

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВОГО ІНСТИТУТУ УПРАВЛІННЯ,
ПСИХОЛОГІЇ ТА БЕЗПЕКИ**

Кафедра практичної психології

**ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ КРИЗИ ПОДРУЖНІХ СТОСУНКІВ В
УКРАЇНСЬКИХ СІМ'ЯХ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

кваліфікаційна робота

здобувачки вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої
освіти денної форми здобуття освіти
спеціальності 053 «Психологія»

Ольги ВАСЮТИК

Науковий керівник:

доцент кафедри практичної психології
доктор філософії в галузі психології

Наталія КАЛЬКА

Рецензент:

доцент кафедри загальної та
соціальної психології
кандидат психологічних наук, доцент

Ольга УГРИН

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

«___» _____ 2026 р., протокол №___

Завідувач кафедри практичної психології

кандидат психологічних наук, доцент

_____ **Галина ОДИНЦОВА**

АНОТАЦІЯ

Васютик О. Психологічні чинники кризи подружніх стосунків в українських сім'ях в умовах воєнного стану.

У роботі досліджено психологічні чинники подружніх стосунків в умовах воєнного стану. Основна мета роботи – дослідження психологічних чинників, що впливають на виникнення та перебіг криз у подружніх стосунках. Здійснено теоретичний аналіз подружніх взаємин, причин та наслідків кризових явищ у сімейному житті та впливу війни на стабільність сім'ї.

Проведено емпіричне дослідження, яке показало, що подружні пари загалом характеризуються високим рівнем задоволеності шлюбом. Виявлено, що ключовими чинниками подружніх стосунків є емоційне тяжіння, взаєморозуміння, довіра та ефективна комунікація. Також встановлено, що умови військової служби та міграція одного з партнерів негативно впливають на рівень задоволеності шлюбом.

Ключові слова: криза, подружні стосунки, задоволеність шлюбом, війна, комунікація, сім'я, емоційна близькість.

ABSTRACT

Vasiutyk O. Psychological factors of marital relationship crises in ukrainian families under martial law.

The study examines the psychological factors of marital relationships under martial law. The main aim is to investigate the factors influencing the emergence and development of crises in marital relationships. A theoretical analysis of marital relations, the causes and consequences of crisis phenomena in family life, as well as the impact of war on family stability, has been conducted.

The empirical study showed that married couples generally demonstrate a high level of marital satisfactions. It was found that the key factors of marital relationships include emotional closeness, mutual understanding, trust, and effective communication. It was also established that military service conditions and the migration of one migration of one partner negatively affect the level of marital satisfaction.

Keywords: crisis, marital relationships, marital satisfaction, war, communication, family, emotional closeness.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ КРИЗИ ПОДРУЖНІХ СТОСУНКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	7
1.1 Змістові характеристики подружніх стосунків.....	7
1.2 Причини та наслідки криз у подружніх стосунках.....	10
1.3 Вплив війни на переживання кризи у подружніх стосунках.....	18
1.4 Теоретична модель психологічних чинників кризи подружніх стосунків в умовах війни.....	23
Висновки до Розділу 1.....	27
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ КРИЗИ ПОДРУЖНІХ СТОСУНКІВ.....	29
2.1 Характеристика вибірки та методик дослідження.....	29
2.2 Аналіз результатів емпіричного дослідження.....	33
2.2.2 Описова статистика.....	33
2.2.3 Порівняльний аналіз.....	39
2.2.4 Кореляційний аналіз.....	44
2.3 Емпірична модель психологічних чинників кризи подружніх стосунків в умовах війни	51
Висновки до Розділу 2.....	53
ВИСНОВКИ.....	55
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	58

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасне українське суспільство переживає надзвичайно складний період, пов'язаний із воєнним станом. Війна змінює звичний уклад життя, створюючи постійний стрес, невизначеність майбутнього та нові соціально-економічні виклики. У цих умовах сім'я виступає головним осередком психологічної підтримки та стабільності, проте саме подружні стосунки стають найбільш уразливими до кризових явищ. Зростає кількість конфліктів, посилюється емоційне відчуження, порушується комунікація між партнерами, що безпосередньо впливає на якість сімейного життя.

Подружня пара є основою сім'ї, а її стабільність визначає психологічне благополуччя всіх членів родини. Тому криза у стосунках має не лише особистісні, а й суспільні наслідки. Вивчення психологічних чинників кризи дозволяє зрозуміти, які внутрішні та зовнішні фактори впливають на стабільність шлюбу. Особливого значення набуває дослідження рівня задоволеності шлюбом, адже саме цей показник відображає якість взаємин і є індикатором психологічного стану сім'ї.

Актуальність теми підсилюється тим, що сучасна наука потребує нових підходів до осмислення сімейних криз у надзвичайних соціальних умовах. Традиційні моделі пояснення подружніх конфліктів не завжди враховують специфіку воєнного стану, коли зовнішні фактори такі, як небезпека, втрати, вимушене переселення, розлука з близькими, стають визначальними у формуванні психологічного стану подружжя.

Таким чином, актуальність дослідження зумовлена потребою наукового осмислення того, як війна трансформує подружні стосунки, які чинники стають вирішальними у виникненні кризових явищ. Це дозволяє не лише розширити теоретичні уявлення про кризу у шлюбі, а й підкреслити значення сім'ї як головного осередку психологічної підтримки та соціальної стабільності в умовах воєнного стану.

Мета дослідження – здійснити теоретико-емпіричний аналіз особливостей перебігу кризи в подружніх стосунках в умовах воєнного стану.

Для досягнення мети поставлено такі завдання дослідження:

1. Описати змістові характеристики подружніх стосунків та визначити їх роль у функціонуванні сім'ї.
2. Проаналізувати причини та наслідки кризових явищ у подружніх взаєминах на основі українських та зарубіжних наукових джерел.
3. Виявити специфіку впливу війни на перебіг кризи у подружніх стосунках та особливості переживання сімейних труднощів в умовах воєнного стану.
4. Встановити психологічні чинники, що зумовлюють кризу у шлюбі, та обґрунтувати їхню роль у дестабілізації сімейних взаємин.
5. Здійснити емпіричне дослідження психологічних чинників кризи у подружніх стосунках.

Об'єкт дослідження – подружні стосунки в українських сім'ях.

Предмет дослідження – психологічні чинники кризи подружніх стосунків в умовах воєнного стану.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять положення та концепції, що розкривають психологічні особливості подружніх стосунків, закономірності та функціонування сім'ї, причини виникнення криз у подружніх взаєминах.

Значний внесок у дослідження подружніх взаємин, сімейної взаємодії зробили зарубіжні науковці, зокрема В. Сатир, Р. Хілл, Дж. Боулбі, С. Мінухін, М. Боуен, М. Плзак, П. Кратохвіл.

Серед українських дослідників, які також досліджували проблематику психології сім'ї, подружніх взаємин та криз у сімейному житті можна відзначити наукові праці Л. Балачій, О. Ващенко, Л. Долинської, М. Хараджи, К. Кирикиленка, В. Волошиної, Ю. Кашпур, Т. Опанасюка, І. Кондратьєвої, Х. Цьомик, Г. Пирог, М. Сінвіцької.

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні та розширенні знань про кризи у подружніх стосунках та їх вплив на стабільність шлюб в умовах воєнного стану.

Практичне значення дослідження полягає у виявленні особливостей перебігу кризи в подружніх стосунках, що може сприяти підвищенню взаєморозуміння між партнерами, зниженню конфліктності та підтримці стабільності сім'ї в умовах воєнного стану.

Методи та методики дослідження – теоретичні методи (аналіз, узагальнення, абстрагування) та емпіричні, де використано психодіагностичні методики, а саме: Методика РЕА, Шкала любові та симпатії (З. Рубін), опитувальник «Задоволеність шлюбом», методика «Особливості спілкування між подружжям».

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ КРИЗИ ПОДРУЖНІХ СТОСУНКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

1.1 Змістові характеристики подружніх стосунків

Подружні стосунки – це соціально врегульовані взаємини, які перетворюють особистісний та емоційний потяг на спільне пристосування, яке забезпечує виконання основних і додаткових функцій шлюбу. Ця сфера досить багатогранна та складна, успіх якої зумовлений дією різних чинників для гармонійної взаємодії. Іншими словами можна твердити, що подружні стосунки – сукупність елементів, які мають вплив на сферу взаємодії між подружжям [21; 22].

М. Фуко розглядав подружні стосунки як мистецтво спільного життя, яке має декілька вимірів. По-перше, вони є парними (дуальними) за своєю природою, тому що ґрунтуються на взаємодії двох різних за статтю людей та поєднують дві основні цілі, продовження роду й організацію спільного побуту.

По-друге, шлюб має універсальний характер, оскільки він задовольняє потребу людини у близькості, залученості до суспільного життя та прагненні жити так, щоб приносити користь іншим. Також, ці стосунки вирізняються своєю специфічною інтенсивністю та силою, що робить їх унікальними серед інших форм соціальних взаємин.

Тому, якщо ж Фуко наголошував на загальних вимірах подружніх стосунків, то К. Леві зосереджується на мотивах, які визначають їхній внутрішній зміст. Науковець виділяє кілька основних мотивів шлюбу. До емоційно-етичних належать кохання та спільність інтересів, які формують основу взаємної прихильності. Мотиви самореалізації охоплюють народження дітей, можливість тривалого спілкування з партнером, пізнання себе та іншої людини. Мотиви обов'язку пов'язані з офіційним оформленням

стосунків, відповідальністю перед близькими та дотриманням соціальних норм. Окрім цього, дослідники виокремлюють мотиви дефіциту, які виникають у ситуаціях внутрішньої нестачі чи страху: це може бути приклад друзів, прагнення уникнути самотності, отримати вигоду, помститися або компенсувати відчуття власної неповноцінності. Усі ці мотиви можуть проявлятися як свідомо, так і несвідомо [28].

Окрім мотивів, які спонукають людей до створення сім'ї, вагомим є те, які характеристики взаємодії відіграють роль між подружжям.

Характеристики, які позначаються на задоволеності шлюбом у подружніх стосунках розглядаються як взаємодія, яка сприяє ефективному навчанню комунікативних навичок, позитивному підкріпленню та вмінням завдяки спілкуванню, до здатності вирішувати конфлікти конструктивним способом. Це підтверджуються у біхевіористичному та когнітивно-поведінковому підходах та наголошується, що основою для хороших стосунків між партнерами є так зване взаємне підкріплення.

Тобто поведінкові патерни кожного із подружжя розглядається як ціла система, де вони мають вплив один на одного. Якщо ж, говорити про позитивне підкріплення, яке посилює якість взаємодії між подружжям, то це є уважність та зосередженість на партнері, вдячне ставлення, увага до потреб та співчуття по відношенню один до одного. Ну і навпаки, такі якості як байдужість, глузування, осуд, докори, мають негативний вплив на взаємодію між подружжям. Також не потрібно забувати і про один із численних елементів у подружніх стосунках, як асертивність, яка базується на взаємоповазі та розглядається, як один із базових факторів для ефективної взаємодії між партнерами. Асертивність - здатність не принижувати гідності свого партнера, прямо та з повагою говорити про свої власні переживання, думки та почуття [16].

Отже, як вище зазначено, саме від характеру взаємодії залежить задоволеність шлюбом, який виступає тут одним із головних та важливих показників стану подружніх стосунків. Він показує, те наскільки партнери

відчують себе комфортно у стосунках, чи отримують емоційну підтримку та чи вважають свої взаємини якісними. По суті, це така суб'єктивна оцінка подружжя власного сімейного життя [21].

На думку науковців, рівень задоволеності визначається тим, наскільки реальні стосунки відповідають очікуванням і потребам кожного із партнерів. Якщо ж ці очікування не справджуються, а потреби залишаються незадоволеними, то рівень задоволеності знижується. Зниження цього показника може вказувати про накопичення певних труднощів і напруження у взаєминах, що стає досить значним сигналом для розвитку кризових процесів у сім'ї [10]. На нього впливають різні чинники, які можна згрупувати так:

1) Життєвий цикл сім'ї. На різних етапах, від початку шлюбу до народження дітей і зрілого віку, рівень задоволеності змінюється тому, що потреби та пріоритети партнерів постійно трансформуються.

2) Мотивація та очікування. Причини, з яких люди вирішують одружитися, визначають їхнє бачення спільного життя. Якщо ці мотиви узгоджені з очікуваннями, то звичайно ж задоволеність зростає.

3) Соціально-демографічні умови. Матеріальне становище, узгодженість рішень щодо народження дітей, перебіг вагітності та інші життєві обставини створюють основу для стабільності й комфорту у стосунках.

4) Гендерні відмінності у сприйнятті. Чоловіки часто схильні оцінювати стосунки через сексуальну призму та психологічні аспекти, тоді як жінки частіше акцентують увагу на побутових реаліях.

5) Узгодженість у стосунках. Полягає у взаємній підтримці, готовності допомагати й доповнювати одне одного, що створює відчуття гармонії, що підсилює задоволеність шлюбом [22].

Отже, подружні стосунки формуються під впливом різних мотивів і характеристик між партнерами і саме вони визначають рівень задоволеності шлюбом, який показує якість та стабільність сімейного життя.

1.2 Причини та наслідки криз у подружніх стосунках

Криза – це свого роду процес, який характеризується психологічною вразливістю до умов, які є несподіваними для особистості. Але попри складність самого явища “криза” воно має характер переосмислення, яке спонукає людину зіставити протилежність своїх дій до навколишніх умов, які задають ритму у її житті. У результаті, вона постає як внутрішній конфлікт між певними усталеними цінностями та новими викликами, що ставлять під сумнів життєві плани людини [20]. З цього терміну можна зробити висновок, що криза подружніх стосунків – багатогранний процес, який порушує стабільність сімейної системи. Вона виникає тоді, коли партнери втрачають здатність до конструктивної взаємодії та підтримки. Проявлятися вона може у формі конфліктів, емоційного відчуження, зниження рівня довіри, задоволеності стосунками та порушенням комунікації між подружжям.

Криза у шлюбі є неминучим етапом розвитку сімейних взаємин. Що може виникати з різних передумов особливого усвідомлення та підтримки. Такий стан супроводжується серйозними випробуваннями й суперечностями між партнерами. Форми прояву та тривалість кризових процесів можуть відрізнятися, проте незмінними залишається їхній вплив на обох членів подружжя [3].

Науковцями наголошується, що криза має поступовий та багатогранний характер розвитку. Тому це визначає необхідність аналізу основних причин, що спричиняють кризові явища у сім'ях.

Основні причини криз у шлюбі включають, такі чинники:

1) Економічний чинник.

Матеріальні труднощі такі як: обмежені ресурси, борги чи втрата роботи, часто стають причиною конфліктів у сім'ї, які поступово підривають відчуття стабільності та безпеки. Це підтверджує зарубіжне дослідження метааналіз (Falconier M. K., Jackson J. B., 2020), який охопив понад 34 тисячі респондентів, підтверджує, що економічний стрес системно знижує якість

стосунків [3; 31]. Як зазначає Т.А. Опанасюк, фінансова незалежність жінок за кордоном змінює їхнє ставлення до ролей у сім'ї, посилюючи прагнення до рівноправності [18]. Таким чином, економічний чинник впливає не лише на матеріальну стабільність, а й на трансформацію сімейних ролей.

2) Гендерно-рольовий чинник.

У свою чергу, В.В. Волошина та Л.В. Долинська акцентують увагу на тому, що зміна сімейних ролей стає одним із провідних чинників кризи. Це відбувається через те, що порушується звичний для сім'ї порядок взаємодії між сім'янинами, наприклад, як-от перерозподіл відповідальності чи руйнування звичних правил спілкування [6]. Характеристики, які визначають розподіл і виконання подружніх ролей у сім'ї, мають особливе значення, тому що вони тісно пов'язані зі статтю партнерів і, відповідно, з соціокультурними основами сімейного життя. Саме тому їх можна розглядати, як базові чинники, які впливають на перебіг внутрішньосімейних процесів. Цей показник охоплює такі складові: погляди партнерів на ролі чоловіка та жінки, ставлення до того, як саме розподіляються обов'язки у їхній сім'ї, реальна поведінка подружжя, яка показує фактичний розподіл функцій та особисте відчуття своєї статевої незалежності, який визначає рівень маскулінності чи фемінності. [15; 13].

3) Гендерно-стереотипний чинник.

Ще однією причиною кризових явищ у сімейних стосунках є вплив гендерних стереотипів. Вони проявляються у тому, що суспільство закріплює певні очікування щодо того, які ролі та види діяльності «належать» чоловікам і жінкам, а також які риси характеру вважаються для них типовими. Коли такі уявлення стають надто жорсткими, вони обмежують свободу вибору партнерів, змушуючи їх діяти відповідно до нав'язаних норм суспільства створюючи напруженість у взаєминах. Наприклад, якщо від чоловіка очікують виключно лідерства й матеріального забезпечення, а від жінки, догляду за дітьми та домашнім господарством, то будь-яке відхилення від цих ролей може сприйматися як «ненормальне» і викликати конфлікти.

Тому, гендерні стереотипи не тільки формують уявлення про «правильний» розподіл обов'язків, але й стають вагомим фактором, який підриває гнучкість і партнерські засади у шлюбі, провокуючи ті ж кризові процеси [17; 24].

Ще у дитячому віці людям нав'язуються певні статево-рольові установки, які згодом формують її поведінкові орієнтації та впливають на подальше життя, зокрема на сімейне. Такі упередження однаково обмежують і чоловіків, і жінок тому, що вони змушують їх дотримуватися саме цих стереотипних моделей поведінки. У результаті це суттєво зменшує можливості особистісного розвитку людини, що ускладнюється процес для індивідуальної самореалізації [15].

4) Міграційний чинник.

Масштабні міграційні процеси стали одним із найпомітніших наслідків війни. За даними Т.А. Опанасюк наприкінці 2024 року за межами України перебувало близько 7,7 млн громадян, причому понад 5,3 млн осіб проживали в країнах Європейського союзу. За інформацією Євростату, станом на жовтень 2024 року 4 млн. українців отримали статус тимчасового захисту в ЄС. Через переміщення багато людей були змушені переїхати, і це сильно змінило життя сімей. Часто родини розділяються, через те, що хтось виїхав через евакуацію, мобілізацію, роботу чи втрату житла. Такі розлуки мають серйозні наслідки. Бо вони послаблюють стосунки між близькими та створюють проблеми не тільки для окремих сімей, а й для всього суспільства [18].

5) Інтергенераційний чинник.

Спільне проживання молодшої сім'ї з батьками часто стає джерелом напруженості у стосунках. Старше покоління нерідко втручається у внутрішнє життя подружжя, нав'язуючи власні правила чи контролюючи виховання дітей. До цього ж, частим додатковим джерелом конфліктів є, саме питання розподілу житла та майна, це підтверджують сучасні дослідження. Що спільне проживання може впливати на якість стосунків між

поколіннями. І зокрема, негативна динаміка має значно сильніший вплив між літніми людьми та їх дорослими дітьми ніж позитивна [33].

б) Чинник особистісної зрілості та самореалізації

Те, наскільки людина може розкрити себе і реалізувати свої здібності, сильно впливає на її стосунки в сім'ї. На думку К. Роджерса, саме ступінь самоактуалізації є показником особистісної зрілості людини. Він вважає, що тільки зріла особистість здатна вибудовувати стабільні та гармонійні сімейні стосунки.

Чинник стану здоров'я

Серйозні проблеми зі здоров'ям одного чи обох партнерів можуть істотно впливати на сімейні взаємини. Вони змінюють рольову структуру сім'ї, створюючи додаткове емоційне та фінансове навантаження, а також можуть знижувати рівень інтимності й емоційності близькості. У результаті це не рідко стає причиною кризових явищ у шлюбі [3].

7) Чинник емоційного відчуження та втрати близькості

Криза у подружніх стосунках часто зумовлюється, саме поступовою втратою емоційного відчуження та близькістю між партнерами. Через відсутність емоційного зв'язку, байдужість між подружжям, поступово руйнують атмосферу довіри, підтримки та послаблюють інтимну привабливість, яка є основою для стабільного шлюбу. Коли людина переживає робочі або ж матеріальні проблеми, саме участь і допомога партнера створює атмосферу впевненості та безпеки. І це наукові дослідження доводять, що емоційна прив'язаність та взаємна підтримка підвищують психологічну стійкість і забезпечують відчуття захищеності між партнерами [12].

Додатковою причиною, що може посилювати кризові процеси у подружніх стосунках, є поява складної ситуації. Така ситуація характеризується сильним стресовим чинником, який позбавляє звичний для людини спосіб справлятися з життєвими труднощами. У таких умовах

подружжя втрачає здатність використовувати перевірені шляхи подолання життєвих викликів, що створює передумови для поглиблення кризи [20].

Тому, також одним із впливових чинників її розвитку є стрес, який посилює напруження між партнерами. Одним із потужних стресових каталізаторів на сьогоднішній час є війна. Тому саме, в умовах війни цей чинник набуває ще більшої значущості тому, що зовнішні загрози, невизначеність та постійне відчуття небезпеки підсилюють психологічне навантаження на подружжя.

До того ж, значну роль відіграють труднощі у комунікації, коли подружжя не може відкрито обговорювати власні переживання та потреби, і як наслідок це призводить до втрати довіри та певної дистанції зокрема, емоційної [35].

У цьому контексті В. Сатир вважає, що сім'я у своєму розвитку стикається з десятима основними кризами, кожна з яких потребує змін у стосунках і пристосування до нових умов:

1. Народження дитини. Це перший серйозний перелом, коли подружжя переходить від життя «для себе» до життя з новою відповідальністю, і тому ролі в сім'ї змінюються.
2. Початок мовлення. Коли дитина починає говорити, з'являється новий рівень спілкування, що вимагає від батьків більше уваги та терпіння.
3. Соціалізація. Вихід дитини у світ садка чи школи приносить нові впливи й контакти, до яких має пристосуватися всі сім'я.
4. Підлітковий вік. Це час пошуку самостійності, який часто супроводжується суперечками й конфліктами з батьками.
5. Вихід з дому. Коли діти дорослішають і залишають родину, батьки можуть переживати відчуття втрати, відоме як «спорожніле гніздо».
6. Одруження дітей. У сім'ю входять нові люди – невістки, зяті, онуки, що створює нові виклики у взаєминах.
7. Клімакс у жінки. Біологічні зміни впливають на її самопочуття та стосунки з чоловіком.

8. Зниження сексуальної активності чоловіка. Це теж важливий переломний момент, який потребує переосмислення близькості й підтримки.

9. Роль бабусь і дідусів. Батьки отримують нову соціальну функцію, що змінює їхнє місце в сімейній системі.

10. Втрата одного з подружжя. Найважчий етап, який означає глибоку перебудову життя сім'ї після смерті партнера [3].

Таким чином, класифікація кризових етапів, запропонована В. Сатир, демонструє, що сімейне життя має низку переломних моментів, які потребують адаптації та перебудови взаємин між подружжям. Про те у зарубіжній психології існує інший підхід до аналізу розвитку сім'ї – концепція життєвого циклу, яка розроблена Р. Хіллом. Вона описує послідовність етапів, які проходить сім'я від моменту створення подружнього союзу до завершення спільного життя.

Згідно з цією моделлю, виокремлено такі стадії:

- 1) початковий період самотійного існування особистості («монада»);
- 2) Створення подружнього союзу;
- 3) Народження дитини та перехід до батьківства
- 4) Спільне життя з дитиною до її підліткового віку
- 5) Етап, коли діти залишають батьківський дім («виліт із гнізда»);
- 6) Смерть одного з подружжя
- 7) Повторне повернення до стану самотності («монада») [26].

Орім концепції життєвого циклу сім'ї, у науковій літературі описано й інші моделі.

Так, чеські дослідники М. Плзак та П. Кратохвіл виокремлюють два нормативні кризові періоди у розвитку подружніх стосунків. Перший зазвичай виникає між третім і сьомим роками шлюбу та триває близько року. Він характеризується згасанням романтичних романтичних почуттів, зростанням розбіжностей у поглядах і підвищенням напруги у взаєминах. Другий період припадає на 13-23 роки спільного життя, є менш гострим, але

тривалішим і часто збігається з кризою середини життя. Саме в ці етапи найчастіше спостерігаються розлучення та повторні шлюби. Дослідники наголошують, що уникнути криз неможливо, проте їх перебіг можна спрямовувати в інтересах зміцнення сім'ї [26 с. 297; 3].

Отже, зазначені теоретичні підходи дозволяють пояснити не лише причини виникнення кризових явищ, а закономірності їх поступового розгортання. Однак для глибшого розуміння природи самих кризових явищ, важливо зазначити також і про механізми їх виникнення, які розкривають у класичних теоріях сімейної психології.

У теорії прив'язаності Дж. Боулбі показується, що ранні емоційні зв'язки визначають здатність людини формувати стабільні та довірливі стосунки у дорослому житті. Якщо ж в людини тривожний або уникаючий тип прив'язаності тоді, у кризі вона буде реагувати страхом, певним дистанціюванням та контролем.

У системно-сімейній терапії сім'я розглядається як система ролей і меж, якщо ж ті межі порушені, тоді це призводить до конфліктів та дисфункції подружніх стосунків.

Також системний підхід М. Боумена, який трактує сім'ю як емоційну систему. Тут йдеться про те що, партнери де є емоційно злиті або проявляють низький рівень диференціації особистості, тобто їм важко відокремлювати власні думки й почуття від емоцій інших членів сім'ї, що значно посилюють ризик до емоційного відчуження.

Загалом, ці теорії заклали основу для розуміння того, як внутрішні чинники (індивідуальні, психологічні особливості, рівень емоційної зрілості, сформовані моделі прив'язаності, комунікативні навчки та ін.) та зовнішні чинники (соціальні умови, культурні традиції, вплив родини походження, стресові події) визначають стабільність сімейної системи.

Якщо ж говорити про наслідки кризових явищ у подружніх стосунках, то вони проявляються на кількох рівнях: індивідуальному, сімейному та соціальному.

На індивідуальному рівні вони зумовлюють знаження психологічного благополуччя, підвищення рівня тривожності та навіть, депресивні прояви, Втрата саме емоційної підтримки у шлюбі стає чинником, що поглиблює відчуття самотності та безпорадності. Як зазначають О. Дяковський та Л. Романюк, подружні конфлікти мають не тільки психологічні, а й правові наслідки. Тому, що тривале напруження у стосунках, призводить до юридичних процедур розлучення чи судових спорів [8].

На сімейному рівні криза молодії сім'ї нерідко супроводжується певною соціально-психологічною ізоляцією партнерів, зниженням рівня довіри та руйнуванням емоційної близькості, яке значно ускладнює подальший розвиток сім'ї [11].

Як зазначає С. Джонсон, відсутність емоційної близькості та підтримки у подружжі, це створює умови саме для формування негативних циклів взаємодії. Такі цикли проявляються у повторюваних моделях поведінки, коли партнери реагують один на одного відчуженням, униканням чи холодністю, що поступово закріплює дистанцію між ними [34]. Подібні висновки робить і Дж. Готтман, наголошуючи, що такі руйнівні патерни комунікації як, критика, оборонність, знецінення партнера та, так звана «емоційна стіна», є ключовими предикторами розпаду сімейних стосунків. Бо саме вони формують атмосферу постійної напруги, у якій конструктивний діалог стає практично неможливим [32].

На соціальному рівні криза подружніх стосунків проявляється у зростанні кількості розлучень, особливо серед молодих сімей. Несформованість адекватного уявлення про шлюб та неузгодженість ціннісних орієнтацій підвищують ризик його розпаду. Втрата здатності сім'ї виконувати базові функції, як народження та виховання дітей, негативно позначається на соціалізації та демографічній ситуації [11].

Українські дослідження показують, що у сім'ях, які переживають кризу в умовах війни, діти частіше демонструють тривожність та мають труднощі у навчанні [5; 6]. Це свідчить, про те, що криза подружніх стосунків має не

лише внутрішньосімейні, а й суспільні наслідки. Також, невирішені конфлікти призводять до хронічного емоційного відчуження та соціальної ізоляції, що поглиблює кризові явища як у сімейному, так і соціальному середовищі [19; 1].

Отже, криза у подружніх стосунках – складне і багатогранне явище, яке може виникати з різних причин. Вона є природньою частиною розвитку стосунків, яка вимагає від подружжя гнучкості та готовності пристосовуватися до нових умов. Криза у шлюбі – це не просто проблема двох людей, а явище, яке має набагато ширші наслідки.

1.3 Вплив війни на переживання кризи у подружніх стосунках

Війна є потужним стресогенним чинником, який суттєво змінює динаміку сімейних взаємин. Подружні стосунки в умовах воєнного часу стикаються з багатьма викликами. Ці виклики проявляються як у психологічній сфері так і в соціальній.

У своїх дослідженнях, О. Ващенко наголошує, що війна є екстремальною ситуацією, яка провокує в сім'ї загострення конфліктів, які загрожують цілісності сім'ї. Тому що, умови війни стикають сімейні пари не тільки з підвищеним рівнем стресом, а й значним рівнем невизначеності, яке робить планування майбутнього складним [5].

За даними сучасних досліджень, можна спостерігти, як війна вплинула на динаміку шлюбів в Україні. Зокрема, якщо говорити про 2022 рік, то кількість шлюбів майже не відрізнялася від довоєнного часу, яке можна пояснити, що люди прагнули закріпити свої стосунки у воєнний час. Про те, з 2023 року ця тенденція поступово почала знижувати свої показники. У 2023 році кількість шлюбів скоротилася на 18%, а вже у 2024 році, майже на п'яту частину. Цьому передують основні причини, які пов'язані з міграцією, економічною нестабільністю, невизначеністю за майбутнє, що як наслідок

викликає тривалий високий стрес. Цьому свідчать дані за 2025 рік, бо кількість шлюбів зменшилася ще на кілька відсотків [7].

Як бачимо, війна змінює життя сімей не лише на рівні внутрішніх стосунків, а й у ширшому суспільному вимірі. Тому сучасні дослідження звертають увагу на те, як воєнні обставини впливають на шлюб.

У своєму дослідженні Л. Балачій розкрила специфіку трансформацій, які переживають сім'ї військовослужбовців. Авторка зосередила увагу на тому, що інтенсивний стрес, який пов'язаний з військовою службою, часто стає чинником розвитку посттравматичного стресового розладу та супутніх психоемоційних труднощів. Через це ті, хто були військовослужбовцями можуть проявляти певну дистанцію, агресивність, тривожність, що ускладнює взаємодію між партнерами, створюючи додаткове напруження в родині.

Особлива увага приділена процесу повернення військових додому. Цей період вимагає поєднати військовий досвід із новими ролями у цивільному житті. Цей перехід нерідко провокує між партнерами конфлікти та непорозуміння, що підсилює ризик до переходу кризових явищ.

У висновку, Л. Балачій підкреслює важливість комплексної моделі підтримки, яка має охоплювати не тільки ветерана, а й усіх членів сім'ї [4; 2].

Таким чином, перебіг кризових процесів в умовах війни значно змінюється бо війна стає суттєвим фактором впливу на стосунки. Травматичний досвід від воєнних подій значно пришвидшує розвиток кризових явищ та поглиблює їх наслідки.

Якщо говорити про переживання кризи то вона значною мірою визначається індивідуальними характеристиками партнерів та рівнем їх взаємної довіри. У сім'ях, де зберігається емоційна близькість, навіть серйозні труднощі сприймається як спільний виклик. Таким чином, це створює умови для мобілізації своїх психологічних ресурсів, що дає поштовх для пошуку зовнішньої підтримки та збереження відчуття єдності [8;22].

Проте у випадках, коли ця довіра є порушеною, криза набуває більшого розмаху призводячи до певної ізольованості партнерів. Коли немає єдності

партнерів ускладнюється конструктивне вирішення конфліктів, що позначається на задоволеності подружніми стосунками. Дослідження показують, що задоволеність подружніми стосунками значно знижується в цей період, особливо серед жінок, які стикаються з додатковими психологічними та соціальними викликами [18; 20; 21].

Війна ускладнює сімейні кризи саме тому виникає потреба в нових наукових підходах. Сучасні науковці відокремили такі підходи:

Адаптаційно-резилієнтний підхід наголошує на здатності родини долати труднощі, засвоюючи певний досвід кризових ситуацій, що сприяє зміцненню власних ресурсів. Серед основних механізмів тут виступають: гнучкість, яка полягає в умінні перебудовувати ролі та функції відповідно до обставин; комунікація, яка полягає у відкритому обговоренні своїх проблем та переживань; підтримка та згуртованість, що полягає у відчутті єдності, яке протистоїть руйнівному впливу стресу; розвиток ресурсів, що полягає у використанні зовнішніх (соціальні служби, волонтерські організації) та внутрішніх джерел (духовність, сімейні ритуали); смислотворення, здатність знаходити сенс у випробуваннях та сприймати це як досвід. У час війни цей підхід набув специфічних рис. Родини стикаються з численними втратами, від матеріального до соціальних зв'язків, також ще є особливо болісною травма розлуки, яка пов'язана з міграцією, евакуацією через, що примусово роз'єднуються сім'ї.

Проте важливо зазначити, що адаптація подружжя відбувається нерівномірно. Одні пари можуть демонструвати високий рівень психологічної стійкості, тоді як в той же час швидко переходять до стадії емоційного відчуження [25; 30].

Підхід когнітивної оцінки Р. Лазаруса, С. Фолькмана ґрунтується на тому, що стрес визначається не самою подією, а її особистим сприйняттям кожної людини. Це говорить про неспецифічність стресу, що одна й та сама ситуація по різному проживається сім'ями. Виділяють первинну оцінку (визначення події як загрози чи виклику), вторинну (аналіз своїх ресурсів) та

копінг-стратегії, які характеризуються конкретними діями для зменшення напруги. У час війни когнітивне переосмислення стає досить значним. Наприклад, розлуку з чоловіком можна сприймати не тільки як втрату, а як внесок у спільну справу оборони країни.

Механізми подолання включають орієнтовані дії як: як пошук роботи, організація нового побуту; емоційні (психотерапія, підтримка рідних) та уникання, яке виконує захисну функцію.

Тому у подоланні кризових ситуацій є використання копінг-стратегій, способів за допомогою, яких партнери реагують на труднощі та стрес. Від того наскільки партнери здатні адаптуватися до нових умов, залежить їх можливість зберегти рівновагу у стосунках. Також особливе значення має діадний копінг, коли подружжя не лише долає проблеми індивідуально, спільно шукають рішення підтримуючи один одного [9; 27].

Психосоціальний підхід. У цьому підході підкреслюється значення ролі кожного члена сім'ї. Цей підхід реалізовується через роботу з психологічною травмою, соціальний супровід (доступ до житла, освіти, медичних послуг), допомогу родинам переселенців у процесі адаптації, а також міжсекторальну співпрацю психологів, соціальних працівників, медиків, освітян та волонтерів.

Про те застосування цього підходу має низку викликів. Перш за все це нерівний доступ до ресурсів у різних регіонах, культурні бар'єри та стигма щодо звернення по психологічну допомогу. Також перевантаження соціальних служб і відсутність єдиної державної стратегії [7].

Всі ці підходи показують, що сімейна стійкість формується, як і завдяки внутрішнім ресурсам, так і завдяки зовнішній підтримці. Також, що не мало є важливим рівень комунікативної компетентності.

Про це наголошують дослідниці М. Хараджи та К. Кириленко, підкреслюючи, що психологічна стійкість у поєднанні з конструктивним спілкуванням та здатністю пристосовуватися до нових умов дозволяє подружжю не тільки долати кризові ситуації, а й підтримувати стабільність

цілої сімейної системи [27]. Не потрібно забувати і про трансформацію сімейної системи, що стає особливо помітним у час війни.

Концепція О. Гетта показує, що війна руйнує звичну структуру родини та її функції. Через вимушені обставини, які спровокувала війна призводить не тільки до фізичного віддалення, а й до розриву спілкування. Такі обставини провокують зміни ролей в сім'ях. Жінки, залишаючись із дітьми, беруть на себе основну відповідальність за догляд, матеріальне забезпечення, захист, що створює надмірне навантаження, яке часто призводить до внутрішніх суперечностей. Ще й крім того, порушуються традиційні моделі взаємодії між дорослими та дітьми, коди діти змушені виконувати частину дорослих функцій, змінюючи баланс у родині [6].

Отже, що війна змінює життя родин не тільки на рівні внутрішніх стосунків, а й у ширшому суспільному вимірі. Подружні стосунки в умовах війни – це не лише особиста справа двох людей, а важливим соціальний процес. Від того, як сім'ї справляються з викликами, залежить не тільки їхнє благополуччя, а сила та стійкість усього суспільства.

1.4 Теоретична модель психологічних чинників кризи подружніх стосунків в умовах війни

У процесі теоретичного аналізу та узагальнення було запропоновано нами модель сходинок кризи подружніх стосунків у час війни, яка відображає значущість основних психологічних чинників подружніх взаємин та їх вплив на виникнення кризових явищ у сім'ї (Рис.1.1)

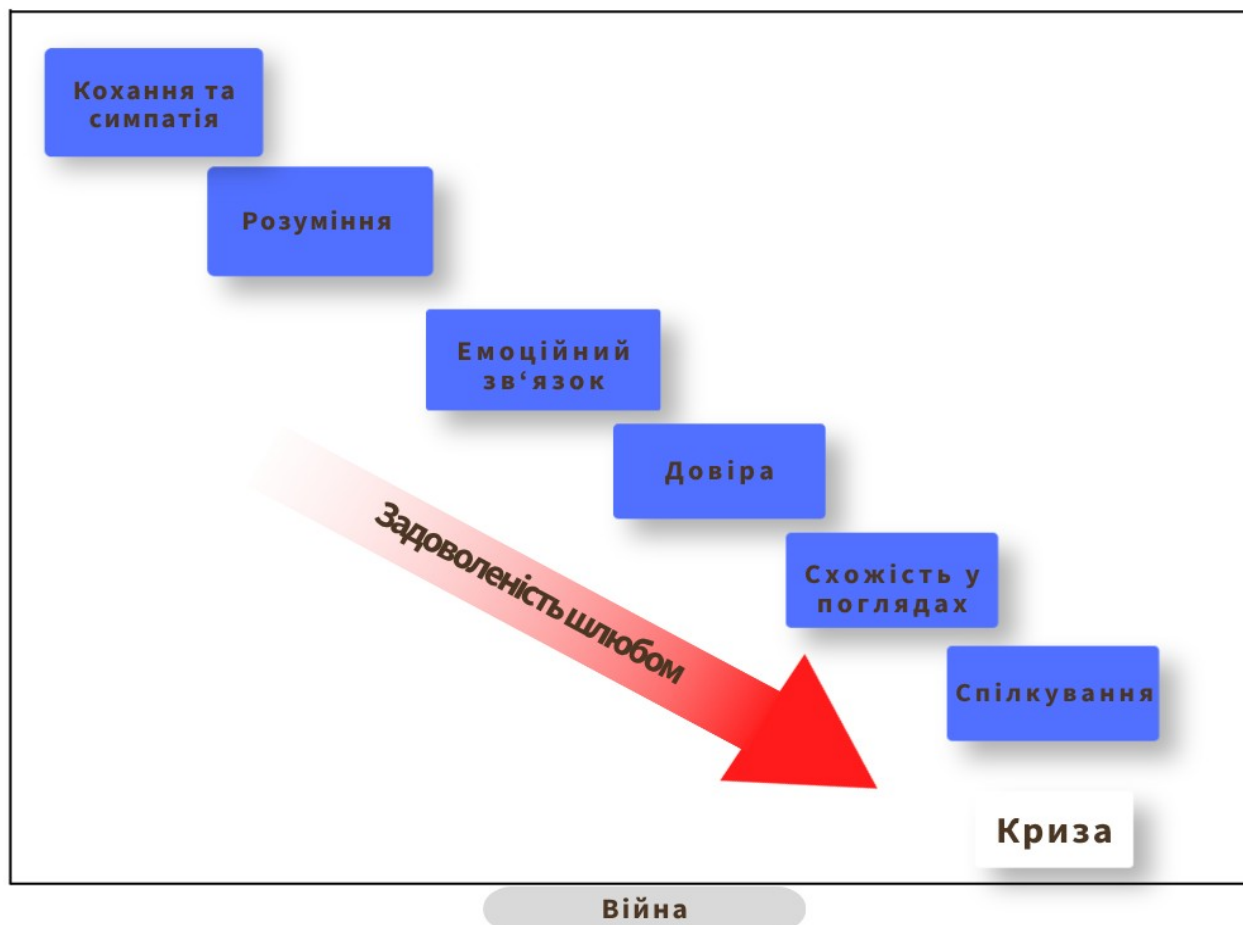


Рис. 1.1 Авторська теоретична модель “Сходинки кризи подружніх стосунків у час війни”

Модель побудована у вигляді ступінчастої структури, де зображено психологічні чинники, які символізують їх послідовність та важливість у формуванні гармонійних подружніх взаємин. Кожна сходинка відображає окремий психологічний чинник, який відіграє важливу роль у підтриманні стабільності стосунків між партнерами.

Верхні сходинки уособлюють важливі складові подружніх взаємин, як кохання та симпатія, а також розуміння між партнерами. Ці складові підкреслюють основу гармонійних взаємин, оскільки сприяють формуванню позитивного ставлення між партнерами та створюють умови для подальшого розвитку стосунків.

Наступні сходинки представлені чинниками, як емоційний зв'язок, довіра, схожість у поглядах та спілкування, які забезпечують

взаєморозуміння між партнерами, стабільність взаємин та допомагають зберігати позитивний психологічний клімат у сім'ї.

Стрілка, яка зображена у моделі зі спадом вниз, символізує рівень задоволеності шлюбом, адже у разі послаблення будь-якого з психологічних чинників, відбувається поступове зниження задоволеності подружніми взаєминами і може призводити до появи кризових явищ у стосунках.

У моделі криза презентована як результат порушення гармонійності взаємин між партнерами, зниження рівня навіть одного з представлених психологічних чинників може сприяти виникненню кризових явищ.

Криза символізує напруження у взаєминах, труднощі у взаєморозумінні та довірі, втрату емоційної близькості між партнерами.

Зовнішня рамка моделі (війна) виступає контекстуальним аспектом, яка ілюструє безперервний тиск воєнної реальності на гармонійність у подружжі.

Війна тут постає не просто фоном, а активною деструктивною силою, яка випробовує на міцність кожен рівень подружньої взаємодії.

Вона агресивно втручається у психологічний простір пари, часто трансформуючи звичні труднощі у глибокі кризові стани через постійний стрес та невизначеність. В умовах викликів війни внутрішні ресурси подружжя потребують додаткового захисту від виснажливого впливу середовища. Тому саме рамка війни символізує спільне випробовування, яке або стає перешкодою для близькості, або змушує партнерів шукати нові смили для збереження своєї єдності.

Проте варто зазначити, що криза в стосунках не завжди їхній фінал, а часто стає точкою «скидання» старих неефективних паттернів поведінки. Коли звичні способи взаємодії перестають працювати, партнери змушені виходити із зони комфорту та шукати нові шляхи порозуміння. Саме в моменти гострої напруги стають очевидними приховані конфлікти та незакриті потреби, які ігнорувалися роками. Успішне подолання кризового

етапу формує у пари спільний досвід перемоги над труднощами, що зміцнює фундамент довіри.

Криза виступає своєрідним фільтром, який допомагає парі усвідомити справжню цінність стосунків та прийняти свідоме рішення бути разом. Через трансформацію відбувається переоцінка пріоритетів, де на перше місце виходить не егоїзм, а партнерство.

Післякризовий період часто має ставати «другим медовим місяцем», адже стосунки набувають нової глибини та щирості. Зрештою, конструктивно прожита криза перетворює вразливість на силу, роблячи зв'язок між людьми більш гнучким та стійким до майбутніх випробувань. Такий досвід проживання кризи стає поштовхом до якісного переходу від романтичниз ілюзій до зрілої та свідомої близькості.

Представлена концептуальна модель ілюструє пряму залежність гомеостазу сімейної системи від стану її психологічних компонентів. Вона демонструє як зниження базових параметрів міжособистісної взаємодії спричиняє поступове зниження суб'єктивної задоволеності шлюбними стосунками, виступаючи предиктором виникнення системних крих, амплітуда яких суттєво посилюється під дією зовнішнього травматичного контексту війни.

Висновки до Розділу 1

У результаті теоретичного аналізу проблеми розглянуто особливості подружніх стосунків та чинники, що впливають на їхню стабільність. Подружні взаємини постають як складна система, яка поєднує емоційні, соціальні та психологічні аспекти. Вони виконують не лише побутові чи соціальні функції, а й мають глибоке значення для особистісного розвитку, формування відчуття безпеки та підтримки.

Якість взаємодії між партнерами визначається рівнем комунікації, здатністю до емпатії, взаємної підтримки та конструктивного вирішення конфліктів. Саме ці характеристики формують задоволеність шлюбом, яка є ключовим показником гармонійності сімейного життя.

Встановлено, що криза у подружніх стосунках є багатофакторним явищем. Основними причинами кризових явищ є економічні труднощі, трансформація гендерних ролей, вплив стереотипів, міграційні процеси, втручання старших поколінь, проблеми зі здоров'ям, емоційне відчуження та стрес. З'ясовано, що наслідки кризи проявляються на трьох рівнях: індивідуальному (зниження психологічного благополуччя, тривожність, депресивні прояви), сімейному (руйнування емоційної близькості, зниження довіри, формування негативних циклів взаємодії) та соціальному (зростання кількості розлучень, демографічні проблеми, труднощі у вихованні та соціалізації дітей).

Особливу увагу було приділено впливу війни як чинника, що значно загострює кризові процеси. Воєнні події руйнують звичну структуру родини та її функції, створюють умови постійного стресу, невизначеності та втрат. Мобілізація, евакуація чи вимушена еміграція призводять до фізичного віддалення членів сім'ї, розриву комунікативних зв'язків і зміни ролей, що спричиняє надмірне навантаження на жінок та явище «паренталізації» дітей, коли вони змушені брати на себе частину дорослих обов'язків.

Тому подружні стосунки в умовах війни стають не лише приватною сферою двох людей, а й важливим соціальним процесом, від якого залежить стійкість суспільства.

Узагальнення сучасних наукових підходів показало, що подолання кризових явищ можливе завдяки поєднанню внутрішніх і зовнішніх ресурсів. Так, адаптаційно-резилієнтний підхід наголошує на гнучкості ролей, відкритій комунікації та згуртованості; когнітивний підхід підкреслює значення суб'єктивної оцінки стресових подій та здатності переосмислювати ситуацію; психосоціальний підхід акцентує увагу на ролі соціальної підтримки, комунікативних патернів та взаємодії із зовнішнім середовищем. Важливим механізмом є діадний копінг - здатність партнерів спільно долати труднощі й розподіляти відповідальність.

За результатами теоретичного аналізу створено авторську теоретичну модель, що включає в себе ступінчасту структуру, де зображено психологічні чинники, яка символізує гармонійність/дисгармонійність подружніх взаємин.

РОЗДІЛ 2.

ЕМІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ КРИЗИ ПОДРУЖНІХ СТОСУНКІВ

2.1 Характеристика вибірки та методик дослідження

Емпіричне дослідження проводилось протягом січня – березня 2026 р. У дослідженні брали участь 60 респондентів, які становили 30 подружніх пар, статевий розподіл у вибірці становив 30 жінок та 30 чоловіків.

Усі учасники перебували у зареєстрованому офіційному шлюбі. Вік респондентів становить від 18 до 50 років. 18 (60%) подружніх пар знаходяться в шлюбі менше 10 років, а 12 (40%) подружніх пар знаходяться в шлюбі більше 10 років. 13 (43%) подружніх пар мають дітей, решта 17 (57%) не мають дітей.

Подружні пари, які проживають з батьками становлять – 9 (30%), без батьків проживають – 21 (70%). Пари, які проживають разом становить 18 (60%) ті, які тимчасово перебувають на відстані через те, що чоловік служить у війську становить 6 (20%) та 6 (20%) подружніх пар, де один із партнерів тимчасово перебуває за кордоном.

Для проведення дослідження було використано такі методики:

- 1) Методика РЕА (Розуміння, Емоційне тяжіння, Авторитетність) [26, с.506];
- 2) Шкала любові та симпатії (З. Рубін) [26, с. 448];
- 3) Опитувальник «Задоволеності шлюбом» [26, с. 443];
- 4) Методика «Особливості спілкування між подружжям» [26, с.426].

Методика РЕА (Розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність) спрямована на оцінку основних характеристик міжособистісної взаємодії у подружжі та дозволяє визначити рівень взаєморозуміння між партнерами, емоційної близькості та авторитетність партнера в очах іншого. Методика складається із 45 тверджень та трьох шкал: розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність. Кожна із цих шкал містить по 15 запитань-тверджень на, які

можна відповісти: «так» (згоден, це так), «ні» (не згоден, це не так), або вибрати відповідь і «так», і «ні» (важко сказати точніше). Вибравши відповідь «так», відзначте його знаком «+» , відповідь «ні» – знаком «-», відповідь «не знаю» – знаком «+ -».

Інтерпретація шкал опитувальника:

Розуміння (1 – 15 твердження). Ця шкала оцінює, наскільки респондент добре знає свого партнера та розуміє його індивідуальні особливості. Високий рівень розуміння вказує на те, що партнер має здатність правильно інтерпретувати думки, почуття та поведінку партнера, а також враховувати їх у спілкуванні. Низькі показники відображають труднощі у розумінні партнера та відсутність чіткої уяви про його особистість.

Емоційне тяжіння (16 – 30 твердження). Ця шкала показує, наскільки партнер привабливий для респондента та наскільки людина прагне з ним взаємодіяти. Високі бали свідчать про позитивне ставлення, задоволення від спілкування і близькість, тоді як низькі – про втому від взаємодії, складності у спілкуванні або ж відчуття емоційної дистанції.

Авторитетність (повага) (31 – 45 твердження). За цією шкалою відображається те, наскільки партнер сприймається як значуща особистість, чия думка та цінності важливі для респондента. Високі бали свідчать, про прийняття позиції, інтересів і світогляду партнера як важливий орієнтир для себе. Низькі бали свідчать про байдужість, неприйняття або навіть презирство до партнера.

Шкала любові та симпатії (3. Рубін) призначена для оцінки емоційних відносин між подружжям, зокрема рівня кохання та симпатії між партнерами. Методика складається із двох шкал: шкала кохання та шкала симпатії. Кожна з цих шкал містить по 7 запитань, сумарна кількість тверджень опитувальника 14. Респондентам пропонується оцінити ступінь своєї згоди з кожним твердженням, а саме «це так» - 4 бали, «можливо, це так» - 3 бали, «наверд чи це так» - 2 бали, «це зовсім не так» - 1 бал.

Шкала кохання – відображає інтенсивність романтичних почуттів;

Шкала симпатії – показує рівень дружньої прихильності.

Також, можливий підрахунок сумарного балу за двома шкалами, який характеризує загальний рівень емоційних відносин у парі.

Опитувальник «Задоволеність шлюбом» призначений для експрес-діагностики рівня задоволеності або незадоволеності подружніми стосунками, а також для визначення узгодженості оцінки шлюбних відносин у парі. Він є одномірною шкалою, яка складається з 24 тверджень, які охоплюють різні аспекти подружнього життя, зокрема сприйняття себе і партнера оцінки взаємин, установки та емоційне ставлення. До кожного твердження пропонується три варіанти відповіді: «правильно», «важко сказати», «неправильно». Кожна відповідь має свою кількість балів. Після цього підраховується сумарний бал і визначається рівень задоволеності шлюбом. Вісь сумарних балів методики розбивається на сім категорій: 0-16 балів – абсолютно неблагополучні; 17-22 балів – неблагополучні; 23-26 балів – скоріше неблагополучні; 27-28 балів – перехідні; 29-32 балів – скоріше благополучні; 33-38 балів – благополучні; 39-48 балів – абсолютно благополучні.

Методика «Особливості спілкування між подружжям» спрямована на вивчення якості взаємодії між партнерами та дозволяє оцінити основні характеристики подружнього спілкування. В основі методики лежать наукові концепції, що визначають спілкування як ключовий фактор успішності та гармонійності шлюбних відносин. Зокрема, при розробці враховувалися моделі Р. Левіса та Дж. Спанієра, які виділяють такі параметри спілкування: схожість у поглядах, загальні символи, довірливість та взаєморозуміння. На основі аналізу літератури були додані ще дві шкали: психотерапевтичний характер спілкування та легкість взаємодії.

Дана методика містить 48 запитань та складається із 6 шкал:

- Довіра у спілкуванні – характеризує відкритість та щирість у взаєминах;
- Взаєморозуміння між подружжям – відображає здатність партнерів розуміти думки та почуття один одного;

- Схожість у поглядах – показує ступінь узгодженості життєвих позицій та цінностей;
- Загальні символи сім'ї – характеризують наявність спільних традицій, значень і сімейної мови;
- Легкість спілкування – відображає невимушеність та комфорт взаємодії між партнерами;
- Психотерапевтичність спілкування – показує, наскільки спілкування в сім'ї має підтримувальний, емоційно відновлювальний характер.

Респондентам пропонується обрати один із варіантів відповіді до кожного запитання, які оцінюються за чотирибальною шкалою де, максимальна відповідь оцінюється в 4 бали, а мінімальна в 1 бал.

2.2 Аналіз результатів емпіричного дослідження

2.2.1. Описова статистика

Для первинної характеристики отриманих нами даних було використано метод описової статистики для того, щоб визначити середні значення показників пройденими респондентами. Для початку ми проаналізували один із найосновніших показників, задоволеність шлюбом, який створює основу для подальшого дослідження.

Аналіз показника задоволеності шлюбом (Рис. 2.2.1) наших респондентів становлять середнє значення ($M = 37,1$) що, свідчить про високий рівень задоволеності шлюбом.

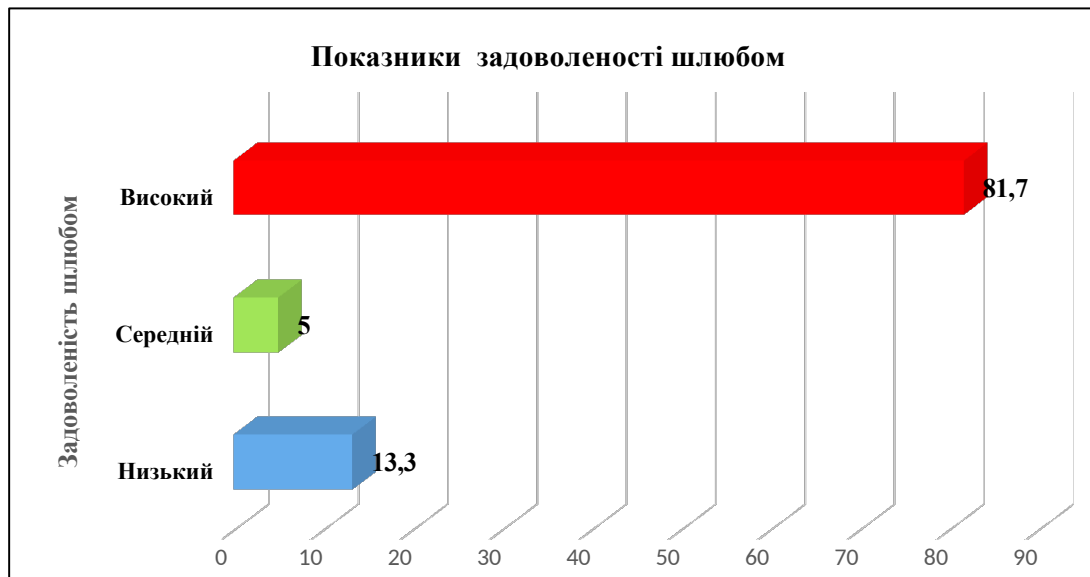


Рис. 2.2.1 Показники середніх значень задоволеності шлюбом

Додатково було здійснено розподіл респондентів за рівнями, де встановлено, що високий рівень мають – 81,7% опитаних, низький рівень – 13,3, а середній – 5%. Отримані результати показують, що більшість опитаних в цілому задоволені своїм шлюбом та відчувають у ньому певний рівень емоційного комфорту та стабільності. В умовах воєнного часу подружні стосунки можуть зазнавати деякі випробування, які можуть бути пов'язані з емоційним напруженням та невизначеністю.

Але в нашому випадку високий рівень задоволеності шлюбом можна розглядати як важливий ресурс, який допомагає подружжю зберігати внутрішню рівновагу та підтримувати відчуття стабільності навіть у складний час. Підтримка з боку партнера може виступати як джерело внутрішньої опори, яка дозволяє легше долати стресові ситуації.

Цей показник у подружжі залежить також і від багатьох психологічних чинників, які впливають на сімейний психологічний клімат. Тому, задоволеність шлюбом є одним із основних інтегральних показників якості стосунків і загальної стабільності у парі в цілому, адже це значення відображає загальне благополуччя пари та стабільність сімейної системи в цілому.

Також, нами було проаналізовано показники середніх значень шкал кохання та симпатії (Рис. 2.2.2)

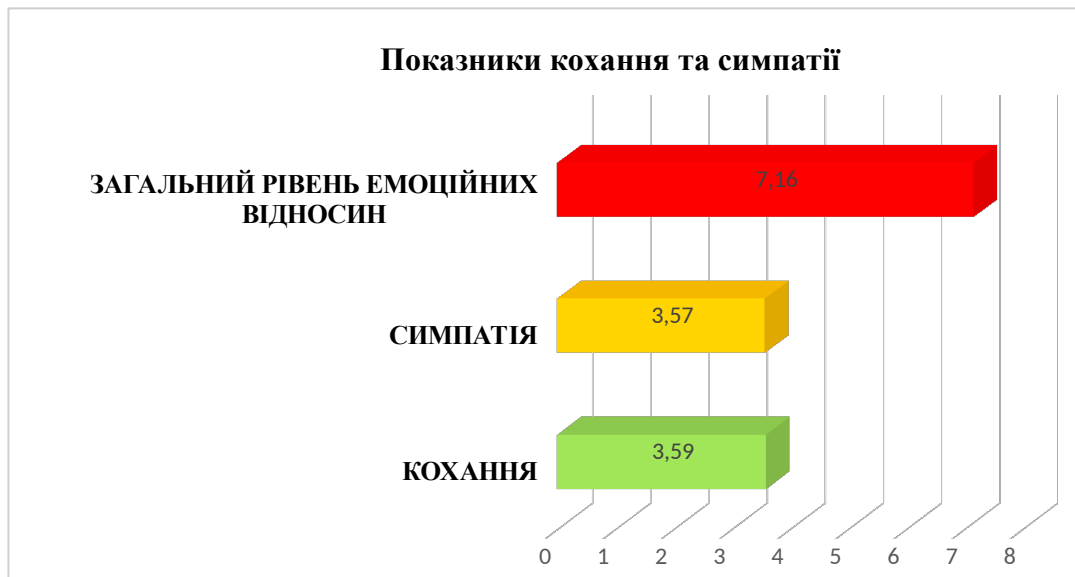


Рис. 2.2.2 Показники середніх значень кохання та симпатії

Найбільше середнє значення має показник «Загальний рівень емоційних відносин» ($M = 7,16$). Даний показник відображає загальний емоційний стан взаємин між партнерами та формується на основі поєднання таких складових, як симпатія та кохання. Іншими словами, загальний рівень емоційних відносин показує, наскільки подружжя відчувають емоційну близькість, підтримку з боку свого партнера та щирість у взаєминах. Цей результат свідчить, що в досліджуваній вибірці подружжя характеризується достатньо розвиненою емоційною взаємодією, яка проявляється у взаємній турботі. Цей показник є важливим чинником для шлюбу, оскільки саме емоційна близькість часто виступає основою довіри, взаєморозуміння та гармонійності подружніх стосунків.

Дещо нижчі, але близькі за значенням показники мають рівень кохання ($M = 3,59$) та рівень симпатії ($M = 3,57$). Вони перебувають майже на одному рівні, що свідчить про подібний ступінь вираженості цих емоційних складових у взаєминах між партнерами. Це означає, що такі пари прагнуть виявляти турботу, щирість та готовність бути підтримкою у важкі моменти. Рівень кохання відображає глибину емоційної прив'язаності між партнерами, прояв щирості почуттів та бажання бути опорою. Водночас рівень симпатії характеризується позитивним ставленням до свого партнера, наявністю поваги як до особистості та прихильності зокрема. В умовах воєнного часу такі

емоційні ресурси мають особливе значення тому, що саме ці чинники є одними із основних проявів важливості партнера, які виступають фундаментом стійкості подружніх стосунків.

Далі нами було проаналізовано середні значення РЕА (Розуміння, Емоційне тяжіння, Авторитетність) де ми отримали такі результати (Рис. 2.3)



Рис. 2.3. Показники середніх значень опитувальника РЕА (Розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність (повага))

Аналіз даних середніх значень (Рис. 2.3) показав, що серед усіх психологічних компонентів найвищий показник отримало емоційне тяжіння ($M = 27,43$) і говорить про те, що учасники дослідження відчують більшу помітну емоційну близькість і потребу у підтриманні контактів зі своїм партнером.

Вони можуть проявляти емоційну близькість у повсякденному спілкуванні, уважності, готовності вислухати, підбадьорити та допомогти партнеру у складній ситуації. Також, це може проявлятися у простих щоденних жестах, обіймах, маленьких знаках турботи чи спільному проведенні часу.

Другим за значенням виявився показник авторитетність (повага) ($M = 25,60$), який показує високий рівень цього значення і говорить, що респонденти високо цінують взаємну повагу у подружніх стосунках. Це проявляється у визнанні думки партнера, врахуванні його потреб, готовності

спільно приймати спільні рішення та поважати особисті кордони по відношенні один до одного.

Найменшим показником є розуміння, що становить ($M = 22,88$), хоч він є найнижчим серед усіх трьох показників, його значення все одно свідчать про високий рівень здатності до усвідомлення потреб та переживань партнера. Це говорить, що наші учасники дослідження здатні помічати стан партнера і враховувати його емоції, але порівняно з іншими компонентами ця здатність проявляється трошки слабше.

Отже, результати демонструють, що в досліджуваній вибірці найбільше значення мають чинники, пов'язані з емоційною близькістю та взаємною повагою. Хоч показник розуміння має найнижчий результат серед трьох компонентів, він все одно залишається високим і свідчить про здатність партнерів помічати їх настрої та враховувати їхні переживання.

Тому, емоційне тяжіння та взаємна повага виступають ключовими ресурсами, тоді як розуміння є важливим доповненням, що забезпечує глибину емоційної взаємодії. У комплексі ці компоненти формують основу для стійких сімейних взаємин, особливо в умовах воєнного часу.

Також, було проаналізовано нами середні значення особливостей спілкування між подружжям (Рис. 2.2.4)

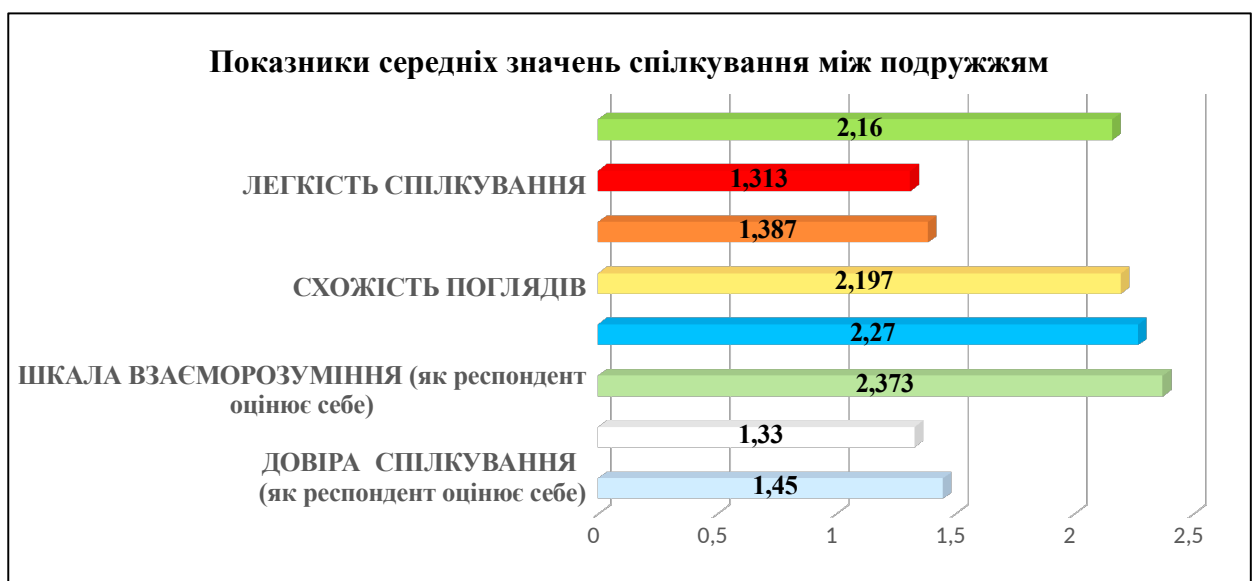


Рис. 2.2.4 Показники середніх значень спілкування між подружжям

Серед проаналізованих даних особливостей спілкування між подружжям (Рис. 2.2.4) найвищим є взаєморозуміння (як респондент оцінює себе) ($M = 2,373$). І це вказує на те, що респонденти добре усвідомлюють власну здатність до взаємного розуміння у стосунках.

Такі показники, свідчать про те, що такі люди мають здатності помічати потреби та емоційний стан партнера, враховувати його думку та погоджувати власну поведінку для підтримки стосунків. Високий рівень цього демонструє, що учасники відчують себе компетентними у створенні емоційного комфорту та готові до відкритого спілкування.

Дуже близький за значенням є чинник взаєморозуміння (як респондент оцінює партнера) ($M = 2,270$), що є доказом того, що учасники дослідження також відчують здатність їхніх партнерів до взаємного розуміння та підтримки.

Наступним за величиною є значення психотерапевтичність ($M = 2,160$), яке демонструє в подружніх стосунках здатність до конструктивного обговорення проблем та пошуку рішень. Таким чином, це допомагає зберігати психологічну рівновагу у взаєминах та справлятися з конфліктами.

Схожість поглядів ($M = 2,197$) та довіра (як респондент оцінює себе) ($M = 1,450$) мають трошки нижчі значення порівняно із попередніми, але при тому вони демонструють високі значення. Що вказує на наявність у парі спільних, цінностей, цілей та переконань, а також про особисту готовність довіряти партнеру.

Найнижчими є довіра (як респондент оцінює партнера) ($M = 1,330$), сімейні символи ($M = 1,387$) та легкість спілкування ($M = 1,313$). Хоч, в подружніх стосунках присутні елементи довіри та символічного взаємозв'язку (спільні традиції або сімейні ритуали), їх прояви порівняно з іншими є менш яскравими порівняно з іншими складниками спілкування.

Отже, результати аналізу особливостей спілкування між подружжям демонструють, що у парах сформовані важливі комунікативні ресурси, як взаєморозуміння, здатність до конструктивного діалогу та готовність

враховувати потреби партнера. Це означає, що подружжя не лише усвідомлює власну роль у підтримці емоційного комфорту, але й високо оцінює здатність партнера до взаємної підтримки. Навіть ті показники, які мають нижчі середні значення від цих, все одно залишаються важливими елементами взаємодії, що доповнюють загальну картину стосунків.

2.2.2. Порівняльний аналіз

Для проведення дослідження було використано метод порівняльного аналізу, який нам дав змогу порівняти утворені групи наших респондентів.

З метою виявлення можливих відмінностей у рівні задоволеності шлюбом було проведено порівняльний аналіз між статями із використанням t - критерію Стюдента для незалежних вибірок. У процесі порівняння отриманих результатів було встановлено, що рівень задоволеності шлюбом у чоловіків є дещо вищим – 37,53 бали, тоді як у жінок цей показник становить – 36,67 балів (Рис. 2.2.5)

Статистично значущих відмінностей між показниками не виявлено ($p > 0,05$), що свідчить про подібний рівень задоволеності шлюбом у представників обох статей.

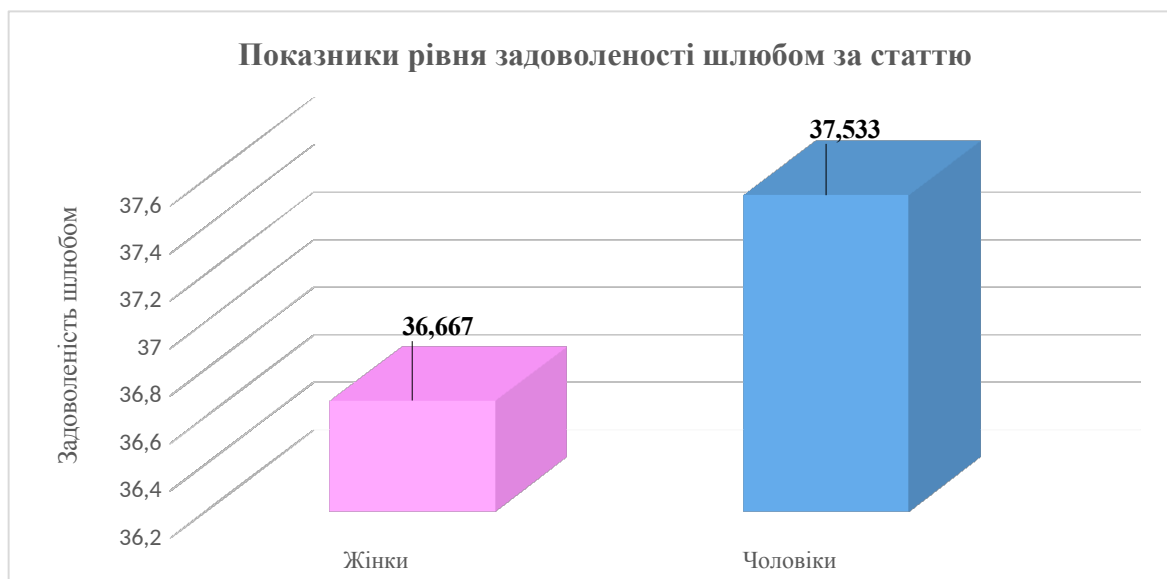


Рис. 2.2.6 Показники рівня задоволеності шлюбом у чоловіків та жінок

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що як чоловіки, так і жінки загалом однаково оцінюють свої подружні взаємини.

Незначно вищі показники у чоловіків можуть вказувати на трохи більш позитивне сприйняття власного сімейного життя, однак ця різниця не має статистичного підтвердження. Це проявляється у прагненні зберігати гармонійні стосунки та здатність долати труднощі. Бо в умовах воєнного часу подружні взаємини можуть відігравати особливу роль як джерело підтримки та безпеки.

Незалежно від статі, партнери однаково спираються на сімейні стосунки як на важливий ресурс, який допомагає пережити важкі ситуації зокрема.

Наступним чином, ми проаналізували рівень задоволеності шлюбом за стажом подружнього життя, які поділяються на групи до 10 та після 10 років подружнього життя. Перевірка показників показала відсутність статистично значущих відмінностей між групами ($p > 0,05$), яке вказує на приблизно однаковий рівень задоволеності шлюбом незалежно від тривалості життя сімейного життя.

Аналіз даних засвідчує що рівень задоволеності шлюбом у подружжі зі стажем до 10 років становить 38 балів, тоді як у подружжя зі стажем понад 10 років цей показник є дещо нижчим 37,75 б (Рис. 2.2.7),.

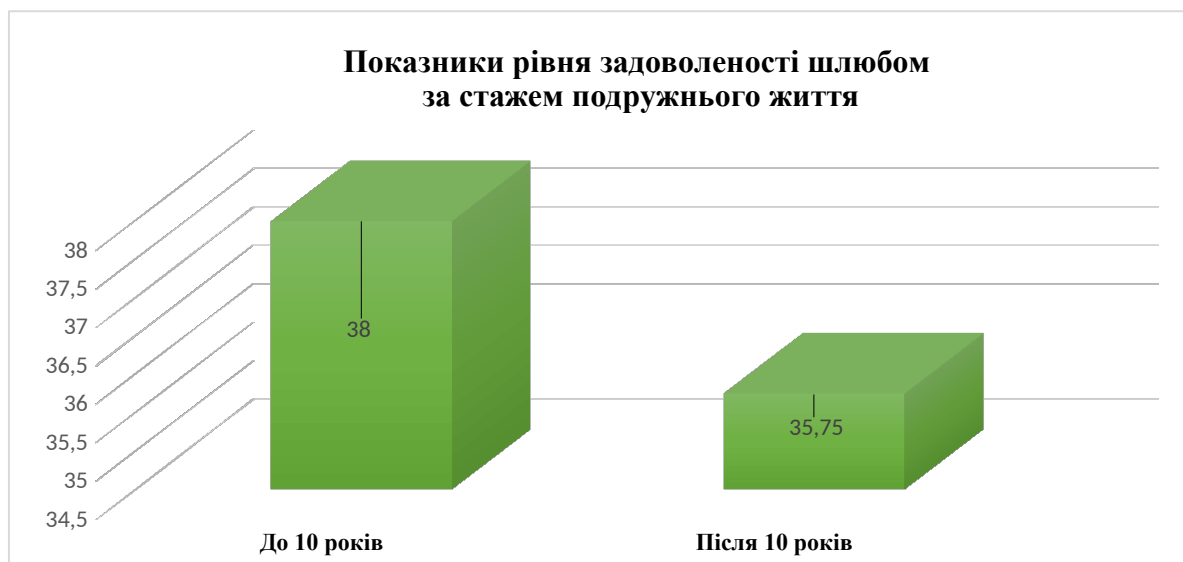


Рис. 2.2.7 Показники рівня задоволеності шлюбом за стажом подружнього життя

У сімейній психології вважається, що шлюб до 10 років це адаптаційний період, коли партнери ще вивчають один одного, а шлюб після 10 років характеризується стабілізаційним періодом або ж кризовим періодом середнього шлюбу.

Отже, отримані результати свідчать про те, що все таки подружжя із меншим стажом демонструють дещо вищий рівень задоволеності шлюбом порівняно із подружжям, які мають більш стаж подружнього життя. Про те, згідно результатів у досліджуваній вибірці рівень задоволеності шлюбом суттєво не відрізняється.

Також, проведено аналіз рівня задоволеності шлюбом які, проживають з батьками та без. Середні значення показали (Рис. 2.2.8), що рівень задоволеності шлюбом у подружжя, які живуть з батьками, становить 37,056 бала, тоді як у подружжя, які мешкають окремо, цей показник мають дещо вищий – 37,268 бали. Різниця між групами мінімальна – 0,212 бали, що свідчить про майже подібний рівень задоволеності, незалежно від того, чи живе пара з батьками, чи окремо. Статистично значущих відмінностей не виявлено ($p > 0,05$).

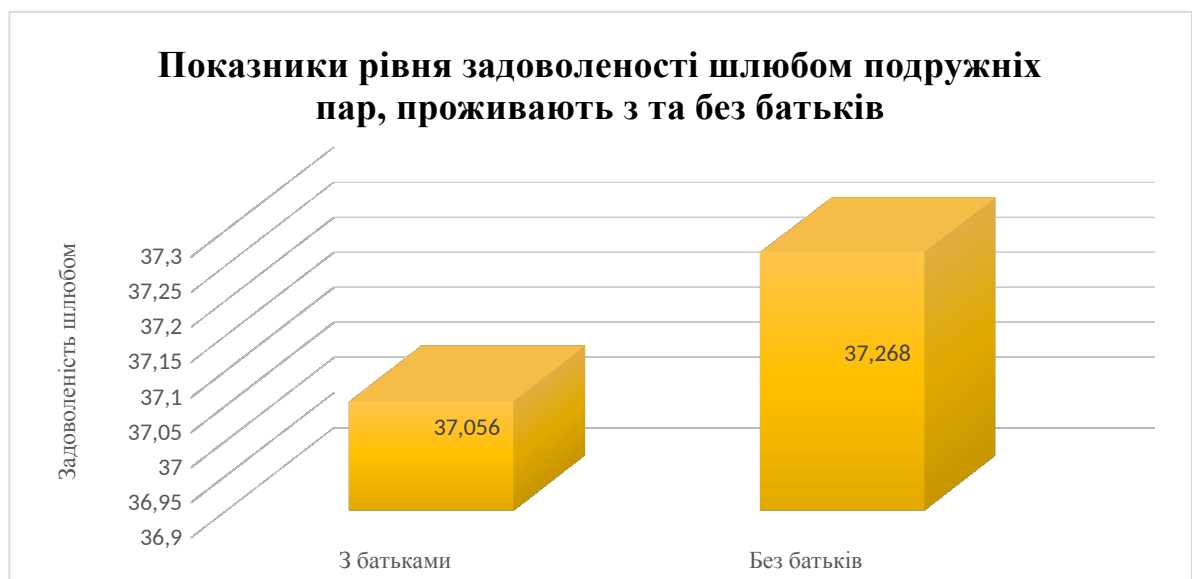


Рис. 2.2.8 Показники рівня задоволеності шлюбом подружніх пар, які проживають з батьками та без них

Це означає, що спосіб організації побуту не впливає суттєво на те, наскільки подружжя відчуває задоволення від своїх стосунків. У життєвому вимірі це проявляється у тому, що навіть мешкаючи з батьками, подружжя знаходить час для особистого простору та спільних моментів, а ті, хто живуть окремо, зберігають баланс між приватністю.

Крім, цього проаналізовано дані (Рис. 2.2.9) рівня задоволеності шлюбом у подружжя, де один із партнерів перебуває в міграції, становить 39,083 бали, у той же час у пар, де один із партнерів служить війську, цей показник значно нижчий – 32,833. Різниця між групами становить 6,25 бали, яке говорить про відчутну різницю у рівні задоволеності шлюбом від обставин перебування партнера.

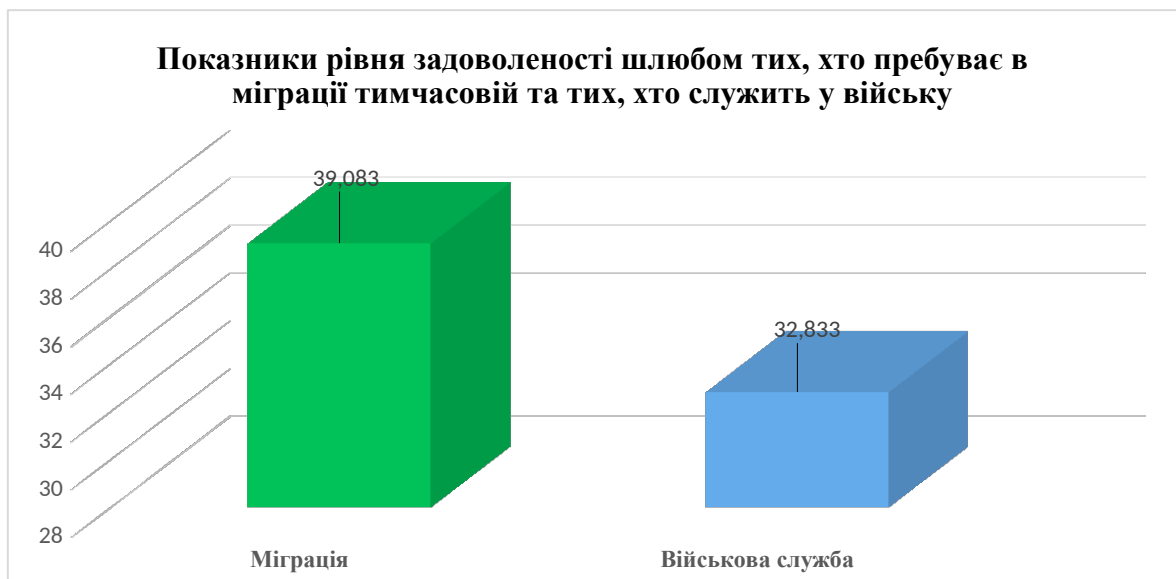


Рис. 2.2.9 Показники рівня задоволеності шлюбом тих, хто перебуває в тимчасовій міграції та тих, хто служить у війську

За результатами t-критерію Стюдента показали, що виявлена різниця є статистично значущою ($p < 0,05$) і це означає, що обставини пов'язані з тривалою відсутністю одного з партнерів у війську чи перебування в міграції, дійсно впливають на сприйняття подружніх стосунків і рівень задоволеності шлюбом. Це можна пояснити тим, що тривале розділення партнерів створює

додаткові емоційні навантаження, яка знижує можливості для щоденного спілкування, що у свою чергу, відображається на рівні задоволеності. Це проявляється у необхідності подружжю докладати більше зусиль для збереження емоційного зв'язку.

Подружжя, де один із партнерів перебуває в міграції, має змогу зберігати більш високий рівень задоволеності шлюбом, можливо, через кращу організацію дистанційного спілкування чи підтримку з боку оточення. Проте служба у війську створює додаткові стресові чинники, які ускладнюють підтримання контакту із сім'єю.

Отже, з усіх досліджуваних виявилася група з найнижчим показником рівня задоволеності шлюбом є та група, де один із партнерів перебуває у війську.

2.2.3 Кореляційний аналіз

Для виявлення взаємозв'язків між досліджуваними психологічними показниками було використано метод кореляційного аналізу. Даний метод дав змогу нам визначити статистично значущі зв'язки між змінними.

Отримані результати стали підставою для побудови кореляційних плеяд, які відображають системні поєднання психологічних чинників подружніх стосунків.

Аналізуючи результати кореляційної плеяди (Рис. 2.2.10) можна побачити наявні статистично значущі зв'язки. Центральним показником цієї плеяди виступає емоційне тяжіння, яке має значущі зв'язки із показниками кохання ($r = 0,740$; $p \leq 0,01$), симпатії ($r = 0,815$; $p \leq 0,01$) та із емоційними відносинами ($r = 0,787$; $p \leq 0,01$).



Рис. 2.2.10 Кореляційна плеяда «Емоційне тяжіння»

Ці результати свідчать про те, що емоційне тяжіння є важливим елементом формування позитивного емоційного фону подружніх взаємин. Чим вищий є рівень емоційного тяжіння, тим більш є вираженими почуття любові та симпатії між партнерами. Це означає, що емоційна близькість виступає основою для виникнення глибоких та стабільних почуттів.

Значущий зв'язок між емоційним тяжінням та рівнем емоційних відносин вказує на те, що емоційна привабливість між партнерами визначає характер їх взаємодії. Якщо між партнерами зберігається тепле ставлення, взаємна симпатія та почуття любові сприяють формуванню позитивного емоційного клімату у сім'ї та підвищує задоволеність спільним життям.

В умовах воєнного часу роль емоційного тяжіння набуває особливого значення. Постійний вплив стресових чинників, переживання за безпеку близьких, зміни умов життя та невизначеність майбутнього можуть негативно впливати на емоційний стан партнерів.

У таких умовах наявність теплих емоційних відносин між подружжям виступає важливим ресурсом психологічної підтримки. Взаємна любов, симпатія та емоційна близькість допомагають партнерам долати труднощі, підтримувати один одного та зберігати, що є дуже важливим у подружжі відчуття єдності, навіть у складних життєвих обставинах.

Таким чином, отримані результати підтверджують важливість емоційних чинників у структурі подружніх взаємин і свідчать про те, що емоційне тяжіння, кохання та симпатія виступають важливою основою стабільності сімейного життя. Особливо в умовах підвищеного психологічного навантаження, які пов'язані із воєнними подіями.

До того ж, структура подружніх стосунків є багатовимірною та включає не тільки емоційні, але й ціннісно-особистісні характеристики подружжя, які мають вплив на якість взаємодії. У цьому контексті важливе місце посідає авторитетність партнера, яка відображає особливості його емоційного сприйняття.

Аналізуючи результати кореляційної плеяди (Рис. 2.2.11), яка має наявні статистично значущі зв'язки, де центральним показником є авторитетність має значущі зв'язки із показниками кохання ($r = 0,618$; $p \leq 0,05$), симпатії ($r = 0,944$; $p \leq 0,01$) та з рівнем емоційних відносин ($r = 0,779$; $p \leq 0,01$).

Отримані результати свідчать про те, що авторитетність партнера у подружніх взаєминах пов'язана з формуванням позитивного емоційного ставлення до нього. Тобто, чим вищий рівень авторитетності партнера, тим більш є вираженими почуття симпатії та кохання між подружжям та емоційні відносини.



Рис. 2.2.11 Кореляційна плеяда "Авторитетність"

Найбільш вираженим є зв'язок між авторитетністю та симпатією, що вказує на те, що повага до партнера, визнання його значущості та сприйняття його особистісних якостей сприяють формуванню міжособистісної

прихильності. У такому випадку симпатія виступає основою формування емоційної прихильності у подружжі.

Значущий зв'язок авторитетності з коханням вказує на те, що глибокі емоційні почуття у взаєминах підсилюють взаємну повагу та готовність приймати партнера таким, який він є.

У практичному вимірі авторитетність часто проявляється через розподіл ролей у сім'ї, де один із партнерів може виступати більш організованим або приймаючим рішення. При цьому важливо, що така роль не означає домінування, а відображає рівень довіри до свого партнера. В той же час, інший партнер, у свою чергу, не втрачає своєї значущості, а бере участь у спільному прийнятті рішень.

В умовах воєнного часу значення авторитетності посилюється, через те, що партнери стикаються з підвищеним рівнем стресу, невизначеністю та необхідністю приймати важливі рішення. У таких ситуаціях надійний та відповідальний партнер стає опорою.

Отже, авторитетність у подружніх стосунках виступає тим чинником, який через довіру, повагу, здатність ефективно діяти у складних ситуаціях сприяє зміцненню стабільності сім'ї.

Разом із тим, оскільки в структурі стосунків важливу роль відіграє емоційно-підтримувальний компонент, то у цьому контексті ми проаналізували ще одну кореляційну плеяду.

Результати кореляційної плеяди (Рис. 2.2.12) показали наявні статистично значущі зв'язки між компонентами кохання та психотерапевтичності ($r = 0,559$; $p \leq 0,05$).

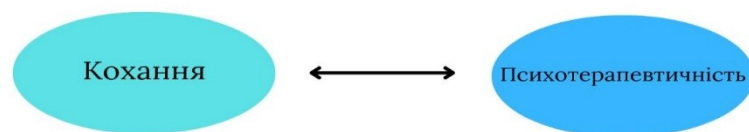


Рис. 2.2.12 Кореляційна плеяда «Психотерапевтичність»

Ці результати свідчать про те, що емоційне почуття любові у подружніх стосунках тісно пов'язане зі здатністю подружжя виконувати підтримувальну функцію.

Чим більш вираженим є кохання у стосунках, тим більшою мірою взаємодія між партнерами набуває характеру емоційної підтримки. У таких взаєминах партнер сприймається не лише як близька емоційна особа, а як джерело внутрішньої опори у складних ситуаціях.

У таких стосунках партнери частіше відкрито діляться своїми переживаннями, що позитивно впливає на їх психологічний стан, що є дуже важливим у складні часи.

Також, у результаті кореляційного аналізу було сформовано плеяду (Рис. 2.2.13), де центральним зв'язком якої виступає задоволеність шлюбом як інтегральна характеристика якості подружніх взаємин. Аналіз показав наявність статистично значущих зв'язків цього показника з рядом важливих психологічних характеристик подружньої взаємодії.

Тісні зв'язки виявлено між показниками задоволеності шлюбом та сімейних символів ($r = 0,773$; $p \leq 0,01$), легкості спілкування ($r = 0,582$; $p \leq 0,05$) та взаєморозуміння (як респондент себе оцінює за цією ознакою) ($r = 0,596$; $p \leq 0,05$).



Рис. 2.2.13 Кореляційна плеяда «Задоволеність шлюбом»

Отримані результати свідчать про те, що задоволеність шлюбом формується під впливом важливих психологічних чинників, пов'язаних із особливостями взаємодії подружжя та їх спільного життя.

Найбільш тісний зв'язок встановлено між задоволеністю шлюбом та сімейними символами, що вказує на значущість сімейних традицій, спільних звичок, ритуалів та інших символічних форм взаємодії у формуванні позитивного ставлення до подружніх взаємин. Наявність сімейних символів сприяє зміцненню почуття єдності між партнерами, формує так звану спільну історію взаємин. Особливо важливим це є в умовах воєнного часу, коли звичні умови життя можуть порушуватися, а потреба у стабільності та психологічній підтримці зростає. Саме тому, спільні традиції та символічні елементи взаємодії можуть виступати своєрідними “якорями стабільності”, що допомагають подружжю відчувати та зберігати єдність сім'ї.

Окрім того, встановлено статистично значущий зв'язок між задоволеністю шлюбом та легкістю спілкування, який вказує на важливість відкритості у взаємодії між подружжям.

Здатність вільно висловлювати свої думки та свої особистісні переживання, позитивно впливає на взаємини між партнерами та формує взаємну довіру в стосунках. Комунікація в житті людини займає найосновніше місце у взаємодії із соціумом, адже людина є соціальною істотою, яка відрізняється вмінням спілкуватися.

Саме тому спілкування між подружжям відіграє одну із найвагоміших ролей у їхньому сімейному житті. Адже це дозволяє партнерам ефективніше обговорювати, вирішувати та знаходити спільні рішення, що є важливим у подружньому житті та й взагалі у повсякденності людини, особливо у важкі періоди.

Також виявлено статистично значущий зв'язок між задоволеністю шлюбом та взаєморозумінням (як респондент себе оцінює за цією ознакою), яке відображає самооцінку респондентом власної здатності розуміти переживання партнера.

Отримані результати свідчать про те, що чим вище респонденти оцінюють свою здатність до взаєморозуміння, тим більшою є їхня

задоволеність шлюбом. Це може вказувати на важливість особистісної готовності до уважного ставлення до свого партнера.

У контексті подружніх стосунків в умовах війни виявлені взаємозв'язки набувають особливого змісту, оскільки саме спільні сімейні цінності, здатність до суб'єктивного взаєморозуміння та відкритого спілкування виступають ключовими психологічними ресурсами подружжя в умовах тривалого стресу та невизначеності.

Війна створює ситуації підвищеного емоційного навантаження, змінює звичний спосіб життя, посилює тривожність та потребу у підтримці, що звичайно ж підвищує значущість психологічної єдності подружжя.

Сукупність виявлених ознак у межах даної плеяди відображає ресурсний потенціал подружньої системи, який забезпечує стійкість до зовнішніх викликів.

Узагальнюючи отримані результати, можна стверджувати, що задоволеність шлюбом у нашому дослідженні виступає індикатором психологічної стійкості подружжя в умовах війни. Послаблення зазначених чинників може сприяти поступовому зниженню задоволеності шлюбом та підвищенню ризику виникнення кризових явищ у подружніх взаєминах.

2.3. Емпірична модель психологічних чинників кризи подружніх стосунків в умовах війни

За результатами емпіричного дослідження психологічних чинників кризи подружніх стосунків нами сформовано емпіричну модель, що відображає компоненти психологічних чинників із результатів дослідження (Рис. 2.2.14).

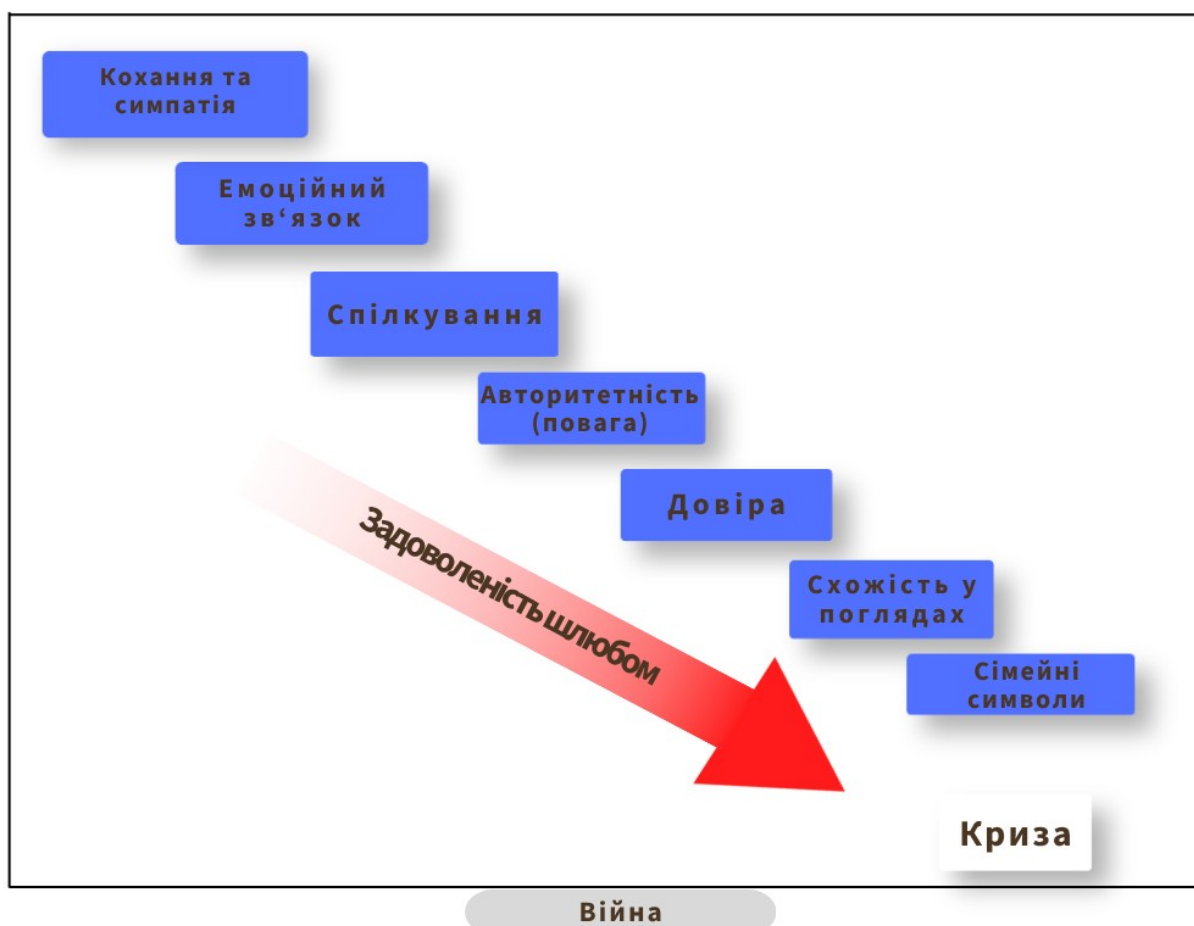


Рис. 2.2.14 Авторська емпірична модель «Сходинок кризи подружніх стосунків у час війни»

Ця модель дозволила не лише підтвердити окремі положення теоретичної моделі, але й уточнити структурну значущість психологічних чинників у системі подружніх взаємин. Загалом будова емпіричної моделі зберегла основні компоненти теоретичної моделі, проте у процесі дослідження було встановлено певні зміни у їх значущості.

У теоретичній моделі нами було представлено основні психологічні компоненти гармонійних подружніх стосунків у вигляді послідовних сходинок, серед яких провідне місце займали кохання та симпатія, розуміння, емоційний зв'язок, довіра, схожість у поглядах та спілкування.

Передбачалося, що послаблення будь-якого із зазначеного чинника сприятиме поступовому зниженню рівня задоволеності шлюбом, що як наслідок підвищуватиме ризик виникнення кризи у подружніх стосунках.

Війна у моделі виступала зовнішнім дестабілізуючим фактором, який є додатковим навантаженням на сімейну систему.

Результати емпіричного дослідження загалом підтвердили правильність теоретичної моделі: верхні сходинки емпіричної моделі також займають кохання та симпатія. Ці чинники залишаються основою для гармонійних стосунків між подружжям, які відображають їх емоційну прихильність, позитивне ставлення до партнера та щирість у взаєминах.

У теоретичній моделі поряд із коханням та симпатією важливе місце займало розуміння між партнерами. Проте результати дослідження показали, що в умовах війни більш значущого рівня набуває саме емоційний зв'язок. Саме тому в емпіричній моделі емоційний зв'язок займає вищу позицію у структурі сходинок. Це свідчить, що в умовах постійної невизначеності, тривожності для подружніх пар особливо важливими стає емоційна підтримка, вміння співпереживати одне одному та проявляти турботу. Тому, якщо цей чинник спершу розглядався як один із компонентів гармонійних стосунків, то результати дослідження показали, що саме емоційний зв'язок виступає одним із провідних ресурсів сім'ї в умовах війни.

Також встановлено зростання значущості спілкування між подружжям. Цей компонент перемістився на сходинки вище, що вказує на особливе значення у підтриманні психологічної стабільності подружжя. Пояснюється це тим, що в умовах війни спілкування починає виконувати не тільки функцію взаємодії, але й функцію емоційної підтримки. Адже за допомогою комунікації подружжя може відкрито обговорювати свої переживання, труднощі та самопочуття, що знижує перш за все внутрішнє напруження та допомагає подружжю підтримувати між собою тісний контакт.

Окрім цього, у структурі емпіричної моделі додався ще один компонент, авторитетність партнера. Результати дослідження показали, що взаємна повага, довіра до рішень партнера відіграють важливу роль у стійкості подружньої пари. У час війни авторитетність відіграє вагомішу роль. Тому, що партнери стикаються із необхідністю прийняття складних

рішень, переживанням за безпеку сім'ї. Саме тому партнер починає сприйматися не як просто близька людина, а той, хто вміє брати на себе відповідальність за певні рішення та за безпеку своїх рідних.

Щодо компоненту довіри, яка у теоретичній моделі займала одну із провідних позицій, то в емпіричній моделі вона також залишилася важливим чинником. Про те цей компонент дещо поступається емоційному зв'язку, спілкуванню та авторитетністю. Це вказує на те, що для подружжя в сьогоденній непростий час більш стають емоційна підтримка та психологічна присутність партнера.

У теоретичній моделі чинник «Схожість поглядів між подружжям» розглядався як важлива складова відносин, яка забезпечує між парами взаєморозуміння. Цей чинник хоч і залишається вагомою складовою, але він не займає провідного місця у структурі. Це можна пояснити тим, що у кризових умовах для сімей більшого значення набуває не стільки подібність поглядів, а як здатність підтримувати один одного та зберігати єдність навіть у складних життєвих обставинах.

Окремою відмінністю емпіричної моделі стало включення сімейних символів. У процесі дослідження було встановлено, що сімейні традиції, ритуали, спільні звички між подружжям допомагають підтримувати те важливе відчуття єдності сім'ї. В умовах війни вони виступають так званою внутрішньою опорою, яка допомагає зберігати цілісність сімейної системи.

Проте, якщо у теоретичній моделі провідне значення мали кохання та симпатія, розуміння між партнерами, то результати емпіричного дослідження показали посилення ролі емоційного зв'язку, спілкування, авторитетності партнера та сімейних символів.

Висновки до Розділу 2

Результати емпіричного дослідження свідчать, що у більшості подружніх пар спостерігається достатній рівень задоволеності шлюбом та й загалом позитивний емоційний фон взаємин. Виявлено високі показники кохання, симпатії та емоційного тяжіння, що вказують на наявність

емоційної близькості між партнерами та їх зацікавленість у збереженні взаємин. Встановлено, що важливе значення у підтриманні стабільності подружніх стосунків відіграє авторитетність партнера, яка відображає рівень поваги у подружжі.

Водночас дещо нижчі виявилися показники довіри до партнера, легкості спілкування та сімейних символів, що може свідчити про наявність певних труднощів у подружній взаємодії.

Результати порівняльного аналізу показали відсутність значущих відмінностей у рівні задоволеності шлюбом між чоловіками та жінками, між подружжям з різним стажем подружнього життя та тих, хто проживають з батьками та без. Проте, значущі відмінності між подружніми парами було встановлено, де один із партнерів перебуває у військовій службі, та парами, де один із партнерів знаходиться у тимчасовій міграції. Нижчий рівень задоволеності шлюбом у сім'ях, де один із партнерів є військовослужбовцем, може бути зумовлений тривалою розлукою та обмеженими можливостями для підтримки спілкування.

Проведений кореляційний аналіз показав наявність взаємозв'язків між основними психологічними показниками подружніх стосунків. Зокрема, емоційне тяжіння тісно пов'язане з рівнем кохання, симпатії та з емоційними відносинами, які ж у свою чергу підтверджують важливість емоційної близькості у стабільності стосунків. Встановлено зв'язки між авторитетністю партнера та позитивним емоційним ставленням, а ще між кохання та підтримувальним характером спілкування.

Задоволеність шлюбом пов'язана з особливостями спілкування між подружжям. Це пов'язано з рівнем взаєморозумінням (як респондент себе оцінює за цією ознакою), легкістю спілкування та наявністю спільних цінностей.

Серед основних чинників гармонійності подружніх стосунків ключову роль відіграють емоційна близькість, взаємна повага, особливості комунікації та наявність спільних ціннісних орієнтирів.

Результати емпіричного дослідження підтвердили правильність теоретичної моделі: верхні сходинки емпіричної моделі також займають кохання та симпатія. Проте результати емпіричного дослідження доводять, що в умовах війни більш значущого рівня набуває саме емоційний зв'язок, також встановлено зростання значущості спілкування між подружжям.

ВИСНОВКИ

За результатами теоретичного дослідження подружніх стосунків виявлено, що вони є багатокомпонентною системою, яка формується під впливом емоційних, когнітивних та комунікативних чинників. До цих компонентів належать кохання, симпатія, емоційна близькість, довіра,

взаєморозуміння, повага та особливості спілкування між партнерами. Порушення або ж послаблення цих компонентів може призводити до зниження стабільності стосунків і появи кризових явищ. Встановлено, що умови війни виступають потужним зовнішнім чинником, який ускладнює взаємодію подружжя.

Теоретичне дослідження проблеми кризи подружніх стосунків дозволило створити теоретичну модель, що включає компоненти кризи подружніх стосунків, а саме кохання, симпатія, взаєморозуміння, схожість поглядів тощо.

У ході емпіричного дослідження виявлено, що більшість подружніх пар мають загалом високий рівень задоволеності шлюбом, тобто партнери переважно позитивно оцінюють свої взаємини та відчують емоційну підтримку у шлюбі. Також зафіксовано високі показники емоційного тяжіння, кохання та симпатії, що свідчить про наявність емоційної близькості між партнерами. Водночас дещо нижчі значення отримали показники довіри, легкості спілкування та сімейних символів, що може вказувати на певні труднощі у сфері спілкування.

У процесі порівняльного аналізу з'ясовано, що суттєвих відмінностей у рівні задоволеності шлюбом між жінками та чоловіками не виявлено. Також не зафіксовано значущих відмінностей залежно від стажу подружнього життя та умов проживання. Проте виявлено, що умови вимушеної розлуки мають вплив на якість подружніх стосунків.

Зокрема, це стосується сімей, де один із партнерів перебуває на військовій службі та тих сімей, де один із партнерів перебуває в міграції, що можна пояснити розлукою та обмеженою можливістю підтримувати зв'язок.

Кореляційний аналіз показав наявність взаємозв'язків між основними психологічними показниками подружніх стосунків. Встановлено зв'язки з емоційним тяжінням, яке пов'язане з рівнем кохання, симпатії та емоційними відносинами. Це вказує на важливість емоційної близькості у формуванні стабільних стосунків. Також встановлено зв'язок між авторитетністю

партнера та позитивним емоційним ставленням до нього. Крім цього, задоволеність шлюбом пов'язана з рівнем взаєморозуміння (як респондент себе оцінює за цією ознакою), легкістю спілкування та наявністю сімейних символів.

Проведене емпіричне дослідження загалом підтвердило правильність теоретичної моделі подружніх взаємин, зберігши кохання та симпатію як незмінну основу гармонійних стосунків. Водночас під дією війни як зовнішнього дестабілізуючого фактора відбулася трансформація значущості окремих психологічних чинників у сімейній системі. Зокрема, у кризових умовах на вищі позиції перемістилися емоційний зв'язок та спілкування, які стали провідними ресурсами для подолання тривоги й надання взаємної підтримки.

Структура емпіричної моделі збагатилася новим компонентом – авторитетністю партнера, що відображає потребу у здатності брати відповідальність за рішення та безпеку рідних. Натомість чинники довіри та схожості поглядів дещо поступилися своєю першочерговою значущістю на користь безпосередньої психологічної присутності й збереження єдності пари. Додатковою опорою для цілісності родини стало включення сімейних символів і традицій, що доводить перехід пріоритетів від суто раціонального взаєморозуміння до емоційно-підтримувальних чинників.

Стабільність подружніх стосунків залежить від комплексу взаємопов'язаних психологічних чинників, серед них є емоційна близькість, взаємна повага та якість спілкування. Зниження цих показників може сприяти виникненню кризових явищ у подружніх стосунках, особливо в умовах воєнного часу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Андросова А. С., Шеленкова Н. Л. Специфіка подружніх конфліктів. *Психологічний журнал*. 2019. Вип. 3. С. 22–31.

2. Антонова В., Підбуцька Н. Психічні наслідки бойової травми учасників військових конфліктів. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2024. № 1. С. 3-13.
3. Апанасенко Я. А. Вплив моделі сім'ї на переживання подружньої кризи : дипломна робота. Дніпро : Дніпровський гуманітарний університет, 2024. 80 с.
4. Балачій Л. О. Психологічний вплив військової служби на сімейні стосунки: адаптація військових та їх родин. *UNIVERSUM*. 2024. № 14. Розділ 15: Психологія та психіатрія. С. 409-416.
5. Ващенко О. С. Соціально-психологічні чинники подружніх конфліктів в умовах війни. *Вісник післядипломної освіти*. 2024. № 28(57). С. 27–43.
6. Волошина В. В., Долинська Л. В. Трансформація сімейних ролей в умовах війни : зміни, виклики та адаптація . *Гуманітарний вісник*. 2023. Т. 75, № 1, С. 33-45.
7. Долинська Л. В., Кашпур Ю. М. Психологічна стійкість сімей в умовах війни: механізми адаптації та подолання стресу. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2025. Т. 3. С. 92-97.
8. Дяковський О.С., Романюк Л.В. Психологічно-правові особливості подружніх конфліктів та їх наслідки. *Підприємництво, господарство і право*. 2024. № 10. С. 602–605.
9. Енгельс О. Е. Особливості діадного копіngu подружніх стосунків в умовах ненормативної кризи (воєнного стану) : магістерська робота. Львів : Український католицький університет, 2023. 82 с.
10. Іващенко А. І., Тітова А. В. Психологічні чинники задоволеності шлюбом. *Габітус*. 2023. Вип. 54. С. 116–120.
11. Кондратьєва І.П. Соціально-психологічні аспекти подружніх відносин у період кризи молодого сім'ї. *Габітус*. 2021. Вип. 23. С. 203–207.

- 12.Крюкова М.А., Терзі В.О. Особливості емоційної безпеки в структурі прив'язаності як проблема психологічної науки. *Габітус*. 2024. Вип. 65. С. 166–171.
- 13.Кучманич І.М., Гапішко К.Б. Взаємозв'язок психологічної зрілості жінки з наслідуванням жіночих ролей у сімейних системах. *Психологічний журнал*. 2023. Вип. 45. С. 115–120.
- 14.Максимов А., Свирида М. Сімейна адаптація учасників бойових дій. *Діяльність психолога в умовах війни: збірник тез Міжнародної студентської конференції, 23–24 березня 2023 р. Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2023. С. 87–89.*
- 15.Маркович Х. М., Шардакова А. С. Гендерна рівність у сімейних відносинах: правові аспекти захисту прав жінок та чоловіків у шлюбі. 2024. С. 193-198.
- 16.Махиня І. А. Асертивність партнерів як чинник задоволеності подружніми стосунками: магістерська робота. Хмельницький, 2025. 76 с.
- 17.Мешкова С.М. Вплив гендерних стереотипів на характер міжособистісного спілкування молодшої сім'ї. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості* : зб. наук. праць за матеріалами VIII Всеукр. наук.-практ. конф. молодих вчених, аспірантів та студентів «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (м. Херсон, 7 квітня 2023 р.) Херсон ; Івано-Франківськ : ХДУ, 2023. С. 68–72.
- 18.Опанасюк Т. А. Трансформація сімейних цінностей у період війни та економічної кризи. *Habitus*. 2024. Вип. 66. С. 367-372.
- 19.Павлюк М. М., Архипенко Н. М. Особливості подружніх конфліктів та їх наслідки. *Актуальні проблеми психології. Психологія особистості. Психологічна допомога особистості*. 2018. Т. 18. Вип. 11. С. 209-226.
- 20.Петрук, Н. Ю. Концептуальне обґрунтування понять «життєва криза» та «кризові ситуації» у соціально психологічних дослідженнях. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. № 1. С. 108–115.

- 21.Пирог Г. В., Свінціцька М. М. Задоволеність жінок подружніми стосунками в умовах війни. *Наука та освіта в умовах викликів сьогодення: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції* (Чернігів, 16 грудня 2023 р). Research Europe, 2023. С. 264-267.
- 22.Пирог Г., Свінціцька М. Теоретичний аналіз проблеми задоволеності подружніми стосунками. Актуальні проблеми психічного здоров'я: Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської студентської інтернет-конференції (25 травня 2023 р.). Житомир: Вид-во ЖДУ ім. Івана Франка, 2023. С. 176-177.
- 23.Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми: Університетська книга, 2021. 248 с.
- 24.Сашенко, М. І. Деякі питання впливу гендерних стереотипів на реалізацію принципу рівності в Україні. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Право, 2025. (89) С. 169-175.
- 25.Сидоренко М. В. Соціально-психологічні чинники адаптації подружжя в умовах війни. *Науковий вісник ХНПУ ім. Г. С. Сковороди*. Серія «Психологія». 2024. № 65. С. 112–120.
- 26.Федоренко Р.П. Психологічний аналіз подружніх взаємин на різних стадіях функціонування сім'ї : монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 332 с.
- 27.Хараджи М., Кириленко К. Психологічна стійкість та комунікація як чинники сімейного благополуччя в умовах воєнного часу. *Наукові студії з психології*. 2023. № 3. С. 51–60.
- 28.Цьомик Х. Б. Психологічна сутність подружніх взаємин у зарубіжних та вітчизняних дослідженнях. *Габітус*. Соціальна психологія. Юридична психологія. 2021. Вип. 24, т.2. С. 117-183.
- 29.Черкасова О. В. Копінг-стратегії подолання кризових ситуацій подружжям під час дії воєнного стану в Україні. *Магістерські студії ХДУ*. 2024. Вип. 21–24. С. 45–53.

30. Шинкаренко І. Сім'я в умовах війни: психологічні, психосоціальні та психопатологічні проблеми. *Науковий вісник ДДУВС*. 2022. №2. С. 554-562.
31. Falconier M. K., Jackson J. B. Economic strain and couple relationship functioning: a meta-analysis. *International journal of stress management*. 2020. Vol. 27, №4. P. 311–325.
32. Gottman J., Gottman J.S. The Love Prescription: Seven Days to More Intimacy, Connection, and Joy. New York: Penguin Life, 2022. 224 p.
33. Hanum L., Newcombe P., Scott T. A systematic review of intergenerational co-residence between older people and adult children. *Journal of Family Studies*. 2024. Vol. 30, No. 6. P. 968–988.
34. Johnson S. Attachment Theory in Practice: Emotionally Focused Therapy (EFT) with Individuals, Couples, and Families. New York: Guilford Press, 2019. 352 p.
35. Randall A. K., Bodenmann G. The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Current Opinion in Psychology*. 2017. Vol. 13. P. 29-34.