

**Хараджи Марина**

*кандидат психологічних наук,  
старший викладач кафедри практичної психології  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

**Кириленко Катерина**

*здобувач кваліфікаційного рівня «Магістр»  
освітньої програми «Практична психологія»  
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

## ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СІМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

**Анотація.** У статті розглянуто теоретичні аспекти та висвітлено результати дослідження соціально-психологічних особливостей сімейного добробуту в умовах воєнного часу. В умовах війни в Україні сім'я як стійкий, традиційний інститут суспільства відіграє найважливішу роль у механізмі самозбереження населення. В умовах війни та спричиненої війною соціально-економічної дезорганізації на багатьох територіях сім'я стає опорою: сімейна солідарність, взаємодопомога, турбота, обмін діяльністю та матеріальними ресурсами між її членами дає змогу налагодити життєдіяльність, подекуди захистити життя членів родини. У цей період працює перевірений багаторічним досвідом сімейний механізм виживання та збереження людського життя, посилюється захисна функція сім'ї. Сімейне благополуччя включає характер і рівень виконання соціальних та індивідуальних функцій подружжям, ступінь задоволеності подружжя стосунками. Зокрема, успіх подружжя оцінюється ступенем того, наскільки в ньому досягаються поставлені членами сім'ї цілі, загальні та індивідуальні. Аналіз результатів проведених досліджень показує, що парам із довготривалими відносинами притаманне виражене неблагополуччя, парам із короткотривалими відносинами – високий ступінь задоволеності та благополуччя. У пар із високим ступенем задоволеності найбільше виражена шкала «емоційне тяжіння». Це свідчить про те, що у цих парах партнери один для одного привабливі, вони хочуть і прагнуть спілкуватися один з одним, мати спільні стосунки та інтереси, відзначають психотерапевтичну дію спілкування один з одним. Меншою мірою вираженою є шкала «розуміння», що може бути зумовлено тим, що партнери один одному продовжують відкриватися, дивувати. Щоб зберегти сімейне благополуччя в умовах воєнного часу, подружжю важливо обговорювати переживання та потреби, дотримуватись сімейних ритуалів, підтримувати дітей, вчитися розпізнавати емоції, практикувати техніки релаксації, визначити сімейні ролі, обговорити відповідальність кожного.

**Ключові слова:** сімейне благополуччя, соціально-психологічні особливості, дослідження, умови воєнного часу, подружжя.

**Kharadzhy Marina**

*Candidate of Psychological Sciences  
Senior Lecturer at the Department of Practical Psychology  
Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav*

**Kirylenko Kateryna**

*Master Student  
educational program "Practical Psychology"  
Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav*

## STUDY OF SOCIAL-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF FAMILY WELFARE IN WARTIME CONDITIONS

**Abstract.** The article examines the theoretical aspects and highlights the results of the study of socio-psychological features of family well-being in wartime conditions. In the conditions of war in Ukraine, the family as a stable, traditional institution of society plays the most important role in the mechanism of self-preservation of the population. In the conditions of war and war-induced socio-economic disorganization in many territories,

the family becomes a support: family solidarity, mutual help, care, exchange of activities and material resources between its members make it possible to establish livelihoods, and sometimes protect the lives of family members. During this period, the family mechanism of survival and preservation of human life, proven by many years of experience, works, the protective function of the family is strengthened. Family well-being includes the nature and level of fulfillment of social and individual functions by the spouses, the degree of satisfaction of the spouses with the relationship. In particular, the success of a couple is assessed by the degree to which the goals set by family members, general and individual, are achieved. The analysis of the results of our research showed that couples with long-term relationships are characterized by pronounced disadvantage, couples with short-term relationships have a high degree of satisfaction and well-being. In couples with a high degree of satisfaction, the "emotional attraction" scale is most pronounced. This indicates that the partners in these couples are attractive to each other, they want and strive to communicate with each other, have common relationships and interests, note the psychotherapeutic effect of communication with each other. The "understanding" scale is less pronounced, which may be due to the fact that partners continue to open up and surprise each other. In order to preserve family well-being in wartime conditions, it is important for spouses to discuss experiences and needs, observe family rituals, support children, learn to recognize emotions, practice relaxation techniques, define family roles, and discuss everyone's responsibilities.

**Keywords:** family well-being, socio-psychological features, research, wartime conditions, spouses.

### Постановка проблеми й аналіз досліджень.

Актуальність дослідження полягає у тому, що сьогодні таке явище, як «офіційно зареєстрований» шлюб, втрачає привабливість для української молоді. Молодь віддає перевагу так званому громадянському шлюбу замість законного шлюбу. Водночас із метою розвитку українського суспільства важливо, щоби молодь повною мірою брала подружні та батьківські права й обов'язки. Більшість одружуються, не обдумавши рішення з усією серйозністю, що призводить до негативних наслідків і розлучення. Крім того, молодь не поінформована у питаннях шлюбу. Загальна помилка полягає у тому, що, створюючи сім'ю, вони покладаються тільки на силу своїх почуттів. Задоволеність стосунками, або відчуття суб'єктивного благополуччя у шлюбі, виникає тоді, коли якість взаємодії влаштовує кожного з членів подружжя. Саме тоді співбуття стає стійким зв'язком самостійних індивідів, які чуйно реагують на зміни у стосунках між ними. Подружня інтеграція у тому чи іншому вигляді розглядалася у працях К. Роджерса, С. Торохтія, О. Кляпець та інших. Аналіз праць А. Маслоу, Е. Фромма, А. Адлера, Р. Левіса, Дж. Спенієра, Д. Валлерстайна, Р. Уолша, К. Вітакера, С. Торохтія, О. Кляпець вказує на те, що найбільш сприятливі стосунки створюються у разі взаємодії розвинутих, зрілих і цілісних особистостей.

У сучасних реаліях кризового часу особливо важливо знайти стійкий, гармонійний, щасливий союз з іншою особою, надовго зберігши його. Добробут родини поряд із професійними відносинами виступають важливою сферою реалізації потенціалу особистості. Психологічне благополуччя сім'ї, відчуття комфорту та задоволеності життям особистістю залежить пере-

важно від специфіки засвоєння та прямого розуміння ролей чоловіка і дружини, батька і матері, знання й уявлення про себе як особу певної статі зі специфічними потребами, ціннісними орієнтаціями, мотивами, інтересами та формами поведінки, а також уявленнями про сімейне життя, що слугують психологічною основою шлюбу та впливають на стосунки подружжя. Саме тому вивчення соціально-психологічних особливостей сімейного благополуччя в умовах воєнного часу лишається актуальним.

**Мета дослідження** – проаналізувати теоретичні аспекти та висвітлити результати дослідження соціально-психологічних особливостей сімейного добробуту в умовах воєнного часу.

**Виклад основного матеріалу.** Сімейні стосунки відіграють центральну роль у формуванні добробуту суб'єкта впродовж життя. Погляд на життєвий шлях привертає увагу до важливості пов'язаних життів або взаємозалежності всередині відносин. Члени родини пов'язані на кожному етапі життя, і ці стосунки є важливим джерелом соціальних зв'язків і соціального впливу протягом усього життя. Сімейні зв'язки можуть забезпечити більше відчуття сенсу та мети, а також значення набувають соціальні та матеріальні ресурси, які створюють добробут [4]. Фахівці виділяють кілька критеріїв психологічного добробуту, включаючи мету життя, емоційну життєву силу, позитивний вплив, задоволеність життям, щастя й оптимізм [1]. Ці показники благополуччя передбачають підвищене переживання позитивних емоцій. Більш екзистенціальні індекси благополуччя (наприклад, сенс життя) можуть стосуватися емоцій, які є нейтральними або негативними за своєю природою, але які, зрештою, сприяють майбутній появі позитивних почуттів та усвідомлення.

Питання про те, як воєнний стан впливає на сімейне благополуччя, вперше постало після світових воєн, коли історичні дослідження задокументували значне падіння загальної народжуваності під час війни з подальшим компенсаційним відновленням після конфлікту у західних країнах. Відтоді дослідження останніх військових конфліктів і воєн з'являлися повільно та забезпечували менш послідовні результати. Хоча здебільшого наявні дослідження свідчать про пов'язане з війною зниження загальної народжуваності та збільшення випадків домашнього насильства.

Безпосередні фактори, що призводять до погіршення сімейного благополуччя, включають призов на військову службу, переїзд та економічні труднощі [6]. Війна може негативно впливати на сімейне благополуччя через підвищений стрес та/або через безпліддя, пов'язане зі стресом жінки. Емоційні зв'язки подружжя в умовах воєнного стану мають свої особливості, оскільки воєнні конфлікти створюють надзвичайні та стресові ситуації, які впливають на психологічний стан і стосунки між партнерами.

Воєнний стан на території України має серйозний вплив на емоційні зв'язки подружжя. Ця війна призвела до численних викликів і навіть криз у сімейних стосунках. Багато сімей стикнулися з необхідністю розділення через переміщення із зони конфлікту, евакуацію або службу одного з партнерів у Збройних Силах. Це розділення може викликати великий стрес та емоційну віддаленість. Ветерани війни та їхні родини можуть стикатися з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). Цей стан може суттєво вплинути на емоційний стан і взаємодію між партнерами. Воєнний конфлікт призводить до страху та тривоги за безпеку близьких. Цей постійний стрес може впливати на емоційну стійкість і сприйняття реальності, що може призводити до конфліктів у сім'ї [3]. Воєнний стан може призводити до економічних труднощів, пов'язаних із втратою робочих місць, зниженням доходів і збільшенням витрат на додаткові потреби родин. З іншого боку, воєнний стан може зміцнити підтримку та солідарність у родині. Партнери можуть разом долати труднощі, підтримувати один одного психологічно та фізично, що може покращити їхні стосунки. Ситуація в Україні вимагає від подружжя терпимості, розуміння та готовності працювати разом над подоланням труднощів. Важливо відкрито спілкуватися та висловлювати свої почуття [5]. Однак варто враховувати, що вплив воєнного стану на подружжя є індиві-

дуальним і залежить від конкретних обставин і реакцій обох партнерів. Деякі подружжя можуть зміцнити стосунки під час кризи, тоді як інші можуть стикнутися з труднощами. Війна впливає на багато інших аспектів сімейного життя, включаючи особисті стосунки між членами сім'ї [9]. У зв'язку з цим існує велика кількість психологічних досліджень, присвячених проблемам сім'ї. Одним із завдань проведених досліджень є визначення шлюбів як щасливих і нещасливих. Фахівці виділили різні показники, що показують чинники сумісності сімейних пар.

Для дослідження сімейного добробуту та виявлення його факторів використовують різноманітні показники. Сімейне благополуччя включає характер і рівень виконання соціальних та індивідуальних функцій подружжям, ступінь задоволеності подружжя відносинами. Зокрема, успіх подружжя оцінюється ступенем того, наскільки досягаються загальні та індивідуальні цілі сім'ї [2]. Виділяють такі критерії здоров'я сім'ї: подібність сімейних цінностей; функціонально-рольова узгодженість; соціально-рольова адекватність; емоційна задоволеність; спрямованість до сімейного довголіття [1]. Розглядаючи особливості їхнього прояву, виділяють подібність чи відмінність сімейних цінностей, єдність чи розбіжність поглядів і ставлення до норм, правил сімейного життя. Перші визначають сімейне благополуччя, друге – неблагополуччя. Сьогодні простежується поляризація ціннісних орієнтацій, інтересів і переконань серед членів сім'ї, які впливають на сімейні взаємини. Функціонально-рольова узгодженість передбачає механізми взаємодії у сім'ї – взаємодопомогу, взаєморозуміння, взаємодовіру. У родині як у системі встановлюється стабільність [8]. Соціально-рольова адекватність зумовлюється ролями у ній, узгодженістю сімейних очікувань. Кожен член сім'ї перебуває у положенні, що визначає його ролі, які потрібно виконувати. У батькові вбачають лідера, здобувача, у жінці – матір, господиню. Проте під час засвоєння соціального досвіду дедалі частіше суб'єкт входить у конфлікт між особистістю й очікуваною роллю у ній, що безпосередньо відбивається на сім'ї, характері взаємин, порушуючи баланс [10].

Емоційна задоволеність досягається за умови прийняття та поваги членами родини один одного. Емоційний зв'язок усередині сім'ї також забезпечується спільною діяльністю, орієнтованою на один результат. Основними факторами, що сприяють досягненню емоційної задоволеності, є рівень освіти, мотиви укладання шлюбу, харак-

тер подружніх відносин, єдиний стиль виховання дітей [10]. Відсутність суперечностей у цих чинниках сімейного життя сприяє зниженню ризику виникнення конфліктних ситуацій, які призводять до дезорганізації сім'ї [7]. Сімейне довголіття передбачає спільні цілі, спільне їх планування та досягнення. При цьому враховуються потреби та інтереси родини, відповідно до кожного її члена. За відсутності збігів у потребах чи інтересах виникає роз'єднаність. Характер подружніх відносин також розглядається з точки зору ефективності виконання родиною своїх функцій, включаючи такі параметри, як структура сім'ї, стадії її розвитку та рольові настанови. Ці особливості подружніх стосунків впливають на рівень емоційно-психологічного добробуту родини [10].

Задоволення потреб безпосередньо відбиває виконання сім'єю своїх функцій. Наприклад, фізіологічні потреби співвідносяться з господарсько-побутовою та сексуально-еротичною функцією. Кожна людина має свою ієрархію потреб. Ми беремо за основу класифікацію потреб А. Маслоу. Відповідно до класифікації, у людини з народження є сім класів потреб: фізіологічні (органічні потреби); потреби у безпеці; потреби у приналежності та коханні; потреби поваги (шанування); пізнавальні потреби; естетичні потреби; потреби у самоактуалізації [8]. Незадоволення потреб впливає на розвиток кожного члена сім'ї, призводить до низької самооцінки та нездатності до соціалізації. Тут варто згадати, що у разі задоволення цих потреб мотивація та психологічний добробут знаходяться на високому рівні.

Для дослідження соціально-психологічних особливостей сімейного благополуччя в умовах воєнного часу необхідна чітка та гнучка експериментальна стратегія, яка має передбачати поєднання якісних і кількісних методів дослідження, таких як інтерв'ю, опитування та спостереження. Дослідження слід проводити з урахуванням культурних особливостей, беручи до уваги унікальний культурний і соціальний контекст сімей, які вивчаються. Використовуючи експериментальну стратегію, можемо розвинути всебічне розуміння психологічного впливу воєнного стану на сім'ї.

Воєнний стан є періодом підвищеного стресу та невизначеності, який часто характеризується посиленням насильства, обмеженням свободи та порушенням повсякденного життя. Ці умови можуть мати значний вплив на сімейне благополуччя. Досліджуючи соціально-психологічні особливості сімейного благополуччя під час воєн-

ного стану, можемо отримати краще розуміння психологічних наслідків цього періоду та розробити ефективні стратегії підтримки сімей у подібних ситуаціях у майбутньому.

Неможливо переоцінити важливість перевірки гіпотези шляхом емпіричного дослідження. Проводячи ретельний аналіз, можемо розробити засновані на фактах заходи для підтримки сімей під час і після періодів воєнного стану. Дослідження також може стати основою для прийняття політичних рішень, що пов'язані з воєнним станом та іншими подібними ситуаціями і забезпечують належну підтримку сімей під час кризи. Відбір відповідних учасників є вирішальним у будь-якому психологічному дослідженні, і це особливо стосується вивчення соціально-психологічних особливостей сімейного благополуччя. Щоби переконатися, що дослідження є значущим, а результати дійсними, необхідно встановити конкретні критерії для відбору учасників. Процес набору учасників має бути ретельно спланований, щоби гарантувати, що вибірка є репрезентативною та різноманітною. Процес набору повинен включати чітку інформацію про дослідження, включаючи мету, процедури та потенційні ризики та переваги. Інформація повинна бути надана мовою, яку легко зрозуміти, і має бути подана як у письмовому, так і в усному форматі. Етичні міркування та інформована згода є критично важливими. Необхідно отримати інформовану згоду від усіх учасників. Згода повинна містити інформацію про мету дослідження, процедури, потенційні ризики та переваги, а також право учасника вийти з дослідження у будь-який час. Учасники повинні бути впевнені у конфіденційності, а їхня особиста інформація повинна бути захищена.

Для дослідження соціально-психологічних особливостей сімейного благополуччя в умовах воєнного часу нами визначено стратегію дослідження та підібрано діагностичний інструментарій: опитувальник задоволеності шлюбом; опитувальник «Спілкування в сім'ї»; опитувальник «Розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність»; опитувальник «Мотиви одруження» С.І. Голод. У дослідженні взяло участь 20 пар (40 осіб) віком 25–35 років та тривалістю стосунків 3–10 років. Дослідження проводилося відповідно до таких етапів: обрати й обґрунтувати діагностичний інструментарій для дослідження висунутої проблеми; виявити особливості взаємодії пари; розробити методичні рекомендації для психологічного консультування.

Нами проаналізовано результати дослідження та визначено, що добробут відзначають 10% пар із довготривалими відносинами та 30% пар із короткотривалими відносинами, що відбивається у збереженні взаєморозуміння з партнером та гостроти його сприйняття, стосунки приносять радість та задоволення, з боку рідних і друзів відносини оцінюються як благополучні. Парам із довготривалими відносинами притаманне виражене неблагополуччя, парам із короткотривалими відносинами – високий ступінь задоволеності та благополуччя. У пар із високим ступенем задоволеності найбільше виражена шкала «емоційне тяжіння» – середнє значення 23,2 бали. Це свідчить про те, що у цих парах партнери один для одного привабливі, вони прагнуть спілкуватися один з одним, мати спільні стосунки та інтереси, відзначають психотерапевтичну дію спілкування один з одним. Меншою мірою вираженою є шкала «розуміння», що може бути зумовлено тим, що партнери один одному продовжують відкриватися, дивувати. Авторитетність також виражена у середньому (середнє значення шкали 18,6): партнери у благополучних парах приймають один одного як особистостей, які шанобливо ставляться до інтересів один одного, світогляду, водночас зберігаючи свою індивідуальність. Основними мотивами стають кохання (35%) та спільність інтересів (35%). Респонденти наголошують на важливості почуттів під час вибору чоловіка і шукають партнера зі схожою життєвою позицією. Більшість із них переважно спираються на емоційно-чуттєвий складник, ніж на матеріальний. Але економічні чинники однаково мають силу під час вирішення життєвих питань. Основними причинами розірвання шлюбу стають зрада (30%), незбіг характерів (25%), відсутність цінності сім'ї та нудьга (15%).

Щоби зберегти благополуччя, подружжю важливо створити емоційний простір для відкритого діалогу: обговорювати переживання та потреби,

дотримуватись сімейних ритуалів для стабільності, підтримувати дітей. Для психологічного балансу варто вчитися розпізнавати емоції, що допоможе зменшити конфлікти, практикувати техніки релаксації, такі як дихальні вправи чи медитація. Варто обговорити сімейні ролі та план дій на випадок надзвичайних ситуацій, визначити відповідальність кожного. Також зберегти сімейний добробут в умовах воєнного часу допомагає проведення часу разом, щоби зміцнити почуття єдності, підтримка спільних інтересів, звернення за психологічною допомогою та долучення до руху волонтерства, щоби знайти додаткову підтримку та зменшити стрес.

**Висновки.** Війна та вимушена масова міграція населення загострила проблеми української родини (проблеми бідності, соціального сирітства, неміцності шлюбу, гендерної взаємодії). Однак важливо враховувати, що вплив воєнного стану на подружжя є індивідуальним і залежить від конкретних обставин і реакцій обох партнерів. Деякі подружжя можуть зміцнити свої відносини під час кризи, тоді як інші можуть стикнутися з труднощами. Війна впливає на багато інших аспектів сімейного життя, включаючи особисті стосунки між членами сім'ї. Аналіз результатів проведеного дослідження показує, що парам із довготривалими відносинами притаманне виражене неблагополуччя, парам із короткотривалими відносинами – високий ступінь задоволеності та благополуччя. У пар із високим ступенем задоволеності найбільше виразною є шкала «емоційне тяжіння». Це свідчить про те, що у цих парах партнери один для одного привабливі, вони прагнуть до спілкування. Меншою мірою виражена шкала «розуміння», що може бути зумовлено тим, що партнери один одному продовжують відкриватися, дивувати. Щоби зберегти сімейне благополуччя в умовах воєнного часу, подружжю важливо обговорювати переживання та потреби, дотримуватись сімейних ритуалів, підтримувати дітей, вчитися розпізнавати емоції.

#### Список використаних джерел

1. Бондаревська І. О., Монська А. О. Емоційні чинники задоволеності шлюбом у чоловіків і жінок. *Актуальні проблеми психології*. 2014. Т. I. № 40. С. 111–115.
2. Вінс В. А., Кашпур Ю. М., Кузьменко Т. М. Гармонізація міжособистісних взаємин подружніх пар засобами психологічного консультування. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2022. № 1. С. 42–46.
3. Данильченко Т. В. Суб'єктивне соціальне благополуччя: психологічний вимір : монографія. Чернівці : Десна Поліграф, 2016. 543 с.
4. Каргіна Н. В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект. *Наука і освіта*. 2015. № 3. С. 48–55.

5. Кругла Т. О. Сімейний конфлікт: причини виникнення, попередження, врегулювання. *Медсестринство*. 2017. № 4. С. 71–74.
6. Слюсар Л. Українська сім'я в умовах війни. *Демографічні процеси*. 2023. № 2(52). С. 3–20.
7. Davies P. T., Martin M. J., Cummings E. M. Interparental conflict and children's social problems: insecurity and friendship affiliation as cascading mediators. *Developmental Psychology*. 2018. Vol. 54. P. 83–97.
8. Hibel L. C., Mercado E. Marital conflict predicts mother-to-infant adrenocortical transmission. *Child Development*. 2019. Vol. 90. P. 80–95.
9. La Mattina G. Civil conflict, domestic violence and intra-household bargaining in post-genocide Rwanda. *Journal of Development Economics*. 2017. Vol. 124. P. 168–198.
10. Pathan Z. A. Adversities of Marital Conflict: A Sociological Analysis. *Journal Of Humanities And Social Science*. 2015. Vol. 20(2). P. 19–25.