

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА**

на тему: **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ  
НЕНОРМАТИВНОЇ КРИЗИ, ЯКА ПОВ'ЯЗАНА З ВІЙНОЮ**

Виконав: студент 2 курсу,  
групи 8.0532- з-дн.  
спеціальності 053– Психологія  
Шишлова Руслана Володимировича  
Керівник: к. психол.н., доц. Малина О.Г.  
Рецензент: Железнякова Ю.В. к.психол.н.,  
доцент кафедри психології

Запоріжжя  
2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

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

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 р.

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

Шишлову Руслану Володимировичу

---

Тема роботи Психологічні особливості переживання ненормативної кризи, яка пов'язана з війною

керівник роботи Малина О.Г к.психол.н., доцент кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «26» 09 2023 року № 1504-с

2. Термін подання студентом роботи \_\_\_\_\_

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

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретико-методологічний аналіз літератури з питання особливостей ненормативної кризи та її впливу у зв'язку з війною на подружні стосунки; проаналізувати сучасний аналіз досліджень щодо соціально-психологічних особливостей подружніх стосунків в умовах війни; визначити психодіагностичний інструментарій та виявити особливості психологічних предикторів подружніх відносин в період переживання ненормативної кризи пов'язаної з війною.

5. Перелік графічного матеріалу: 3 таблиці, 9 рисунків

## 6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання прийняв
Вступ	Малина О.Г., доцент.		
Розділ 1	Малина О.Г., доцент.		
Розділ 2	Малина О.Г., доцент.		
Розділ 3	Малина О.Г., доцент.		
Висновки	Малина О.Г., доцент.		

7. Дата видачі завдання \_\_\_\_\_

## КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень–лютий 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-серпень 2023 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	вересень- грудень 2023 р.	Виконано
6	Написання висновків	січень 2024 р.	Виконано
7	Передзахист	лютий 2024 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	лютий 2024 р.	Виконано

Студент \_\_\_\_\_ Р.В. Шишлов

Керівник роботи \_\_\_\_\_ О.Г. Малина

**Нормоконтроль пройдено**

Нормоконтролер \_\_\_\_\_ О.М. Грединарова

## РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 63 сторінки, 3 таблиці, 9 рисунків, 52 джерела, 4 додатка.

Об'єкт дослідження – психологічна криза.

Предмет дослідження – переживання ненормативної кризи в умовах воєнного стану у подружніх стосунках.

Мета роботи – теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити особливості переживання ненормативної кризи у подружніх стосунках.

Гіпотеза дослідження– припускаємо, що війна має негативний вплив на подружні стосунки та на емоційний стан партнерів, що призводить до переживання ненормативної кризи пов'язаної з війною;

– припускаємо, що переживання ненормативної кризи впливає на сімейне благополуччя, що визначається такими характеристиками як загальний стан сімейного задоволення, низький рівень сімейної тривоги та нервовопсихічного напруження.

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

Наукова новизна є доповненням досліджень щодо вивчення психологічних особливостей переживання стресу в умовах війни інституту сім'ї, взаємодії між її членами, може слугувати підґрунтям для продовження вивчення стратегій подолання стресу подружньою парою.

**КРИЗА, КРИЗОВИЙ СТАН, НОРМАТИВНА КРИЗА, НЕНОРМАТИВНА КРИЗА, ШЛЮБ, СІМЕЙНІ СТОСУНКИ, ВОЄННИЙ СТАН**

## SUMMARY

Shishlov R. Psychological features of experiencing a non-normative crisis associated with war.

The work consists of three sections, chapters and a list of references, which includes 52 literary source and illustrations with 9 figures and 3 tables.

The object of research is a psychological crisis.

The subject of research is the experience of non-normative crisis in the minds of the family couple during the war. The method of work is theoretically study and experimentally monitor the peculiarities of the experience of non-normative crisis in family couple research department:

1. Conduct a theoretical and methodological analysis of the literature on the nutritional characteristics of the non-normative crisis and its influx on friends.

2. Analyze the current analysis of the socio-psychological characteristics of family couple during the war

3. Use psychodiagnostic tools to identify the peculiarities of psychological predictors of family couple during the period of experiencing an abnormal crisis associated with the war.

Section 1. "Theoretical analysis of the psychological characteristics of the experience of non-normative crisis among family couple " includes an overview of the concepts and typologies of normative and non-normative crises in psychological science, a clarification of the concept of non-normative crisis and analysis of the results in the war on hundred family couple. Scientific novelty includes additional research into the development of psychological characteristics of stress in the minds of the war institution of the family, the interaction between its members, can serve as a basis for the continuation of the development of the strategy of the family. I'm stressed by a friend couple.

Section 2. “Organization of research, characteristics of sampling and methods of ” contains a description of the organization of investigation and characteristics of sampling, as well as a description of the methodical apparatus of investigation. To ensure maximum success of the assigned mark, the following tracking methods are used:

- theoretical: analysis, synthesis, alignment, refinement and interpretation of information obtained during the theoretical development of scientific literature;

- Empirical: a definitive experiment in which the following methods were used: test-survey of satisfaction with marriage V. Stolin; methodology “Typical family internal state ” by E. Eidemiller, V. Yustytsky; T. Romanova,

- G. Butenko; “Reactions of Friends to Conflict” by A. Kocharyanova, author’s questionnaire;

Section 3. “Results of an empirical investigation of the characteristics of the experience of a non-normative crisis associated with the war” presents a sophisticated and clear analysis of empirical data, an interpretation of the results of the research, as well as Analysis of existing programs and initiatives to support the family during the non-normative crisis associated with the war .Uses : centers for helping families in the work of practical psychologists, in private consultation with partners and married couples, especially those who are between separations.

Key words: crisis, crisis camp, normative crisis, non-normative crisis, whore, family hundred, military camp.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	9
РОЗДІЛ 1. ТЕОРИТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕЖИВАННЯ НЕНОРМАТИВНОЇ КРИЗИ У ПОДРУЖНІХ СТОСУНКАХ.....	12
1.1. Поняття та типології нормативних та ненормативних криз в психологічній науці.....	12
1.2. Ненормативні кризи та їх вплив на подружні стосунки.....	20
1.3. Аналіз досліджень впливу війни на подружні стосунки.....	27
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ, ХАРАКТЕРИСТИКА ВИБІРКИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	33
2.1. Організація дослідження та характеристика вибірки.....	33
2.2. Методичний апарат дослідження.....	36
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕЖИВАННЯ НЕНОРМАТИВНОЇ КРИЗИ ПОВ'ЯЗАНОЮ З ВІЙНОЮ У ПОДРУЖНІХ СТОСУНКАХ.....	41
3.1. Кількісний та якісний аналіз емпіричних даних, інтерпретація результатів дослідження.....	41
3.2. Огляд програм та ініціатив підтримки сім'ї у переживанні ненормативної кризи пов'язаною з війною.....	53
ВИСНОВКИ.....	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	59
ДОДАТКИ.....	64

## ВСТУП

Актуальність дослідження. Ця робота присвячена аналізу психологічних особливостей переживання ненормативної кризи, пов'язаної з війною у подружніх стосунках і це в першу чергу пов'язано з оголошенням воєнного стану та агресією Росії по відношенню до України, що призводить до великих втрат, стресу, внутрішніх переміщень та переміщень за межі країни. Незалежно від того чи бере людина участь у боєвих діях, чи являється цивільним громадянином, війна створює відчуття небезпеки та загрози, що звичайно, впливає на психічне здоров'я населення та має подальші наслідки, звичайно особливого впливу зазнає інститут сім'ї. Воєнні дії перервали природний процес життєдіяльності та розвитку української родини, змінили умови її життєдіяльності, загострили наявні і спровокували нові проблеми та ризики.

Війна є ненормативною формою кризи, яка викликає відчуття невизначеності та порушує стабільність сімей, а отже сімейні стосунки відчують значний тиск та зазнають радикальних змін, що вимагає глибокого розуміння та дослідження, науковий інтерес полягає в тому, аби виявити психологічні особливості переживання ненормативної кризи, спровокованою воєнними обставинами у подружніх стосунках.

Об'єкт дослідження – психологічна криза.

Предмет дослідження – переживання ненормативної кризи в умовах воєнного стану у подружніх стосунках.

Мета роботи – теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити особливості переживання ненормативної кризи у подружніх стосунках.

Завдання дослідження:

1. Завдання дослідження: Провести теоретико-методологічний аналіз літератури з питання особливостей ненормативної кризи та її вплив на подружні стосунки.



2. Проаналізувати сучасний аналіз досліджень щодо соціально-психологічних особливостей подружніх стосунків в умовах війни.

3. Визначити психодіагностичний інструментарій та виявити особливості психологічних предикторів подружніх відносин в період переживання ненормативної кризи пов'язаної з війною.

Гіпотеза дослідження:

–припускаємо, що війна має негативний вплив на подружні стосунки та на емоційний стан партнерів, що призводить до переживання ненормативної кризи пов'язаної з війною;

–припускаємо, що переживання ненормативної кризи впливає на сімейне благополуччя, що визначається такими характеристиками як загальний стан сімейного задоволення, низький рівень сімейної тривоги та нервовопсихічного напруження.

Методи дослідження:

- теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення та інтерпретація інформації, отриманої в ході теоретичного вивчення наукової літератури;

– емпіричні: констатувальний експеримент в якому були використані такі методики: тест-опитувальник задоволеності шлюбом В. Столін; методика «Типовий сімейний стан» Е. Ейдемільера, В. Юстицького; Т. Романова, Г. Бутенко; опитувальник «Реакції подружжя на конфлікт» А. Кочарянова, авторська анкета;

– математично-статистичні методи обробки результатів дослідження: методи описової статистики, порівняльний аналіз, критерій Пірсона для визначення кореляційного взаємозв'язку між змінними.

Наукова новизна роботи. Магістерська робота є доповненням досліджень щодо вивчення психологічних особливостей переживання стресу в умовах війни інституту сім'ї, взаємодії між її членами, може слугувати підґрунтям для продовження вивчення стратегій подолання стресу подружньою парою.

Практичне значення може полягати у можливості використання результатів при розробці програм тренінгових та терапевтичних інтервенцій в роботі психологів-психотерапевтів для подружніх пар із акцентом на спільній регуляції стресу та зміцнення стосунків.

Структура роботи. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг роботи – 71 сторін. Перелік джерел посилання нараховує 52 найменувань.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРИТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕЖИВАННЯ НЕНОРМАТИВНОЇ КРИЗИ У ПОДРУЖНИХ СТОСУНКАХ

### 1.1. Поняття та типології нормативних та ненормативних криз в психологічній науці

Сучасна дійсність, яка пов'язана з війною викликає переживання стресу протягом довготривалого періоду, що несе за собою життєву кризу.

В психологічній науці криза розглядається як стан почуттів; внутрішній досвід розгубленості та тривоги до такого рівня, коли вже колишні успішні механізми подолання стресу не діють, і їхнє місце займають неефективні рішення та поведінка. У результаті людина, яка перебуває в кризі, може відчувати розгубленість, вразливість, тривогу, страх, злість, провину, безнадійність і безпорадність. Сприйняття часто змінюється, а пам'ять може спотворюватися. Криза є корисною та веде людину до особистісного зростання тоді, коли змушує виходити за межі особистісного комфорту та розвиваючи нові навички, які не є підкріплені негативним досвідом. Небезпечною є криза, яка несе за собою довготривале відчуття тривоги та болю, і людина відповідно в дисфункційному стані негативно адаптується до навколишніх умов.

Дослідники виділяють два класи кризових явищ – нормативна і ненормативна кризи.

Щодо нормативної кризи, то це є переважно внутрішньо зумовленим психологічним процесом, що спонукає до новоутворення, яке формуються всередині нервової системи особи, відповідно ним виробляються зміни у зовнішньому середовищі.

Ненормативна криза, розглядається як криза, яка зумовлена зовнішніми подразниками тобто критичними ситуаціями. Тобто, ненормативна криза пов'язана з переживанням людиною несподіваних суб'єктивно значущих змін у зовнішньому або внутрішньому світі, що актуалізує її особистісний потенціал, уможливаючи самозміну та самотворення через вільний та відповідальний вибір (Ф. Василюк, Д. Леонт'єв) [48].

В науковій літературі поняття «нормативної кризи» було використано Е. Еріксоном в його психосоціальної теорії розвитку, де зазначається, що нормативні кризи розвитку відрізняються від нав'язаних, травматичних або невротичних тим, що кожен процес зростання приносить нову енергію, а товариство відповідно до переважаючим в ньому уявленням про фазах життя пропонує для її використання нові і специфічні можливості» [46, 162-163].

Е. Еріксон відокремлює нормативні кризи від інших, акцентуючись на їх зв'язку з розвитком, а саме – з фізіологічними процесами росту і дозрівання, що поєднуються з певними – нормативними – уявленнями суспільства про вікових етапах. Через кризи й супутні їм вибори відбувається розвиток ідентичності людини, характер вибору позначається також на подальшій успішності або не-успішності життя людини. Е. Еріксон пише, що поняття кризи використовується їм в контексті уявлень про розвиток для того, щоб «виділити не загрозу катастрофи, а момент зміни, критичний період підвищеної уразливості і зрослих потенцій ...» [46, 96].

Також близькими близьким до поняття нормативного кризи Е. Еріксона є уявлення про вікові кризи, які розвивалися П. Блонський та Л. Виготським [48]. Вони вважають, що вікові кризи пов'язані з розвитком, що ведуть до формування психологічних новоутворень, що змінюють структуру особистості та її відносини з середовищем на кожному етапі розвитку. Вікові кризи виникають у зв'язку з дозріванням психофізіологічних структур і появою нових потреб у дитини на певних етапах розвитку і мають окреслене коло симптомів. В даний час терміни «вікові кризи» і «кризи розвитку» вживаються як синонімічні, проте пріоритет віддається другому поняттю, оскільки тут менше простежується зв'язок з

хронологічним віком, яка стає все більш умовною в міру наближення до зрілості. Отже, як нормативні кризи Е. Еріксона, так і вікові кризи Л. Виготського тісно пов'язані з розвитком. Звідси впливає найбільш важливий момент, покладений в основу нашої класифікації - питання про детермінації психологічних криз. Розділити всі безліч психологічних криз на нормативні кризи (кризи розвитку) і ненормативні кризи (життєві) розділяють за параметром детермінації.

Нормативні кризи розвитку є внутрішньо зумовленими, оскільки різномірні психологічні новоутворення людини «дозрівають» всередині нього і змінюють існуючу структурну організацію, а він, відповідно їм, виробляє зміни в зовнішньому середовищі. Виникає криза як етап функціональної перебудови систем, руйнування попередньої соціальної ситуації розвитку, формування нової цілісності.

Ненормативні кризи, навпаки, детерміновані ззовні. Сюди відносять критичні ситуації, передували кризі і що виділяються більшістю авторів: смерть близьких, переїзди, розлучення, важке захворювання, відділення від батьків, сім'ї, друзів, зміна зовнішності, зміна соціальної обстановки, статусу [48]. У цьому випадку раптові і/або значні зміни у зовнішньому середовищі вимагають істотної перебудови особистості – її системи відносин, образу світу і Я-концепції, ціннісно-сислової сфери. Образно кажучи, в нормативних кризах особистість «веде» за собою середовище, в ненормативних – середовище «веде» за собою особистість.

Виділяючи підтипи цих двох великих класів кризових явищ, можна сказати наступне. Ненормативні кризи досить чітко можна розділити на травматичні кризи та кризи адаптації [48], що розрізняються за силою зовнішніх впливів.

Травматичні кризи - найбільш сильні, викликаються надзвичайними та/або екстремальними ситуаціями із загрозою втрати здоров'я або життя, руйнують базове почуття безпеки (терористичні акти, катастрофи, насильство, військові дії). Кризи адаптації присутні в життєвому циклі будь-якої людини (ті самі втрати близьких, переїзди, розлучення, хвороби і т. п.). Викликаються вони різкою

зміною зовнішніх і внутрішніх умов життя людини, створюють загрозу задоволенню основних життєвих потреб.

Нормативні кризи включають в себе вікові кризи життєвого циклу. Узагальнюючи численні вікові періодизації, ми можемо назвати їх в онтогенетической послідовності: криза новонародженості, криза 1 року, криза 3 років, криза 7 років, підліткова криза, юнацький криза самовизначення, кризи ранньої дорослості, криза 30-річчя, криза 40-річчя («середини життя»), криза пізньої дорослості, кризи старості. Крім цього, деякі автори говорять про нормативні кризи професійного розвитку (Е. Зеер, Е. Симанюк) і про нормативні кризи сімейного циклу (А. Черніков, І. Добряков та ін.). Однак перші ототожнюються з кризовими періодами вікового розвитку дорослої людини, другі мають відношення не до особистості в цілому, а до сімейної системи.

Ще важливо наголосити, роблячи огляд понять в психологічній науці, що нормативні та ненормативні кризи мають ряд спільних рис, пов'язаних з поняттям психологічної кризи взагалі і ряд відмінностей. Розглянемо загальні уявлення про психологічну кризу і виділимо його психологічні «маркери».

Поняття кризи походить від грецького слова *krisis* - «рішення, поворотний пункт, результат, суд», тобто мається на увазі крутий перелом у перебігу якого-небудь процесу, що міняє його форму і напрямок, а також момент вибору. Поширена медичне розуміння кризи як точки болісного переходу, після якого організм або одужує, або гине. На думку соціолога А. Здравомислова, «відчуття кризи виникає на основі порівняння з тим, що було раніше, або частіше з тим, що повинно було бути, тобто з деяким нормативним уявленням про життя. Щоб відчувати кризу, необхідно до цього відчувати якусь «нормальність». І. Кон відзначає, що слово «криза» підкреслює момент порушення рівноваги, появи нових потреб і перебудови мотиваційної сфери особистості». Розуміння кризи, запропоноване основоположником психології кризового втручання Дж. Капланом, як стану, породжуваного встала перед людиною проблемою, від якої він не може піти і яку не може вирішити в короткий час і звичним способом, імпліцитно присутній у всіх виділяються типах криз. Ф. Брюдаль ґрунтується на

визначенні кризи, даного китайськими вченими – «повний небезпеки шанс». Виходячи з цього, криза розглядається як процес, що має дві сторони: небезпека для особистісного росту і потенціал особистісного зростання. Підсумовуючи вищесказане, ми можемо зробити висновок про те, що будь-яка криза перекреслює щось старе, що існував до нього, відповідно будь психологічну кризу пов'язаний з істотними перебудовами в системі «людина». Будь психологічну кризу, як нормативний, так і ненормативний, містить у собі як потенційні можливості розвитку, прогресу, так і потенційні можливості регресу. Особливістю кризи є те, що в результаті його дозволу особистість може перейти на якісно новий спосіб життєдіяльності - те, що було приводом і причиною для переживання, може перевтілитися в результаті реакції подолання у внутрішній досвід, регулюючий подальші принципи і програму життєдіяльності. Психологічна криза характеризується «кризової симптоматикою» (термін, введений Л. Виготським по відношенню до вікових криз, а в даний час вживається і щодо ненормативних криз) - особливої феноменологією, що включає афективні, когнітивні, поведінкові компоненти, відповідні періоду внутрішньої дезорганізації. Кризові явища завжди пов'язані з глибинним переживанням сенсу життя і є найбільш масштабними (на відміну від стресів, фрустрацій і конфліктів, по Ф. Василюка), вони протікають у рамках життєвого шляху особистості, будучи віхами її індивідуальної історії.

Відмінності в детермінації психологічних криз відображаються, головним чином, в динаміці їх перебігу. Ненормативні кризи, викликаючи зміни зовнішніх умов існування, вимагають від особистості істотних зусиль з адаптації, осмисленню відбулися змін і, відповідно, особистісної реорганізації у зв'язку з ними.

У динаміці цього процесу виділяється 4 фази: 1) шок і заперечення – заціпеніння, ігнорування травматичної події;

2) фаза реагування – усвідомлення дійсності і пошук сенсу супроводжується переживанням «руйнівних» почуттів – гнів, почуття несправедливості, спроби зруйнувати реальність;

3) фаза обробки – горе, відчай, прийняття нової реальності;

4) фаза нової орієнтації – реорганізація і народження нового сенсу [48, 110].

Схожу динаміку розвитку ненормативної кризи описує Д. Леонт'єв. Він виділяє три стадії проходження критичній життєвій ситуації: захист (відбувається включення неусвідомлюваних захисних механізмів), адаптація до ситуації і оволодіння ситуацією. Індикатором появи останнього рівня є поява потреби в активному зміні сформованій складній життєвій ситуації, бажання діяти і трансформувати страждання в практику життя.

Нормативні кризи розвиваються інакше. Структура вікової кризи являє собою вкрай загострене соціально-психологічне протиріччя – протиріччя між зовнішніми нормами, вимогами, збільшеними потребами і домаганнями людини і його актуальними можливостями. Суб'єктивно це стан переживається у формі «не можу жити по-старому». Л. Виготський виділив протягом вікової кризи 3 фази: перед критичну, власне критичну і пост критичну. Перша і остання зливаються зі стабільними періодами, в центральній фазі криза проявляється у поведінці й діяльності і стає помітний оточуючим.

Ґрунтуючись на положеннях культурно-історичної концепції і розвиваючи уявлення про соціальну ситуацію розвитку, вона виводить розуміння кризи як суперечливого, конфліктного співвідношення реальної та ідеальної форм у розвитку. Під реальною формою розуміється актуальна соціальна ситуація розвитку. Ідеальна форма – деяке уявлення про можливе майбутнє, яке виявляється привабливим, притягає. Виходячи з цих міркувань, нормативний криза має наступну динаміку:

1. Перед критична фаза – відкривається неповнота реальної форми на основі виникнення нової, ідеальної форми. Людина вже починає порівнювати, його нинішня соціальна ситуація постає як одна з можливих. Л. Виготський називає першу фазу кризи фазою потягу, в цей період людина з «тут і зараз виходить в тимчасову перспективу і ідеалізує нову ідеальну форму».



2. Власне критична фаза містить 3 підфази:

1) спроба матеріалізувати ідеальну форму. На цьому етапі спроба реалізації включає тільки використання зовнішньої форми, без розуміння змісту нового етапу розвитку;

2) етап конфлікту – відкриття неможливості прямого втілення ідеальної форми в реальне життя. У результаті конфлікту досягається розуміння, що неможливість втілення ідеальної форми пов'язана не тільки із зовнішніми обмеженнями, а й із внутрішніми – здібностями, певними властивостями особистості, в результаті виникає мотивація нової діяльності і створюються умови для подолання кризи;

3) рефлексія власних можливостей.

3. Пост критична фаза – створення нової соціальної ситуації розвитку, реалізація нової форми – ідеальної, а не ідеалізованої, не формальною, а повноцінною.

Психологічним змістом критичного періоду є суб'єктивація новоутворень, що з'явилися в попередньому стабільному періоді, що означає перетворення новоутворення у здатність самого діючого суб'єкта. Новоутворення, таким чином, формується в 2 етапи: дозрівши до кінця стабільного періоду, у кризі воно апробується, освоюється, стає невід'ємною частиною суб'єкта.

Таким чином, розглядаючи динаміку нормативного кризи, ми підійшли до однієї з найбільш істотних проблем цієї області психології розвитку – проблемі відмінності методологічних баз дослідження криз дитинства і дорослості, яка бере початок в якісному відмінності самих досліджуваних епох.

Класична психологія дає досить просту і зрозумілу систему криз, засновану знаменитою американською психотерапевткою В. Сатир. Згідно з цією системою, кризи у відносинах сім'ї можна поділити на два види: нормативні (ті, через які проходить практично кожна подружня пара); ненормативні (ті, які трапляються не у всіх сім'ях).

Як і будь-яка типологія або класифікація, цей поділ умовний. Тим не менше, він дає загальне уявлення про сімейні кризи. По роках їх розкласти досить важко, тому краще орієнтуватися на інші «симптоми», які описані нижче.

Отже, перші п'ять нормативних сімейних криз пов'язані з народженням і дорослішанням дітей, решта – частково з дітьми, частково з фізіологічними особливостями вікових змін подружжя.

Вагітність і народження першої дитини. Часто ця криза збігається з першим роком спільного життя. Тобто, на тлі браку сну і часу на звичайні справи йде притирання різних поглядів на ведення побуту і способу життя в цілому.

Дитина освоює і активно використовує мову. За теорією В. Сатир, батькам на цьому етапі доводиться по-новому подивитися на те, що і як вони обговорюють, наскільки готові відповідати на питання «чому», на якість і кількість спілкування з малюком в цілому.

Дитина стає школярем. Період, коли дитина йде в школу і освоюється в новому колі спілкування, дуже важливий, адже малюкові потрібно стати більш самостійним, навчитися виконувати нові життєві задачі.

Школяреві буває складно знайти однолітків, з якими йому хочеться дружити, плюс далеко не всі предмети легко даються. Він гостро потребує підтримки й уваги з боку сім'ї.

В цей же час подружжя теж переживає зміни традиційного укладу – домовитися про те, хто і коли буде відводити/забирати дитину зі школи, адаптуватися під якісь шкільні правила, допомагати з уроками.

Підлітковий період. Тут теж маємо подвійну кризу. З одного боку, підліток виявляє в собі «надздібності» – виявляється, він може мати свою думку, право вибору і право порушувати встановлені правила. З іншого боку, в цей же час, у одного або обох з подружжя може статися криза середнього віку.

Синдром «покинутого гнізда». Діти подорослішали та з'їжджають від батьків. Подружжя відчуває спустошеність і тугу. Їм потрібно знову звикати до життя удвох.

Нові дорослі члени сім'ї. Мова про той момент, коли діти заводять постійних партнерів, одружуються, і подружжю доводиться вибудовувати відносини з новоспеченими зятями і невістками.

Клімакс у жінок. Для жінки це дуже нелегкий період, тим більше для дружини у шлюбі. Організм перебудовується, жінка стає більш чутливою, що може погіршити або вивести на поверхню якісь розбіжності всередині сім'ї.

Знижується сексуальне бажання у чоловіків. У віці приблизно 60 років чоловік починає відчувати проблеми з потенцією, і це пригнічує його.

Бабуся і дідусь. Поява онуків, здавалося б, має тішити подружжя, але разом з цією радістю вони набувають нових для себе ролей. Чоловік і дружина повинні змиритися з тим, що рішення по вихованню приймають батьки дитини, а не вони самі. Це не легко.

Смерть одного з подружжя. Втрата коханої людини стає ударом для іншого, навіть якщо ця подія прогнозована (наприклад, в результаті тривалої хвороби).

Питання особливостей ненормативної кризи та її вплив на подружні стосунки більш детально розглянемо в наступному підпункті магістерської роботи.

## **1.2. Особливості ненормативної кризи та її вплив на подружні стосунки**

Сім'я як фундаментальна одиниця суспільства відіграє вирішальну роль у його структурному і функціональному розвитку. Вона може бути досліджена як соціальний інститут, що взаємодіє з більш широкою соціальною структурою, і як мікросоціальна група, де важливими є внутрішньогрупові взаємодії та міжособистісні стосунки.

Травматична криза, в даному випадку, війна наносить свій відбиток на інститут сім'ї. Сім'я традиційно несе уявлення психологічного комфорту, допомоги та підтримки рідних в складних життєвих ситуаціях. Під час війни стосунки в сім'ї та подружжі можуть стати фактором дестабілізації. Адже, в стані гострого стресу можуть виникати непорозуміння серед членів сім'ї, багато жінок

вимушені були покинути своїх чоловіків та мігрувати, деякі чоловіки відправлені на фронт, хтось просто між собою не можуть дійти згоди з близькими щодо політичної ситуації в країні, її економічного розвитку.

Сучасна сім'я являє собою інститут, який насправді увесь час перебуває під тиском соціально-економічних обставин і невпинно змінюється. Як структуроформуюча система суспільного життя сім'я фокусує всі кардинальні зрушення, що відбуваються у соціумі. Особливо відчутних і неоднозначних змін інститут сім'ї зазнав в європейських країнах у другій половині XX – на початку XXI ст. [38].

На особливу увагу заслуговує питання функціонування інституту сім'ї під час війни, що відбувається на теренах нашої держави. Виконання функцій родиною важливо не тільки для її членів, а і для суспільства загалом. Адже низка сімейних функцій впливає на майбутнє держави, бо виховна функція родини полягає не тільки у задоволенні індивідуальних потреб у батьківстві (репродуктивна складова), вихованні, самореалізації в дітях, а і забезпечує соціалізацію нового покоління громадян держави [43].

Господарсько-економічна функція сім'ї полягає у задоволенні матеріальних потреб родини (харчування, помешкання тощо), сприяє збереженню здоров'я, відновленню сил, витрачених на трудову діяльність.

Емоційна функція задовольняє потребу в повазі, визнанні, емоційній підтримці, психологічному захисті. Зазначена функція сприяє емоційній стабілізації громадян держави, забезпечує збереження їх психічного здоров'я.

Функція духовного (культурного) спілкування сприяє духовному розвитку не тільки сім'ї, а і суспільства в цілому. Функція первинного соціального контролю забезпечує виконання соціальних норм членами родини щодо тих, хто не в змозі через вікові особливості, захворювання тощо самостійно вибудувувати свою поведінку відповідно до соціальних норм.

Сексуальна функція не тільки слугує задоволенню сексуально-еротичних потреб членів сім'ї, а і забезпечує біологічне відтворення суспільства.

Регенеративна функція пов'язана з успадкуванням прізвища, сімейного родоводу (передача особливих родинних реліквій, світлин, пам'ятних відзнак, прикрас, особистих речей пращурів), майна.

Зазвичай протягом часу відбуваються певні зміни у функціях сім'ї: деякі втрачаються, решта змінюються відповідно до нових соціальних умов. В останні роки вчені відмічають появу такої нової родинної функції, як психотерапевтична, що полягає в емоційній підтримці одне одного, допомозі не тільки в особистісному зростанні, реалізації, а й у подоланні різного роду труднощів. Підвищився рівень толерантності до порушень норм поведінки у шлюбно-сімейних відносинах (народження дітей поза шлюбом, подружні зради тощо). У сучасному світі здебільшого превалюють такі функції, як: емоційна, духовного спілкування, сексуальна, виховна. Шлюб усе більше об'єднує людей за емоційними зв'язками, а не за господарсько-матеріальними.

Сучасні події випробовують інститут української родини на міцність. Багато сімей роз'єднуються через міграцію жінок і дітей у безпечні місця, за межі нашої держави; частина родини залишається, через певні обставини, на окупованій території. Чоловіки зі зброєю в руках боронять нашу державу, власні родини. Отже, в умовах війни постає проблема феномену дистантної сім'ї, коли члени її тривалий час перебувають на відстані один від одного. Вітчизняні науковці (І. Трубавіна, Я. Гошовський, О. Пелішевич) розглядали дистантні родини через проблему «заробітчанин». Але наразі роз'єднання сім'ї має зовсім інший характер, цей феномен набуває нового та унікального досвіду. Так, багатьом жінкам сьогодні довелося самотужки виконувати певні сімейні функції. Крім того, саме у кризові періоди родинні взаємини набувають особливого значення, відбувається переосмислення життєвих цінностей: зміна того, що було пріоритетним, важливим, значущим (інвестиції, гроші) на людське тепло, кохання, спілкування [7].

Саме в цей час з'являється острах втраченого часу, можливостей, що може стати потужним джерелом психологічної травматизації. Будь-яка криза, у тому числі війна, показує, що відбувається між подружжям насправді. Стрес в умовах

війни відрізняється від «звичайного», що був у розумінні більшості людей. Адже у мирний час ми зневажали такими порушеннями у базових потребах, як: відсутність води, їжі, тепла, розлука, вимушені переїзди. Жінки змушені бути сильними, брати відповідальність за себе і дітей у чужих країнах, забезпечувати собі на проживання. Також психологи відзначають у жінок «шок за іншого». Бійці виконують бойові завдання, боронять країну зі зброєю в руках, відпочивають, харчуються: отже, час минає без роздумів, динамічно. Для дружини ж «його убивають в режимі 24/7», тобто стан тривоги за коханого не полишає жінку під час приготування їжі, прогулянки з дітьми, роботи, виконанні побутових справ [5].

Отже, одним бракує підтримки, поради, влучного слова, піклування, бо сім'я – то найрідніші та найдорожчі люди, які допоможуть пережити пекло. Стосунки інших зазнають негативних змін: з'являються політико-ідеологічні розбіжності між членами родини (наявність близьких родичів у країні-агресорі), різняться цінності, потреби та зацікавлення. Подружжя навчилося жити одне без одного. Бракує ресурсів на почуття – виживання та побут посідають перше місце. Не вистачає емоцій, у сосунках стає багато втоми та виснаження [22].

Можна констатувати, що війна справляє вплив на усіх членів родини. Не кожна особа безболісно для свого психічного здоров'я витримує екстремальні умови війни, перебуваючи в цій ситуації, може стикнутися з окремими станами психіки різного ступеня важкості, що зумовлює втрату повноцінного здорового буття.

Різноманітні наслідки впливу труднощів на родинні стосунки можна розмежувати за тим, на які сфери життя родини вони перш за все негативно впливають: порушення виховних функцій родини, ускладнені подружні відносини, напружені стосунки з іншими членами родини (батьки чи інші близькі, які входять до складу сім'ї) тощо. Розглядаючи порушення в родині, слід враховувати також, як вони впливають на її членів. Зазвичай порушення життєдіяльності сім'ї призводить до незадоволення потреб людини і, таким

чином, гальмує розвиток особистості, обумовлює виникнення стану незадоволеності, нервово-психічного напруження, тривоги.

З точки зору психопатології, одним із найважливіших наслідків порушень є їхній негативний вплив на психічне здоров'я людини (психотравмуюча дія). Родина, що стикається з труднощами, більш або менш активно протидіє ним, прагне запобігти негативних наслідків. Проте існують значні розбіжності у тому, як сім'ї реагують на труднощі. У деяких випадках вони чинять мобілізуючий, інтегруючий вплив; в інших, навпаки, послаблюють родину, призводять до розбіжностей у всьому. Ця особливість реагування різних сімей зазвичай відбувається за умов «нормативного стресу», коли родина стикається зі звичайними для певного життєвого етапу труднощами. Ми ж розглядаємо патогенну ситуацію, як сукупність факторів, що найбільш безпосередньо обумовлюють психотравмуючі переживання.

Психотравмуючі переживання – це стан, що сильно впливає на особистість через «гостроту», тривалість або повторюваність. Травмуючими є не будь-які надсильні переживання, а лише такі негативні переживання, що можуть стати причиною певної клінічної патології [11].

Дослідження неврозів, реактивних станів, психопатичних та інших нервово-психічних станів, у походженні яких провідне місце посідає психотравмуюче переживання, дозволяють визначити коло таких станів. Це стан незадоволеності, туги, пригніченості (субдепресивні стани), тривога, страх, занепокоєння, невпевненість, безпомічність (стани фобічного кола), емоційна напруженість, а також складна сукупність станів, що виникають через наявність внутрішнього конфлікту, коли людина стикається з надмірними перешкодами та труднощами [12].

Провідна роль сім'ї у виникненні патогенних ситуацій та психотравмуючих переживань обумовлена низкою обставин:

– провідною роллю сімейних відносин у системі взаємовідносин особистості (родина є найбільш важливою соціальною групою, до якої включений

індивід; сімейні події більшою мірою частіше «приймаються близько до серця», ніж аналогічні події у сфері трудової діяльності, приятельських відносин тощо);

– багатоманітністю сімейних відносин та їх тісним взаємозв'язком (домашнє господарство, емоційні взаємовідносини, сексуально-еротичне життя родини – всі вони нерозривно пов'язані; спроба щось змінити в цьому колі викликає «ланцюгову реакцію» в усіх інших; через це сімейної травми важче позбутися, тобто у члена сім'ї при намаганні уникнути травматизації з'являється більше складності);

– особливою відкритістю, а отже, вразливістю члена родини щодо різноманітних внутрішньо сімейних впливів, у тому числі і травмуючих (в родині людина найбільш піддана впливу інших членів сім'ї; слабкості та недоліки її найбільш наявні).

Узагальнюючи наукові дослідження щодо участі родини у походженні та розвитку нервово-психічних станів, можна дійти висновку, що серед численних сімейно-обумовлених травмуючих переживань особливе місце посідають 4 види станів: стан глобальної сімейної незадоволеності; «сімейна тривога»; сімейно-обумовлена надмірна нервово-психічна та фізична напруга; стан провини. Особливо виразно це можна спостерігати у сім'ях комбатантів, які брали участь у антитерористичних спецопераціях на сході нашої країни [8].

Патогенна сімейна ситуація, що обумовлює виникнення глобальної сімейної незадоволеності, – це значна розбіжність між усвідомлюваними та неусвідомлюваними очікуваннями людини щодо сім'ї і реальним життям у родині. У даному випадку слід згадати про «швидкі шлюби», що реєструються наразі. Наслідком такої патогенної ситуації є стан фрустрації (усвідомлюваної або неусвідомлюваної), що породжує численні наслідки і призводить до різноманітних психогенних захворювань.

У випадку усвідомлюваної незадоволеності зазвичай спостерігається відкрите визнання подружжям того, що сімейні відносини їх не задовольняють. Найчастіше усвідомлювана незадоволеність поєднується з конфліктом між подружжям. У цьому випадку до констатації незадоволеності додається агресія,



котра прямо вказує, що причиною незадоволеності є інший партнер. Інший специфічний феномен погано усвідомлюваної незадоволеності – поступове наростання фрустрації. Чоловік і дружина відзначають, що вони стали «нервовими», висуваючи нереальні причини, приховуючи дійсні негаразди. Наочним проявом такої невдоволеності є емоційні вибухи, котрі частіш за все призводять до руйнування сім'ї. Йдеться про ситуацію, коли жінки, які перебувають за кордоном, стикаються з можливістю наново влаштувати своє сімейне життя.

В основу «сімейної тривоги» зазвичай, покладена погано усвідомлювана невпевненість особистості у важливому для неї аспекті сімейного життя. Це може бути невпевненість у почуттях щодо неї, невпевненість у собі. Важливою складовою такого стану є також почуття безпорадності, відчуття нездатності втрутитися у хід подій у родині, спрямувати його у потрібному напрямі. Сімейно-обумовлена тривога є підґрунтям для гострих афективних реакцій, реактивних психозів (у тому числі реактивної депресії [41]).

Надмірна нервово-психічна напруга є одним із основних психотравмуючих переживань. Родина бере участь у формуванні непосильної напруги її члена у кілька способів [19]:

– створюючи для особи ситуації постійного психологічного тиску, важкого або навіть безвихідного положення (прикладом може бути ситуація дружини залежного від алкоголю чи наркотиків, який витрачає кошти, а вона не може йому протистояти);

– створюючи перешкоди для прояву членами родини певних, надзвичайно важливих для них, почуттів, задоволення важливих потреб (це можуть бути почуття, несумісні з рольовою уявою члена родини; чоловік із величезним зусиллям приховує свою антипатію до дітей дружини; випадки різної етіології сексуальної дисгармонії; або особистісно-емоційні потреби у взаєморозумінні, співчутті тощо);

– створюючи або підтримуючи внутрішній конфлікт у особистості (родина може брати участь у створенні конфлікту потреб, перш за все, висуваючи до особи суперечливі вимоги та покладаючи на неї відповідальність за їх вирішення).

Почуття провини щодо інших членів родини або сім'ї у цілому також можуть досягати значної інтенсивності через різні взаємовідносини в сім'ї і у сполученні з характерологічними особливостями особистості стати психотравмуючим фактором. Особа може відчувати себе тягарем для оточуючих, винуватцем усіх сімейних невдач, бути схильною сприймати відношення інших членів родини як докір, звинувачення, не зважаючи на те, що в дійсності це не так.

Виявлення сімейно-обумовлених станів провини має достатньо серйозне значення, з огляду на:

- геронтологічний аспект, пов'язаний зі психологічними особливостями статусу людей старшого віку у родині;
- сексологічний аспект – полягає в тому, що сексуальні порушення можуть бути як джерелом, так і наслідком сімейно-обумовленої провини;
- клініку суїцидів, виражену відчуттям непотрібності як мотивом «уходу»;
- підліткову декомпенсацію низки характерологічних відхилень.

Отже, сімейно-обумовлені психотравмуючі переживання виступають як фактор, завдяки якому порушення у життєдіяльності сім'ї які можуть перетворюватися у нервово-психічний або соматичний стан особистості, або навпаки постійне переживання стресу впливати на життєдіяльність сім'ї.

### **1.3. Аналіз досліджень впливу війни на подружні стосунки**

Аналіз досліджень щодо впливу війни на подружні стосунки представляють собою важливу галузь сучасного наукового дослідження, що спрямоване на розуміння та аналіз впливу військових конфліктів на сімейний життя та відносини. Ці підходи допомагають розкрити складний характер взаємозв'язків

між війною та подружніми аспектами та визначити фактори, що впливають на ці відносини під час конфліктів.

Одним із підходів є аналіз соціальних та психологічних наслідків війни на сімейні відносини. Дослідники вивчають, як військові події впливають на психологічний стан осіб, які перебувають в сімейних зв'язках, та як це відображається на їхніх взаємин в парі. Також важливим є аналіз змін у ролі чоловіка та жінки в сім'ї під час війни та їхній взаємодії» [38].

Ще одним підходом є вивчення впливу війни на структуру сімей. Дослідники аналізують, як змінюється кількість розлучень, подружніх пар та дітей, які втратили батьків у військових конфліктах. Цей аспект відображає вплив війни на стабільність та складність сімей. Також важливим є аналіз правових та соціальних заходів, спрямованих на підтримку сімей, які стали жертвами війни. Дослідження включає аналіз програм соціальної підтримки, психологічної реабілітації та правової допомоги для військових сімей.

Відмінною рисою цих підходів є їхній інтердисциплінарний характер, який поєднує в собі елементи соціології, психології, правознавства та інших галузей науки. Вони сприяють глибшому розумінню та розв'язанню проблем, які виникають в сімейних відносинах під час війни, та сприяють покращенню якості життя військових сімей.

Війна загострила проблеми української сім'ї і спровокувала нові проблеми і ризики. Наслідком повномасштабної війни є деформація шлюбно-сімейної структури населення (зростання кількості овдовілих, дітей-сиріт, самотніх людей похилого віку) та загострення низки наявних і раніше проблем: проблем бідності, соціального сирітства, нестабільності шлюбу, гендерного насильства.

Основними ризиками для подальшого розвитку української сім'ї є [39]:

Деформація статево-вікової структури населення внаслідок великих людських втрат, передусім чоловіків репродуктивного віку у ході бойових дій, що зменшує і деформує шлюбний потенціал країни, негативно змінює шлюбну та сімейну структуру населення. Зростає кількість удів, сиріт та одиноківських

сімей, де вихованням та утриманням дітей займається лише жінка, що погіршує економічну та виховну ситуацію у сім'ях із дітьми.

Подальше поширення однодітності серед сімей з дітьми через зниження народжуваності внаслідок міграційного відтоку населення за кордон і зміну репродуктивних планів в умовах військової небезпеки і невизначеності майбутнього. Масове поширення однодітності вже багато десятиліть є проблемою України і останніми роками ця проблема поглиблювалась. «За даними вибіркового обстежень Державної служби статистики України, перед війною, у 2021 р., лише 19 % сімей з дітьми у містах виховували двох і більше дітей, у селах — трохи більше 24 % сімей, тобто, хоча у сільській місцевості традиційно дітність сімей вища, переважна частка сімей була однодітними у поселеннях всіх типів» [40].

У 2023 р. демографи очікують зниження народжуваності і досить скептично ставляться до можливості підвищення народжуваності у наступні роки [41].

Водночас є надія, що певна частина пар зможе зберегти свої стосунки. Комплексне порівняльне дослідження групи «Рейтинг» «Як війна змінила мене та мою країну. Підсумки року» надає позитивну інформацію: приблизно половині українців довелось роз'їхатись через війну (44 %), але станом на лютий 2023 р. половина з них вже возз'єдналися. Рік життя окремо погіршив стосунки лише для 17 % українських родин, а у 20 %, навпаки, покращив. Це пари, які в умовах війни зрозуміли, що їх старі проблеми були несерйозними, і ті, які пожили на відстані та банально відпочили один від одного [42].

Зростання масштабів бідності серед українських сімей, насамперед сімей з дітьми. Бідність певної частини українських сімей, передусім сімей з дітьми, і в довоєнні роки була проблемою України. Наслідком повномасштабної війни є суттєве зниження життєвого рівня населення. За даними соціологічної групи «Рейтинг», дві третини опитаних, оцінюючи фінансову ситуацію у підсумках 2022 року, фіксують погіршення свого матеріального становища. Війна призвела до втрати роботи не менш як для третини працездатного населення, надскладна ситуація для переселенців й мешканців зон бойових дій: половина з них втратили

свою роботу. Навіть з тих, хто зміг продовжити працювати під час війни, половина зазнали зменшення заробітної плати [43].

У дуже складній ситуації опинились сім'ї, котрі мешкали на територіях, що перебували під окупацією та у зоні бойових дій, які вимушені були покинути свої домівки. Ці сім'ї не тільки пережили важкі психологічні випробування зі втратою близьких та родичів, звичного соціального середовища, а й опинилися в умовах крайньої бідності через втрату майна, роботи, житла, джерел існування. Такій сім'ї важко утримувати та виховувати дитину, й надалі є ризик «виходу дитини із сім'ї», тобто передача їх у державні інституційні установи утримання дітей (дитячі будинки, інтернати), що є вкрай небажаним.

Аналіз материнства як однієї з ролей жінки, що обумовлена біологічними та соціальними патернами, вказує на складність цього явища, закладеного на генетичному рівні. Це особливий психологічний стан, виявлений у материнській любові та піклуванні про дитину. Одним із етапів становлення материнства є період вагітності, під час якого головним завданням є формування у майбутньої матері особливого комплексу психологічних новоутворень, що визначається психологічною готовністю до материнства. В основу такого утворення покладено розвиток особливого стану жінки, сутність якого полягає, перш за все, у задоволенні базової потреби немовляти у безпеці.

Проте під час війни відбувається так, що жінка не здатна до прийняття нової соціальної ролі, відповідних норм та форм поведінки, зміни ціннісних орієнтацій, що призводить навіть до неприйняття власної вагітності та своєї майбутньої дитини. Йдеться про згвалтування жінок та дівчат російськими солдатами. Наше суспільство, сім'ї стикнулися з проблемою девіантного материнства, що виявляється у таких формах, як відмова матері від дитини, переривання вагітності, а також відверта агресивна поведінка щодо власних дітей. На жаль, результатом такої поведінки є серйозні негативні наслідки, що впливають, перш за все, на фізичне та психічне неблагополуччя як дітей, які піддані такому ставленню, так і самих жінок [45].

Отже, девіантна поведінка під час війни порушує різні аспекти сімейних взаємовідносин. Різні види соціальних девіацій часто мають єдиний комплекс детермінант і характеризуються певною взаємозумовленістю, внаслідок чого спостерігається перехід у поведінці конкретної особи від однієї девіації до іншої.

Зважаючи на обговорені аспекти дослідження впливу війни на шлюбно-сімейні стосунки, можна сказати наступне:

1. Психологічний вплив: війни і конфлікти часто супроводжуються стресом, тривогою та травмами для військових та їхніх родин. Психологічний аспект вивчення досліджує реакції та психологічний стан осіб у сімейних зв'язках, а також розвиває методи психологічної підтримки та реабілітації.

2. Структура сімей: зміна кількості сімей, розлучень та зміна структури сімей є важливими аспектами. Це може відображати втрати у війні та нестабільність сімейних стосунків. Дослідження допомагають розуміти ці зміни та розвивати програми підтримки.

3. Соціальна підтримка та реабілітація: важливим аспектом є наявність програм соціальної підтримки та реабілітації для військових сімей. Дослідження допомагають оцінити ефективність цих програм та їхню доступність.

4. Міжнародний досвід: аналіз міжнародного досвіду є важливим, оскільки різні країни можуть мати різні підходи до вирішення проблем військових сімей. Вивчення міжнародного досвіду дозволяє впроваджувати кращі практики та програми власного суспільства.

Узагальнюючи, дослідження впливу війни на шлюбно-сімейні стосунки є важливою галуззю наукового дослідження, яка сприяє розвитку програм та заходів підтримки військових сімей, полегшенню їхнього стану та вдосконаленню сімейних відносин в умовах конфліктів.

Зокрема, іншими важливими аспектами дослідження впливу війни на подружні стосунки є:

1. Політичні та соціальні аспекти: дослідники також розглядають політичний та соціальний контекст військових конфліктів. Це включає в себе

аналіз впливу політичних рішень та військової стратегії на сімейні відносини. Також досліджується роль соціальних інститутів у підтримці військових сімей.

2. Економічний аспект: війна може мати серйозний економічний вплив на сім'ї. Дослідження оцінюють економічні наслідки конфлікту для сімей, такі як втрати доходу, робочі можливості та фінансова нестабільність. Аналізується ефективність програм підтримки економічного благополуччя сімей.

3. Політика та законодавство: важливим аспектом є аналіз законів і політики, спрямованих на захист прав військових сімей та регулювання сімейних питань у військовому контексті. Дослідження допомагають визначити необхідні зміни у законодавстві та політиці для полегшення ситуації військових сімей.

4. Транснаціональний аспект: у багатьох випадках військові конфлікти можуть мати міжнародний характер. Дослідження враховують взаємозв'язки та вплив міжнародних факторів на сімейні відносини в умовах війни.

Підсумовуючи перший розділ, можемо зробити такі висновки, що сучасна сім'я переживає значний тиск, який зумовлений соціально-психологічними факторами, а саме: віддаленість та роз'єднання подружжя, недостатня підтримка спілкування між партнерами, фінансові проблеми та нестабільність, соціальний тиск та стереотипи щодо ролі чоловіка та жінки в період воєнного стану; недостатня, неадекватна поведінка партнера в період воєнного стану, (ПТСР) у воїнах та його вплив на стосунки у подружжі; зміна життєвих обставин та перспектив через воєнний стан; емоційний стрес та травми; недостатня психологічна підтримка, які впливають на подружні стосунки.

А отже, воєнний стан може створювати напруження та тривогу, що може призводити до конфліктів між подружжям, та є ненормативною формою кризи, яка викликає відчуття невизначеності та порушує стабільність сімей.

## РОЗДІЛ 2

### ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ, ХАРАКТЕРИСТИКА ВИБІРКИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 2.1. Організація дослідження та характеристика вибірки

Організація емпіричного дослідження складалось з декількох етапів:

1. Підготовчий етап – вересень 2023 року, де відбувалось підготовка до проведення дослідження, а саме: підбір психодіагностичних методик.

2. Основний – жовтень 2023 року створення опитування у Google Forms, його запуск через мережу Інтернет.

3. Завершальний – листопад-грудень 2023 року, який включав математико-статистичну обробку результатів дослідження та інтерпретацію отриманих даних.

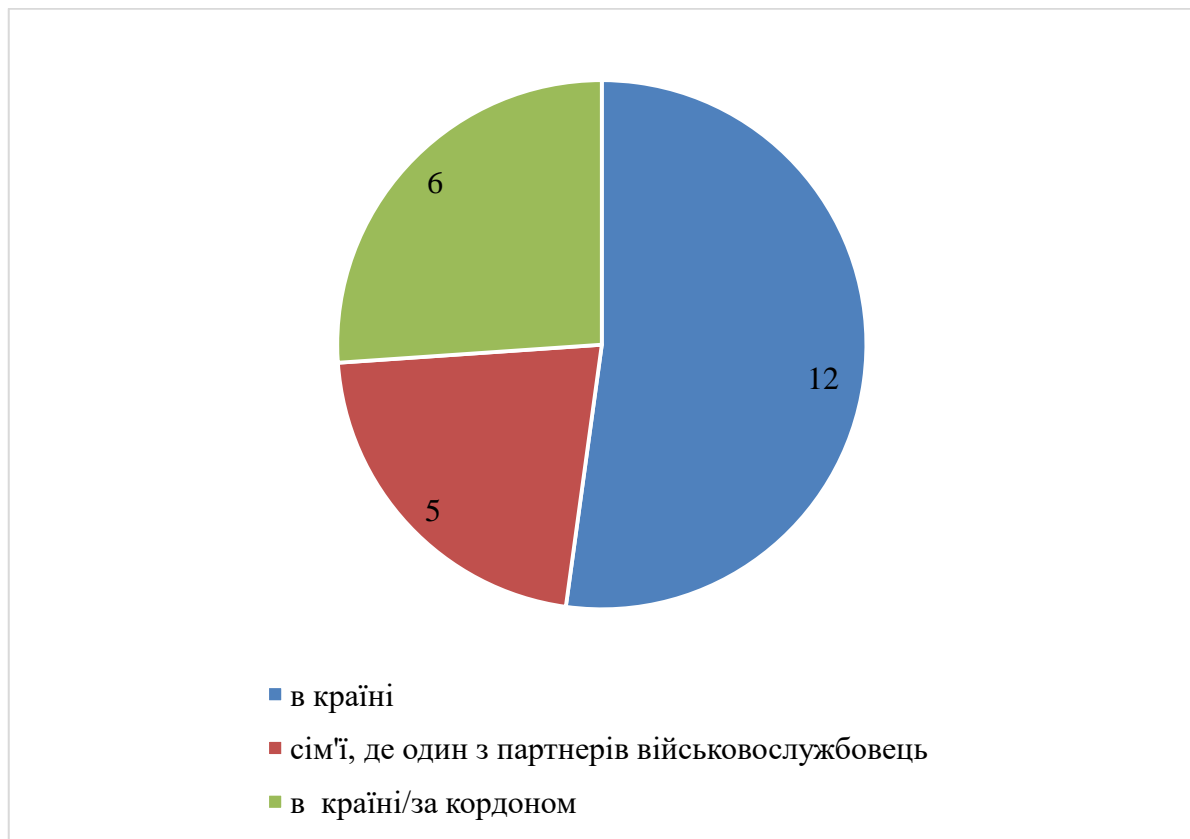
З урахуванням стану в країні, наше дослідження було проведено дистанційно. Нами було створено опитування на платформі Google Forms та розповсюджено в соціальних мережах, таких як: Facebook. У бланк дослідження входили: звернення до досліджуваних, в якому була розкрита основна мета проведення дослідження та інструкція щодо заповнення бланків; згода на участь у дослідженні та варіант відмови від проходження; анкета, яка була спрямована на отримання соціальних та демографічних даних учасників та їх партнерів; психодіагностичні методики, які спрямовані на визначення особливостей міжособистої взаємодії між подружжям.

До критеріїв включення пар у дослідження нами було віднесено: 1) партнери, які проживають разом більше 2 років; 2) пара, яка вимушено емігрувала за кордон з початком війни; 3) один із партнерів, вимушено емігрував з початком війни. 4) партнери включені в обороні процеси.

Критеріями виключення були: 1) пари, які перебувають на окупованій території; 2) проходження дослідження тільки одним із партнерів.



Загалом вибірка дослідження склала 42 особи, але через визначені критерії деякі результати не були враховані. Отже, всього було опрацьовано 23 пари, де 34 особи (17 пар) перебувають в країні, з них 5 пар (де один з партнерів залучений в оборонні процеси країни) та 12 осіб (6 пар) де один з партнерів перебуває за кордоном, а інший в країні.

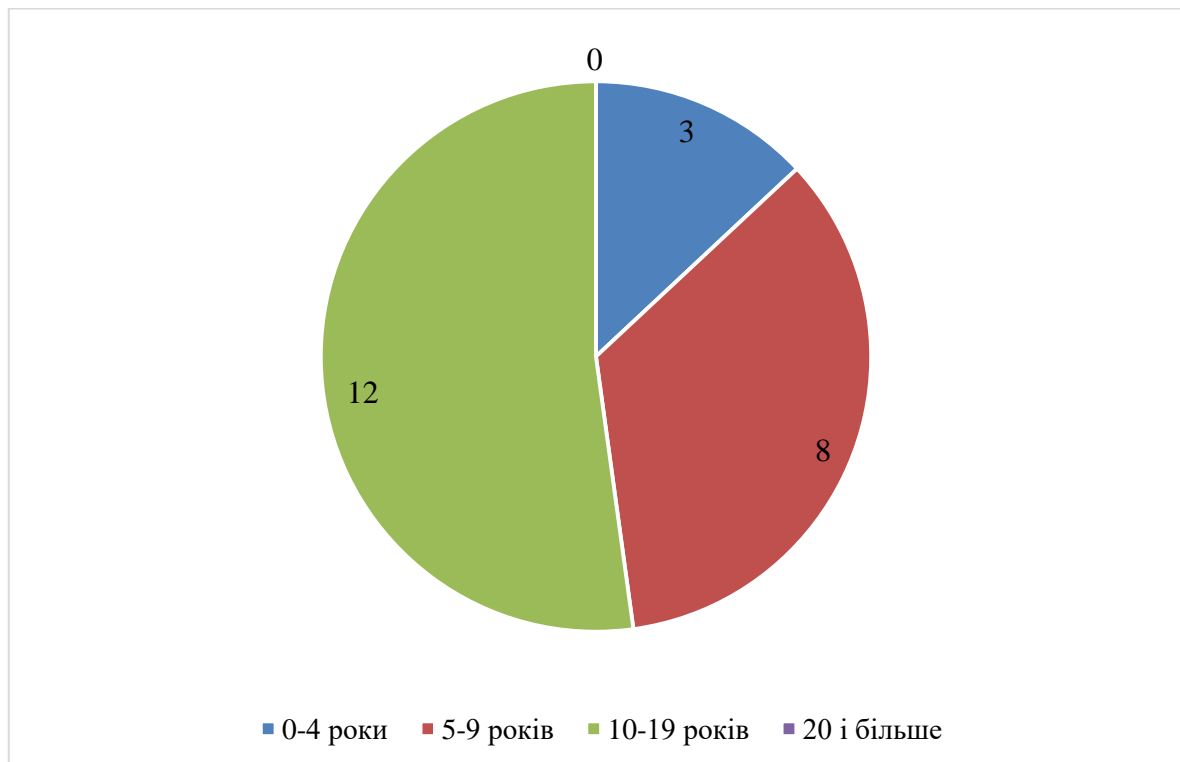


**Рис. 2.1. Розподіл респондентів за місцем перебування**

Як видно на Рис.2.1 більшість сімейних пар перебувають в країні, а саме 17 пар та 6 пар, де один з партнерів знаходиться за межами країни. Окремо нами були виділені ті подружні пари (5 пар), де один з подружжя залучений до оборони України.

Ураховуючи обсяг вибірки та спираючись на теоретичний аналіз загальноприйнятих класифікацій життєвого циклу сім'ї, за основу поділу на групи, що відображають характерні періоди шлюбу, в роботі респондентів було поділено на чотири групи: 1) 0-4 роки – дуже молоді сім'ї; 2) 5-9 років – молоді сім'ї; 3) 10-19 років – середні (або зрілі) сім'ї; 4) 20 і більше років – літні сім'ї.

Середній вік досліджуваних 30-42 роки. Всі досліджуванні перебували у стосунках до війни. Із кількості опитуваних пар 12 пар мають дітей, інші «ні».



**Рис. 2.2 Розподіл пар за роками сімейного життя**

Ще важливо наголосити, що у дослідженні нами розглядалось, що саме травматичний стрес, пов'язаний з війною впливає безпосередньо на учасника подій чи на окрему людину, а як це впливає на стосунки в сімейній парі в цілому. Грунтуючись на теоретичному розгляд питання впливу військових дій на подружні стосунки, було визначено, що функціонування сім'ї виступає ядром в якому наповнення (комунікація, емоційна близькість, задоволеність шлюбом) забезпечує міжособистісну взаємодію між партнерами, як характеристику загальної якості стосунків у парі. І як зазначається в першому розділі, при теоретичному огляді питання, сильний вплив стресового фактору може суттєво порушувати взаємозв'язок у парі та призводити до розірвання шлюбу чи стосунків зокрема, накладаючи на особистості партнерів додаткове психологічне напруження. З іншого більшість науковців та практиків стверджують, що

сприятливі та міцні емоційні зв'язки та близькість, можуть захищати від впливу стресу, не роблячи їх настільки вразливими.

## **2.2. Методичний апарат дослідження**

В роботі використовувалась запропонована Б. Ананьєвим класифікація методів психологічного дослідження, а саме: теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення отриманих в ході теоретичного вивчення результатів); емпіричні (анкетування, тестування, констатувальний експеримент); методи математичної статистики (описова статистика, порівняльний аналіз, для визначення кореляційних зв'язків між задоволеністю шлюбом та типовим психічним станом критерій Пірсона).

При підборі діагностичного матеріалу враховувався аналіз наукової літератури з означеної проблеми та виділенні показники функціонування сім'ї такі як: комунікація, емоційна близькість, задоволеність шлюбом, особливості подолання складних життєвих ситуацій.

Дослідження проводилося за спеціально створеним опитувальним листом у Google Forms, який містив анкетні данні та низку методик. Для збору даних в межах емпіричного дослідження особливостей подружніх стосунків в умовах ненормативної кризи (воєнного стану) було використано:

1. Авторська анкета щодо виявлення суб'єктивних переживань пов'язаних з війною та вплив на подружні стосунки. Дана анкета пропонувалась на початку дослідження та проходження підібраних методик досліджень.

Завдання анкети:

1. Виявити соціально-психологічні фактори, які можуть впливати на подружні стосунки у період воєнного стану.

2. Визначити, як воєнний стан впливає на емоційний стан людей та як це відображається на подружніх стосунках.

3. Дослідити ознаки переживання парою ненормативної кризи, пов'язаної з війною.

#### 4. Визначити теперішній стан подружніх стосунків.

Анкета складалась з 12 відкритих та закритих питань:

1. З 24 лютого 2022 року до сьогодні, які емоції частіше охоплюють Вас?  
(оберіть не більше 5 найчастіших для Вас):

- агресія, лють;
  - безпорадність (я нічого не можу зробити);
  - розчарування;
  - відчай (що робити, все жахливо);
  - віра (все буде добре);
  - жага боротьби;
  - жах;
  - злість на певних людей;
  - злість на події, що відбуваються;
  - відчуття небезпеки, незахищеності;
  - страх за власне життя, долю;
  - страх за життя рідних людей, їх долю;
  - страх за дім, житло, майно родини;
  - паніка (панічні атаки, істерика, вас періодично трясє, ви плачете);
  - постійне відчуття тривоги;
  - страх за свій емоційний стан;
- інше.

2. Чи були Ви за час військових дій свідком або учасником таких подій як:

- розлука з рідними та близькими;
- смерть рідних або близьких;
- фізичне або сексуальне насильство;
- втрата житла;
- тривале перебування у холодному приміщенні;
- переїзд у інший регіон України;
- переїзд за кордон;
- окупація;

- смерть людей внаслідок обстрілів;
- обстріли та бомбардування;
- голод та відсутність води;
- нічого з переліченого.

3. Чи помічаєте Ви зміни у партнерові, які виникли під час воєнного стану?

- так;
- ні.

4. Чи виникали у вас думки під час війни, що ваш шлюб може розпастися?

- так;
- ні.

5. Чи було бажання розлучитись під час війни?

- так;
- ні.

6. Чи відчували Ви що ваші відносини вас не влаштовують до війни?

- так;
- ні.

7. Будь ласка, оцініть Ваш подружні станки протягом останнього півроку.

- стали міцнішими;
- відчуваю близькість та підтримку;
- з'явилося роздратування;
- частіше виникають суперечки та конфлікти;
- помічаю відмінність у ціннісних орієнтирах;
- помічаю зміни у поведінці та емоційній сферах партнера;

8. Чи помічаєте Ви що у вас з'явилося негативне ставлення до партнера?

- не ставлюсь негативно;
- рідше, у порівнянні з довоєнним часом;
- змін у порівнянні з довоєнним часом не відбулося;
- частіше, у порівнянні з довоєнним часом

9. Чи відчуваєте Ви підтримку партнера? Оцініть за шкалою від 1 (зовсім не відчуваю) до 5 (відмінна підтримка).

10. Чи відчуваєте Ви тиск суспільства щодо ролі чоловіка/жінки в період воєнного стану на ваші стосунки?\

– так;

– ні.

11. Який саме вплив суспільства Ви відчуваєте?

12. Як Ви вважаєте чи вплинула на ваші стосунки воєнні дії? Якщо так, то як саме, опишіть, будь ласка.

2. Тест-опитувальник задоволеності шлюбом В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко, дана методика допомагає виявити ступень задоволеності шлюбом: абсолютно несприятливий шлюб; неблагополучний шлюб; швидше неблагополучний шлюб; перехідна форма шлюбу; швидше благополучний шлюб; благополучний шлюб; абсолютно благополучний шлюб [43, 234].

Опитувальник є одновимірною шкалою, що складається з 24 тверджень, що відносяться до різних сфер: сприйняття себе і партнера, думки, оцінки, установки і т.п. Кожному твердженню відповідають три варіанти відповіді: а) вірно, б) важко сказати, в) невірно. Обробка результатів: якщо обраний варіант відповіді (а, б або в) співпадає з приведеними в ключі, то нараховується 2 бали; якщо проміжний (б) – то 1 бал; за відповідь, не співпадаючу з приведеними, – 0 балів. Далі підраховується сумарний бал по всіх відповідях.

3. Методика «Типовий сімейний стан» Е. Ейдемільера, В. Юстицького [43, 227-228].

З метою дослідити сімейне благополуччя подружніх пар, нами було обрано методику яка дозволяє оцінити сімейний стан сімейного подружжя за такими критеріями:

Задоволеним \_\_\_\_\_ Незадоволеним

Спокійним \_\_\_\_\_ Схвильованим

Напруженим \_\_\_\_\_ Розслабленим

Радісним \_\_\_\_\_ Засмученим

Потрібним \_\_\_\_\_ Зайвим

Відпочившим \_\_\_\_\_ Втомленим

Здоровим \_\_\_\_\_ Хворим

Сміливим \_\_\_\_\_ Сором'язливим (боязливим)

Безтурботливим \_\_\_\_\_ Стурбованим

Поганим \_\_\_\_\_ Гарним

Спритним \_\_\_\_\_ Незграбним

Вільним \_\_\_\_\_ Зайнятим

Під сімейним благополуччям розуміємо таку інтрасімейну атмосферу, у якій формується відчуття цілісності і внутрішньої рівноваги, що сприяє узгодженості психічних процесів та становленню зрілої особистості.

Також дана методика дозволяє виявити загальну психоемоційну атмосферу у сім'ї і виявити стан кожного її члена окремо.

Застосування методики в розрізі дозволяє виявити вплив стану, в якому перебуває людина, на успішність подружніх стосунків. Отримані дані з цієї методики дозволяють порівняти стани, в якому перебувають у сім'ї, чоловіки та жінки, а також скласти психоемоційний портрет сімей.

4. Опитувальник «Реакції подружжя на конфлікт» А. Кочарянова, спрямований на виявлення індивідуально-специфічних захисних моделей подружжя та їх структуру. Методика містить такі шкали: проєктивний і дефензивних захистів, неконструктивні установки на шлюб, депресію, агресію, соматизації тривоги, фіксацію на психотравмі. Подружжю надається 89 тверджень, на які потрібно виразити ступінь згоди. Обробка та інтерпретація результатів здійснюється відповідно до ключа.

Отримані результати дослідження можуть бути корисними для розробки програм та стратегій підтримки сімей у період воєнного стану

## РОЗДІЛ 3

# РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕРЕЖИВАННЯ НЕНОРМАТИВНОЇ КРИЗИ ПОВ'ЯЗАНОЮ З ВІЙНОЮ У ПОДРУЖНІХ СТОСУНКАХ

### 3.1. Кількісний та якісний аналіз емпіричних даних, інтерпретація результатів дослідження

В результаті проведення авторського анкетування, метою якого було виявлення суб'єктивних переживань пов'язаних з війною та вияв ознак впливу на подружні стосунки.

Інтерпретація результатів проведеного анкетування по кожному питанню представлена у вигляді малюнків.

Отже, при аналізі відповідей на перше питання «З 24 лютого 2022 року до сьогодні, які емоції частіше охоплюють Вас? (оберіть не більше 5 найчастіших для Вас)» було отримано такі результати:



Рис. 3.3 Результати за авторським анкетуванням



На рисунку представлено розподіл відповідей, щодо емоційного стану кожного з подружжя (всього 46 респондентів). Як видно на рис. 3.3. розподіл відповідей такий: 78% респондентів виділили таке почуття як відчай і 73,1% – розчарування; 63% респондентів відчувають безпорадність; 41,30% – злість на певних людей та 26,08% і 21,7% респондентів відчувають розлуку з близькими та страх за життя рідних людей. Особливої уваги можна відзначити, що подружні пари, де один з партнерів залучений до оборони України виділили свій емоційний стан страх за власне життя або страх за життя рідних людей, інші респонденти майже не виділяли цей пункт, натомість в них зустрічалась відповідь «страх за дім, житло, майно родини» і в поодиноких випадках «страх за життя рідних людей».

Близько 10% респондентів виділили ще такі почуття як: страх за свій емоційний стан, страх за дім, житло, майно близьких, відчуття небезпеки, незахищеності. Менше 5% отримали такі відповіді як постійне відчуття тривоги.

Також потребує уваги той факт, що майже всі відмітили «безпорадність», «відчай» і на іншому полюсі «віра», що може говорити про амбівалентні почуття респондентів, що характерно, оскільки стан може коливатися від військових подій.

На друге питання «Чи були Ви за час військових дій свідком або учасником таких подій як: розлука з рідними та близькими; смерть рідних або близьких; фізичне або сексуальне насильство; втрата житла; тривале перебування у холодному приміщенні; переїзд у інший регіон України; переїзд за кордон; окупація; смерть людей внаслідок обстрілів; обстріли та бомбардування; голод та відсутність води; нічого з переліченого» відповіді респондентів представлені так: здебільшого з опитувальних пар сімейні пари переїздили у інший регіон і закордон та розлука з рідними, а ті пари які перебувають в Україні переважно відмітили обстріли та бомбардування, ті пари а їх 5 де один з партнерів є військовослужбовець обрали розлуку з рідними.

На третє питання «Чи помічаєте Ви зміни у партнерові, які виникли під час воєнного стану?» Всі респонденти відповіли «так». Що є досить прогнозованим,

оскільки такі сильні події не можуть не впливати на кожного з нас і це призведе до змін які проявляються у фізичному, емоційному та поведінковому рівнях.

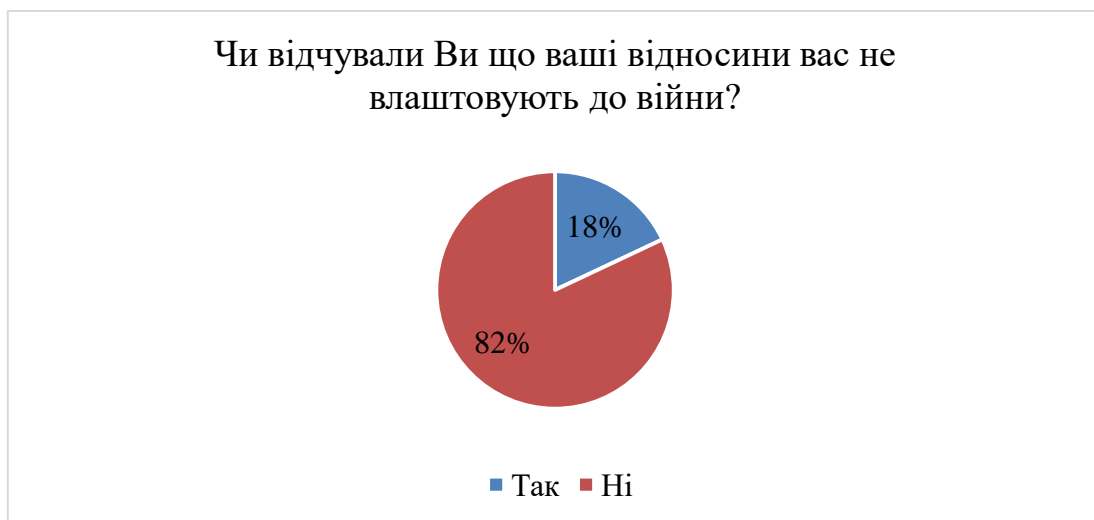
На четверте та п'яте питання «Чи було бажання розлучитись під час війни?» та на питання «Чи виникали у вас думки під час війни, що ваш шлюб може розпастися?» відповіді респодентів на ці два питання майже були однаковими з різницею у 1-2%, що є несуттєвим, тож відповіді які розподілились наступним чином зазначені на рис. 3.4.



**Рис. 3.4** Результати за авторським анкетуванням

В цілому відповіді розділились навпіл, що може свідчити про те, що достатньо велика кількість сімей відчуває «турбулентність» у стосунках.

На питання «Чи відчували Ви що ваші відносини вас не влаштовують до війни?» відповіді респондентів були такими (рис. 3.5)



**Рис. 3.5** Результати за авторським анкетуванням

Результати відповідей подружніх пар може свідчити про те, що до війни їх шлюб переживався як той який «більш влаштовує» і це було характерно для 82% сімейних пар. Це як раз і може бути ознакою того, що сімейні пари відчувають кризу у відносинах, яка в тому числі може бути пов'язана з війною.

На питання щодо оцінки подружніх стосунків протягом останнього півроку: стали міцнішими; відчуваю близькість та підтримку; з'явилося роздратування; частіше виникають суперечки та конфлікти; помічаю відмінність у ціннісних орієнтирах; помічаю зміни у поведінці та емоційній сферах партнера відповіді розподілились наступним чином (рис 3.6)

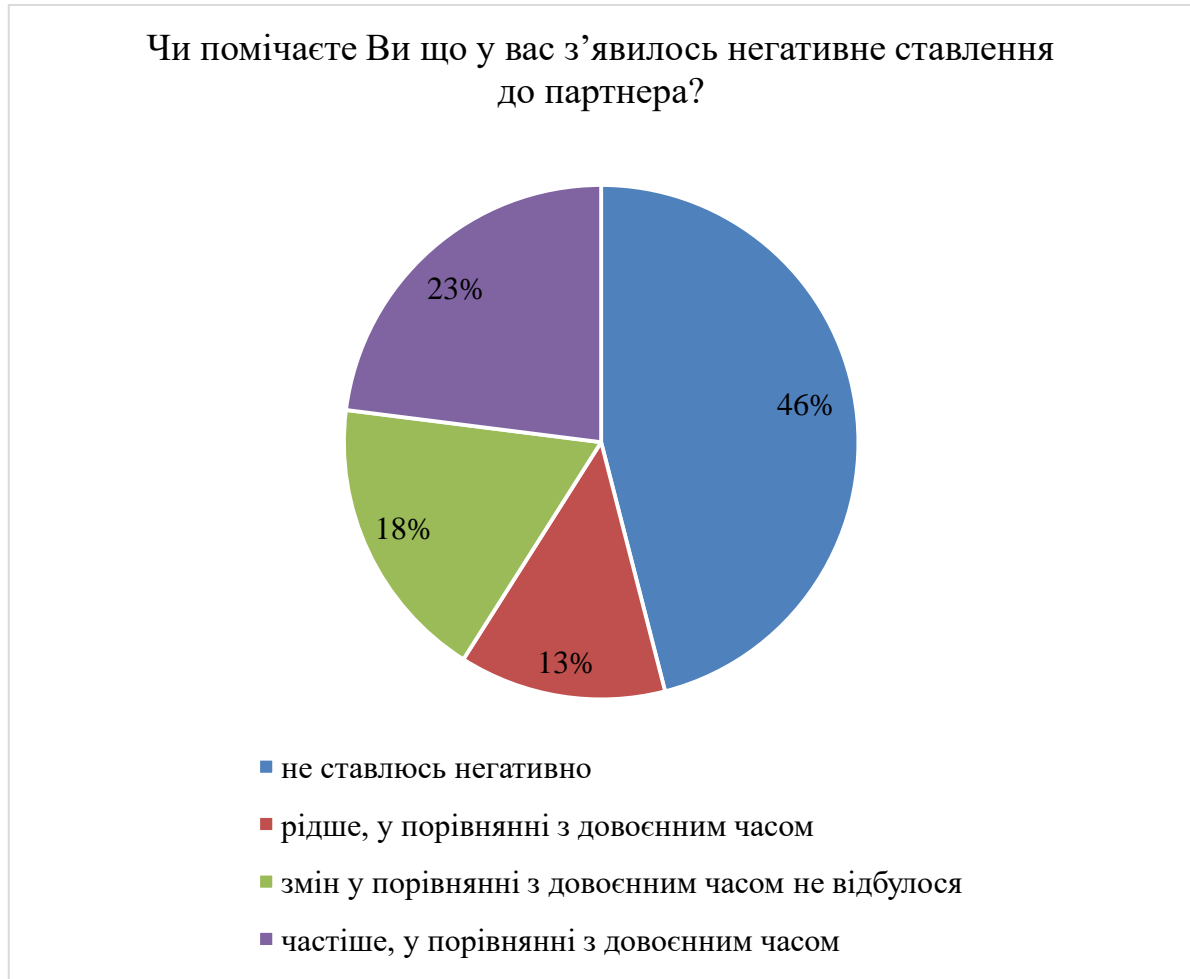


**Рис. 3.6** Результати за авторським анкетуванням

Як видно з відповідей 32% помічають що частіше виникають суперечки та конфлікти, 28% респондентів відповіли що з'явилося роздратування, 12% помічають зміни у поведінці та емоційних сферах партнера та 10% і 8%

відмічають що їх стосунки стали міцнішими та вони відчувають близькість та підтримку і 10% відмічають відмінність у ціннісних орієнтирах партнера.

На питання «Чи помічаєте Ви що у вас з'явилося негативне ставлення до партнера?» (рис 3.7).



**Рис. 3.7 Результати за авторським анкетуванням**

На питання «Чи відчуваєте Ви підтримку партнера? Оцініть за шкалою від 1 (зовсім не відчуваю) до 5 (відмінна підтримка)» Здебільшого були середнє значення 3-4 бали, не значний відсоток 2 бали відмітив та також не значний відсоток 5 балів.

Щодо питання «Чи відчуваєте Ви тиск суспільства щодо ролі чоловіка/жінки в період воєнного стану на ваші стосунки?» всі відповіли «так»

На питання «Який саме вплив суспільства Ви відчуваєте?» відповіді стосувались проблемних питань в суспільстві, а саме: «справжній Українець має бути в Україні», «всі чоловіки мають воювати» «розмовляти не українською

соромно», «вихвалитись та радіти можна, але тихо» більшість відповідей відповідали цим суспільним тезам.

Останнє питання також було відкритим, для більшого розуміння можливих факторів впливу війни на подружні стосунки, респондентам пропонувалось відповісти на таке питання «Як Ви вважаєте чи вплинула на ваші стосунки воєнні дії? Якщо так, то як саме, опишіть, будь ласка».

Аналізуючи відповіді кожного з респондентів можна помітити, що майже всі погоджувались з тим, що війна вплинула на подружні стосунки, та приведемо деякі відповіді респондентів (які найчастіше зустрічались)

- чоловік не справдив очікування;
- стала відчувати страх та тривогу за життя та безпеку чоловіка;
- не впевненість у завтрашньому дні та відсутність плану;
- різні думки та план дій на початку війни;
- відчула залежність від чоловіка;
- хочу поїхати, а чоловік «сидить на місці»;
- в новому місті складно знайти роботу
- зменшився дохід;
- фінансова криза;
- просто непорозуміння стало виникати більше.

Отже узагальнюючи всі відповіді на питання авторського анкетування, наше припущення, що пари вже почали переживати ненормативну кризу пов'язану з війною підтвердилось, оскільки відповіді респондентів здебільшого говорять про вплив війни на подружні стосунки.

Також, при проведенні анкетування та вивчення впливу війни на подружні стосунки, оскільки в дослідженні взяли участь пари де один з партнерів залучений до оборони України та сім'ї цивільних можна зробити припущення що:

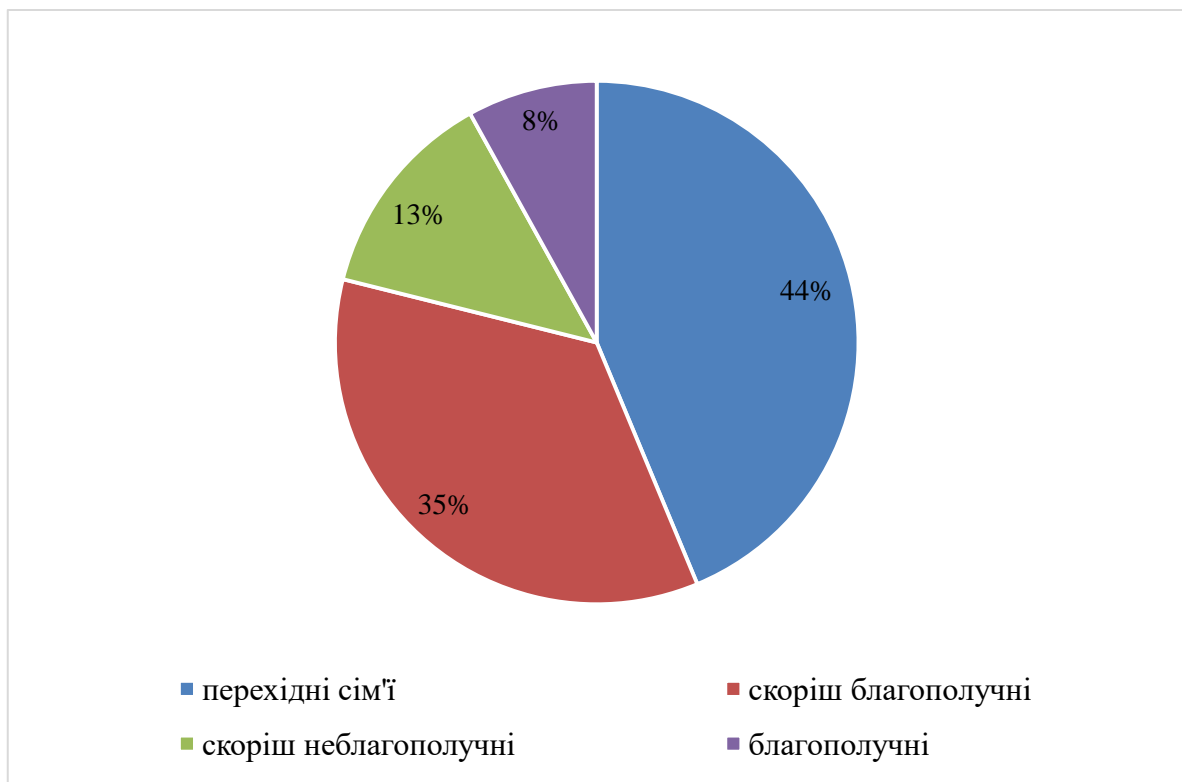
1. Сім'ї військовослужбовців в більшій мірі стикаються з емоційною напругою (через страх за близьку людину), що може призводити до погіршення психологічного стану.

2. Сім'ї які перебувають за кодоном, а партнер в Україні та сім'ї військовослужбовців стикаються з розлукою, що значною мірою також впливає на подружні стосунки та загальне відчуття благополуччя подружньої пари.

Отже, є необхідним продовження досліджень щодо впливу війни на подружні стосунки, які на початку повномасштабної війни були не помітні, але вже є зрозумілим той факт, що війна змінює українське суспільство тож неодмінним є і зміни в інституті сім'ї.

В результаті проведеного тесту-опитувальнику задоволеності шлюбом В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко [43, 234], було отримано такі результати: більшість досліджуваних, а саме 44% оцінюють власну сім'ю як перехідного типу, що може свідчити, що пара перебувають у кризовому періоді, тобто ті сім'ї які мають певні труднощі. У 35% респондентів оцінили власні сім'ї як скоріше благополучні та скоріше неблагополучні (13%). Такі результати можуть вказувати на те, що в родинях є незначні труднощі, з якими вони намагаються впоратися, або навпаки намагаються приховувати те, що відбувається в сім'ї.

Більш детально результати представлені на рис. 3.8



**Рис. 3.8** Результати за методикою «Тест-опитувальник задоволеності шлюбом» (В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко)

Також потрібно звернути увагу що в результаті проведення методики «Тест-опитувальник задоволеності шлюбом» (В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко) не було виявлено результатів за такими шкалами як: неблагополучні сім'ї, абсолютно неблагополучні сім'ї та лише 9% оцінюють власний шлюб як благополучний.

Також нами були порівняні результати між партнерами, результати представлені в таблиці 3.1

Таблиця 3.1

### Задоволеність шлюбом між подружжям

Пара	Стать	Задоволеність шлюбом			
		благополучні	скоріш благополучні	перехідні	скоріш неблагополучні
1	ч				+
	ж			+	
2	ч	+			
	ж		+		
3	ч			+	
	ж			+	
4	ч		+		
	ж			+	
5	ч			+	
	ж			+	
6	ч				+
	ж				+
7	ч		+		
	ж	+			
8	ч		+		
	ж			+	
9	ч			+	
	ж				+
10	ч			+	
	ж				+
11	ч	+			
	ж		+		
12	ч			+	
	ж				+
13	ч		+		
	ж		+		
14	ч			+	
	ж				+
15	ч		+		
	ж		+		
16	ч			+	
	ж			+	

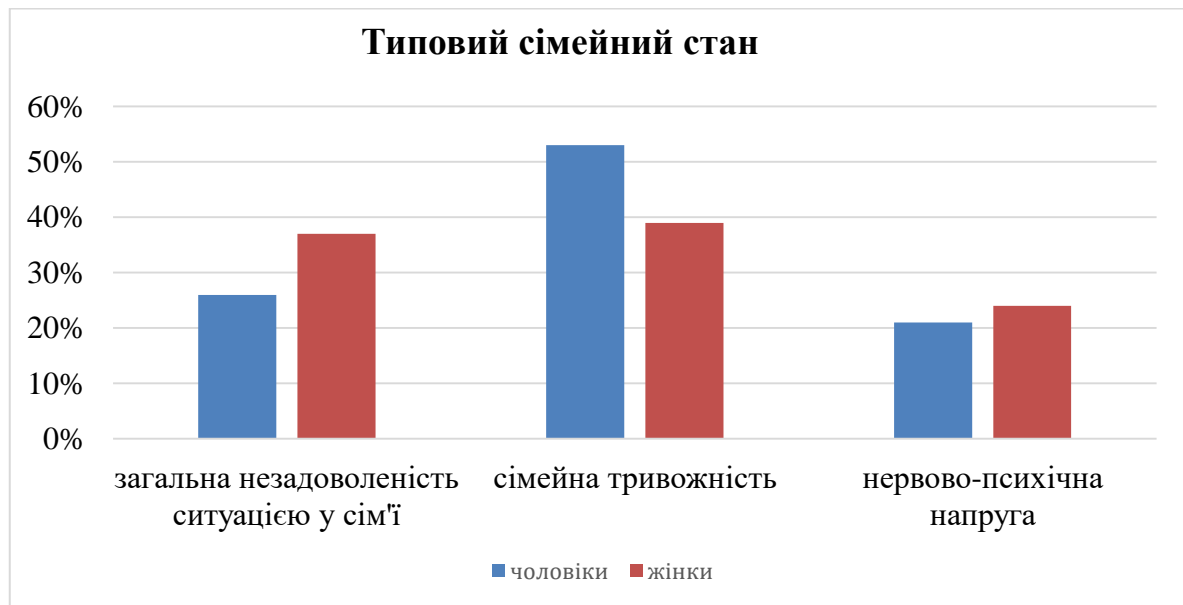
Пара	Стать	Задоволеність шлюбом			
		благополучні	скоріш благополучні	перехідні	скоріш неблагополучні
17	ч	+			
	ж	+			
18	ч			+	
	ж				+
19	ч	+	+		
	ж				
20	ч		+		
	ж	+			
21	ч				+
	ж			+	
22	ч			+	
	ж				+
23	ч			+	

Як видно з таблиці 3.1 у 6 парах спостерігається узгодженість, щодо задоволеності шлюбом. Також, варто наголосити, що в тих парах де жінка знаходиться за кордоном та ті пари де чоловік військовослужбовець здебільшого жінка оцінює як «здебільшого неблагополучний», а чоловіки як «перехідний». Це знов підтверджує нашу думку, що сім'ї які в більшій мірі стикаються з емоціональною напругою, але і пари які перебувають в Україні відзначають свій період подружніх відносин як «перехідний» і мають узгодженість в цих поглядах. Також спостерігається тенденція до визначення жінкою як «перехідний етап», а чоловіком «скоріш благополучний», такий результат можна пояснити тим, що жінка більш уважлива та чутлива до емоційного стану в родині.

В результаті проведення першої методики «Типовий сімейний стан» Е. Ейдемільера, В. Юстицького [43, 227-228], дозволило оцінити сімейний стан подружніх пар за такими критеріями: задоволений – незадоволений; спокійним – схвильованим; напруженим – розслабленим; радісним – засмученим; потрібним – зайвим; відпочившим – втомленим; здоровим – хворим; сміливим – сором'язливим (боязливим); безтурботливим – стурбованим; поганим – гарним; спритним – незграбним; вільним – зайнятим.



Також в результаті даної методики було виявлено загальну незадоволеність або нервово-психічне напруження або сімейну тривожність (рис 3.9)



**Рис. 3.9** Результати за методикою «Типовий сімейний стан» Е. Ейдемільлера, В. Юстицького

Для більш детального аналізу даних нами було порівняно результати першої методики «Тест-опитувальник задоволеності шлюбом» (В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко) та результатами другої методики «Типовий сімейний стан» Е. Ейдемільлера, В. Юстицького.

Результати порівняльного аналізу та виявлені кореляційні зв'язки між шкалами використаних методик представлені у вигляді таблиці 3.2

*Таблиця 3.2*

**Порівняльний аналіз результатів дослідження щодо задоволеності шлюбом та сімейним станом виявлені кореляційні зв'язки між шкалами використаних методик**

Задоволеність шлюбом	Типовий сімейний стан		
	Загальна незадоволеність	Сімейна тривожність	Нервово-психічна напруга
Перехідні сім'ї	0,079	-0,554	0,499
Скоріш благополучні	-0,146	-0,091	-0,022

Задоволеність шлюбом	Типовий сімейний стан		
	Загальна незадоволеність	Сімейна тривожність	Нервово-психічна напруга
Благополучні	0,098	0,133	0,285
Скоріш неблагополучні	0,702	0,536	0,662

Примітка: \*- кореляція значима на рівні 0,05

\*\* - кореляція значима на рівні 0,01

Таким чином, результати аналізу за методикою «Типовий сімейний стан» Е. Ейдеміллера, В. Юстицького [43, 227-228], дозволило підтвердити припущення, що сімейне благополуччя визначається такими характеристиками, як стан загальний стан сімейного задоволення, низький рівень сімейної тривоги та нервовопсихічного напруження.

Отже, отримані результати підтверджують тісний взаємозв'язок між благополуччям сім'ї та станом, якщо виникають ускладнення в одній сфері, автоматично виникають труднощі й в іншій.

Оскільки переживання будь-якої кризи нормативної чи ненормативної супроводжується скритими або відкритими конфліктами, для виявлення індивідуально-специфічних захисних моделей подружжя та їх структуру було проведено опитувальник «Реакції подружжя на конфлікт» А. Кочарянова.

Таблиця 3.3

### Реакції подружжя на конфлікт

Шкала	Стать					
	Чоловіки			Жінки		
	Рівень прояву					
	Низький	Середній	Високий	Низький	Середній	Високий
Неконструктивні установки на шлюб	27%	68%	5%	27%	73%	-
Депресія	73%	27%	-	63%	34%	-
Проективні захисти	18%	63%	19%	60%	30%	8%

Шкала	Стать					
	Чоловіки			Жінки		
	Рівень прояву					
	Низький	Середній	Високий	Низький	Середній	Високий
Дефантазивні механізми	-	90%	10%	-	42%	58%
Агресія	-	78%	22%	20%	70%	10%
Соматизація тривоги	80%	15%	5%	-	54%	46%
Фіксація на психотравмі	45%	55%	-	27%	73%	-

Як видно з таблиці 3.3 що за шкалою «неконструктивні установки на шлюб, як у чоловіків так і у жінок (68%) спостерігається середній рівень прояву. Що може свідчити про певні різновиди установок, які дезінтегрують сімейну структуру, перешкоджають створенню гармонійних відносин. Також за цією методикою не було виявлено ознак депресії, лише у деякої частини спостерігається деякі ознаки цього стану, а саме сповільненість поведінки та емоцій, слабкість, зниження інтересу та почуття провини, але тим не менш це в майбутньому може відбутися ускладнення, що може призвести до більш складних форм депресії. Шкала «проективні захисти», яка є середньо-вираженою у більшості опитуваних як чоловіків 63% так і у жінок у 60%.

Достатньо відмінні результати ми отримали за шкалою «соматизація тривоги», у чоловіків домінує низький рівень прояву (80%), а жінок – середній (54%). Ця шкала демонструє нам, що жінки частіше йдуть від розв'язання проблем у хвороби. Схожа ситуація й за останньою шкалою «фіксація на психотравмі», яка демонструє нам, що чоловіки (55%) та жінки (73%), мають середній рівень застрягання афекту та інтелекту на психічній травмі. Отже, у сім'ях де не має яскраво виражених негативних реакцій на конфлікт, в залежності від обставин та характеру ситуації, той чи той різновид, може проявлятися у більшій чи меншій мірі. Однак, потребують уваги такі реакції, які пов'язанні з соматичними реакціями та дефензивними механізмами.

Усі ці аспекти допомагають створювати більш повну картину впливу війни на подружні стосунки, що важливо для розробки програм та заходів підтримки для сімей, які переживають ненормативну кризу, пов'язаної з війною з метою забезпечення їхнього благополуччя в умовах воєнного стану.

Результати дослідження можуть служити основою для подальших досліджень у цій області. Можливі напрямки досліджень включають більш детальний аналіз впливу окремих факторів на сімейні стосунки та ефективність інтервенційних програм.

В цілому, дослідження підкреслює важливість підтримки сімей у важких умовах війни та надає рекомендації для подальших заходів та інтервенцій, спрямованих на покращення сімейних стосунків та психологічного благополуччя цих сімей.

### **3.2. Огляд програм та ініціатив підтримки сім'ї у переживанні ненормативної кризи пов'язаної з війною**

Програми підтримки психічного здоров'я людини стало одним з пріоритетних завдань державної політики, але разом з тим інститут сім'ї поза увагою, винятком стають сім'ї військовослужбовців, або психологічна підтримка дружин які втратили чоловіка на війні.

У Міністерстві охорони здоров'я прогнозують, що через війну психологічної підтримки потребуватимуть понад 15 млн українців. При цьому близько 3–4 млн людей треба буде призначати медикаментозне лікування. Після війни щонайменше кожна п'ята людина буде мати негативні наслідки для психічного здоров'я. За даними МОЗ, у 20–30 % осіб, які пережили травматичні події, може розвинутих ПТСР. Крім того, через 5–7 років очікують зростання кількості осіб з наркотичною, алкогольною та іншими залежностями. Через психоемоційне напруження, спричинене війною, українці постаріють на 10–15 років, тобто хвороби, притаманні для зрілого та літнього віку, будуть траплятися

на 10–15 років раніше, ніж це було до війни[11]. Але потрібно наголосити, що наразі не має прогнозів щодо загрози інституту сім'ї пов'язаної з війною.

У червні 2022 р. дружина Президента України О. Зеленська ініціювала Національну програму психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. Таку ініціативу реалізують за підтримки ВООЗ. Мета програми досить амбіційна для країни, що перебуває в стані масштабної війни: «Створити власну, українську модель системи психічного здоров'я та психосоціальної підтримки, яка втілить найкращі світові й вітчизняні практики. Серед завдань – побудувати ефективну систему якісних і доступних послуг із психічного здоров'я, щоб ними міг скористатися кожен, хто їх потребує»[22].

Створено Міжвідомчу координаційну раду з питань охорони психічного здоров'я та надання психологічної допомоги особам, які постраждали внаслідок збройної агресії Російської Федерації проти України. На базі Міністерства охорони здоров'я сформовано Проектний офіс з розробки національної програми психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. Його задекларовано як «платформу для об'єднання всіх партнерів, яка пронизує всі рівні – і професійне коло, і політичне, практиків, міжнародних експертів, волонтерів»[23]. До Проектного офісу ввійшли фахівці МОЗ, Інститут психіатрії, судово-психіатричної експертизи та моніторингу наркотиків Міністерства охорони здоров'я України, громадська організація «Безбар'єрність». Експертизу та підтримку в реалізації проекту надає ВООЗ та глобальна Референтна група з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки Міжвідомчого постійного комітету.

У межах реалізації програми передбачено:

- проведення експертного аудиту із залученням фахівців ВООЗ, на основі якого буде створено модель системи надання допомоги;
- напрацювання покрокового плану реалізації моделі після її обговорення з широким колом представників професійної спільноти, експертів, лідерів громадської думки;

– побудову системи навчання, сертифікації, моніторингу якості підготовки психологів, психотерапевтів, лікарів-психологів, які працюють у системі більшості міністерств;

– навчання сімейних лікарів, психологів, соціальних працівників, освітян швидких методик психологічної підтримки;

– створення реєстру фахівців і методик, систематизацію даних, випрацювання моделі перенавчання й перепідготовки кадрів, системи їх залучення[24].

Проведене дослідження дозволяє сформулювати рекомендації щодо можливих інтервенцій та програм для покращення психологічного благополуччя сімей.

Програма рекомендацій:

1. Підвищення обізнаності щодо впливу війни на сімейні стосунки.

Базуючись на огляді історичних досліджень: Розробка інформаційних матеріалів, які описують історичні випадки впливу війни на сімейні стосунки.

Використання ключових методів визначення есенції шлюбу: Організація семінарів та тренінгів для сімей, що висвітлюють значення шлюбу в умовах кризи.

2. Підтримка психологічного здоров'я членів сім'ї. Аналіз тривожних станів особистості: Створення програм психологічної підтримки для зменшення тривожності та стресу, викликаного війною.

3. Дослідження психологічних особливостей індивідуумів в екстремальних умовах: Запровадження курсів стресостійкості та емоційної стійкості для членів сімей.

3. Підтримка стійкості сімейного інституту. Дослідження функціонування інституту сім'ї в умовах війни: Розробка консультаційних послуг для зміцнення сімейних зв'язків.

4. Розвиток комунікаційних навичок. Застосування класифікації форм шлюбних зв'язків: Навчальні модулі з розвитку комунікативних навичок, адаптовані до різних типів сімейних відносин.

5. Розробка спеціалізованих програм заручникової та партнерської терапії для подолання негативних наслідків війни.

5. Сприяння соціальній адаптації. Ініціювання соціальних проєктів та програм, спрямованих на полегшення процесу адаптації сімей, які зазнали впливу війни. Це може включати роботу з громадськими організаціями та соціальними службами для надання ресурсів та підтримки.

6. Організація спільноти та мереж підтримки. Створення мереж підтримки, що складаються з фахівців, волонтерів та інших сімей, які пережили подібні виклики. Це дозволить обмінюватися досвідом, надавати емоційну підтримку та практичні поради.

7. Розробка освітніх програм, що включають в себе інформацію про вплив війни на сімейні відносини, стратегії впорядкування та способи підтримки психічного здоров'я.

8. Залучення експертів та фахівців. Активне залучення психологів, соціальних працівників, та інших фахівців для надання консультаційних та терапевтичних послуг, на основі отриманих даних та висновків.

Ця програма рекомендацій має на меті не лише допомогти сім'ям адаптуватися до умов війни, але й забезпечити їм необхідні ресурси та підтримку для зміцнення внутрішньо сімейних зв'язків та відновлення психологічного благополуччя.

Дане дослідження не вичерпує питання дослідження впливу війни на подружні стосунки, а тільки окреслює напрями для подальшого науково інтересу.

## ВИСНОВКИ

Результати проведеного дослідження дозволять зробити такі висновки:

1. У ході теоретичного аналізу було наголошено, що ненормативна криза включає травматичну кризу, пов'язану з раптовими надзвичайними подіями, і кризу адаптації, що виникає внаслідок особистісних змін та складних життєвих обставин. Особливу увагу приділено вивченню воєнних дій на психічне здоров'я та вплив на подружні стосунки. Отже, війна з стресом, який може спричинити не тільки різноманітні психічні порушення, зокрема тривогу, депресію та ін., але має важливі соціальні наслідки що в цілому спричиняє ряд стресових ситуацій, які впливають на подружні стосунки.

2. Виділені такі соціально-психологічні фактори які впливають на подружні стосунки у період воєнного стану: стрес та тривога, пов'язані з воєнним станом, віддаленість та роз'єднання подружжя через війну, недостатня підтримка між партнерами; фінансові проблеми та нестабільність, неадекватна поведінка партнера в період воєнного стану, соціальний тиск та стереотипи щодо ролі чоловіка та жінки в період воєнного стану, зміна життєвих обставин та перспектив.

3. Проведено емпіричне дослідження виявлення особливості психологічних предикторів подружніх відносин в період переживання ненормативної кризи пов'язаної з війною. В ході підготовки до проведення дослідження було використано батарею валідних та надійних психодіагностичних методик та сформована авторська анкета.

Емпіричне дослідження включало наступний комплекс психодіагностичних методик: тест-опитувальник задоволеності шлюбом В. Столін; методика «Типовий сімейний стан» Е. Ейдемільера, В. Юстицького; Т. Романова, Г. Бутенко; опитувальник «Реакції подружжя на конфлікт» А. Кочарянова.



Узагальнюючи результати відповідей за авторською анкетною, всі відповіді припущення, що пари вже почали переживати ненормативну кризу пов'язану з війною підтвердилось, оскільки відповіді респондентів здебільшого говорять про вплив війни на подружні стосунки.

Також, при проведенні анкетування та вивчення впливу війни на подружні стосунки, оскільки в дослідженні взяли участь пари де один з партнерів залучений до оборони України та сім'ї цивільних можна зробити припущення що: сім'ї військовослужбовців в більшій мірі стикаються з емоціональною напругою (через страх за близьку людину), що може призводити до погіршення психологічного стану; сім'ї які перебувають за кодоном, а партнер в Україні та сім'ї військовослужбовців стикаються з розлукою, що значною мірою також впливає на подружні стосунки та загальне відчуття благополуччя подружньої пари.

Результати порівняльного аналізу та виявлені кореляційні зв'язки між шкалами використаних методик дозволило підтвердити припущення, що сімейне благополуччя визначається такими характеристиками, як загальний стан сімейного задоволення, низький рівень сімейної тривоги та нервовопсихічного напруження. Отже, отримані результати підтверджують тісний взаємозв'язок між благополуччям сім'ї та станом, якщо виникають ускладнення в одній сфері, автоматично виникають труднощі й в іншій.

Усі ці аспекти допомагають створювати більш повну картину впливу війни на подружні стосунки, та наголошують на розробці програм та заходів підтримки для сімей, які переживають ненормативну кризу, пов'язану з війною з метою забезпечення їхнього благополуччя в умовах воєнного стану.

В цілому, дослідження не вичерпую всіх аспектів дослідження, але підкреслює важливість підтримки сімей у важких умовах війни та надає рекомендації для подальших заходів та інтервенцій, спрямованих на покращення сімейних стосунків та психологічного благополуччя цих сімей.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксьонова С. Компенсаційний приріст народжуваності в Україні: очікування, чинники, перепони. *Демографія та соціальна економіка*. Київ, 2022. Вип. 4. С. 3-22.
2. Алієв, Ш. Вчинкова природа практики (філософсько-психологічна інтерпретація творчого діалогу В.А. Роменця із М.М. Бахтінім). *Психологія і суспільство*. 2012. Вип 3. С. 20-37.
3. Бацилева О. В., Астахов В. М. Підготовка до батьківства як етап соціалізації особистості. *Збірник наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. Київ, 2018. С. 13–20.
4. Афанасьєва Н.Є. Основи психогігієни та психопрофілактики: Навчальний посібник. Харків, 2016. 91 с.
5. Балл Г. О. Орієнтири сучасного гуманізму (в суспільній, освітній, психологічній сферах). Видання друге, доповнене. Житомир, 2008. 232 с.
6. Бех І. Д. Виховання особистості: Сходи до духовності : Наукове видання. Київ, 2006. 272 с.
7. Берн Е. Ігри, в які грають люди. Люди, які грають в ігри. Київ, 2013. С. 67-85.
8. Буряк О. О. Шляхи та методи реабілітації осіб з «військовим синдромом» та посттравматичним стресовим розладом. *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил*. Харків, 2015. Вип. 3(44). С. 137-141.
9. Ващенко В. Б. Психологічні ресурси особистості в подоланні складних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 40. С. 33-49.
10. Веселовська М. Я жінка, я боюся? Як захиститись від насильства. Київ, 2002. 35 с. 81/
11. Війна прийшла в сім'ю: Чому розлучені бійці та покинуті дружини звинувачують у всьому АТО / за ред. Емінової В. Depo.ua, 2016 URL: <https://www.depo.ua/ukr/life/viyna-priyshla-v-sim-yu-chomu-rozlucheni-biytsi-tapokinuti-24112016154900>.

12. Вікова психологія: Навчальний посібник / за ред. О.П. Сергєєнкова, О.А. Столярчук, О.П. Коханова, О.В. Пасєка. Київ: Центр навчальної літератури, 2012. 376 с.

13. Вікова і педагогічна психологія : навчальний посібник / за ред. О.В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін. Київ: Каравела, 2006. 344 с.

14. Волошин П. В. Шестопалова Л. Ф., Підкоритов В. С. Посттравматичні стресові розлади: діагностика, лікування, реабілітація : Методичні рекомендації. Харків, 2002. 47 с.

15. Горностаї, П. П. Групові психологічні феномени у сімейній психотерапії. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. Вип. 21 (24). Київ, 2008. С. 23-35.

16. Гендерні перетворення в Україні / за ред. Л.М. Амджадін, О.Ю. Костенко, Е. М. Либанова та ін. Київ, 2007. 165 с.

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

18. Дешенко В. С. Демографічна криза в Україні. Проблеми дослідження, витоки, складові, напрями протидії. Київ: Ін-т економіки НАН України, 2001. 559 с.

19. Досвід організації психологічної роботи під час ведення збройних конфліктів, підготовки та виконання миротворчих завдань : *Збірник інформаційно-аналітичних матеріалів* / за ред. В. Наконечний, В. Клименко, Н. Копаниця. Київ: Соціально-психологічний центр ЗСУ, 2013. С. 48-56.

20. Етимологія насильства над жінкою в сім'ї. *Соціальна робота в Україні на початку XXI століття: проблеми теорії і практики* : Матеріали доповідей на Міжнародній науково-практичній конференції. Київ, 2002. С.119-130.

21. Запобігання і протидія насильству в сім'ї : методичні рекомендації для соціальних працівників. Київ: ДЦССМ, 2004. С. 5-12.

22. Зонова О.І. Сутність феномену страху особистості в історичному екскурсі філософії та психології. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. Київ, 2007. Вип. 10. С. 122-130.

23. Кальницька К. О. Особливості соціально-психологічної роботи з жінками, жертвами насильства в сім'ї. *Соціальна робота як чинник гуманізації суспільного буття: Український та міжнародний досвід* : Тези доповідей та виступів Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Чернігів, 3-4 грудня 2010 року). Чернігів: ЧДІЕУ, 2011. С. 114-120.

24. Комплексне дослідження: Як війна змінила мене та мою країну. Підсумки року. Соціологічна група «Рейтинг». URL: [https://ratinggroup.ua/research/ukraine/kompleksne\\_dosl\\_dzhennya\\_yak\\_v\\_yna\\_zm\\_nil\\_a\\_mene\\_ta\\_kra\\_nu\\_p\\_dsumki\\_roku.html](https://ratinggroup.ua/research/ukraine/kompleksne_dosl_dzhennya_yak_v_yna_zm_nil_a_mene_ta_kra_nu_p_dsumki_roku.html).

25. 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. Вип. 2 (12). С. 51-57.

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

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

28. Корольчук М.С. Актуальні проблеми психофізіології військової діяльності. Київ: КВГІ, 1996. С. 55-67.

29. Кризова психологія: навч. посіб. / за заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Харків: НУЦЗУ, 2010. 401 с.

30. Кравець В.П. Психологія сімейного життя. Тернопіль: СВС, 1995. 105 с.

31. Кубицький С.О., Черняк А.І., Дубровинський Г.Р., Васильєв С.П. Основи загальної та військової психології і педагогіки : навчальний посібник. Київ: ВПЦ «Київський університет», 2006. С. 34-55.

32. Кутішенко В. П. Вікова та педагогічна психологія (курс лекцій) : навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005. 128 с.

33. Лесков В. О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців із районів військових конфліктів : автореф дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Хмельницький, 2008. 22 с.

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

35. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості. Київ, 2006, 240 с.

36. Маркова М. В., Козира П. В. Постстресові дезадаптивні стани на тлі соціальних змін: аналіз проблеми. *Медична психологія*. 2015. Вип. 1(37). С. 8-13.

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

38. Михайлова Н.О., Малікова С.О., Мусієнко Н.О. Психологічна допомога сім'ям у кризовій ситуації. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя*. Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції 22 – 23 лютого 2018 року. 302с.

39. Нечерда О. Коли в сім'ї насильство. *Науковий світ*. 2000. Вип. 8. С. 12-18.

40. Ньюстром Дж. У., Девіс К. Організаційна поведінка. Львів, 2001. С. 22-40.

41. Осадько О. Страх тривожності: специфіка психологічної допомоги. *Психолог*. 2004. Вип 13. С.9-12.

42. Основні негативні емоційні стани військовослужбовця у процесі військово-професійної діяльності : Вісник. Київ, 2012. С. 23–25.

43. Папуча М.В., Кричковська Т. Д. Особистість: розвиток, соціалізація, виховання. Ніжин, 2001. 146 с.

44. 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.

45. Ронгинський, Т.І. Синдром вигорання у соціальних професіях. *Психологічний журнал*. Луганськ, 2002. Вип. 3. С. 85-95.

46. Столяренко О.Б. Психологія особистості: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 28 – 30 с.

47. Слюсар Л. І. Українська сім'я в умовах війни. Демографічні процеси. Київ, 2023. 18 с.
48. Тітов І.Г. До проблеми класифікації ненормативних особистісних криз. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя*. Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції 28 лютого – 1 березня 2019 року. 101 с.
49. Хвисьюк О. М., Маркова М. В., Марков А. Р. та ін. Клінічна специфіка й особливості психопатогенезу дезадаптивних станів у цивільного населення в умовах соціального стресу і консцієнтальної війни. *Український вісник психоневрології*. 2017. Вип. 1(90). С. 29-38.
50. Шосте загальнонаціональне опитування: Адаптація українців до умов війни (березень 2022). Соціологічна група «Рейтинг». URL: [https://ratinggroup.ua/research/ukraine/shestoy\\_obschenacionalnyu\\_opros\\_adaptaciy\\_a\\_ukraincev\\_k\\_usloviyam\\_voyny\\_19\\_marta\\_2022.html](https://ratinggroup.ua/research/ukraine/shestoy_obschenacionalnyu_opros_adaptaciy_a_ukraincev_k_usloviyam_voyny_19_marta_2022.html).
51. Kessler R.C., Walters E.E. Epidemiology of DSM-III-R major depression and minor depression among adolescents and young adults in the National Comorbidity Survey. *Depress Anxiety*. 1998. Vol. 7. P. 3-14.
52. Harrington R. Affective disorders: Modern approaches. *Child and adolescent psychiatry*. 1994. P. 330-350.

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### Анкета учасника дослідження

Будь ласка, вкажіть прізвище чи іншу інформацію, яка дозволить ідентифікувати Вашу анкету та анкету Вашого партнера як такі, що належать до однієї пари. (Тобто це поле і Ви, і Ваш партнер маєте заповнити однаково):

Вік: \_\_\_\_\_

Стать: ж/ч

Сімейний стан:

– одружений/одружена

– перебуваю у незареєстрованому шлюбі (співмешкаю)

Скільки часу Ви перебуваєте у шлюбі/співмешкаєте: \_\_\_\_\_

Чи є у вас діти? \_\_\_\_\_

На даний момент Ви ?

– перебуваю з партнером в країні

– перебуваю з партнером в країні на окупованій території

– перебуваю з партнером за кордоном

– знаходжусь в країні, а партнер/партнерка перебуває за кордоном

– знаходжусь за кордоном, а партнер/партнерка в країні

–партнер/партнерка перебуває на фронті

Дайте відповідь на поставлені питання:

1. З 24 лютого 2022 року до сьогодні, які емоції частіше охоплюють Вас?  
(оберіть не більше 5 найчастіших для Вас):

– агресія, лють;

– безпорадність (я нічого не можу зробити);

– розчарування;

– відчай (що робити, все жахливо);

– віра (все буде добре);

– жага боротьби;

- жах;
  - злість на певних людей;
  - злість на події, що відбуваються;
  - відчуття небезпеки, незахищеності;
  - страх за власне життя, долю;
  - страх за життя рідних людей, їх долю;
  - страх за дім, житло, майно родини;
  - паніка (панічні атаки, істерика, вас періодично трясє, ви плачете);
  - постійне відчуття тривоги;
  - страх за свій емоційний стан;
- інше.

2. Чи були Ви за час військових дій свідком або учасником таких подій як:

- розлука з рідними та близькими;
- смерть рідних або близьких;
- фізичне або сексуальне насильство;
- втрата житла;
- тривале перебування у холодному приміщенні;
- переїзд у інший регіон України;
- переїзд за кордон;
- окупація;
- смерть людей внаслідок обстрілів;
- обстріли та бомбардування;
- голод та відсутність води;
- нічого з переліченого.

3. Чи помічаєте Ви зміни у партнерові, які виникли під час воєнного стану?

- так;
- ні.

4. Чи виникали у вас думки під час війни, що ваш шлюб може розпастися?

- так;
- ні.



5. Чи було бажання розлучитись під час війни?
- так;
  - ні.
6. Чи відчували Ви що ваші відносини вас не влаштовують до війни?
- так;
  - ні.
7. Будь ласка, оцініть Ваш подружні станки протягом останнього півроку.
- стали міцнішими;
  - відчуваю близькість та підтримку;
  - з'явилося роздратування;
  - частіше виникають суперечки та конфлікти;
  - помічаю відмінність у ціннісних орієнтирах;
  - помічаю зміни у поведінці та емоційній сферах партнера;
8. Чи помічаєте Ви що у вас з'явилося негативне ставлення до партнера?
- не ставлюсь негативно;
  - рідше, у порівнянні з довоєнним часом;
  - змін у порівнянні з довоєнним часом не відбулося;
  - частіше, у порівнянні з довоєнним часом
9. Чи відчуваєте Ви підтримку партнера? Оцініть за шкалою від 1 (зовсім не відчуваю) до 5 (відмінна підтримка).
10. Чи відчуваєте Ви тиск суспільства щодо ролі чоловіка/жінки в період воєнного стану на ваші стосунки?\
- так;
  - ні.
11. Який саме вплив суспільства Ви відчуваєте?
12. Як Ви вважаєте чи вплинула на ваші стосунки воєнні дії? Якщо так, то як саме, опишіть, будь ласка.

### Методика «Типовий сімейний стан» Е. Ейдемільера, В. Юстицького

1. Психолог: «Подумки поверніться до себе додому! Пригадайте почуття, з яким. Ви відкриваєте двері вдома! Пригадайте почуття, з якими пригадуєте домашні справи на роботі! Як Ви себе відчуваєте у вихідні дні й вечорами? Взагалі, пригадайте все ваше сімейне життя! Яким ви себе відчуваєте найчастіше? Відмітьте на шкалах!»

Психолог видає бланк для відповідей Клієнт відмічає.

2. Психолог (звертає увагу на якість, найбільш вираженого на шкалах); «Ви відмітили, що відчуваєте себе в сім'ї дуже...(називає відповідну якість). Це скоріш приємне або неприємне почуття? Прошу Вас пригадати декілька випадків з Вашого сімейного життя, коли Ви відчували себе дуже...(називає такий самий стан...)!»

3. Клієнт розповідає. Психолог: «Спробуйте ще раз оцінити свій стан вдома на цих же шкалах! Все залишиться по-старому або щось зміниться?»

Зазвичай клієнт змінює свою оцінку за деякими шкалами, якщо при цьому на перший план висувається інший стан, то вся процедура повторюється знову від п.2).

Бланк, що пропонується до методики «Типовий стан»

Задоволеним 0 \_\_\_\_\_ 7 Незадоволеним З

Спокійним 0 \_\_\_\_\_ 7 Схвильованим Т

Напруженим 0 \_\_\_\_\_ 7 Розслабленим Н

Радісним 0 \_\_\_\_\_ 7 Засмученим З

Потрібним 0 \_\_\_\_\_ 7 Зайвим Т

Відпочившим 0 \_\_\_\_\_ 7 Втомленим Н

Здоровим 0 \_\_\_\_\_ 7 Хворим З

Сміливим 0 \_\_\_\_\_ 7 Сором'язливим (боязливим) Т

Безтурботливим 0 \_\_\_\_\_ 7 Стурбованим Н

Поганим 0 \_\_\_\_\_ 7 Гарним 3

Спритним 0 \_\_\_\_\_ 7 Незграбним Т

Вільним 0 \_\_\_\_\_ 7 Зайнятим Н

ПШБ \_\_\_\_\_ Т- \_\_\_\_; З - \_\_\_\_; Н - \_\_\_\_

Обробка. Бали за шкалами, що позначені однаковим індексом, сумуються, стан констатується, якщо сума оцінок за 3 шкалами перевищує або дорівнює за 3) загальна незадоволеність) 26 балів; за Н (нервово-психічне напруження) – 27 балів; по Т (сімейна тривожність) – 26 балів.

### Тест-опитувальник задоволеності шлюбом

Автори: В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко.

Мета: Експрес-діагностика ступеня задоволеності – незадоволеності шлюбом.

Опитувальник є одновимірною шкалою, що складається з 24 тверджень, що відносяться до різних сфер: сприйняття себе і партнера, думки, оцінки, установки і т. п. Кожному твердженню відповідають три варіанти відповіді: а) вірно, б) важко сказати, в) невірно. Обробка результатів: якщо обраний варіант відповіді (а, б або в) співпадає з приведеними в ключі, то нараховується 2 бали; якщо проміжний (б) – то 1 бал; за відповідь, не співпадаючу з приведеними, – 0 балів. Далі підраховується сумарний бал по всіх відповідях.

Як стандартизована методика, «ОУБ» має норми:

0-16 балів – абсолютно несприятливий шлюб;

17-22 бали – неблагополучний шлюб;

23-26 балів – швидше неблагополучний шлюб;

27-28 балів – перехідна форма шлюбу;

29-32 бали – швидше благополучний шлюб;

33-38 балів – благополучний шлюб;

39-48 балів – абсолютно благополучний шлюб.

### Методика „Психологічний клімат сім’ї”

Для визначення рівня психологічного клімату у сім’ї ми застосували, адаптований тест дослідження психологічного клімату сім’ї.

Психологічний клімат – це міжособистісні стосунки, що є типічними для будь якої малої соціальної групи - сім’ї, які визначають її загальний настрій, клімат.

Методика включає чотири шкали (біополя сім’ї):

– стійкий – негативний психологічний клімат ( подружжя приняло рішення розлучитися чи визнають своє суміжне життя – важким, кошмарним, нестерпним);

– нестійкий, перемінний психологічний клімат ( подружжя, яке частково розчарувалося у сумісному проживанні, відчувають деяку напругу);

– невизначений психологічний клімат (прослідковуються деякі обурені фактори, але в цілому переважає позитивний настрій у сім’ї);

– стійкий – позитивний психологічний клімат сім’ї.

Опитувальник складається із 35 тверджень, за кожную відповідь «так» або «ні» нараховується 1 бал, якщо відповідь співпадає з ключем.

Опитувальник розрахований на самостійне заповнення досліджуваними. Час психологічного обстеження за допомогою цього опитувальника триває біля 25 хвилин.