іншого, як поводитися, жити, тощо[44, 59].

Зазначені моделі поведінки подружжя в сімейних конфліктах говорять про те, що подружжя постійно перебуває у напруженому стані, що пов'язано з необхідністю «відбити психологічні атаки»: у свідомості кожного зміцнюється неминучість сварок, внутрішньо-сімейна поведінка структурується, як боротьба за перемогу в конфлікті.

Подружжя має навчитися спілкуватися з батьками та родичами партнера, і, що ще важливіше, навчитися поважати один одного. Сімейна злагода поступово будується на взаєморозумінні та особистісному самовдосконаленні. Якщо одного з подружжя не влаштовують звички, потреби та ставлення іншого, інший партнер повинен визнати це і зрозуміти, що зміни необхідні. Ситуацію можна виправити, якщо цього захочуть обидва.

1.2. Вимушена міграція: поняття та особливості

У контексті сучасної української реальності, яка характеризується надзвичайною нестабільністю, локальними військовими конфліктами та погіршенням політичної та економічної ситуації, вимушена міграція осіб є одним із найбільших викликів, які постали перед Україною з часів її незалежності.

Вимушеним мігрантам важко знайти роботу, житло, отримати елементарні речі для нормального життя. Вони значною мірою втратили свої колишні економічні, професійні та навіть сімейні зв'язки та зіткнулися з необхідністю побудови нового соціального статусу, що дозволяє їм входити в нові соціальні групи.

Цей масовий характер вимушеної міграції характеризується різноманітністю соціально-психологічних проблем, властивих процесу вимушеної міграції. Воно, у свою чергу, характеризується підвищеним рівнем агресивності, почуттям страху та розгубленості, втратою впевненості та нервово-психічної напруги, що часто призводить до девіантної поведінки особистості та негативно позначається на результатах адаптації.

Міграція (від лат. *migratio*) — переселення, тобто територіальне переміщення населення, пов'язане зі зміною місця проживання [53, 41].

Міграцією вважаються не всі переїзди, а лише ті, які передбачають перетин певних кордонів – державних, адміністративних. Міграція не включає переміщення, які не призводять до змін у соціальних зв'язках людини та мають незначний вплив на саму особу чи її соціальне оточення, як у місці відправлення, так і в місці прибуття (тобто туристичне, відпочинкове, подорожі, короткострокові гостьові візити або поїздки на відпочинок) [52, 41].

Визначення терміну «міграція» встановлює необхідність зміни особою місця проживання. Науковці визначають міграцію як полімотиваційне соціальне явище, що виникає внаслідок бажання задовольнити потреб, воно є можливо завдяки мобільності людини і реалізується як у фізичному, так і у віртуальному просторі.

Основною специфікою міграції є намір індивіда змінити місце проживання та оселитися на новому місці. Ключем до розуміння природи міграції є концепція оселі як дому, що відображає індивідуальність його мешканців. Отже, відрядження (і проживання в готелі), тимчасова робота (та проживання в гуртожитку) є формами мобільності, але не формами міграції.

Міграція — просторова діяльність (переміщення) індивіда, спрямована на освоєння ресурсів нових територій і пов'язана зі зміною місця проживання.

Міграція як соціальне явище має три параметри [33]:

- зміна координат перебування індивіда, тобто рух (фактор мобільності) індивіда;
- намір індивіда поліпшити своє матеріальне та (або) соціальне становище (фактор потреби);
- прагнення особистості оселитися на новому місці і сприймати його як «інший дім» (фактор стабільності).

У соціально-психологічному аналізі феномену міграції слід розрізнити психологічний стан готовності до міграції, тобто міграційні установки як можливість або потенційну міграцію, і реальне переміщення людини. На

думку соціолога Л.Л. Рибаківського, мобільність (активність) і міграція - різні поняття. Міграція означає територіальне переміщення, а мобільність означає здатність до міграції, тобто потенційну міграційну активність. У довідкових виданнях міграційна мобільність населення трактується саме так: бажання чи здатність громадян чи осіб без громадянства переселятися [33].

Слюсаревський М. та Блинова О. зауважують, що у науковій літературі існує ряд підходів до класифікації типів міграцій за основним критерієм. Тому ми можемо розрізнити кілька типів міграції [53, 42].

- *Внутрішньодержавна та міждержавна міграція* (перетин державних кордонів): виїзд – еміграція, в'їзд – імміграція.

- *Міграція буває постійною і тимчасовою*: бувають випадки, коли людина змушена мігрувати через особливі політичні події в країні. Це форма еміграції (наприклад, у країні змінився уряд, тому активні діячі попереднього уряду емігрують, але чекають на можливість повернутися).

- *Міграція суверенна і вимушена*. Вимушена міграція включає випадки, коли причина міграції лежить поза межами особи, тобто це вимушена міграція. Суверенна міграція – це коли мігрант приймає рішення на основі своїх потреб без зовнішнього тиску.

- На даний момент офіційно визначено два типи міграції: «вимушені мігранти» і «біженці». Ця законодавча класифікація є важливою з точки зору надання державної допомоги та правового статусу. Подібність між «примусовим переселенням» і «біженцем» є справжнім моментом примусу. Різниця полягає в тому, що в психіці біженця домінуючим фактором є віддалення від небезпечного місця, а у вимушеного переселенця є момент для оцінки місця переселення, тобто, він ретельно вибирає місце, куди хоче переїхати.

- *Міграція політична та економічна*. Різниця полягає в головній причині: політичні обставини чи матеріальні інтереси. До економічної міграції слід також віднести трудову міграцію: виїзд в інші країни на

заробітки, з наміром, у разі необхідності, отримати постійне місце проживання в країні перебування.

- *Міграція буває легальна і нелегальна.* Це питання актуальне, коли мова йде про міждержавну міграцію, оскільки всередині країни для неї немає перешкод. Міграція в іншу країну пов'язана з різними факторами та обставинами етнічного та правового характеру, тому в'їзд в країну без рішення місцевої влади не дозволяється. Зокрема, через вплив мігрантів із третіх країн багато країн змушені вводити обмеження на в'їзд для громадян.

- *Міграція буває індивідуальною та масовою (етнічною).* Масова міграція часто має етнічний характер; одним із найяскравіших його варіантів є діаспора. Як правило, масова міграція пов'язана з несприятливими подіями на батьківщині.

- *Приміська міграція:* ми говоримо про маятникову мобільність, тобто регулярне переміщення населення з одного місця в інше з метою роботи чи навчання. Прикордонна міграція є результатом невідповідності між розміщенням виробництва та місцем поселення людей. Приміська міграція особливо виражена у великих містах – мегаполісах.

- *Епізодичні та сезонні міграції,* іноді є передвісниками незворотних міграцій, оскільки створюють умови для вибору постійного місця проживання. У цьому сенсі вони відіграють важливу роль для майбутніх переїздів, оскільки надають більше інформації та полегшують встановлення зв'язків у місцях майбутніх переїздів.

- *Епізодичні міграції* — це ділові, культурні, повсякденні та інші соціальні переміщення, які відбуваються нерегулярно в часі та просторі і не обов'язково в тих самих напрямках, що й раніше. Головною особливістю епізодичних міграцій є раніше нерегулярний характер таких переміщень, реалізація яких залежить від багатьох факторів (політичних, культурних, комерційних, освітніх, сімейних тощо).

- *Сезонна міграція* — це переміщення населення працездатного віку до місць тимчасової роботи з метою пошуку прибуткової роботи з подальшим поверненням на попереднє місце проживання. Тому цей вид міграції називають сезонною, оскільки її обсяг і частота залежать від пори року, а тимчасова тривалість перебування в іншому місці залежить від домовленості про здійснення того чи іншого виду трудової діяльності. Причини сезонної міграції різні, зокрема: надлишок робочої сили в регіонах, де є безробіття; вигідна оплата праці на тимчасових роботах, що дозволяє отримати значний прибуток за короткий термін, різниця в оплаті праці між окремими регіонами чи сусідніми країнами.

- *Підготовлена і непідготовлена міграція.* Підготовлена міграція частіше асоціюється з явищем інтелектуальної міграції: людина заздалегідь знаходить роботодавця та обговорює умови оплати праці. Непідготовлена міграція стосується всіх випадків, коли людину не очікують, коли ніхто не готовий їй допомогти, так що вона може опинитися у складній ситуації без підтримки (наприклад, як біженець) [52, 42]..

Науково обґрунтовані типології дають змогу не лише точно визначити картину міграції, а й оцінити різноманіття мотивації та поведінки людей. З багатьох типологій, заснованих на різних принципах, ми зосереджуємося на тих, які вказують на соціально-психологічні характеристики міграційної поведінки [56, 26].

- Соціокультурна типологія складається з різних моделей, які включають міграційні характеристики, такі як стать, сімейний стан, вік, професійна кваліфікація та етнічна приналежність. Усі ці ознаки суттєво впливають на особливості міграційної поведінки людини.

- Правова типологія є важливою для соціально-психологічного аналізу міграційних процесів, оскільки вона безпосередньо впливає на повсякденне життя мігрантів. Легальна міграція включає доступ до ринку праці приймаючої країни, право на соціальну та медичну допомогу та деякі громадянські права. Нелегального емігранта можуть заарештувати,

депортувати, висунути обвинувачення, а його права можуть бути порушені. Тому легальний чи нелегальний статус мігранта тісно пов'язаний з його психологічним благополуччям і впливає на успішність соціально-психологічної адаптації.

Повномасштабне вторгнення росії в Україну 24 лютого 2022 року вже стало фактором глобальних геополітичних потрясінь і викликів. Війна вже трагічно і назавжди змінила життя і долі мільйонів людей в Україні. Багато тисяч громадян загинули в боях, а внаслідок російських обстрілів і насильства сотні тисяч сімей втратили домівки, а мільйони українців стали вимушеними мігрантами чи біженцями, які покинули Україну. Це новий трагічний досвід і водночас нова актуальна реальність для українського суспільства [57, 25].

Вимушена міграція — це особлива форма міграції, яка передбачає переселення людей у межах держави або за її межі з політичних, національних, расових, військових, екологічних та інших причин, що становлять загрозу життю людей і швидко вимагають прийняття рішення про міграцію [34, 114].

Для вирішення питань вимушеної міграції в теорії та практиці державної політики використовується така термінологія (за методологією МОМ): «вимушена міграція», «масовий приплив» (Директива ЄС 2001/55/ЄС), «регуляризація» (включаючи «амністію мігрантів», «легалізацію»), «міжнародний захист», «тимчасовий захист», «право на притулок», «місцева інтеграція», «гуманітарний захист», тощо; для позначення осіб вимушеної міграції — «біженці», «шукачі притулку», «внутрішньо переміщені особи». МОМ, також визначає поняття, пов'язані з уразливістю в міграційній термінології — «вразлива група», «вразливі» особи, оскільки міграція, це коли мова йде про складний процес, завжди є ризик [35].

Андрусишин Н.І. дає обґрунтування поняттю «соціальна вразливість» – це за своєю природою характеристика окремої людини, соціальної групи чи цілого суспільства, яка вказує на найвищий потенціал ризику внаслідок впливу певних факторів – віку, стану здоров'я та інвалідності, відсутності життєвих можливостей, ресурсів, тощо [1, 38]

Міграція та міграційний статус визначені як один із чинників формування соціальних ризиків [46]. Це підтверджує, що міграція та соціальна вразливість тісно пов'язані. Коли мова йде про вимушену міграцію, людина з самого початку знаходиться в зоні ризику, і для того, щоб зменшити ймовірність виникнення ризиків, вона приймає рішення щодо внутрішніх чи зовнішніх переміщень, які, у свою чергу, можуть спричинити різні ризики. Створюється процес для порівняння та зважування таких ризиків і на цій основі прийняття рішення щодо вимушеної міграції.

План відновлення України містить ряд проектів і заходів, які безпосередньо стосуються регулювання вимушеної міграції. Їх досить багато, тому для аналізу доцільно розподілити їх за напрямками: картографування та моніторинг потреб населення, в тому числі внутрішньо переміщених осіб; Підтримка молоді для зменшення міграційних втрат; підтримка соціальних зв'язків з емігрантами за кордоном; вітчизняна освіта за кордоном; економічні стимули до рееміграції; відкритість щодо імміграції [29, 40].

У частині 1 ст. 9 Закону України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб» містить перелік прав переміщених осіб, серед яких виділяються такі:

- 1) створення належних умов для їх постійного чи тимчасового проживання;
- 2) надання органами державної виконавчої влади, органами місцевого самоврядування та особами приватного права можливості безкоштовного тимчасового перебування (за умови сплати особою комунальних витрат) протягом шести місяців з дня взяття на облік ВПО (для багатодітних сімей, інвалідів, людей похилого віку) термін може бути продовжений;

- 3) забезпечення лікарськими засобами у випадках та порядку, встановлених законодавством;
- 4) надання необхідної медичної допомоги в державних і комунальних закладах охорони здоров'я;
- 5) влаштування дітей у дошкільні та загальноосвітні навчальні заклади;
- 6) обслуговування соціально-адміністративних послуг за місцем перебування;
- 7) безоплатний проїзд для добровільного повернення на покинуте постійне місце проживання будь-яким транспортом загального користування у разі припинення обставин, що призвели до цього переміщення;
- 8) отримання гуманітарної та благодійної допомоги;
- 9) інші права, встановлені Конституцією та законами України [43].

Аналіз положень закону України дозволяє виділити основні положення щодо додаткових прав і гарантій, які держава надає вимушеним мігрантам.

Отже, конституційно-правовий статус вимушених переселенців сьогодні можна охарактеризувати як наявність таких особливостей та відмінностей від конституційно-правового статусу інших громадян України:

- вирішення питань, пов'язаних із забезпеченням місцем проживання внутрішньо переміщених осіб;
- надання медичної допомоги внутрішньо переміщеним особам;
- соціальний захист дітей вимушених переселенців у питаннях освіти та науки;
- надання державними органами комплексних соціальних та адміністративних послуг вимушеним переселенцям у порядку, встановленому законом, з усіх питань, що стосуються їх прав та інтересів;
- сприяння поверненню внутрішньо переміщених осіб до місця проживання відповідно до державної реєстрації;
- надання соціальних пільг та соціальної допомоги.

Враховуючи досвід минулого, складну сучасну ситуацію та можливість загострення ситуації з безпекою людини у нашій державі, так і в світі в цілому, зазначаємо, що питання конституційно-правового статусу біженців та внутрішнього переміщені особи ще довго залишатимуться актуальними. Особливістю конституційно-правового статусу обох груп населення є те, що ці групи людей були змушені залишити місце проживання, щоб уникнути негативних наслідків ситуації в їхніх державах.

Розглянувши соціальну складову вимушеної міграції, слід перейти до психологічних характеристик мігрантів, це є надзвичайно важливий етапом в аналізі міграційних процесів, оскільки дозволяє відстежити тенденції, сформулювати особливості еміграції з України і таким чином визначити, який вплив має міграція окремих груп населення.

Міграція – це спосіб покращити рівень життя з великим потенціалом розвитку для мігрантів та їхніх сімей, особливо на економічному рівні. Сім'я як структурна одиниця має значний вплив на соціальну згуртованість і розвиток суспільства як у країні походження, так і в країні перебування. Сім'я впливає на характер міграційних процесів, особливо процесу інтеграції. Для суспільства, яке приймає родини мігрантів, цей факт є феноменом, який, у свою чергу, підкреслює важливість міграції, яка перетворює економічні проблеми на політичні [61, 101].

Серед мігрантів переважають люди працездатного віку, що збіднює трудовий потенціал України. Характеризуючи віковий показник, можна побачити, що більшість вимушених мігрантів припадає на вікову групу від 20 до 49 років, 71% - це люди віком від 18 до 44 років [57, 368]

Міграційні процеси є одним із факторів, що змінюють особливості поведінки людей. Потрапивши в приймаючу країну, вимушений мігрант починає свою фазу адаптації, першою фазою якої є входження в нове середовище зі своїми особливими умовами, що включає організаційні, правові, політичні, культурні та психологічні аспекти. Наступним етапом цього процесу є адаптація до різних сфер життя «нового» суспільства:

політичної, економічної, трудової, етнічної, релігійної, культурної, інформаційної, освітньої, соціально-організаційної, психологічної. Оскільки існує багато соціальних напрямків, адаптація відрізняється в залежності від рівня, на якому вона здійснюється, і від того, як конкретна людина сприймає навколишнє середовище крізь призму свого характеру. Наявність різноманітних видів адаптації спонукає мігранта до активної адаптації до різних елементів суспільства: соціально-психологічних, культурних, професійних, побутових та інших характеристик [61, 103].

Оскільки сім'я є багатофункціональним інститутом, її функції формують систему взаємовідносин і мотивують взаємодію сім'ї та суспільства, а також сім'ї та особистості. Сім'я як структурна одиниця має значний вплив на соціальну згуртованість і розвиток суспільства як у країні походження, так і в країні перебування. Сучасний світ суттєво змінився під впливом політичних, економічних, культурних і наукових факторів, які розвиваються і змінюються, а головне, впливають на всіх членів суспільства, в тому числі на сім'ї. Зростання соціально-психологічної напруги, поширення песимістичних настроїв, нестабільність, втрата життєвих орієнтирів – усі ці складові вийшли на державний рівень, оскільки проблеми всередині дому виходять за межі оточення та набувають більш глобальних масштабів. Через зміну пріоритетів та постійне прагнення до належного матеріального забезпечення, яке іноді є неможливим в сучасних умовах, зростання безробіття та розшарування населення, відбувається втрата моральних ідеалів та деформація сімейних цінностей.

Міграція – це процес, який передбачає не лише зміну місця чи середовища, але й безпосередньо впливає на психологічний стан кожної людини, яка змінює умови життя та вирішує переїхати. Після переміщення вимушених мігранти проходять складний процес адаптації, який поділений на кілька етапів, що полегшує адаптацію до нового середовища. Питання впливу міграції на родини вимушених мігрантів та їхніх дітей є менш вивченим порівняно з питанням психологічного впливу на окремих людей.

Проблеми, з якими стикаються мігранти, включають психосоціальний вплив на членів родини, труднощі з інтеграцією в країнах призначення та зміну гендерних ролей у родині [61, 103].

Спільними характеристиками вимушених мігрантів є мотивація, часткова емоційність та рівень самоконтролю, оскільки під впливом змін середовища, суспільства, при входженні в нову культуру ці характеристики зазнають впливу та змінюються психологічна адаптація, процес встановлення оптимальної комфортності між індивідом і середовищем. Здійснення діяльності, притаманної людині, щоб дати можливість індивіду задовольнити поточні потреби та реалізувати відповідні важливі цілі, а також забезпечити відповідність психологічної діяльності та поведінки людини вимогам середовища.

Мотивація - це психофізіологічний процес, який контролює поведінку людини і впливає на активність, рішучість, стійкість і організованість. Звичайно, кожна людина, кожен вимушений мігрант має свої мотиви для кожного вчинку.

При аналізі особистості вимушених мігрантів необхідно враховувати їх внутрішні та зовнішні мотиви, характеристики цього показника в основному залишаються на рівні захисту та швидкого входження в нове соціокультурне середовище.

Емоційність і ступінь самоконтролю є досить схожими характеристиками, які поєднують здатність індивідів, у нашому випадку вимушених мігрантів, відтворювати зміст переживань, настрою та характеру, своєрідно реагувати на навколишній світ із здатністю Я -контроль проявляється в умінні контролювати свої емоції, думки та поведінку. В умовах адаптації саме ці компоненти свідчать про те, наскільки свідомо вимушений мігрант та члени його родини підійшли до переїзду та зважили всі можливі наслідки.

Через зміни в навколишньому середовищі, та умови війни в їх країні, вимушені мігранти та їхні родини часто відчують різноманітні емоції, включаючи розгубленість, хвилювання та стрес, а також страх, тривогу, хвилю негативних емоцій, таких як гнів та агресивність, смуток та депресію. Усі ці емоції можуть вплинути на функціонування кожного члена сім'ї та його здатність мислити, особливо на здатність людей піклуватися про себе та свою сім'ю та долати перешкоди, які виникають під час адаптаційного періоду. Звичайно, така реакція є цілком природною, оскільки організм реагує на зміни, що відбуваються в житті вимушеного мігранта [52].

Як зауважує Блинова О.Є., інша культура змушує мігрантів відмовитися від попереднього способу життя та прийняти інші соціальні норми, правила та моделі поведінки. Для вимушених мігранта в процесі адаптації змінюється все: від природи і клімату до психологічних відносин, а також традицій, звичаїв, ритуалів і цінностей. Навіть за сприятливих обставин адаптація до іншого етнічного та культурного середовища є складним і стресовим процесом [7, 113].

Ковальчук А. підкреслює те, що коли українські вимушені емігранти прибувають на нове місце проживання, їхня попередня життєва ситуація та середовище, до якого вони психологічно звикли, руйнується або навіть зникає, виникає абсолютно нова соціальна ситуація, невідома, сповнена перешкод і проблем [22]. Курилич М. визначає, що вимушені мігранти повинні навчитися обробляти велику кількість інформації, з якою вони стикаються на кожному кроці, встановлювати міжкультурні зв'язки, виробляти власне ставлення до нової реальності та систему оцінки реальності, в якій вони опинилися. Створення глобальних комунікаційних мереж, з одного боку, дозволяє отримати доступ до інформації про можливості адаптації за кордоном, процедуру отримання віз та необхідних дозволів, транспортні послуги, тощо. З іншого боку, мобільний зв'язок, супутникове телебачення та Інтернет створюють можливості для вимушених мігрантів віртуально бути присутнім у своїй країні, перебуваючи фізично за

кордоном, тим самим зменшуючи психологічний стрес і небажані соціальні наслідки міграції та роблячи її більш доступною [25].

Адаптація сім'ї вимушених мігрантів дещо відрізняється від адаптації однієї людини, оскільки разом з іншими членами сім'ї вони продовжують спілкуватися рідною мовою, що, з одного боку, негативно впливає на швидкість адаптації до нового середовища, а з іншого боку, допомагає зменшити існуючу напругу та розділити стрес, викликаний психологічним тиском чужого суспільства. На особистому рівні міграція становить значні соціально-психологічні ризики для мігруючої особи. Поряд із сумом за домом, родиною, вимушена міграція може призвести до різноманітних психоемоційних розладів. Мігранти відчувають великий стрес, адаптуючись до нового середовища та перетворюючи свою звичну систему цінностей на нову, повністю або частково чужу для них. У новому соціокультурному середовищі вимушені мігранти переживають велику психологічну травму. Хрестальова Н. С. виділила їх типи:

- ностальгія;
- втрата соціального статусу та самоповаги;
- порушення Я-образу;
- розгубленість у собі та самоідентифікації;
- почуття провини [58].

Вимушені мігранти змушені повністю або частково відмовитися від своїх звичних суджень і розуміння світу. Найбільша складність – знайти однодумців. Тому, вимушені мігранти часто спілкуються з діаспорами, оскільки вони повністю пройшли фазу адаптації та пережили всі етапи культурного шоку [61, 105].

Соціально-психологічний портрет вимушених мігрантів дозволяє виявити певні особливості соціально-психологічної сфери для розуміння емоційного стану мігрантів та членів їхніх родин. Підхід до створення портрета мігранта має бути індивідуальним, оскільки кожен із вимушених мігрантів відрізняється низкою характеристик, але певні аспекти психології

мігрантів все ж дають можливість для базового оформлення їхнього портрета. Загальними характеристиками вимушених мігрантів є мотивація та певною мірою емоційність та рівень самоконтролю, оскільки формування соціально-психологічного портрету має досить індивідуальний характер.

1.3. Молода сім'я в умовах війни: класифікація основних проблем

Важкий і трагічний час соціально-демографічних випробувань, серед яких війни, не тільки змінює умови життя населення, а й впливає на соціальні інститути суспільства, створює численні ризики розвитку та «перебудовує» ієрархію функцій і цілей. Сім'я, як базовий інститут суспільства, відчуває на собі величезний вплив війни та викликаних нею руйнівних процесів. Сім'я є одним із найважливіших інститутів, який сприяє подальшому існуванню населення, а отже, і суспільства в цілому в цих критичних умовах.

Розпочата 24 лютого 2022 року повномасштабна війна росії проти України перервала природний процес життя та розвитку української родини, змінила умови її життя, загострила існуючі та спровокувала нові проблеми та ризики. Загибель великої кількості людей, вимушена масова міграція всередині країни та за її межі стали причинами деформації та часткової дезорганізації демографічного та соціально-економічного розвитку. У цих умовах важливо розуміти проблеми та ризики для української сім'ї, яка є базовим інститутом суспільства, а також її роль у цих екстремальних умовах [69, 5].

У науковій літературі мало публікацій, присвячених аналізу впливу війни на сім'ю та родинні стосунки. Американські соціологи Ернест В. Берджесс і Джеймс Х. С. Боссард виявили, що війна змінює соціальну та демографічну поведінку чоловіків, які беруть участь у бойових діях, і жінок, які зараз залишаються вдома. Спостерігаються зміни в шлюбах, розлученнях і народжуваності. Група американських дослідників: Джон Дж. Шваб, Ф. Айс, Джудіт Дж. Стівенсон, Кеті Реймер, Кріс Хаузер, Ліза Граціано,

L. Graziano та інші стверджують, що війни 20 ст. вплинула на сім'ю як прямо, так і опосередковано, починаючи від горя через втрату та розлуку та закінчуючи проблемами, пов'язаними з пристосуванням до цивільного життя, високим рівнем розлучень і зростанням ролі жінки в сім'ї та суспільстві. Вони підкреслюють негативний вплив посттравматичного стресового розладу на сімейне життя та наслідки для дітей із постраждалих сімей і роблять висновок, що війни, як правило, викликають зміни в сімейному житті, які раніше не були повністю очевидними [65]. Українські вчені досліджували вплив першого етапу сучасної російсько-української війни, зосередженого на Донбасі, на соціально-демографічну ситуацію в країні, в тому числі на сім'ю. У роботі «Державна доповідь про становище сімей та шляхи реалізації державної сімейної політики за підсумками 2014-2015 років» співробітників ІГСД ім. М. В. Птух НАН України детально проаналізувала стан української сім'ї в цей період: зміни у функціях сім'ї, проблеми та ризики її розвитку в сучасних умовах, соціально-демографічні характеристики, матеріальне становище та спосіб життя. стан сімей в Україні, стан і перспективи державної сімейної політики [18]. Питання руйнування родинних зв'язків внаслідок бойових дій на Донбасі розглядаються в національній доповіді «Інтеграційна політика українського суспільства в контексті викликів і загроз подій на Донбасі» [41, 78-81].

Війна залишила відбиток на житті та психіці кожного українця. Страх, депресія, зриви, апатія, поганий настрій, нав'язливі думки супроводжують кожного, хто бачив і відчув війну. Проблеми в сім'ї і сімейні відносини не виняток.

Сім'я відіграє важливу роль не тільки в житті окремої людини, але і в житті суспільства в цілому. Важливість сім'ї підтверджується тим, що більшість людей у світі, понад 70%, живуть у сім'ях - це офіційні та неофіційні сім'ї. Сфера діяльності сім'ї безпосередньо пов'язана із задоволенням певних потреб її членів і є функцією сім'ї. Традиційно у важкій

стресовій ситуації індивід може отримати допомогу та підтримку з боку сім'ї [60, 550].

Але протягом життя сім'я постійно стикається з різними труднощами. Побутові умови, конфлікти з соціальним оточенням, хвороби членів сім'ї, соціальні кризи і, зрештою, такий соціальний процес, як війна. У зв'язку з цим, сім'я стикається зі складними проблемами, які негативно впливають на сімейне функціонування.

Сім'я є основною умовою існування та розвитку кожного народу, а принципи її організації та функціонування є органічною частиною соціокультурної системи та менталітету кожного народу. Сім'я, як багатофункціональний інститут, виконує низку суспільно необхідних функцій, найважливішими з яких є відтворення (народження), соціалізація (виховання) дітей та матеріальна підтримка. У сім'ї не тільки народжуються діти, а й закладаються основи поведінкової моделі та системи цінностей особистості, формуються основи національної самовпевненості нових поколінь [69, 6].

В процесі довгого і складного історичного шляху українського народу, в українській родині новим поколінням передавалися духовні та культурні традиції українського народу, загальнолюдські та національні цінності, внаслідок чого український народ здобув духовні та культурні традиції, зберегли власну національну ідентичність і унікальний менталітет, незважаючи на століття колоніального поневолення. Сім'я, як найстабільніший, традиційний і фундаментальний інститут суспільства, завжди була найважливішим осередком самозбереження української ідентичності населення в усі складні періоди історії, забезпечуючи його здатність до саморегуляції та відновлення.

У часи економічних, соціальних і військових випробувань «спрацьовує» захисна функція сім'ї: вмикається перевірений історичним досвідом механізм виживання через взаємодопомогу та взаємозахист членів сім'ї. Так, в умовах трансформаційної економічної кризи 1990-х років, коли

рівень життя населення різко впав, сім'я стала своєрідним амортизатором, який певною мірою забезпечує зняття стресу у відтворенні населення, внаслідок незадовільної економічної забезпеченості її життєдіяльності, трансформаційної дезорганізації таких інститутів, як ринок праці, навчальні заклади, тощо. Як зазначає відомий дослідник Л.В. Чуйко, що особливості трансформаційного періоду в Україні підвищили значення сім'ї як центру демопроцесу, посилюється захисна функція родинних стосунків [17, 224-225].

Як зазначає Слюсар Л.І. найбільшим випробуванням для населення України, а відтак і родини, за роки незалежності стала збройна агресія російської федерації. Війна докорінно змінила умови життя української родини. Ця деформація спочатку торкнулася, у 2014-2015 роках, насамперед окремі регіони країни – Донецьку та Луганську області, а після 24 лютого 2022 року відбулися повні масштабні зміни, які охопили все населення країни. Війна докорінно вплинула на життя всієї країни і практично кожної родини [51, 159-167].

За таких екстремальних умов виконання основних функцій сім'ї є надзвичайно складним. Забезпечення фізичного (біологічного) і соціокультурного відтворення населення багато в чому залежить від його виживання. Основним завданням сім'ї часто є не народження і виховання наступних поколінь, а базове виживання членів сім'ї, фізичний захист дітей від небезпеки.

Загроза війни, а особливо необхідність захисту дітей, стала причиною вимушеної міграції значної частини населення, насамперед жінок і дітей, як у безпечніші регіони країни, так і за її межі: Згідно з опитуваннями соціологічної групи « Рейтинг» у березні- квітні 2022 року % дорослого населення країни змінило місце проживання, 44% українців змушені були тимчасово розлучитися з родиною, причому більше 54% – на сході країни [15].

У цих критичних умовах сім'я, як стабільний традиційний інститут суспільства, відіграє вирішальну роль у механізмі самозбереження населення. В умовах війни та соціально-економічної дезорганізації, спричиненої війною на багатьох територіях, сім'я стає опорою: сімейна солідарність, взаємодопомога, піклування, обмін діяльністю та матеріальними ресурсами між її членами дають змогу забезпечити собі засоби для існування. У цей період спрацьовує перевірений багаторічним досвідом сімейний механізм виживання та збереження життя людини, зміцнюється захисна функція сім'ї. Значна частина вимушених мігрантів, які змушені швидко залишити зону бойових дій, отримують допомогу та часто переїжджають до родичів у безпечні регіони країни. Згідно з соціологічними дослідженнями, у 2014 році половина переселенців, які були змушені швидко покинути зону бойових дій, залишилися у родичів, а 23% родичі допомогли переїхати [40]. Подібна ситуація, але в значно більших масштабах, спостерігалася у 2022 році, особливо в перші місяці повномасштабної війни: багато сімей допомагали та «розміщували» своїх рідних.

Під час війни, коли немає відчуття безпеки та впевненості у завтрашньому дні, психоемоційний стан часто нестабільний, людина відчуває страх, тривогу та психологічне виснаження. Хоча, опитування показують, що українці демонструють хороший рівень стійкості в перший рік повномасштабної війни, 40% з них перебувають у напруженому та дуже напруженому стані. У цих умовах зростає значення соціально-психологічних функцій сім'ї - зняття емоційної напруги в колі близьких, побудова відносин взаємної турботи і довіри, тепла і прихильності, причому ці функції набувають захисного характеру і сприяють збереженню психічного здоров'я окремих людей і суспільства в цілому [10].

Слюсар Л. зазначає, що в умовах тотальної війни українці не відмовилися від шлюбу, умовно можна сказати, що шлюбність в Україні у 2022 році не знизилась, а перевищує показники 2021 року, за даними

статистики, за 11 місяців 2022 року зареєстровано 209 818 шлюбів, що на 9101 більше ніж за відповідний період 2021 року [69, 9].

Збільшення кількості шлюбів у воєнний час пояснюється тим, що військова загроза «пришвидшує прийняття рішень», у період бойових дій та мобілізацій з'являються пари, які з певних причин раніше не поспішали юридично оформляти свої одруження, зареєструвати свій шлюб. Відповідно, чоловік впевнений, що його чекають, і відчуває, що його сім'я краще захищена, особливо якщо у пари є діти. Певна частина шлюбів реєструється в емоційному стані перед відправкою на фронт після короткочасного знайомства. Психологи стверджують, що це відповідь на виклики реальності, і це характерно для подружжя на всіх війнах і за стресових обставин. Можливо, деякі з цих пар не витримають випробування часом, а інші стануть основою міцної сім'ї [20].

Війна загострила проблеми української родини, принесла нові проблеми та ризики. Наслідком тотальної війни є деформація шлюбно-сімейної структури населення (збільшення кількості вдів, сиріт, одиноких людей похилого віку) і загострення низки існуючих проблем: бідність, соціальне сирітство, сімейна нестабільність.

В умовах воєнного періоду зростає ризик загострення гендерних проблем, оскільки під загрозою знаходиться реалізація гендерної рівності у повсякденному житті. Внаслідок вимушеної міграції зруйновано гендерний баланс у питаннях догляду за дітьми та розподілу сімейних обов'язків: виховання та догляд за дітьми, часто повністю перекладається на жінок. Слід підкреслити, що сім'я, в якій гендерний розподіл праці у домашньому господарстві та догляді за дітьми є м'яким і демократичним, і в якій чоловіки та жінки беруть активну участь у вихованні дітей, не тільки відповідає вимогам сучасності з точки зору розподілення ролей, але також є опорою в кризових ситуаціях. За словами психологів, подружні пари, які разом переживають усі труднощі та небезпеки війни в Україні, є найстабільнішими, але проблеми виникають, коли чоловік втрачає роботу. Якщо жінка

продовжує працювати, то відбудеться перерозподіл домашніх функцій між чоловіком і дружиною, і якщо сім'я не була пристосована до цього, чоловік буде відчувати себе неповноцінним, виникатимуть скандали і шлюб буде під загрозою [50].

Пропонуємо більш детально розглянути основні функції молодого сім'ї та їх особливості, які описує Астахов В. М., Бацилева О. В. [2, 14-15].

Економічна функція сім'ї – це задоволення матеріальних потреб сім'ї (їжа, житло, тощо), сприяє збереженню здоров'я та відновленню сил, витрачених на працю.

Емоційна функція - задовольняє потреби в повазі, визнанні, емоційній підтримці та психологічному захисті. Ця функція сприяє емоційній стабілізації громадян і забезпечує безпеку їх психічного здоров'я.

Функція духовного (культурного) спілкування - сприяє духовному розвитку не тільки сім'ї, а й суспільства в цілому. Функція первинного соціального контролю забезпечує відповідність членів сім'ї соціальним нормам порівняно з тими, хто не може це зробити через вік, хворобу, самотійно будувати свою поведінку відповідно до соціальних норм.

Сексуальна функція служить не тільки задоволенню сексуальних і еротичних потреб членів сім'ї, а й забезпечує біологічне відтворення суспільства.

Регенеративна функція пов'язана з успадкуванням прізвища, родоводу (передача особливих сімейних реліквій, фотографій, пам'ятних знаків, коштовностей, особистих речей предків) і майна.

Зазвичай певні зміни функцій сім'ї відбуваються з часом: одні втрачаються, інші змінюються відповідно до нових соціальних умов. В останні роки вчені відзначають появу такої нової суміжної функції, як психотерапія, яка полягає в наданні один одному емоційної підтримки та допомоги не тільки в особистісному розвитку та реалізації, а й у подоланні різного роду труднощів. Зростання толерантності до порушень норм поведінки у шлюбно-сімейних стосунках (позашлюбні діти, подружня зрада,

тощо). У сучасному світі переважають такі функції, як емоційна, духовна комунікація, сексуальність і освіта. Шлюб все більше об'єднує людей на основі емоційних зв'язків, а не економічних і матеріальних [60, 551].

Сучасні події випробовують на міцність інститут української родини. Багато сімей розлучено через міграцію жінок і дітей у безпечні місця за межі нашої держави, частина родини в силу певних обставин залишається на окупованій території.

Як ми зазначали вище, що зростає ризик загострення гендерних проблем, хочемо додати, що багатьом жінкам сьогодні доводиться самостійно виконувати певні сімейні функції. Крім того, сімейні стосунки набувають особливого значення в періоди кризи, відбувається переосмислення життєвих цінностей, зміна того, що було пріоритетним, важливим, значимим (інвестиції, гроші) на людське тепло, любов, спілкування. У цей момент настає шок від втраченого часу та можливостей, що може стати потужним джерелом психологічної травми [12].

Кожна криза, навіть війна, показує, що насправді відбувається між молодим подружжям. Стрес під час війни відрізняється від «нормального» стресу, знайомого більшості людей. Адже в мирний час ми зневажали такі порушення базових потреб, як: нестача води, їжі, тепла, розлука, вимушена міграція. Жінки, які мігрували за кордон, змушені бути сильними, брати на себе відповідальність за себе та своїх дітей і підтримувати себе.

В молодих сім'ях декому не вистачає підтримки, поради, влучного слова та турботи, адже родина – це найближчі та найрідніші люди, які допомагають пережити пекло. Стосунки інших піддаються негативним змінам, між членами родини виникають політичні та ідеологічні розбіжності (наявність близьких родичів у країні агресора), розходяться цінності, потреби та інтереси. Пара навчається жити один без одного. Ресурсів для почуттів немає - на першому місці виживання і побут. Відчувається брак емоцій, молоді сім'ї сильно втомлюються і виснажуються [54, 243].

Можна помітити, що війна торкається всіх членів родини. Не кожна людина може витримати екстремальні умови війни без шкоди своєму психічному здоров'ю. У цій ситуації можуть виникати психічні розлади різного ступеня тяжкості, що призводять до втрати повноцінного здорового існування.

Різноманітні наслідки впливу труднощів на сімейні стосунки можна розрізнити залежно від того, на яких сферах сімейного життя вони в першу чергу негативно впливають, порушення виховних функцій сім'ї, складні подружні відносини, напружені стосунки з іншими членами сім'ї (батьками чи іншими близькими особами). Думаючи про розлади в сім'ї, слід також враховувати вплив, який вони мають на партнерів. Як правило, порушення сімейного життя призводить до незадоволення потреб людини і тим самим гальмує розвиток особистості, зумовлюючи виникнення стану незадоволеності, нервово-психічної напруги та тривоги [31, 19].

З психопатологічної точки зору одним із найважливіших наслідків розладів родини є їх негативний вплив на психічне здоров'я людини (психотоксичний ефект). Сім'я, стикаючись з труднощами і більш-менш активно протистоячи їм, намагається запобігти негативним наслідкам. Однак, існують значні розбіжності щодо того, як сім'ї реагують на труднощі. У деяких випадках вони мають мобілізуючу, інтегруючу дію, для інших же вони послаблюють сім'ю і призводять до розбіжностей у всьому. Ця характерна для різних сімей реакція зазвичай виникає в умовах «нормованого стресу», коли сім'я стикається з труднощами, звичайними для певного періоду життя [60, 552].

Психотравматичні переживання – це стан, який серйозно впливає на особистість через свою тяжкість, тривалість або повторюваність. Травмуючими є не будь-які надсильні переживання, а лише ті негативні переживання, які можуть викликати конкретну клінічну патологію [63, 947].

Дослідження неврозів, реактивних станів, психопатичних та інших нервово-психічних розладів, у розвитку яких провідну роль відіграють травматичні переживання, дозволяють визначити спектр таких захворювань. Це стани незадоволення, меланхолії, депресії (субдепресивні стани), тривоги, страху, неспокою, невпевненості, безпорадності (стани фобічного кола), емоційної напруги, а також, складний комплекс станів, що виникають внаслідок наявності внутрішній конфлікт, коли людина стикається з надмірними перешкодами та труднощами [62, 199].

Шинкаренко І. визначає, що провідну роль сім'ї у виникненні патогенних ситуацій і травматичних переживань зумовлена рядом обставин [60, 552]:

– провідна роль сімейних стосунків у системі стосунків особистості (сім'я є основною соціальною групою, до якої належить особистість; сімейні події «беруться близько до серця» частіше, ніж аналогічні події у сфері роботи, дружби, тощо);

– різноманіття сімейних стосунків та їх тісний взаємозв'язок (побутові, емоційні стосунки, сексуальне та еротичне життя сім'ї – усі вони нерозривно пов'язані, спроба щось змінити в цьому колі викликає «ланцюгову реакцію» у всіх інших, тому сімейну травму важче усунути);

– особлива відкритість і, відповідно, сприйнятливність партнера в сім'ї до різноманітних внутрішньо-сімейних впливів, у тому числі травматичних (у сім'ї людина найбільш схильна до впливу інших членів сім'ї, найбільше проявляються її слабкості та недоліки).

Якщо підсумувати наукові дослідження участі сім'ї у виникненні та розвитку нервово-психічних розладів, то можна дійти висновку, що серед численних сімейних травматичних переживань особливе місце займають чотири види станів:

- стан глобального невдоволення сім'ї;
- сімейна тривога;
- сімейні надмірні нервово-психічні та фізичні навантаження;

- стан провини [48, 80].

Патогенною сімейною ситуацією, що призводить до виникнення глобальної сімейної незадоволеності, є суттєва невідповідність свідомих і підсвідомих очікувань людини від сім'ї та реального життя в сім'ї. Наслідком такої патогенної ситуації є фрустраційний стан (свідомий чи несвідомий), який тягне за собою численні наслідки та призводить до різноманітних психогенних захворювань.

Якщо є уявне невдоволення, зазвичай подружжя відкрито визнає, що сімейні стосунки їх не задовольняють. Найчастіше уявне невдоволення супроводжується конфліктом між подружжям. У цьому випадку прояв невдоволення супроводжується агресією, яка прямо вказує на те, що причиною невдоволення є інший партнер. Іншим специфічним феноменом погано усвідомленої незадоволеності є поступове наростання фрустрації [31, 129]. Подружжя помічають, що стали нервувати, наводячи нереальні причини та приховуючи справжні потреби. Яскравим проявом цього невдоволення є емоційні спалахи, які зазвичай призводять до руйнування сім'ї. Ми говоримо про ситуацію, коли жінки, які проживають за кордоном, стикаються з можливістю відновити своє сімейне життя.

Сімейна тривога зазвичай виникає через брак усвідомлення захищеності людини у важливому аспекті сімейного життя. Це може бути невпевненість у почуттях до неї або відсутність впевненості в собі. Важливою складовою цього стану є також відчуття безпорадності, відчуття неспроможності втрутитися в хід сімейних подій і направити його в потрібне русло. Сімейні страхи є основою гострих афективних реакцій, реактивних психозів, у тому числі реактивної депресії [11, 27].

Надмірне нервово-психічне напруження є одним з основних психотравмуючих переживань. Сім'я різними способами бере участь у створенні нестерпної напруги другої половинки [60, 553]:

– створення ситуації постійного психологічного тиску на особистість, важкої чи навіть безвихідної ситуації;

– створення перешкод членам сім'ї для прояву певних, надзвичайно важливих для них почуттів, задоволення важливих потреб (це можуть бути почуття, несумісні з рольовою ідеєю члена сім'ї; чоловік з великими труднощами приховує неприязнь до своєї дружини; випадки різноманітних причин сексуальної дисгармонії; особистісно-емоційні потреби у взаєморозумінні, співчутті, тощо);

– створення або підтримання внутрішнього конфлікту в особистості (сім'я може брати участь у виникненні конфлікту, спочатку висуваючи до людини суперечливі вимоги і покладаючи на неї відповідальність за їх вирішення).

Почуття провини перед іншими членами сім'ї або сім'єю в цілому також може досягати значної інтенсивності через різні стосунки в сім'ї і в поєднанні з характерологічними особливостями особистості стати психотравмуючим фактором. Людина може відчувати себе тягарем для оточуючих, винуватцем усіх сімейних невдач і схильний сприймати відносини інших членів сім'ї як докір, хоча насправді це не так [28, 14].

Визначення сімейної провини є досить серйозним, якщо взяти до уваги:

– геронтологічний аспект, пов'язаний з психологічними особливостями статусу людей похилого віку в сім'ї (батьками партнера);

– сексологічний аспект – полягає в тому, що сексуальне насильство може бути як джерелом, так і наслідком сімейної провини;

– клініка суїциду, що виражається почуттям непотрібності як мотивом «відходу»;

– вікова декомпенсація ряду характерологічних відхилень.

Отже, сімейні травматичні переживання є фактором, що призводить до порушення сімейного функціонування, що переходить у нервово-психічний або соматичний розлад особистості [23, 55].

Розглядаючи особливості функціонування молодого сім'ї під час війни, можна констатувати, що сучасний стан сім'ї, її характеристики, структура та вплив на формування особистості дають багатий матеріал для досліджень у галузі психології. В даний час найпоширенішими тенденціями в сучасній сім'ї є:

- ослаблення матеріально-психологічної (захисної) функції сім'ї;
- порушення механізму адаптації сім'ї до кризових явищ у суспільстві (війни, вимушеної міграції);
- трансформація та протиріччя сімейних ролей;
- ускладнення батьківсько-дитячих стосунків;
- нестабільність життєвих планів на війні;
- вплив патогенних факторів на психічне здоров'я членів сім'ї.

Сімейне життя - велике випробування для людей. Існування сім'ї в умовах війни є подвійним випробуванням на міцність, витривалість і стійкість молодого родини.

1.4. Емоційна самотність, як одна з головних причин конфліктів у молодих сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану

Етимологічно слово «самотність» походить від грецького. «monas» (один, одна), яке використовувалось в античній і класичній філософії для позначення основних елементів буття і означало «бути залишеним у спокої», «бути без інших», тому що вони покинули нас або ми залишили їх, щоб жити чернечим життям. У словнику української мови «самотність» зазначається як «власність і стан» зі значенням «самотній», як свідомість такого стану. Щодо лексичної одиниці «самотній» (під), то вона має таке значення: «залишений живе сам, без нікого» [32, 171].

У психологічних словниках самотність трактується як «один із психогенних факторів, що впливає на емоційний стан і психічне здоров'я людини, яка перебуває у змінених (незвичних) умовах ізоляції від інших людей», як «один із феноменів постійного стійкого психічного стану суб'єкта, що впливає на загальний сенсорно-емоційно-мотиваційний стан його психіки, фактори психогенезу»; як соціально-психічний стан особистості, що відображає його неприйняття життєвих скарг, виражених зовні у формі емоційної пригніченості, смутку і меланхолії, замкнутості та соціальної ізоляції.

Бедан В.Б., досліджуючи самотність як стан, зауважує, що психічний стан у психології - це «цілісна характеристика психічної діяльності протягом певного періоду часу, що виявляє своєрідність перебігу психічних процесів в залежності від виявлених предметів і явищ. «реальності, передстану та властивостей особистості», яка «на фізіологічному рівні характеризується певними енергетичними властивостями, а на психологічному — системою психологічних фільтрів, що забезпечують специфічне сприйняття навколишнього світу» [6, 35].

Аналіз наукової літератури з проблеми вивчення феномену виявив, що деякі дослідники визначають самотність як стан:

- пов'язані з втратою зв'язку з колективом, сім'єю, суспільством;
- спричинені відсутністю зовнішньої стимуляції фізичного та соціального характеру, втратою контакту з іншими людьми;
- відображає переживання суб'єктивної неможливості або небажання пережити відповідну реакцію і прийняття себе іншими людьми;
- супроводжується поганим настроєм і сильними емоційними переживаннями;
- в основі якого лежить порушення взаємодії з соціальним, сімейним і професійним середовищем;

- пережитий людиною внаслідок усвідомлення походження;
- призводить до розвитку психотичних станів;
- принципово змінює існування суб'єкта і є ознакою якісної зміни «Я»;
- виникає внаслідок фрустрації своєї потреби в спілкуванні з іншими людьми;
- характеризується переживанням втрати особистістю внутрішньої цілісності, зовнішніх стосунків із зовнішнім світом і відсутністю гармонії між бажаною та реальною якістю соціального спілкування.

Як бачимо, численні авторські визначення самотності як стану душі пов'язані з виділенням певних критеріїв:

- екзистенційного (переживання людини на етапі вільного самовизначення та самоствердження у світі);
- когнітивного (занурення в світ внутрішньої впевненості в собі);
- гендерного (відсутність інтимного зв'язку);
- комунікативного (відсутність або явна відсутність соціальних контактів).

За словами Е. Еріксона, «стан самотності – це тимчасове відчуття власної автономії, яке відчувається в різні періоди життя внаслідок різних вікових факторів». Залежно від тривалості перебування в стані самотності Е. Фромм вважає його «універсальним, стійким переживанням, властивим вільній особистості на всіх етапах її розвитку». Він вперше поділяє концепцію самотності та переживання людиною своєї самотності, вказуючи на те, що переживання самотності може бути неадекватним і іноді навіть страх самотності може бути для людини небезпечнішим, ніж самотність як така [6, 36].

З точки зору інших науковців «стан самотності має діапазон модальностей від свого нормального прояву до патології і може бути пов'язаний з іншими психічними проявами, наприклад, тривогою, нудьгою, порожнечею, депресією [5, 104]. У прикордонних формах стан самотності призводить до підвищеної актуалізації потреби в спілкуванні, що може

виражатися у відриві від реальності, змішуванні реальних і ілюзорних подій і ситуацій, персоніфікації предметів. Патологічна форма стану самотності супроводжується психологічними розладами і галюцинаціями.

Сучасний дослідник, Бугайцова А.С., спираючись на власні емпіричні дослідження самотності, вважає, що «самотність не можна зводити лише до її афективних компонентів і розглядати як певне почуття або психічний стан, відмінне від усіх інших почуттів і станів». Вони стверджують, що «людина, перебуваючи на самоті, переживає різні емоції та почуття, різні психічні (в тому числі емоційні) стани, але ті самі почуття, емоції та стани можуть виникати в інших ситуаціях». По-перше, немає особливого почуття або психічного стану самотності, яке можна було б відокремити від усіх інших або особливих емоцій, характерних лише для самотності; по-друге, людина пов'язує свої почуття і емоції з ситуацією самотності, в якій вона себе усвідомлює, і лише виявивши причину, вона пов'язує почуття, емоції з причиною в єдине ціле. По-третє, у тривалій життєвій ситуації, яку індивід ідентифікує як самотність, виникають різні емоції та почуття, які можуть з часом накладатися та слідувати одне за одним [9].

Грановська О. Я. зазначає, що «як стан, так і переживання можуть мати ситуативний характер, але можуть бути і особистими схильностями» [14, 57]. Тобто, психічні стани впливають на перебіг психічних процесів, повторюються і набувають стійкості та відображаються як специфічна властивість у структурі особистості.

Голота Б.М. визначає, що зовнішніми умовами всіх психологічних явищ завжди є різноманітні ситуативні фактори і виступають зовнішніми умовами психологічних явищ, тому, психологи надають більшого значення особистісним характеристикам. Риси — це гіпотетичні психічні структури особистості, які виявляються в поведінці й визначають схильність людини діяти послідовно за різних обставин і в часі [13].

Мовчан М.М. вважає, основними властивостями особистісних рис є ступінь вираженості (ступінь вираженості рис різна від людини до людини), транситуативність (прояв у різних ситуаціях) і вимірювання (їх можна виміряти за допомогою спеціальних опитувальників і тестів). Особистісні властивості прийнято вважати стійкими утвореннями, що забезпечують певний рівень активності та поведінки, характерний для конкретної людини [36]. Психічні властивості не співіснують, вони синтезуються і утворюють складні структурні утворення особистості, до яких необхідно віднести спрямованість (життєву позицію особистості), систему потреб, інтересів, переконань та ідеалів, що визначають вибірковість і рівень активності особистість, темперамент (динамічні особливості поведінки), система інтелектуальних, вольових і емоційних властивостей, що визначає творчі здібності особистості і характер як систему відносин і поведінки.

Левченко Л.Ю. зазначає, що поняття самотності пов'язане з переживанням ситуацій, які суб'єктивно сприймаються як небажані та особистісно неприйнятні для людини через брак спілкування та позитивних інтимних стосунків з оточуючими. Закінчується сама ситуація і закінчується самотність [27].

Кандиба М.О., виділяє, що у виникненні самотності, можна виділити «особистісний фактор» і підкреслює власне сприйняття ситуації залежно від характеристик людини. Спираючись на результати дослідження, Кандиба М.О. стверджує, що люди, які називають себе самотніми, наприклад, отримують досить високі бали за шкалою «ворожість», мають сильніше співчуття та почуття провини перед минулим, вони більш схильні до бути ідеалістами, щоб будувати плани на майбутнє. До перелічених факторів, які сприяють виникненню досвіду самотності, як поточного стану, ми додаємо широко поширені сьогодні соціальні фактори, такі як фрагментація суспільства, високий рівень мобільності, незахищеність традиційних соціальних кордонів і розпад традиційних груп, високі очікування щодо соціального статусу, страх соціальної ідентичності та сенсу

щоденних зустрічей з іншими. У сучасному суспільстві соціальні фактори значно погіршують стан самотності. Успіх ототожнюється із загальним визнанням, стан самотності – зі соромом людини: самотність є показником невдач, які потрапляють у категорію «керованих іншими», «керованих ззовні». Наслідками стану самотності є тривога, дратівливість і депресія [21, 432-434].

Зарубіжні дослідники Л. Пепло, М. Міцелі та Б. Мораш дійшли висновку, що на основі минулого досвіду та стосунків формується певний «еталон» емоційних зв'язків, які приносять радість. Люди розвивають загальне і відносно постійне очікування цього задоволення. Якщо таких емоційних зв'язків недостатньо, людина вважає себе самотньою [67].

Ф. Фромм-Райхман також розглядає самотність як особистісну властивість людини, пов'язану з життєвими обставинами, яка має свої особливості на кожному віковому етапі, і вважає, що з віком почуття самотності посилюється, якщо не робити зміни середовища індивіда та його взаємодії з ним [64].

Ф.В. Басін підкреслив «значущі переживання», які відіграють провідну роль в інтеграції понять «сенс» і «досвід» [4]. Таким чином, самотність як «значуще» для людини переживання асоціюється лише з тим, що наповнене для неї певним змістом.

Досвід у контексті дослідження самотності Лашук В. Г. відносить до «здатності індивіда протистояти психологічному та фізичному стресу, необхідному для успішного впорання з проблемною ситуацією» [26, 240]. Переживання викликає «афективну мобілізацію психічних ресурсів особистості для виживання в проблемній ситуації та підвищення ймовірності виживання в наступних подібних ситуаціях за рахунок збагачення внутрішнього світу та сфери діяльності» [26, 243].

Проаналізувавши наукову літературу, ми можемо узагальнити, що «самотність» - це поняття, яке описує стан емоційного відчуження та соціальної ізоляції. Це відбувається, коли ми відчуваємо брак задоволення в наших соціальних стосунках або відчуваємо відсутність зв'язку з іншими людьми.

Самотність може мати як фізичний, так і емоційний аспект. Фізична самотність виникає, коли ми перебуваємо без присутності інших людей. Емоційна самотність, з іншого боку, описує відчуття відсутності емоційного зв'язку та близькості з іншими людьми, навіть коли вони фізично присутні.

Труднощі виникають у стосунках, коли одна людина в парі почувається самотньою. Іноді обидва партнери відчувають себе ізольованими. Вимушені мігранти переїжджаючи в нове місто, село, або за кордон, можуть відчувати себе відрізаними і позбавленими зв'язків і контактів. Самотність - це, насамперед, втрата зв'язку з людьми і може проявлятися емоційно по-різному.

У британського музиканта Стінга є пісня «Englishman in New York». Його метафорична природа полягає в тому, що люди можуть відчувати себе самотніми, навіть коли поруч є люди, які говорять тією ж мовою, але є відчуття відмінності та дистанції. Це ситуація, з якою стикаються вимушені мігранти, коли вони змушені переїхати на нове місце. Їм доводиться залишати налагоджену систему спілкування, яка у них є вдома: друзі та способи проведення часу з ними, сім'я, робота, вулиці, які вони знали, парки, де вони відпочивали. На новому місці потрібно заново будувати зв'язки.

Ще важче доводиться людям, яким треба спілкуватися в новому середовищі іноземною мовою або мовою, якою вони не дуже добре володіють. Через мовний бар'єр може виникнути відчуття, що контакт із співрозмовником недостатньо інтенсивний і є ризик, не так висловитись, як би хотілось.

З еволюційної точки зору самотність вивчав колишній Головний військовий хірург Сполучених Штатів Вівек Мурті. У своїй книзі «Самотність. Сила людських стосунків» автор стверджує, що почуття самотності було сигналом для людей, що їм потрібна зграя. Зрештою, протягом більшої частини людської історії в однієї людини було дуже мало шансів вижити. Наприклад, у зграї людина мала великі шанси отримати ресурси шляхом полювання. Люди розвивалися в спільнотах, а зараз ці спільноти починають активно розпадатися, особливо через появу віртуального життя та воєнного конфлікту. Самотність виникає, коли втрачається контакт з чимось або важливою людиною. Це почуття породжує внутрішній страх. Тому, можна сказати, що у самотніх людей страх може бути переважаючим периферійним почуттям. Страх вказує на потребу спілкуватися з кимось іншим.

Вівек Мурті каже, що самотність має три виміри. Перший — це емоційна (інтимна) самотність: бажання мати кохану людину, якій можна довіряти, або інтимного партнера, тобто людину, з якою нас об'єднує глибока взаємна любов і довіра. Другий вимір – це реляційна (соціальна) самотність. Йдеться про приналежність до певного вузького кола людей: колективу (наприклад, працівника), родини, спільноти інтересів. Зв'язок, який з'єднує із певною спільнотою, дає людині спокій і відчуття підтримки. Третій вимір – колективна самотність, це люди, які не відчують себе прийнятими в ширшому середовищі, наприклад вимушені мігранти [38].

Основною причиною самотності в молодій сім'ї є не любов, яка зникла, а брак спілкування, що з'явився через переїзд до нового місця проживання, зайнятість партнерів, виживання в умовах війни.

Самотність у сім'ї не виникає на місяць і не на рік, а розвивається поступово і часто непомітно для обох партнерів. З часом чоловіки все менше звертають увагу на жінок. Їм доводиться утримувати сім'ю та заробляти гроші, у них постійно з'являються нові цілі та життєві пріоритети. Жінки, які займаються домашнім господарством і доглядають за дітьми, чекають від

чоловіків підтримки, розуміння та уваги. При цьому вони не намагаються відчутти партнера і зрозуміти його бажання. Обидва орієнтуються лише на власний досвід. У такій ситуації рано чи пізно між подружжям виникає відчуженість і байдужість [47].

Самотні люди можуть діяти агресивно, тому що гнів часто є єдиним способом отримати енергію для людей, які мають багато пригнічених почуттів. Гнів дає людині відчуття влади та контролю, це природна захисна реакція.

Крім того, самотні люди можуть бути непривітними. Але варто пам'ятати, що людина, яка відчувається самотньою, просто настільки тривожна, що не може продемонструвати прийнятну соціальну реакцію.

Одна з ідей Вівека Мурті полягає в тому, що самотність породжує багато страху. Його може бути так багато, що людина просто не зможе досліджувати нові місця чи шукати друзів. Страх блокує доступ до живого інтересу і спонтанності. Відчуження тут може виступати захисним механізмом. Часто люди в такому стані проводять багато часу вдома, тому що у них немає сил і засобів виходити на вулицю [38].

Інтеграція людини в нове середовище – це дуже складне завдання. Тому що люди, які залишають небезпечні зони через війну, теж перебувають у стані регресу і емоційно в цей час схожі на маленьких дітей. Досить часто вимушені мігранти відчуваючи самотність, приходять до висновку «зі мною щось не так, у моїх болях, страхах і важких переживаннях, я не хочу втішати партнера чи інших близьких, коли їм важко». В таких ситуаціях, трапляється нерозуміння партнерів один одного, відчуження, що він чи вона не бажають спілкування, зникає підтримка. На цьому фоні може розгорнутися конфлікт, який призведе до більш загостреної ситуації нерозуміння.

Самотність може впливати на характер людини на багатьох рівнях, включаючи психологічні, емоційні та соціальні аспекти. Ось деякі зміни характеру, які можуть відбутися під впливом самотності:

– самотність може підвищити емоційну чутливість людини. Відчуття відсутності близькості та підтримки може зробити людину більш вразливою до негативних емоцій, таких як тривога, депресія та розчарування.

– самотність може вплинути на самооцінку людини. Почуття ізоляції та соціальної підтримки можуть підірвати впевненість у собі та призвести до відчуття нікчемності.

– при тривалій самотності людина може втратити практику взаємодії з іншими, що може призвести до зниження соціальних навичок і труднощів у формуванні та підтримці здорових стосунків з іншими.

– самотність може підвищити сприйнятливність до стресу: відчуття загрози, незахищеності та більшої вразливості до стресових ситуацій.

– у деяких випадках самотність може вплинути на поведінку людини. Деякі люди можуть відчувати бажання уникати соціальних ситуацій і вагатися щодо спілкування з новими людьми.

Важливо пам'ятати, що не всі однаково реагують на самотність. Деякі люди можуть бути більш витривалими та здатними впоратися з почуттям самотності, тоді як інші можуть страждати більше та потребувати підтримки та допомоги, щоб подолати цей стан.

Бувають ситуації, коли людина відчувається самотньою навіть у присутності партнера або коли взаємодія з ним не створює повного емоційного зв'язку. Цей стан може викликати почуття розчарування, незадоволення та збентеження. Важливо розуміти, що така ситуація може бути нормальною і до неї потрібно підходити спокійно та відкрито.

Однією з можливих причин такої «самотності» може бути недостатній емоційний зв'язок або спілкування між партнерами. Це може статися, коли люди не відчувають справжнього розуміння, підтримки та зв'язку один з одним. Можливо, взаємне спілкування є поверхневим або не відповідає потребам обох партнерів.

Психологічно самотні люди можуть страждати від сильного стресу, поганого настрою, тривоги, депресії та невпевненості. Фізично самотність може призвести до ослаблення імунної системи, підвищеного ризику серцево-судинних захворювань, погіршення якості сну, зниження фізичної активності та збільшення нездорових звичок. Важливо звернути увагу на самотність і знайти способи підтримувати контакти з партнером.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ САМОТНОСТІ У МОЛОДИХ СІМ'ЯХ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

2.1. Методи, методика і процедура дослідження

Проаналізувавши теоретичну частину нашого дослідження, ми прийшли припущення, що одна з головних причин виникнення конфліктів у молодих сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану є емоційна самотність. Виходячи з цього ми вирішили емпірично перевірити наше припущення.

Опитування проходило онлайн, через додаток Google forms, респондентами дослідження стали 5 сімейних пар (5 жінок та 5 їх чоловіків) віком від 23-30 років, молоді сім'ї, знаходяться в шлюбі від 3-7 років.

Зауважимо, що жінки з початком повномасштабного вторгнення росії на територію України були вимушені емігрувати до Німеччини, а чоловіки залишились на території України (чоловіки не є військовими).

Для проведення емпіричного дослідження були використані наступні методики:

1. Діагностика переживання самотності. Методика містить п'ять шкал самотності: тимчасова, постійна, емоційна, поведінкова, когнітивна.

Отримані результати порівнюються з ключем. За кожну шкалу додається 1 бал. Максимальна оцінка за кожен тип самотності – 10 балів за шкалу. Існують наступні рівні переживання самотності по кожній шкалі:

- 10 - 7 балів – високий рівень;
- 6 - 4 бали – середній (адаптивний) рівень;
- 3 - 0 балів – низький рівень.

Тимчасова самотність є найпоширенішою формою цього стану і відноситься до короткочасних нападів самотності. Рідше воно виникає внаслідок значних стресових подій у житті, таких як смерть близької людини або розрив стосунків (у цьому випадку самотня людина зазвичай мириться зі своєю долею після короткого періоду труднощів) долає самотність.

Постійна самотність виникає, коли людині не вдається встановити задовільний психосоціальний зв'язок протягом тривалого періоду часу.

Емоційна самотність є наслідком відсутності тісного зв'язку з людиною або розриву таких емоційних зв'язків (якщо вони є) (позитивні чи негативні емоції, пов'язані з переживанням самотності; прийняття або неприйняття самотності індивідом). Така самотність може виникнути через емоційну холодність партнерів і оточуючих.

Поведінкова самотність проявляється конфліктами, втратою зв'язку з іншими, відсутністю доступного соціального кола спілкування (відсутність важливої дружби чи почуття спільності, невключення до референтної групи індивіда). Така самотність може виражатися як активно (бажання, уникнення), так і пасивно.

Когнітивна самотність – це стан, який людина відчуває через усвідомлення нею ситуації власної депривації (внутрішнє відчуття самотності, порожнечі). Воно може бути результатом різкої зміни пріоритетних установок у стосунках з оточуючими, розбіжності інтересів і поглядів.

2. Методика «Незакінчених речень» відноситься до класу проєктивних психологічних процедур і традиційно використовується в психодіагностиці для дослідження суб'єктивних переживань, очікувань, патологічних станів особистості, а також проблем міжособистісного сприйняття та взаємодії.

Запитання були розроблені автором роботи та науковим керівником, методика містять 20 незакінчених речень, що могли допомогти нам розібратися в міжсімейних стосунках українських сімей до вимушеного міграції та до початку війни.

Розкривши методи, методики і процедуру дослідження можемо переходити до результатів дослідження та їх інтерпретації.

2.2. Результати дослідження та їх інтерпретація

В процесі емпіричного дослідження проводилось паралельно дві методики: «Діагностика переживання самотності», та методика «Незакінчених речень», це дозволило нам більш якісно проаналізувати шкали переживання самотності спираючись на відповіді респондентів за незакінченими реченнями.

Діагностика переживання самотності проводилась спочатку серед жінок, а потім серед їх чоловіків. За результатами діагностики, ми отримали та підраховали бали по кожній шкалі самотності окремо.

Таблиця 2.1.

Діагностика переживання самотності серед жінок за шкалою тимчасова самотність

№	№ респондента жінки	Шкала тимчасова самотність	Рівень переживання самотності
1	Ж №1	1	Низький рівень
2	Ж №2	2	Низький рівень
3	Ж №3	1	Низький рівень
4	Ж №4	1	Низький рівень
5	Ж №5	2	Низький рівень

З таблиці 2.1, видно, що у всіх жінок-респондентів нашої групи виявлено низький рівень переживання тимчасової самотності, це говорить про те, що у жінок немає короткочасних нападів самотності, що підтверджується методикою незакінчених речень.

Таблиця 2.2.

**Діагностика переживання самотності серед жінок
за шкалою постійна самотність**

№	№ респондента жінки	Шкала постійна самотність	Рівень переживання самотності
1	Ж №1	7	Високий рівень
2	Ж №2	6	Середній рівень
3	Ж №3	6	Середній рівень
4	Ж №4	8	Високий рівень
5	Ж №5	5	Середній рівень

З таблиці 2.2, видно, що у жінок-респондентів нашої групи виявлено середній та високий рівень переживання постійної самотності. № 1,4 – високий рівень переживання постійної самотності - 40%; у № 2,3,5 – виявлено середній рівень переживання постійної самотності, що становить 60% нашої вибірки серед жінок.

Такі данні говорять про те, що жінкам-респондентам не вдається встановити задовільний психосоціальний зв'язок протягом тривалого періоду часу, це може відбуватись через те, що вони знаходяться в Німеччині, не знають мови, не мають поряд підтримки близької людини (чоловіка).

Таблиця 2.3.

**Діагностика переживання самотності серед жінок
за шкалою емоційна самотність**

№	№ респондента жінки	Шкала емоційна самотність	Рівень переживання самотності
1	Ж №1	8	Високий рівень
2	Ж №2	7	Високий рівень
3	Ж №3	9	Високий рівень
4	Ж №4	6	Середній рівень
5	Ж №5	8	Високий рівень

З таблиці 2.3, бачимо, що жінки респонденти № 1,2,3,5 – мають високий рівень переживання емоційної самотності - 80%; №4 – має середній рівень переживання емоційної самотності - 20%, який знаходиться на межі з високим рівнем.

Такі високі показники підтверджуються методикою незакінчених речень та є наслідком відсутності тісного зв'язку з партнером (чоловіком), який знаходиться на території України. Негативні емоції, пов'язані з переживанням самотності, є підставою до неприйняття самотності індивідом. Жінки потребують теплоти, підтримки, допомоги від чоловіка, яка була до переїзду в Німеччину.

Таблиця 2.4.

**Діагностика переживання самотності серед жінок
за шкалою поведінкова самотність**

№	№ респондента жінки	Шкала поведінкова самотність	Рівень переживання самотності
1	Ж №1	3	Низький рівень
2	Ж №2	4	Середній рівень
3	Ж №3	2	Низький рівень
4	Ж №4	3	Низький рівень
5	Ж №5	5	Середній рівень

З таблиці 2.4, маємо такі данні: високий рівень переживання поведінкової самотності не виявлено. Низький рівень переживання поведінкової самотності виявлено у жінок-респондентів № 1,3,4 – що складає 60% від вибірки. Середній рівень переживання поведінкової самотності – виявлено у жінок-респондентів № 2,5, це 40% від вибірки.

Такі результати можуть бути пояснені тим, що у жінок не виявлено конфліктної поведінки, вони підтримують зв'язок з батьками та подругами, теперішнє коло спілкування у них з дівчатами, які також вимушено іммігрували до Німеччини та відвідують разом мовленнєві курси. Але, така поведінкова самотність виражається, як активне бажання уникнення самотності.

Таблиця 2.5.

**Діагностика переживання самотності серед жінок
за шкалою когнітивна самотність**

№	№ респондента жінки	Шкала когнітивна самотність	Рівень переживання самотності
1	Ж №1	6	Середній рівень
2	Ж №2	8	Високий рівень
3	Ж №3	6	Середній рівень
4	Ж №4	7	Високий рівень
5	Ж №5	8	Високий рівень

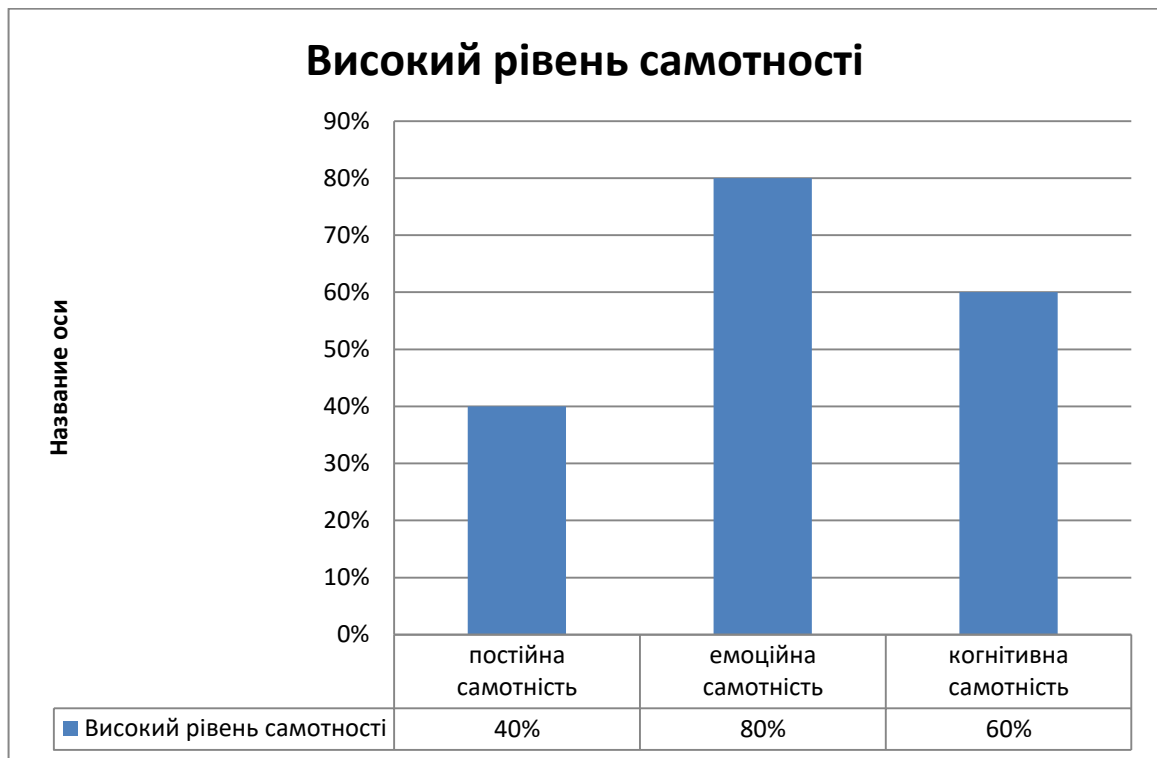
З таблиці 2.5, ми бачимо, що жінки-респонденти № 2,4,5 мають високий рівень переживань когнітивної самотності, що складає 60% від вибірки, жінки-респонденти № 1,3 – мають середній рівень переживань когнітивної самотності – 40%, який межує з високим рівнем.

За результатами методики незакінчені речення було встановлено, що жінки відчують власну депривацію, як прояв внутрішнього відчуття самотності через те, що вони знаходять не вдома, і навіть не на батьківщині.

Це проявляється через зміну пріоритетних установок у стосунках з оточуючими німцями та розбіжностями інтересів і поглядів на життя. Люди, які не були у стані війни, не можуть зрозуміти, що відчувають люди, які покинули все і були вимушені рятуватись.

Проаналізувавши всі отримані данні першої групи жінок-респондентів, ми можемо узагальнити, що більш за все, виявлені такі шкали: постійна самотність, емоційна самотність, когнітивна самотність.

На діаграмі 2.1. продемонстровано результати жінок-респондентів високого рівня самотності по трем шкалам за методикою «Діагностики переживання самотності»



Діаграма 2.1. Показники високого рівня самотності виявлені у жінок-респондентів

Отже, проаналізувавши усі результати жінок-респондентів, ми можемо сказати, що більш виражена шкала емоційної самотності, на другому місці шкала когнітивної самотності, на третьому місці шкала постійна самотність. Усі інші шкали за методикою «Діагностики

переживання самотності» виражені на низькому чи середньому (адаптивному) рівні.

Наступним кроком нашого дослідження за методикою «Діагностики переживання самотності» у чоловіків. За результатами методики, ми отримали та підраховали бали по кожній шкалі самотності окремо.

Зауважимо, що за аналізом результатів методики незакінчених речень, чоловіки-респонденти знаходяться в Україні, та працюють, щоб допомогти фінансово своїм жінкам, які вимушено іммігрували до Німеччини, та батькам, які були вимушені переїхати з окупованих територій та від постійних бомбардувань на Захід України.

Таблиця 2.6.

**Діагностика переживання самотності серед чоловіків
за шкалою тимчасова самотність**

№	№ респондента чоловіка	Шкала тимчасова самотність	Рівень переживання самотності
1	Ч №1	4	Середній рівень
2	Ч №2	5	Середній рівень
3	Ч №3	7	Високий рівень
4	Ч №4	5	Середній рівень
5	Ч №5	6	Середній рівень

З таблиці 2.6, видно, що у чоловіків-респондентів № 1,2,4, 5 – виявлено середній рівень переживання тимчасової самотності (80%), у чоловіка-респондента № 3 – високий рівень переживання тимчасової самотності (20%).

Це може підтверджуватись тим, що через стресові події, як обстріли, хвилювання за своє життя та батьків похилого віку виникає відчуття самотності, але через короткий проміжок часу зникає. Середній рівень переживання підтверджує адаптивність до таких подій.

Таблиця 2.7.

**Діагностика переживання самотності серед чоловіків
за шкалою постійна самотність**

№	№ респондента чоловіка	Шкала постійна самотність	Рівень переживання самотності
1	Ч №1	5	Середній рівень
2	Ч №2	3	Низький рівень
3	Ч №3	4	Середній рівень
4	Ч №4	3	Низький рівень
5	Ч №5	6	Середній рівень

З таблиці 2.7, бачимо, що в групі чоловіків-респондентів не виявлено високого рівня переживання постійної самотності. У чоловіків-респондентів № 1,3,5 – виявлено середній рівень переживання постійної самотності (60%). Чоловіки-респонденти № 2,4- мають низький рівень переживання постійної самотності (40%).

Такі отримані дані та аналіз методики незакінчених речень, свідчать про те, що чоловіки більш адаптивні до переживання постійної самотності, в силу своєї роботи та зайнятості, вони активно спілкуються та комунікують з друзями та рідними, які залишились на території України. Мають змогу відвідувати звичні місця, проживати в своєму домі, прогулюватись по рідним паркам.

Таблиця 2.8.

**Діагностика переживання самотності серед чоловіків
за шкалою емоційна самотність**

№	№ респондента чоловіка	Шкала постійна самотність	Рівень переживання самотності
1	Ч №1	8	Високий рівень
2	Ч №2	9	Високий рівень

Продовження таблиці 2.8

3	Ч №3	9	Високий рівень
4	Ч №4	10	Високий рівень
5	Ч №5	8	Високий рівень

У всіх чоловіків-респондентів нашої групи виявлено високий рівень переживання емоційної самотності – 100 %.

Це підтверджується методикою незакінчених речень, де чоловіки зазначали відсутність тісного зв'язку з другою половинкою, це проявляється більш на фізичному рівні, а саме сексуальний зв'язок, піклування дружиною (приготування їжі, прання речей, уюту та теплоти в домі). Чоловіки мають самі собі готувати, приходять виснажені з роботи, а вдома їх ніхто не чекає. Такий довгий розрив в сексуальних відносинах, може з часом привести до розірвання стосунків з дружиною, яка знаходиться за кордоном.

Таблиця 2.9.

**Діагностика переживання самотності серед чоловіків
за шкалою поведінкова самотність**

№	№ респондента чоловіка	Шкала поведінкова самотність	Рівень переживання самотності
1	Ч №1	3	Низький рівень
2	Ч №2	2	Низький рівень
3	Ч №3	3	Низький рівень
4	Ч №4	4	Середній рівень
5	Ч №5	4	Середній рівень

У чоловіків-респондентів № 1,2,3, виявлено низький рівень переживання поведінкової самотності (60%). У № 4,5 –виявлено середній рівень переживання поведінкової самотності (40%).

Такі результати можуть бути пояснені тим, що у чоловіків не виявлено конфліктної поведінки, вони підтримують зв'язок з батьками та друзями, які залишились на території України, а також підтримують зв'язок через інтернет мережі з тими, хто виїхав, така поведінкова виражається, як активне бажання уникнення самотності. Також, вони постійно працюють, щоб матеріально допомогти дружинам та батькам похилого віку.

Таблиця 2.10.

**Діагностика переживання самотності серед чоловіків
за шкалою когнітивна самотність**

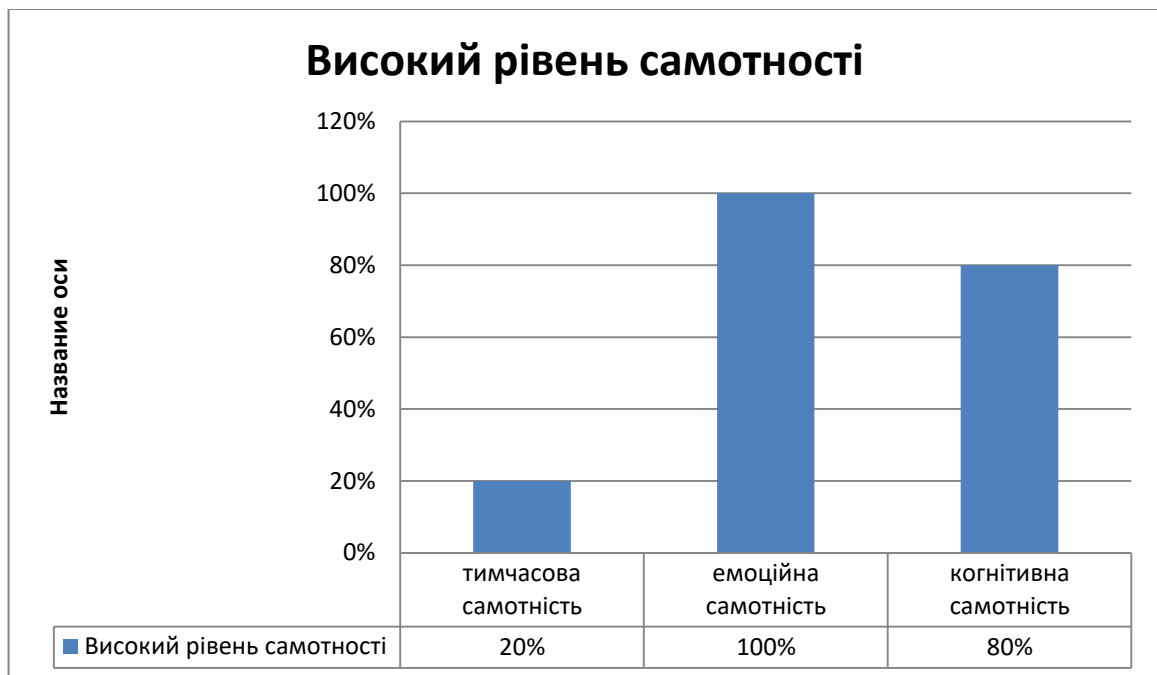
№	№ респондента чоловіка	Шкала когнітивна самотність	Рівень переживання самотності
1	Ч №1	9	Високий рівень
2	Ч №2	8	Високий рівень
3	Ч №3	6	Середній рівень
4	Ч №4	7	Високий рівень
5	Ч №5	8	Високий рівень

У чоловіків-респондентів № 1,2,4,5 – виявлено високий рівень переживань когнітивної самотності (80%). У № 3 – виявлено середній рівень переживання когнітивної самотності, який межує з високим (20%).

Такі бали говорять про те, що чоловіки внутрішньо відчувають порожнечу та самотність, через те, що їх кохані дружини виїхали за кордон і у них немає змоги з ними зустрітися. Також спостерігається когнітивний дисонанс, що вони самі були ініціаторами, щоб жінки не піддавали небезпеці своє життя та виїхали, а тепер, вони відчувають потребу в їх близьких стосунках, теплоті та турботі.

За результатами дослідження за методикою «Діагностики переживання самотності» у чоловіків-респондентів високі рівні самотності виявлено за такими шкалами: тимчасова самотність, емоційна самотність, когнітивна самотність.

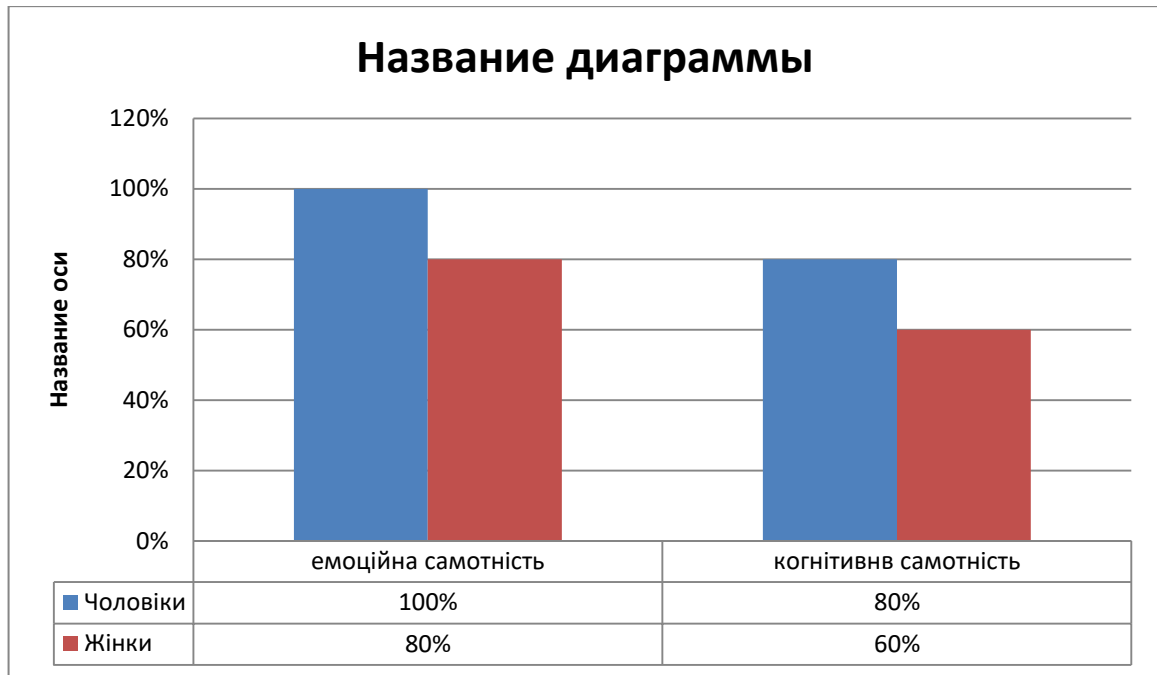
На діаграмі 2.2. продемонстровано результати чоловіків-респондентів високого рівня самотності по трем шкалам.



Діаграма 2.2. Показники високого рівня самотності виявлені у чоловіків-респондентів

Отже, проаналізувавши усі результати чоловіків-респондентів, ми можемо сказати, що більш виражена шкала емоційної самотності, на другому місці шкала когнітивної самотності, на третьому місці шкала тимчасова самотність. Усі інші шкали за методикою «Діагностики переживання самотності» виражені на низькому чи середньому (адаптивному) рівні.

Якщо порівнювати показники за методикою ««Діагностики переживання самотності» серед жінок та чоловіків, то ми бачимо, що дві шкали співпадають, тому хочемо наглядно показати на діаграмі 2.3, та співвіднести отримані результати.



Діаграма 2.3. Порівняння показників за методикою ««Діагностики переживання самотності» серед жінок та чоловіків за високими рівнями шкал переживання самотності

За результатами дослідження, виявлено, що чоловіки-респонденти мають вищі показники за шкалою переживання емоційної самотності, що підтверджується тим, що чоловікам не вистачає сексуального життя, що не можна задовольнити дистанційно. А жінки більш потребують емоційного зв'язку (це може бути частіші телефонні дзвінки, підтримка, турбота, піклування, приємні слова), які можна підтримувати дистанційно.

Когнітивна самотність, також має більш виражені показники у чоловіків-респондентів, ніж у жінок-респондентів. Це підтверджується методикою незакінчених речень, де респонденти зазначали усвідомлення власної депривації, пов'язану з внутрішнім переживанням відчуття

самотності. Розбіжностей інтересів між подружжям та поглядами на майбутнє. Брак уваги, теплоти та контакту між членами родини.

Підсумовуючи все вище сказане, можемо зробити висновок, що припущення нашого дослідження про те, що одна з головних причин виникнення конфліктів у молодих сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану є емоційна самотність, повністю підтверджена.

ВИСНОВКИ

Молода сім'я - це шлюб, в якому подружжя в першому шлюбі проживає з дітьми або без них до 10 років включно, а їх вік не перевищує 30 років. Це молоді шлюби, які характеризуються початковим розподілом діяльності та відповідальності в сім'ї, вирішенням житлових та фінансових проблем, пов'язаних із веденням спільного господарства та побуту, входженням у роль чоловіка та дружини в процесі набуття життєвого досвіду і дорослішання.

Стосунки в молодій сім'ї піддаються серйозним випробуванням, наприклад через структурну кризу в сім'ї. Часто людям здається, що вони почали віддалятися один від одного. На цьому етапі чоловіча невірність досягає свого піку, що, швидше за все, пов'язано з труднощами виконання сімейних правил і обов'язків. Ці труднощі є основною причиною конфліктів і можливого емоційного розлучення, яке може призвести до справжнього розлучення. І те, як насправді складеться сім'я при появі новонародженого, багато в чому буде залежати від того, які не тільки емоційні, а й матеріальні основи заклали подружжя, розуміючи, який важкий період їм доведеться пережити.

Усі подружні союзи проходять період розбіжностей. Наявність конструктивно вирішених конфліктів є важливою складовою сімейної структури подружньої пари. Подружжя, особливо молоде, зазвичай драматизує будь-яку спірну ситуацію, вважаючи єдиним виходом з такої ситуації розлучення. Конфліктними вважаються пари, в яких між подружжям виникають постійні суперечки, де стикаються їхні інтереси, потреби, наміри та бажання і виникають особливо сильні та тривалі емоційні стани.

Розпочата 24 лютого 2022 року повномасштабна війна росії проти України перервала природний процес життя та розвитку української родини, змінила умови її життя, загострила існуючі та спровокувала нові проблеми та ризики. Загибель великої кількості людей, вимушена масова міграція

всередині країни та за її межі стали причинами деформації та часткової дезорганізації демографічного та соціально-економічного розвитку. У цих умовах важливо розуміти проблеми та ризики для української сім'ї, яка є базовим інститутом суспільства, а також її роль у цих екстремальних умовах. Вимушені мігранти змушені повністю або частково відмовитися від своїх звичних суджень і розуміння світу. Найбільша складність – знайти однодумців.

Війна залишила відбиток на житті та психіці кожного українця. Страх, депресія, зриви, апатія, поганий настрій, нав'язливі думки супроводжують кожного, хто бачив і відчув війну. Проблеми в сім'ї і сімейні відносини не виняток.

Сім'я відіграє важливу роль не тільки в житті окремої людини, але і в житті суспільства в цілому. Важливість сім'ї підтверджується тим, що більшість людей у світі, понад 70%, живуть у сім'ях - це офіційні та неофіційні сім'ї. Сфера діяльності сім'ї безпосередньо пов'язана із задоволенням певних потреб її членів і є функцією сім'ї. Традиційно у важкій стресовій ситуації індивід може отримати допомогу та підтримку з боку сім'ї.

Сучасні події випробовують на міцність інститут української родини. Багато сімей розлучено через міграцію жінок і дітей у безпечні місця за межі нашої держави, частина родини в силу певних обставин залишається на окупованій території.

Проаналізувавши наукову літературу, ми можемо узагальнити, що «самотність» - це поняття, яке описує стан емоційного відчуження та соціальної ізоляції. Це відбувається, коли ми відчуваємо брак задоволення в наших соціальних стосунках або відчуваємо відсутність зв'язку з іншими людьми.

Основною причиною самотності в молодій сім'ї є не любов, яка зникла, а брак спілкування, що з'явився через переїзд до нового місця проживання, зайнятість партнерів, виживання в умовах війни.

Самотні люди можуть діяти агресивно, тому що гнів часто є єдиним способом отримати енергію для людей, які мають багато пригнічених почуттів. Гнів дає людині відчуття влади та контролю, це природна захисна реакція. Самотність може впливати на характер людини на багатьох рівнях, включаючи психологічні, емоційні та соціальні аспекти.

Психологічно самотні люди можуть страждати від сильного стресу, поганого настрою, тривоги, депресії та невпевненості. Фізично самотність може призвести до ослаблення імунної системи, підвищеного ризику серцево-судинних захворювань, погіршення якості сну, зниження фізичної активності та збільшення нездорових звичок. Важливо звернути увагу на самотність і знайти способи підтримувати контакти з партнером.

Проаналізувавши теоретичну частину нашого дослідження, ми прийшли припущення, що одна з головних причин виникнення конфліктів у сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану є емоційна самотність. Виходячи з цього ми вирішили емпірично перевірити наше припущення.

Опитування проходило онлайн, через додаток Google forms, респондентами дослідження стали 10 сімейних пар (5 жінок та 5 їх чоловіків) віком від 23-30 років, молоді сім'ї, знаходяться в шлюбі від 3-7 років.

Зауважимо, що жінки з початком повномасштабного вторгнення росії на територію України були вимушені іммігрувати до Німеччини, а чоловіки залишились на території України (чоловіки не є військовими).

В процесі емпіричного дослідження проводилось паралельно дві методики: «Діагностика переживання самотності», та методика «Незакінчених речень», це дозволило нам більш якісно проаналізувати шкали переживання самотності спираючись на відповіді респондентів за незакінченими реченнями.

Діагностика переживання самотності проводилась спочатку серед жінок, а потім серед їх чоловіків. За результатами діагностики, ми отримали та підрахували бали по кожній шкалі самотності окремо.

Проаналізувавши усі результати жінок-респондентів, ми можемо сказати, що більш виражена шкала емоційної самотності, на другому місці шкала когнітивної самотності, на третьому місці шкала постійна самотність. Усі інші шкали за методикою «Діагностики переживання самотності» виражені на низькому чи середньому (адаптивному) рівні.

Результати чоловіків-респондентів, визначають: на першому місці шкала емоційної самотності, на другому місці шкала когнітивної самотності, на третьому місці шкала тимчасова самотність. Усі інші шкали за методикою «Діагностики переживання самотності» виражені на низькому чи середньому (адаптивному) рівні.

Якщо порівнювати показники за методикою ««Діагностики переживання самотності» серед жінок та чоловіків, то ми бачимо, що дві шкали співпадають.

За результатами дослідження, виявлено, що чоловіки-респонденти мають вищі показники за шкалою переживання емоційної самотності, що підтверджується тим, що чоловікам не вистачає сексуального життя, що не можна задовольнити дистанційно. А жінки більш потребують емоційного зв'язку (це може бути частіші телефонні дзвінки, підтримка, турбота, піклування, приємні слова), які можна підтримувати дистанційно.

Когнітивна самотність, також має більш виражені показники у чоловіків-респондентів, ніж у жінок-респондентів. Це підтверджується методикою незакінчених речень, де респонденти зазначали усвідомлення власної депривації, пов'язану з внутрішнім переживанням відчуття самотності. Розбіжностей інтересів між подружжям та поглядами на майбутнє. Брак уваги, теплоти та контакту між членами родини.

Отже, можемо сказати, що припущення нашого дослідження про те, що одна з головних причин виникнення конфліктів у молодих сім'ях вимушених мігрантів під час воєнного стану є емоційна самотність, повністю підтверджена.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрусин Н.І. Соціальна вразливість населення: дефініції, підходи до розуміння та оцінювання. *Економіка та суспільство*. № 37. 2022. URL: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2022-37-42>
2. Астахов В. М., Бацилева О. В. Підготовка до батьківства як етап соціалізації особистості. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України* / за ред. С. Д. Максименка. Т. Х. Ч. 2. Київ, 2008. С. 13–20.
3. Балабанова Л.В., Савельєва К.В. Конфліктологія : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Професіонал», 2009. 280 с.
4. Бассін Ф.В. «Значальні» переживання та проблема власне психологічної закономірності. *Питання психології*. 1972. №3. С.105-124.
5. Бедан В.Б. Автономність і переживання самотності: емпіричний пошук співвідношення їх показників. *Проблема сучасної психології особистості: зб. мат. наук.-практ. конф. молодих вчених та студентів* (Одеса, 14 травня 2015 р.). ПНПУ імені К.Д. Ушинського. Одеса: Ледарук, 2015. С. 103-109.
6. Бедан В.Б. Індивідуально-типологічні особливості схильності особистості до переживання самотності: дисертація 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. Одеса, 2018. 319 с.
7. Блинова О. Є. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів: підходи і проблеми вивчення феномена акультурації. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2016. Вип. 3 (1) С. 111–117.
8. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. Київ: МАУП, 2001. 96 с.

9. Бугайцова А. С. Самотність як бар'єр та ресурс самодостатності. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. Електронна версія. Серія: Психологія, 2016. Вип. 1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2016_1_
10. Вісімнадцяте загальнонаціональне опитування: Психологічні маркери війни (жовтень 2022). Соціологічна група «Рейтинг». URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/vosemnadcatyy_obschenacionalnyy_opros_psihologicheskie_markery_voyny_8-9_oktyabrya_2022.html (дата звернення: 12.02.2023).
11. Волошин П.В. Шестопалова Л.Ф., Підкоритов В.С. Посттравматичні стресові розлади: діагностика, лікування, реабілітація : метод. рекомендації. Харків, 2002. 47 с.
12. Голос війни: історії ветеранів. Правдиві історії з фронту. Київ : ГО «Інтерньюз-Україна», 2017. URL : https://internews.ua/storage/app/media/Golos_viyni_epub.pdf.
13. Голота Б. М. Самотність у життєвому світі особистості: соціокультурний вимір: дис... канд. філос. наук: 09.00.04. Харківський національний ун-т ім. В.Н. Каразіна. Харків, 2004. 17 с.
14. Грановська О. Я. Переживання самотності особистістю в подружньому житті: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка. Київ, 2012. 240 с.
15. Дев'яте загальнонаціональне опитування: Соціально-економічні проблеми під час війни (квітень 2022). Соціологічна група «Рейтинг». URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/devyatyy_obschenacionalnyy_opros_socio-ekonomicheskie_problemy_vo_vremya_voyny_26_aprelya_2022.html (дата звернення: 05.02.2023).
16. Дейл Карнегі. Як подолати неспокій та почати жити. Переклад з англійської: І. Іванченко. Київ: «Країна Мрій». 2012. 271 с.

17. Демографічна криза в Україні. *Проблеми дослідження, витоки, складові, напрями протидії*. Київ: Ін-т економіки НАН України, 2001. 560 с.
18. 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).
19. Долинська Л. В., Матяш-Заяц Л. П. Психологія конфлікту : навчальний посібник. Київ : Каравелла, 2010. 304 с.
20. Дофамін, який отримують на війні. *NV*. URL: <https://nv.ua/ukr/ukraine/events/seks-vesillya-i-rozluchennya-pid-chas-viyni-shcho-vidbuvayetsya-u-vidnosinah-ukrajinciv-novini-ukrajini-503094> (дата звернення: 12.02.2023).
21. Кандиба М.О. Психологічні аспекти відношення жінок до самотності та її вплив на особистість. *Проблема сучасної психології*. Випуск 16. 2012. С. 431-439.
22. Ковальчук А. Психологічні наслідки трудової міграції для мігрантів та їх сімей. URL: <http://ena.lp.edu.ua:8080/bitstream/ntb/16855/1/26-Kovalchuk-210-216.pdf>.
23. Коленіченко Т. І., Левицька Н. С., Грицай С. О. Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми ресоціалізації комбатантів в Україні. *Проблеми соціальної роботи : філософія, психологія, соціологія*. 2018. № 2(12). С. 51–57.
24. Кравець В. Психологія сімейного життя: В 2-х ч. Тернопіль, 1995. 695 с.
25. Курилич М. Трансформація та політизація міграційних процесів під впливом глобалізації. *Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень ім. І. Ф. Кураса НАН України*, 2010. Вип. 49. Київ. С. 364–380.

26. Лашук В. Г. Особливості поведінки самотньої людини в соціумі. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. Київ: ГНОЗІС, 2009. Т. XI, ч. 1. С. 238–246.
27. Левченко Л. Ю. Проблема самотності: гендерний контекст: автореф. дис. ... канд. філософ. наук: 09.00.04. Національний педагогічний університет ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2007. 20 с.
28. Лесков В. О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців із районів військових конфліктів : автореф дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09 / Нац. акад. Державної прикордонної служби України ім. Богдана Хмельницького. Хмельницький, 2008. 22 с.
29. Лібанова Е.М., Позняк О.В., Цимбал О.І. (2022). Масштаби та наслідки вимушеної міграції населення України внаслідок збройної агресії Російської Федерації. *Демографія та соціальна економіка*. № 2(48). С. 40.
30. Ложкін Г.В., Пов'якель Н.І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика : навч. посіб. Київ : ВД «Професіонал», 2007. 416 с.
31. Маркова М. В., Козира П. В. Постстресові дезадаптивні стани на тлі соціальних змін: аналіз проблеми. *Медична психологія*. 2015. № 1(37). С. 8–13.
32. Мельничук О. С. Етимологічний словник української мови Т. 5. Київ, 2006. 704 с.
33. Міграційні процеси в сучасному світі: світовий, регіональний та національний виміри: (понятійний апарат, концептуальні підходи, теорія та практика): енциклопедія / НАН України, Ін-т держави і права ім. В.М. Корецького. Київ: Довіра, 1998. С. 124.
34. Міграційні явища та процеси: поняття, методи, факти: довідник. 2-ге вид., доп. і перероб. / за ред. У.Я. Садової. Львів: ІРД ім. М.І. Долішнього НАНУ, 2018. С. 114.
35. Міжнародна термінологія у сфері міграції: українсько-англійський тлумачний словник. Київ: БЛАНК-ПРЕС, 2015. 100 с.

36. Мовчан М.М. Самотність як феномен буття особистості: монографія. Полтава: РВВ ПУСКУ, 2009. 265 с.
37. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодого сім'ї: монографія / Мирослава Іванівна Мушкевич, Раїса Петрівна Федоренко, Тамара Іванівна Дучимінська, Людмила Іванівна Магдисюк. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
38. Неочевидні прояви самотності: як розпізнати самотню людину або усвідомити себе в цьому стані. *Журнал «The Village»*, Київ. URL: <https://www.village.com.ua/village/knowledge/questions/327521-neochevidni-proyavi-samotnosti-yak-rozpiznati-samotnyu-lyudinu-abo-usvidomiti-sebe-v-tsomu-stani>
39. Підтримка психологічного здоров'я особистості в умовах війни: *матеріали VI Всеукраїнських психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів»*, 21 квітня 2023 р. ред. кол. : Андрусик О.О. та ін. Умань. 182 с.
40. Пінчук І. Я. Психосоціальні фактори та їх вплив на психічне здоров'я населення України: нові виклики та шляхи їх розв'язання. *Круглий стіл «Внутрішні переселенці в Україні: півроку поневір'янь та надії»*. URL: <http://www.idss.org.ua/stil.html>
41. Політика інтеграції українського суспільства в контексті викликів та загроз подій на Донбасі: нац. доповідь / за ред. Е. М. Лібанової. Київ: НАН України, 2015. 363 с.
42. Помиткіна Л.В., Злагодух В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. Психологія сім'ї: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ: Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с.
43. Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб: Закон України від 20.10.2014 р. № 1706-VII. *Відомості Верховної Ради України*. 2015. № 1. Ст. 1.

44. Психології сім'ї: конспект лекцій / Ірина Ушакова. Харків: НУЦЗУ, 2019. 90 с.
45. Психологія сімейних взаємин: навчальний посібник / За ред. М.С. Корольчука. Київ: Ніка-Центр, 2010. 280 с.
46. Риндзак О.Т. (2021). Соціальна вразливість населення та її понятійно-термінологічне забезпечення. *Економіка та суспільство*. № 33. URL: <https://economyandsociety.in.ua/index.php/journal/article/view/947/905>
47. Самотність у сім'ї: причини і як від неї позбутися. *Жіночий журнал «Vona»*. URL: <https://vona.pp.ua/samotnist-u-sim-yi-prichini-i-yak-vid-neyi-pozbutisya/>
48. Семигіна Т. Психосоціальна реабілітація комбатантів : міжнародна та вітчизняна практика. *Актуальні проблеми соціально-правового статусу осіб, постраждалих під час проведення АТО : збірник матеріалів всеукраїнської науково-практичної конференції (19 квітня 2017 року)*. Київ : Академія праці, соціальних відносин і туризму, 2017. С. 78–81.
49. Сєдих К.В. Психологія сім'ї. Київ: Академія, 2009. 192 с
50. Складна суміш почуттів. Як українські пари переживають війну і що робити, щоби зберегти сім'ю. *NV*. URL: <https://life.nv.ua/ukr/blogs/ukrajinski-pari-yak-viyna-vplivaye-na-stosunki-psihologiya-50310844.html> (дата звернення: 16.03.2023).
51. 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.
52. Слюсаревський М. М., Блинова О. Є. Психологія міграції. Кіровоград: ТОВ «Імекс ЛТД», 2013. 244 с.
53. Слюсаревський М., Блинова О. Міграція, як соціально-психологічне явище: види, функції, чинники та закономірності. *Соціологія*. Київ: Світогляд, 2015, №5 (55). 41-54

54. Стасюк В. В. Психологія локальних війн та збройних конфліктів : підруч. для слухачів та студентів вищих навчальних закладів. Київ : НАОУ, 2006. 570 с.
55. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
56. Титаренко Т.М. Життєві домагання як соціально- психологічний механізм самоздійснення особистості. Життєві домагання особистості: кол. монографія. Київ: Педагогічна думка, 2007. Розд. 1, гл. 1.1. С. 26.
57. Українське суспільство в умовах війни. 2022: Колективна монографія / С. Дембіцький, О. Злобіна, Н. Костенко та ін.; за ред. член.-кор. НАН України, д. філос. н. Є. Головахи, д. соц. н. С. Макеєва. Київ: Інститут соціології НАН України, 2022. 410 с.
58. Хрусталева Н.С. Трансформація психологічної травми та вплив на емігрантів. Серія 12. *Психологія. Соціологія. Педагогіка*. 2010. Вип.1. С. 253-260.
59. Шиделко А.В. Етика і психологія сімейного життя: навчально-методичний посібник (для ПТНЗ). Львів: ЛНПЦІТО, 2009. 132 с.
60. Шинкоренко І. Сім'я в умовах війни: психологічні, психосоціальні та психопатологічні проблеми. *Науковий вісник ДДУВС*. 2022. Спеціальний випуск № 2. 550-557
61. Шкодич А.І., Фротвейт М. М. Соціально-психологічний портрет українського сімейного мігранта в Німеччині. 2022. С. 101-106
62. Betancourt T. S. The intergenerational effect of war. *Journal of the American Medical Association Psychiatry*. 2015. № 72(3). P. 199–200.
63. Feldman R. Stress reactivity in war-exposed young children with and without posttraumatic stress disorder: relations to maternal stress hormones, parenting and child emotionality and regulation / R. Feldman, A. Vengrober, M. Eidelman-Rothman and O. Zagoory-Sharon. *Development and Psychopathology*. 2013. P. 943–955.

64. Fromm - Reichmann, F. Loneliness. *Psychiatry*, 22, 1959. P.1-15.
65. John J. Schwab M. D., John F. Ice M. D., Judith J. Stephenson M. S., Kathy Raymer M. D., Kris Houser M. D., Lisa Graziano M. D., et al. War and the family. *STRESS HEALTH*. Vol. 11. Iss. 1. 1995. P. 131—137. <https://doi.org/10.1002/smi.2460110121>
66. Myers D. G. Reflections on religious belief and prosociality: Comment on Galen (2012). *Psychological Bulletin*, 138. Pp. 913–917.
67. Peplo L.E., Mytsely M., Morash B. Loneliness and Self-Assessment Labyrinths of Loneliness. 2009. P. 152-167.
68. Pytel M. Odbiór prac Antoniego Kępińskiego przez studentów Uniwersytetu Jagiellońskiego w 25 lat po jego śmierci: Praca magisterska, napisana pod kierunkiem prof. Z. Ryna. Kraków: Collegium Medicum UJ, 1998.
69. Slyusar, Liudmyla (2023). The Ukrainian Family in the Conditions of War. *Demohrafiia ta sotsialna ekonomika - Demography and Social Economy*, 2 (52), 3-20. <https://doi.org/10.15407/dse2023.02.003>