

Хмельницький національний університет
 Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
 Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)

Освітній рівень

ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН ПОДРУЖЖЯ У
 СІМ'ЯХ, ЩО ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ
 ПОТРЕБАМИ

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр 241058

Номер ІНП

Виконала: студентка ІІ курсу, групи ППмз-24-2 Тетяна ПЕКАРСЬКА

Підпис

Ініціали, прізвище

Керівник: канд. психологічних наук, доцент Алла РУДЕНОК

Підпис

Ініціали, прізвище

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки
 доктор психологічних наук, професор

Таїсія КОМАР

Підпис

Ініціали, прізвище

10 12 20 р.

Хмельницький, 2025

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра психології та педагогіки
Освітній рівень другий (магістерський)
Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
Спеціальність 053 «Психологія»
Освітня програма освітньо-професійна програма «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології та педагогіки

Таїсія КОМАР

протокол № 5 від 12 грудня 2024 р.

ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУТетяни ПЕКАРСЬКОЇ

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ здобувача

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Особливості міжособистісних взаємин подружжя у сім'ях, що виховують дітей з особливими освітніми потребами»
Керівник кваліфікаційної дипломної роботи: Алла РУДЕНОК, канд. психологічних наук, доцент.
Затверджено наказом ректора університету від 25 серпня 2024 р. № 65
2. Строк подання здобувачем роботи на кафедру 11 грудня 2025 р.
3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження: опитувальник «Емоційна взаємодія подружжя» (Є. Потапчук), тест-опитувальник задоволеності шлюбом (В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко), методика діагностики типів подружньої взаємодії (С. Бондаренко), методика міжособистісних стосунків (МВСТ), опитувальник діадного копіngu, авторські анкети.
4. Зміст кваліфікаційної дипломної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1. Теоретико-методологічні засади дослідження міжособистісних взаємин подружжя в умовах виховання дітей з ООП, поняття та психологічна структура міжособистісних взаємин подружжя в науковій літературі, особливості функціонування сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, особливості функціонування сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, фактори впливу на якість подружніх стосунків у сім'ях з дітьми з ООП, висновки до розділу; розділ 2. Емпіричне дослідження міжособистісних взаємин подружжя, організація емпіричного дослідження міжособистісних взаємин подружжя, результати емпіричного дослідження, психологічні стратегії підтримки та гармонізації подружніх стосунків у сім'ях з дітьми з ООП, висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилання, додаток.
5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень)

9 рисунків, 3 таблиці.

6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

Дата видачі завдання 12 грудня 2025 року

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної роботи магістра	Строк виконання етапу роботи	При
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 01 січня 2025 р.	Виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 03 березня 2025 р.	Виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної роботи.	До 01 вересня 2025 р.	Виконано
4	I розділ кваліфікаційної роботи.	До 10 вересня 2025 р.	Виконано
5	II розділ кваліфікаційної роботи.	До 01 жовтня 2025 р.	Виконано
6	Загальні висновки.	До 01 листопада 2025 р.	Виконано
7	Оформлення кваліфікаційної роботи.	До 01 грудня 2025 р.	Виконано
8	Попередній захист кваліфікаційної роботи.	<u>18</u> листопада 2025 р.	Виконано
9	Захист кваліфікаційної роботи (відповідно графіку)	<u>24</u> грудня 2025 р.	Виконано

Здобувач

Пессеєв

Тетяна ПЕКАРСЬКА

Ім'я, прізвище

Керівник роботи

Алла Руденок

Алла РУДЕНОК

АНОТАЦІЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Тема кваліфікаційної роботи «Особливості міжособистісних взаємин подружжя у сім'ях, що виховують дітей з особливими освітніми потребами»

Здобувач
Керівник

Тетяна ПЕКАРСЬКА
Алла РУДЕНОК

Кваліфікаційна робота включає 84 сторінки, 4 рисунки, 9 таблиць, перелік джерел посилання із 64 найменувань.

Ключові слова: міжособистісні взаємини, подружжя, сім'я, діти з особливими освітніми потребами, батьківсько-подружні стосунки, сімейна адаптація, психологічна підтримка, стрес батьківства, подружня взаємодія, емоційний клімат сім'ї.

Об'єкт дослідження – міжособистісні взаємини подружжя.

Предмет дослідження – психологічні особливості міжособистісних взаємин подружжя у сім'ях, що виховують дітей з особливими освітніми потребами.

За результатами дослідження встановлено, що міжособистісні взаємини подружжя у сім'ях, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, характеризуються підвищеним рівнем психоемоційного напруження, зниженням емоційної підтримки та комунікативної відкритості, а також асиметричним розподілом сімейних ролей. Емпіричні дані засвідчили нижчий рівень задоволеності шлюбом, вищі показники рольової дисгармонії та емоційного виснаження у порівнянні з подружніми парами, що виховують дітей з типовим розвитком. При цьому виявлено гендерні відмінності адаптаційних стратегій: матері демонструють більшу емоційну включеність та ризик вигорання, тоді як батьки частіше схильні до емоційного дистанціювання та практично-інструментальної підтримки.

Отримані результати підтвердили гіпотезу про специфічність психологічних механізмів подружньої взаємодії в умовах виховання дитини з ООП і обґрунтували необхідність цілеспрямованої психологічної допомоги, що включає розвиток навичок партнерського спілкування, профілактику емоційного вигорання та формування сімейної резильєнтності. Розроблена тренінгова програма «Разом попри все: гармонія у шлюбі, коли поруч дитина з ООП» має значний практичний потенціал і може бути рекомендована до впровадження у роботі психологічних служб для зміцнення подружніх стосунків, підвищення рівня емоційної підтримки та покращення емоційного клімату сім'ї.

Дипломник

Тетяна ПЕКАРСЬКА

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 01 грудня 2025р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН ПОДРУЖЖЯ В УМОВАХ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З ООП.....	10
1.1 Поняття та психологічна структура міжособистісних взаємин подружжя в науковій літературі	10
1.2 Особливості функціонування сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами	17
1.3 Фактори впливу на якість подружніх стосунків у сім'ях з дітьми з ООП	29
Висновки до розділу.....	40
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН ПОДРУЖЖЯ	42
2.1 Організація емпіричного дослідження міжособистісних взаємин подружжя	42
2.2 Результати емпіричного дослідження.....	50
2.3 Психологічні стратегії підтримки та гармонізації подружніх стосунків у сім'ях з дітьми з ООП	64
Висновки до розділу.....	75
ВИСНОВКИ.....	77
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....	80

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У сучасному суспільстві спостерігається зростання кількості дітей з особливими освітніми потребами, що зумовлює підвищений інтерес до вивчення психологічних аспектів функціонування сімей, які їх виховують. Особливої уваги потребує подружня підсистема такої родини, адже саме взаємини між партнерами становлять емоційно-психологічний фундамент сімейного середовища, що безпосередньо впливає як на благополуччя дитини, так і на стабільність сім'ї в цілому.

За даними наукових досліджень, частота народження дітей з особливими потребами становить приблизно 10,8% від загальної кількості новонароджених. Ці дані свідчать про значну поширеність народження дітей з особливими освітніми потребами (ООП) в Україні, що підкреслює необхідність розробки та впровадження ефективних програм підтримки для таких сімей. Зокрема, важливо забезпечити психологічну підтримку подружжя, яке виховує дітей з ООП, з метою зміцнення сімейних взаємин та покращення якості життя всієї родини.

Дослідження засвідчують, що виховання дитини з ООП супроводжується хронічним стресом, порушенням рольової рівноваги, емоційним виснаженням, соціальною ізоляцією, що негативно позначається на якості шлюбних стосунків. Подружні пари в таких умовах стикаються з викликами, які перевищують звичні адаптаційні можливості – змінюється характер комунікації, зменшується емоційна відкритість, зростає ризик конфліктності або взаємного відчуження. Попри це, у вітчизняному науковому просторі спостерігається недостатня кількість комплексних психологічних досліджень, присвячених саме міжособистісній взаємодії у подружжі, яке перебуває в умовах виховання дитини з особливими потребами, особливо з акцентом на емоційні, рольові, комунікативні та

адаптаційні параметри цих стосунків. Наявні розробки здебільшого зосереджені на дослідженні психоемоційного стану батьків або особливостей батьківсько-дитячої взаємодії, що створює наукову та прикладну лакуну у вивченні подружньої підсистеми.

Крім того, в умовах розвитку інклюзивної освіти, переорієнтації соціальної політики на підтримку сім'ї як цілісного суб'єкта, виникає потреба у розробленні практичних психологічних програм, спрямованих на збереження партнерської взаємності, профілактику емоційного вигорання та формування сімейної резильєнтності. Це обумовлює важливість не лише діагностичних і теоретичних підходів, а й створення дієвих форм підтримки, таких як тренінгові модулі, консультативні практики, соціально-психологічні інтервенції.

Таким чином, актуальність дослідження визначається зростанням соціального запиту на збереження психоемоційного благополуччя родин, які виховують дітей з ООП; відсутністю цілісного психологічного аналізу подружніх взаємин у таких сім'ях у науковій літературі; потребою у створенні практичних інструментів підтримки, які могли б ефективно працювати в умовах підвищеного життєвого навантаження; загальною тенденцією до посилення міждисциплінарного підходу у сфері допомоги сім'ї як основної ланки соціальної інтеграції.

Об'єкт дослідження – міжособистісні взаємини подружжя.

Предмет дослідження – психологічні особливості міжособистісних взаємин подружжя у сім'ях, що виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин подружжя у сім'ях, що виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Відповідно до мети дослідження були визначені наступні його завдання:

1. Проаналізувати науково-психологічні підходи до розуміння феномену міжособистісних подружніх взаємин у контексті системного, комунікативного та емоційного підходів. Охарактеризувати специфіку функціонування сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, з урахуванням психологічних, рольових і соціальних змін у подружньому житті.

2. Визначити основні фактори, що впливають на якість міжособистісних стосунків у подружжі в умовах виховання дитини з ООП, зокрема: рольову асиметрію, емоційне виснаження, зміну комунікаційної динаміки.

3. Здійснити емпіричне дослідження особливостей міжособистісних взаємин у подружніх парах, що виховують дітей з ООП, у порівнянні з парами з типово розвиненими дітьми.

4. Розробити тренінгову програму «Разом попри все: гармонія у шлюбі, коли поруч дитина з ООП» та практичні психологічні рекомендації для фахівців, які працюють із подружніми парами, що виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Гіпотеза дослідження: припускається, що міжособистісні взаємини подружжя, яке виховує дитину з особливими освітніми потребами, характеризуються специфічними психологічними особливостями – зниженням емоційної взаємопідтримки, підвищеним рівнем рольової асиметрії, емоційного виснаження та зменшенням рівня подружньої задоволеності – у порівнянні з парами, які виховують дітей без особливих потреб.

Для реалізації поставлених завдань нами був використаний комплекс **методів дослідження:**

– *теоретичні* (аналіз, синтез, узагальнення, систематизація наукової літератури);

– *емпіричні*: опитувальник «Емоційна взаємодія подружжя» (Є. Потапчук), тест-опитувальник задоволеності шлюбом (В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко), методика діагностики типів подружньої взаємодії (С. Бондаренко), методика міжособистісних стосунків (МВСТ), опитувальник діадного копінгу, авторські анкети;

– *методи кількісної та якісної обробки даних.*

Практичне значення дослідження полягає в розробленні психодіагностичного інструментарію та тренінгової програми підтримки подружніх взаємин у сім'ях, що виховують дітей з особливими освітніми потребами. Важливим результатом дослідження є створення тренінгової програми, спрямованої на гармонізацію подружніх стосунків у кризовому контексті батьківства. Практичне значення цієї програми полягає в її потенціалі впливу на ключові компоненти взаємин подружжя: зниження рівня емоційного виснаження, формування навичок емпатійного діалогу, підвищення рівня партнерської підтримки та згуртованості. Сформульовано практичні рекомендації для фахівців психологічної служби, педагогів інклюзивного середовища, соціальних працівників, а також для самих подружніх пар. Ці рекомендації мають за мету підвищення ефективності подружньої взаємодії, зниження конфліктності, профілактику емоційного вигорання та формування стабільної «системи підтримки» в умовах підвищеного психоемоційного навантаження. Отримані результати можуть бути використані в роботі практичних психологів інклюзивно-ресурсних центрів, закладів освіти, центрів підтримки сім'ї; підготовці та підвищенні кваліфікації фахівців із психології сім'ї та інклюзивної освіти; консультуванні подружніх пар, які стикаються з кризовими станами внаслідок виховання дитини з особливими потребами.

Експериментальна база дослідження. Дослідження здійснювалось на базі Благодійної організації «Благодійний фонд «Карітас - Хмельницький УГКЦ» .

Апробація результатів дослідження відбувалась шляхом публікації статті на тему: «Теоретичний аналіз стратегій подолання сімейних труднощів у подружніх парах, які виховують дітей з особливими освітніми потребами» та участі у Міжвузівському круглому столі на тему «Збереження психічного здоров'я особистості: турбуємось про сьогодні - плачемо майбутнє» з доповіддю на тему «Результати емпіричного дослідження міжособистісних взаємин подружжя».

Структура роботи: робота складається із вступу, двох розділів, висновків, переліку джерел посилання (64 найменувань).

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН ПОДРУЖЖЯ В УМОВАХ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З ООП

1.1 Поняття та психологічна структура міжособистісних взаємин подружжя в науковій літературі

Питання міжособистісних взаємин у подружжі є предметом пильної уваги зарубіжної психологічної науки, зокрема в межах соціальної, сімейної, гуманістичної та когнітивно-поведінкової парадигм. Аналіз відповідної літератури свідчить про наявність різноманітних підходів до визначення сутності подружніх взаємин, що пояснюється їх комплексною, багаторівневою природою.

Загалом, під міжособистісними взаєминами у подружжі розуміють систему стійких соціально-психологічних зв'язків між партнерами, які перебувають у шлюбі, що реалізуються у формі емоційної підтримки, спільної діяльності, ціннісної єдності, комунікативної взаємодії та спільного прийняття рішень. У центрі уваги опиняються такі феномени, як емоційна близькість, довіра, відкритість, взаємна відповідальність і здатність до конструктивного подолання конфліктів.

У межах гуманістичної психології, зокрема в працях К. Роджерса, подружні взаємини розглядаються як простір для автентичного діалогу, у якому кожен із партнерів має змогу бути почутим, прийнятим і підтриманим. Автор підкреслює, що повноцінна взаємодія можлива за умови високого рівня емпатії, безумовного прийняття та відкритості, що значно підвищує рівень психологічної задоволеності стосунками [60].

Не менш значущими є положення транзакційного аналізу Е. Берна, відповідно до яких подружні взаємини визначаються структурою транзакцій

між трьома Я-станами особистості (Дитина, Дорослий, Батько). Згідно з цим підходом, ефективність комунікації у подружжі залежить від здатності партнерів підтримувати доповнені транзакції, уникати маніпуляцій і виявляти відповідальність за власні реакції у взаємодії [48].

Значний внесок у розуміння подружніх стосунків зробили представники системної сімейної терапії, зокрема В. Сатір, М. Боуен та С. Мінухін. Так, В. Сатір наголошувала на необхідності відкритої комунікації, гнучкого розподілу ролей та балансу між індивідуальністю і сімейною єдністю [50]. М. Боуен увів поняття диференціації Я, під яким розумів здатність особистості зберігати власну автономію, не втрачаючи емоційного контакту з партнером, що є критично важливим для стабільності подружніх стосунків. Своєю чергою, С. Мінухін звертав увагу на структуру сімейної системи та межі між її підсистемами, вказуючи на небезпеку змішування ролей, особливо за умов стресу чи кризи, що може деструктивно впливати на шлюб.

У межах когнітивно-поведінкової традиції важливими є дослідження Дж. Готтмана, який, на основі багаторічних лонгітюдних спостережень, виокремив предиктори стабільності або розриву шлюбів. До факторів, що знижують якість подружніх взаємин, учений відносить критиканство, захисну позицію, зневагу та емоційне уникання, які він окреслив як так звані «чотири вершники апокаліпсису шлюбу» [54]. У рамках соціально-психологічного підходу подружні стосунки аналізуються як система обміну винагородами, вкладеннями та очікуваннями, що добре ілюструє теорія соціального обміну (G. Homans, E. Walster, E. Berschied). У цьому контексті подружня задоволеність постає як функція балансу між отриманими та відданими ресурсами.

Таким чином, зарубіжні підходи до вивчення міжособистісних взаємин у подружжі дозволяють сформулювати цілісне уявлення про їхню структуру, динаміку та чинники стабільності. Спільною рисою всіх концепцій є акцент

на важливості емоційної взаємопідтримки, ефективної комунікації та здатності партнерів адаптуватися до змінних життєвих обставин. Це, у свою чергу, створює необхідне підґрунтя для подальшого вивчення особливостей подружніх взаємин у контексті специфічних умов, зокрема таких, як виховання дитини з особливими освітніми потребами.

У контексті розвитку української психологічної науки проблема міжособистісних взаємин у подружжі розглядається як складна, багатоаспектна система, що відображає емоційно-комунікативну, мотиваційну та поведінкову взаємодію партнерів, орієнтовану на реалізацію сімейних функцій, психологічної підтримки та особистісного розвитку. Одним із провідних дослідників подружніх взаємин в українському науковому дискурсі є І. Дьоміна, яка визначає подружжя як динамічну мікросоціальну систему, у межах якої формуються специфічні форми емоційного, когнітивного та ціннісного обміну. Авторка акцентує увагу на тому, що ефективні подружні стосунки базуються на рівноправності, партнерстві, взаємоповазі та емоційній підтримці, а також передбачають високий рівень психологічної культури обох партнерів [10].

О. Антонова підкреслює, що міжособистісна взаємодія в подружжі реалізується через узгодженість цінностей, розуміння ролей та обов'язків, що трансформуються залежно від етапу життєвого циклу сім'ї. З її точки зору, подружні стосунки є системою взаємного впливу, в якій формуються як механізми підтримки, так і джерела потенційних конфліктів. Важливу роль при цьому відіграють установки партнерів щодо шлюбу, внутрішньосімейна комунікація та здатність до конструктивного вирішення труднощів [1]. Н. Чепелева та С. Максименко розглядають подружні взаємини з позиції суб'єктного підходу, де шлюб виступає як простір для реалізації особистісної суб'єктності кожного з партнерів [16;42]. Відповідно до цього підходу, якість подружніх взаємин прямо пов'язана з рівнем саморозуміння, рефлексивності, відповідальності та здатності до діалогу. Саме такі характеристики

забезпечують не лише емоційний комфорт, а й стабільність подружньої системи в умовах криз чи трансформацій.

Н. Галій звертає увагу на феномен адаптаційної здатності подружніх пар у ситуаціях життєвих випробувань, включаючи батьківство дітей з особливими потребами. Авторка вказує на необхідність розгляду подружньої взаємодії як системи ресурсів, де важливими є: міжособистісна довіра, прийняття іншості, позитивна комунікація та спільне цілепокладання [7]. Також варто згадати дослідження Т. Ткача, який акцентує увагу на типології подружніх взаємин і вивченні факторів, що сприяють стабільності або дестабілізації шлюбу. У його працях подружні стосунки розглядаються як континуум від гармонійних до конфліктогенних, що залежить від поєднання особистісних якостей, рівня емоційної регуляції та стилю подружньої взаємодії [34].

Вагомий внесок у вивчення психологічних аспектів подружніх взаємин зробили також Є. Потапчук, Р. Федоренко та М. Мушкевич, чиї праці розширюють уявлення про структуру, функціонування та динаміку міжособистісної взаємодії у шлюбі. Є. Потапчук акцентує увагу на соціально-психологічних механізмах формування подружньої єдності та стабільності. На думку автора, якість подружніх взаємин детермінована не лише особистісними характеристиками партнерів, а й соціальними умовами, настановами на шлюб, рівнем зрілості подружньої мотивації. У своїх працях він розглядає шлюб як форму міжособистісної взаємодії, що забезпечує реалізацію потреб у близькості, безпеці, підтримці, а також у соціальній ідентифікації. Є. Потапчук виокремлює низку типів шлюбної взаємодії – гармонійну, компромісну, конфліктну – залежно від рівня емоційної підтримки, комунікативної сумісності та розподілу сімейних ролей. Значну увагу він приділяє проблемам емоційної несумісності та механізмам її подолання шляхом розвитку подружньої рефлексії й діалогічності [24].

Р. Федоренко розглядає міжособистісну взаємодію в подружжі як психологічний простір узгодження – сукупність процесів комунікативної, емоційної та поведінкової координації дій, спрямованих на реалізацію спільного життєвого сценарію. У працях автора простежується інтеграція гуманістичного та системного підходів: подружжя трактується як суб'єкт співіснування, у якому партнери мають не лише реалізовувати власну особистість, а й підтримувати розвиток один одного. Особливу увагу Р. Федоренко приділяє проблемам відповідальності у стосунках, а також розподілу ініціативи та лідерства в подружній взаємодії. Важливою складовою гармонійних взаємин, на його думку, є вміння домовлятися, чути партнера та зберігати спільні життєві орієнтири, незважаючи на зовнішні виклики [38].

М. Мушкевич здійснює аналіз психологічних закономірностей подружньої взаємодії в аспекті задоволеності шлюбом. Автором висунуто концепцію, згідно з якою основним критерієм ефективності міжособистісних взаємин у шлюбі є суб'єктивна гармонія, що відображає баланс між очікуваннями, потребами та можливостями обох партнерів. М. Мушкевич виокремлює інтегральні показники подружньої взаємодії, серед яких: ступінь довіри, емоційна відкритість, здатність до співпереживання, конструктивне вирішення конфліктів. У її дослідженнях простежується взаємозв'язок між емоційною регуляцією партнерів та рівнем стійкості подружнього союзу. З позицій авторки, якість міжособистісних взаємин значною мірою залежить від розвиненості подружньої рефлексії та уміння зберігати стабільність емоційного контакту навіть в умовах психологічного навантаження [20].

Загалом, аналіз праць Є. Потапчука, Р. Федоренка та М. Мушкевич дозволяє стверджувати, що сучасна українська психологія розглядає подружні взаємини не лише як соціальний інститут, а як глибоко особистісну систему взаємозв'язків, де поєднуються когнітивні, емоційні, мотиваційні та поведінкові складові. В усіх підходах простежується акцент на важливості

психологічної компетентності партнерів, їх здатності до рефлексії, діалогу та підтримки в умовах мінливого соціального середовища й життєвих викликів [20;25;38].

Таким чином, українські науковці підходять до аналізу міжособистісних взаємин у подружжі з різних теоретико-методологічних позицій – від системно-суб'єктного до соціально-психологічного та феноменологічного. Спільною рисою є розуміння подружніх взаємин як динамічної форми партнерської взаємодії, яка потребує постійного розвитку, адаптації та психологічного супроводу, особливо в умовах життєвих викликів, таких як виховання дитини з особливими освітніми потребами.

Вивчення міжособистісних взаємин у подружжі є важливим напрямом досліджень у галузі психології сім'ї, оскільки саме ця форма взаємодії визначає якість емоційного клімату родини, ефективність виконання батьківських функцій та здатність подружжя до спільного подолання життєвих труднощів [16;50]. Науковці одностайно підкреслюють, що подружжя функціонує не лише в рамках соціального інституту, а й як психологічна система, яка включає складну мережу емоційних, когнітивних, поведінкових і ціннісно-мотиваційних зв'язків [10;62].

З позицій системного підходу, який широко представлений у працях В. Сатір, М. Боуена, С. Мінухіна, міжособистісна взаємодія у подружжі постає як динамічна структура, в межах якої партнери здійснюють взаємний вплив, обмін емоціями, підтримку, рольову взаємодію, формують і трансформують свої «Я-концепції» [62;50].

У сучасному науковому дискурсі подружні взаємини розглядаються як багаторівнева система, що інтегрує кілька взаємозалежних компонентів. Згідно з поглядами І. Дьоміної, Є. Потапчука, Дж. Готтмана та К. Роджерса, до складу цієї структури входять: емоційно-почуттєвий, когнітивний, поведінково-комунікативний, мотиваційно-ціннісний та рефлексивний компоненти.

Емоційно-почуттєвий компонент реалізується через здатність партнерів до емпатії, емоційної підтримки, тепла, довіри й прийняття. У межах гуманістичної психології К. Роджерс підкреслював значення безумовного прийняття та відкритості як основи глибокої міжособистісної близькості [60]. Аналогічно, в українській традиції Н. Галій наголошує, що саме цей компонент виконує функцію емоційного «ядра» стосунків і є провідним у періоди життєвих криз [7].

Когнітивний компонент включає в себе систему уявлень партнерів про себе, одне одного та шлюб як цінність. За Т. Леарі, сприйняття партнера, його очікуваної ролі та поведінки визначає характер транзакцій між подружжям [58]. Вітчизняні дослідники, зокрема Р. Федоренко, зазначають, що когнітивна несумісність – це один з ключових детермінантів зниження задоволеності шлюбом [38].

Поведінково-комунікативний компонент охоплює вербальні та невербальні форми взаємодії між партнерами, способи вирішення конфліктів, манеру обговорення проблем, зворотний зв'язок. Дж. Готтман виділяє ключові ознаки деструктивної комунікації, такі як зневага, критиканство та ігнорування, які з високою достовірністю передбачають розрив [55]. Натомість, за результатами досліджень М. Мушкевич, ефективна комунікація у подружжі прямо корелює із суб'єктивним відчуттям підтримки та стабільності у шлюбі [20].

Мотиваційно-ціннісний компонент пов'язаний із внутрішньою готовністю до підтримання стосунків, ієрархією цінностей подружжя, прагненням до партнерства, довготривалості, особистісного і спільного розвитку. І. Дьоміна вказує на необхідність ціннісної єдності як передумови довіри і життєвої згуртованості. З боку західної психології, у працях Е. Берн мотиваційний аспект відображається через сценарний характер шлюбної поведінки, що детермінований внутрішніми установками.

Рефлексивний компонент виступає як здатність до аналізу взаємин, осмислення конфліктів, розуміння особистого внеску у проблеми чи успіх подружнього союзу. Як зазначає С. Максименко, рефлексія – це індикатор психологічної зрілості стосунків [17]. Аналогічно, Є. Потапчук трактує розвиток рефлексивного ресурсу як передумову збереження подружньої єдності в умовах зовнішнього або внутрішнього напруження [26].

Отже, психологічна структура міжособистісних взаємин у подружжі – це інтегральна система взаємопов'язаних компонентів, що забезпечують як стабільність, так і гнучкість шлюбного союзу. Її гармонійний розвиток виступає запорукою подружнього благополуччя, особливо в умовах підвищених психоемоційних навантажень, таких як виховання дитини з особливими освітніми потребами. Розуміння цієї структури має важливе значення для побудови ефективних програм психопрофілактики, психологічного консультування та підтримки сімей у кризових станах.

Таблиця 1.1 – Психологічна структура міжособистісних взаємин у подружжя

Компонент	Зміст (психологічна сутність)	Ключові автори та підходи
Емоційно-почуттєвий	Емпатія, емоційна близькість, підтримка, довіра, почуття безпеки	К. Роджерс, Н. Галій, В. Сатір, І. Дьоміна
Когнітивний	Уявлення про себе, партнера, шлюб; переконання, установки, очікування	Т. Леарі, Р. Федоренко, С. Максименко
Поведінково-комунікативний	Способи взаємодії, стиль спілкування, вирішення конфліктів, слухання, домовленість	Дж. Готтман, М. І. Мушкевич, Е. Берн, Є. Потапчук
Мотиваційно-ціннісний	Внутрішня готовність зберігати стосунки, цінності шлюбу, цілі, спільне бачення майбутнього	І. Дьоміна, Е. Берн, Н. Чепелева
Рефлексивний	Здатність до аналізу взаємин, самоспостереження, особистісного зростання, змін і корекції	С. Максименко, Є. Потапчук, М. І. Мушкевич, Дж. Готтман

Складена таблиця на основі праць К. Роджерса В. Сатір, І. Дьоміної, Є. Потапчука та ін. Ця таблиця психологічної структури міжособистісних взаємин у подружжі стисло узагальнює ключові компоненти, їхній зміст та авторські підходи – з урахуванням як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників.

Отже, міжособистісні взаємини у подружжі становлять складну багатокомпонентну систему, що інтегрує емоційні, когнітивні, поведінкові, ціннісні та рефлексивні аспекти взаємодії партнерів. Їх глибоке теоретичне осмислення дозволяє виокремити структурні складові, від яких залежить гармонійність шлюбних стосунків і здатність подружжя ефективно функціонувати в умовах життєвих викликів.

1.2 Особливості функціонування сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами

На сучасному етапі розвитку інклюзивної освіти поняття «особливі освітні потреби» (ООП) набуло стратегічного значення в українському науковому та практичному дискурсі. Цей термін охоплює сукупність індивідуалізованих потреб у навчанні, зумовлених особливостями психофізичного розвитку дитини, що потребує адаптації освітнього середовища, спеціальних методик, індивідуальних програм та системної підтримки.

Згідно з позицією К. Бірюкової, ООП визначаються як інтегрована категорія, що включає як порушення інтелектуального розвитку, так і складнощі емоційно-вольової сфери, комунікативної поведінки, моторики, сенсорної перцепції. Дослідниця підкреслює, що саме комплексність та унікальність поєднання цих характеристик вимагають формування інклюзивної компетентності у фахівців системи психолого-педагогічного

супроводу [3]. О. Шпетна звертає увагу на психологічні умови інтеграції дітей з ООП, наголошуючи на необхідності вивчення не лише когнітивних труднощів дитини, а й її емоційної стабільності, відчуття прийняття, мотивації до взаємодії. На її думку, ключову роль у навчальній та соціальній адаптації відіграє психологічна безпека, яку повинно забезпечувати освітнє середовище [45].

У дослідженні В. Шевченка акцентується увага на соціальній інклюзії як системному процесі залучення дитини з ООП до життєдіяльності освітнього колективу. Автор пропонує розглядати інклюзивне навчання не лише як педагогічну технологію, а як ціннісну парадигму, що визнає унікальність і повноцінність кожної дитини незалежно від її розвитку [44].

На думку О. Василенко та Ю. Безручук, особливості освітніх потреб мають розглядатися не ізольовано, а в контексті родинної системи. У своїх емпіричних дослідженнях авторки вказують на тісний зв'язок між емоційним станом батьків, рівнем їх поінформованості про можливості освітньої підтримки та ефективністю інклюзивного процесу. Таким чином, реалізація ООП дитини потребує паралельної підтримки родини, що дозволяє створити безпечне і ресурсне середовище [5].

Згідно з положеннями системної теорії сім'ї, поява дитини з особливими потребами порушує внутрішню рівновагу родини та призводить до необхідності формування нової конфігурації сімейних ролей і функцій. Найчастіше це пов'язано з переорієнтацією енергетичних, часових та емоційних ресурсів на дитину, внаслідок чого страждає подружня підсистема: знижується рівень спілкування між партнерами, зменшується емоційна підтримка, посилюється ризик конфліктності та емоційного вигорання. У роботах М. Тьорнберрі, П. Коуена та Н. Сноу наголошується, що сім'ї, які виховують дітей з ООП, зазвичай стикаються з подвійним навантаженням: з одного боку – інтенсивна потреба в піклуванні та залученні, з іншого – соціальна стигматизація, інформаційна недостатність,

економічна напруга. У результаті виникає феномен «перенасиченої» батьківської ролі, коли один із членів подружжя (часто мати) виконує функції, що перевищують адаптаційні ресурси, тоді як інший може дистанціюватися [63].

В. Мазур та А. Нікора розкривають ключові напрями психолого-педагогічної підтримки сімей, які виховують дітей з ООП. Вони наголошують, що ефективна модель такої підтримки має передбачати міждисциплінарний підхід, раннє виявлення труднощів, формування стратегії супроводу, а також розвиток батьківської компетентності [15].

Таким чином, аналіз праць сучасних українських дослідників дозволяє констатувати, що поняття «особливі освітні потреби» вийшло за межі виключно педагогічного тлумачення й стало міждисциплінарною категорією, що інтегрує психологічний, соціальний, когнітивний та родинний виміри. У психологічному сенсі ООП вказують не лише на труднощі розвитку, а й на потребу у підтримці особистісної цілісності, самоцінності та соціальної залученості дитини.

У сучасному науковому дискурсі сім'я, яка виховує дитину з ООП, розглядається як складна динамічна система, що функціонує в умовах підвищеного психоемоційного навантаження. Застосування системного та екосоціального підходів дозволяє глибше зрозуміти внутрішню структуру такої сім'ї, її взаємозв'язки та взаємодію з оточуючим середовищем. Системний підхід акцентує увагу на тому, що сім'я є цілісною системою, де зміни в одному з її елементів впливають на всю структуру. Поява дитини з ООП викликає трансформації в ролях, функціях та взаємодії між членами родини. Дослідниця Л. Кислян зазначає, що адаптація сім'ї до нових умов часто супроводжується психологічним стресом, що впливає на емоційний клімат у родині та може призводити до дезадаптації батьків .

Екосоціальний підхід розглядає сім'ю в контексті її взаємодії з ширшим соціальним середовищем. За цим підходом, адаптація сім'ї до

виховання дитини з ООП залежить не лише від внутрішніх ресурсів родини, але й від підтримки з боку суспільства, доступності соціальних послуг та рівня інклюзивності освітнього середовища. У дослідженнях І. Кучманіч та Л. Опанасенко підкреслюється важливість толерантного ставлення суспільства до таких сімей та необхідність економічної і політичної підтримки для забезпечення оптимального розвитку дітей з ООП [14].

Таким чином, інтеграція системного та екосоціального підходів у вивченні сімей, які виховують дітей з ООП, дозволяє комплексно оцінити як внутрішні, так і зовнішні чинники, що впливають на функціонування родини. Це, в свою чергу, сприяє розробці ефективних стратегій підтримки таких сімей на різних рівнях – від психологічної допомоги до соціальної політики.

Поява дитини з особливими освітніми потребами (ООП) в сім'ї часто є переломним моментом, що провокує глибоку трансформацію внутрішньосімейної структури, в тому числі й на рівні розподілу ролей, функцій та взаємодій між членами родини. У межах системного підходу сім'я розглядається як відкрита динамічна система, зміна одного з елементів якої зумовлює зрушення у всій системі [12]. У випадку виховання дитини з ООП відбувається дестабілізація традиційного рольового устрою, що потребує докорінного перегляду сімейної взаємодії.

Згідно з дослідженнями Л. Кисляк, народження дитини з ООП викликає в батьків низку сильних емоційних реакцій – шок, заперечення, провину, тривогу, страх перед майбутнім. Ці емоції, якщо не отримують належної підтримки, можуть негативно вплинути на виконання батьківських функцій та подружню взаємодію. Авторка зазначає, що батьки часто потрапляють у стан дезадаптації, у якому традиційні ролі подружжя деформуються або нівелюються, що призводить до психологічного дисбалансу [12].

У практиці функціонування таких сімей спостерігається феномен «батьківського зсуву» – коли один із членів подружжя, як правило, мати,

цілком фокусується на дитині, в той час як батько дистанціюється емоційно або фізично. Як зазначає О. Шпетна, надмірна опіка, гіпервідповідальність, емоційне виснаження можуть стати наслідками такого зсуву. У той же час, недостатня участь другого з партнерів призводить до конфліктів, взаємних звинувачень і послаблення партнерських стосунків [45].

Крім того, згідно з аналітичними висновками І. Кучманіч і Л. Опанасенко, соціальний контекст також посилює дестабілізацію внутрішньосімейних ролей. Брак інформованості, відсутність фахової підтримки, соціальна стигматизація та ізоляція з боку оточення поглиблюють почуття неефективності у батьків і змушують їх замикатися в собі [14]. Водночас сімейна система стає менш гнучкою, втрачає здатність до конструктивної адаптації, що особливо вразливо у випадках, коли виховання дитини з ООП вимагає додаткового часу, ресурсів і психоемоційної витривалості.

Варто зазначити, що рольова дестабілізація торкається не лише батьківської, а й подружньої, а також дитячо-батьківської підсистем. У багатьох випадках спостерігається перевантаження матері роллю доглядальниці, що супроводжується знеціненням її особистих потреб, кар'єрної реалізації та емоційного відпочинку. З іншого боку, відсутність активного включення батька в процес виховання може формувати рольовий вакуум або перекладання відповідальності лише на одного з партнерів, що загрожує як сімейній стабільності, так і благополуччю самої дитини.

Таким чином, поява дитини з ООП чинить істотний вплив на систему сімейних ролей, порушуючи її баланс і викликаючи напруження в усіх підсистемах родини. Розуміння характеру цих змін є критично важливим для ефективної психологічної підтримки таких сімей, профілактики емоційного вигорання та збереження функціональної цілісності сімейної системи.

Поява в сім'ї дитини з особливими освітніми потребами (ООП) є значущим життєвим викликом, що призводить до глибоких змін у структурі

та функціонуванні родини. Згідно з системним підходом, сім'я розглядається як цілісна система, де зміни в одному з її елементів впливають на всю структуру. Виникнення нових обставин, пов'язаних з вихованням дитини з ООП, зумовлює необхідність перегляду та адаптації комунікативних, емоційних та рольових аспектів сімейної взаємодії [9; 22;28].

У сім'ях, які виховують дитину з ООП, часто спостерігається зниження якості внутрішньосімейного спілкування. Це може проявлятися у формі уникання обговорення проблем, зниженні рівня відкритості та довіри між членами родини. Зокрема, дослідження вказують на те, що в таких сім'ях спілкування може стати ригідним, з переважанням інструкцій та заборон, що знижує ефективність взаєморозуміння та підтримки.

Емоційний клімат у сім'ї зазнає значних трансформацій після народження дитини з ООП. Батьки можуть відчувати широкий спектр емоцій – від шоку та заперечення до тривоги та провини. Ці емоції можуть призводити до емоційного виснаження, зниження рівня задоволеності життям та підвищення рівня стресу серед членів родини. Крім того, емоційна напруга може впливати на взаємини між подружжям, знижуючи рівень емоційної близькості та підтримки [28].

Поява дитини з ООП вимагає перегляду традиційних сімейних ролей. Батьки можуть зіткнутися з необхідністю виконання нових функцій, пов'язаних з доглядом, терапією та освітньою підтримкою дитини. Це може призвести до перевантаження одного з батьків, зазвичай матері, що виконує роль основного доглядальника, тоді як інший батько може відчувати себе відстороненим або недостатньо залученим. Такі зміни можуть спричинити дисбаланс у сімейній системі, зниження рівня взаєморозуміння та підтримки між подружжям [27;32].

Таким чином, поява дитини з ООП в сім'ї викликає комплексні зміни в комунікативній, емоційній та рольовій структурі родини. Ці трансформації можуть призводити до зниження якості сімейного життя, підвищення рівня

стресу та емоційного виснаження. Розуміння характеру цих змін є критично важливим для ефективної психологічної підтримки таких сімей, профілактики емоційного вигорання та збереження функціональної цілісності сімейної системи.

Згідно з результатами сучасних досліджень, в таких умовах спостерігаються чітко виражені гендерні особливості поведінкових реакцій та адаптаційних стратегій матері й батька. Як зазначає А. Гаврилюк, матері, на відміну від батьків, виявляють вищу емоційну включеність у проблеми дитини, що зумовлює феномен переобтяження, який проявляється через психоемоційне виснаження, хронічну втому, тривогу та зниження рівня життєвої задоволеності. Водночас жінки демонструють підвищену потребу у фаховій підтримці, проте часто не отримують її вчасно або в достатньому обсязі [14].

Дослідження Л. Помиткіної та М. Мушкевич підтверджують, що в умовах емоційного навантаження матері часто змушені відмовлятися від особистісної реалізації, професійного розвитку та соціальної активності, що зумовлює вторинну фрустрацію та посилює ризик емоційного вигорання. При цьому саме жінка в переважній більшості випадків виконує функції основного доглядальника, координатора міждисциплінарної допомоги та посередника між дитиною і соціальним середовищем [18;23].

Батьки ж, навпаки, схильні до емоційного відсторонення, що виявляється у вигляді дистанціювання від ситуації, ухилення від включення в догляд та виховання дитини, уникання емоційно забарвлених тем. У дослідженні Гаврилюк наголошується, що така стратегія може мати як захисний характер, так і бути проявом гендерно зумовленої соціалізації, де емоційна стриманість вважається прийнятною поведінкою чоловіка у складних ситуаціях.

При цьому чоловіки частіше за жінок орієнтуються на практичні шляхи вирішення проблеми, концентруючись на фінансовому забезпеченні чи

медичному супроводі, однак уникають глибокого емоційного залучення. Такий асиметричний розподіл навантаження створює нерівність партнерської участі та може спричиняти внутрішньосімейні конфлікти, непорозуміння, взаємні звинувачення. Водночас, як зазначає О. Василенко, адекватна психологічна підтримка обох батьків з урахуванням їхніх гендерних особливостей дозволяє мінімізувати деструктивні наслідки для сімейної системи, сприяє гармонізації подружніх стосунків і збереженню функціональної єдності родини [5].

Отже, гендерно зумовлені відмінності у реагуванні на народження дитини з ООП потребують особливої уваги з боку фахівців. Зрозуміння психологічних механізмів переобтяження матері та емоційної дистанції батька дає змогу оптимізувати систему психосоціального супроводу сімей, орієнтуючись на принципи партнерства, підтримки та індивідуалізації допомоги.

Згідно з дослідженням Н. Кушнір, батьки дітей з ООП часто перебувають у стані підвищеного стресу, що супроводжується емоційним виснаженням і депресивними проявами. Більшість із них демонструє тенденцію до уникнення травматичних ситуацій, що посилює їхню соціальну ізоляцію. Втома й виснаження є поширеними серед респондентів, що зумовлено високими фізичними та психоемоційними навантаженнями під час догляду за дітьми. Симптоми емоційного вигорання проявляються у вигляді хронічної втоми, зниження емпатії до навколишніх і негативного оцінювання власних досягнень. Основними чинниками емоційного вигорання є соціальна ізоляція, потреба в адаптації до специфічних вимог дитини й обмеженість можливостей для відновлення психоемоційного стану. Наслідки хронічного стресу та виснаження включають депресивні розлади, погіршення емоційного стану й зниження якості життя. Найбільш вразливою групою є батьки, які виховують дітей із важкими формами порушень розвитку, демонструючи значно нижчий рівень адаптаційних можливостей і

підвищений ризик розвитку психосоматичних симптомів, зокрема порушень сну, апатії, емоційного виснаження. Крім того, у цих батьків виявляється тенденція до обмеження соціальних контактів, що сприяє поглибленню психологічних труднощів [14].

Аналізуючи наукові та практичні напрацювання, слід наголосити, що поява дитини з ООП в сім'ї викликає комплексні зміни в психоемоційному стані батьків. Ці трансформації можуть призводити до зниження якості сімейного життя, підвищення рівня стресу та емоційного виснаження. Розуміння характеру цих змін є критично важливим для ефективної психологічної підтримки таких сімей, профілактики емоційного вигорання та збереження функціональної цілісності сімейної системи.

Сім'ї, які виховують дітей з особливими освітніми потребами (ООП), стикаються з низкою психосоціальних труднощів, які суттєво впливають на їхнє повсякденне життя та емоційний стан. Дослідження в цій галузі висвітлюють кілька ключових аспектів цих труднощів, зокрема, хронічний стрес та емоційне вигорання. Батьки дітей з ООП часто зазнають підвищеного рівня стресу, що може призвести до емоційного вигорання. Згідно з дослідженням, опублікованим у *Journal of Clinical Psychology*, основними факторами ризику є стать батьків, труднощі, пов'язані з діагнозом дитини, соціально-економічні характеристики та соціальна ізоляція батьків.

Дослідження, опубліковане в *Frontiers in Psychology*, показало, що батьки дітей з особливими потребами мають вищий рівень вигорання та нижчий баланс між ризиками та ресурсами порівняно з контрольною групою.

Водночас, практики зауважують, що підвищені вимоги до догляду за дитиною з ООП можуть обмежувати соціальну активність батьків, спричиняючи ізоляцію. Дослідження, опубліковане в *Journal of Patient Experience*, підкреслює, що батьки дітей з нейророзвитковими розладами відчувають значну соціальну ізоляцію та стигматизацію, що негативно впливає на їхній психоемоційний стан.

Крім того, батьки можуть відчувати почуття провини, порівнюючи свою дитину з іншими або сумніваючись у власній спроможності надати необхідну підтримку. Дослідження, опубліковане в *Research in Developmental Disabilities*, виявило, що уникнення, тривожність, соціальна підтримка, загальний стрес і почуття провини є предикторами щастя серед матерів дітей з інвалідністю.

Як свідчить практика, низький рівень інформованості та брак ресурсів є досить частим явищем. Батьки часто стикаються з недостатньою поінформованістю про доступні ресурси та послуги для підтримки їхніх дітей. Це ускладнює доступ до необхідної допомоги та підсилює відчуття безпорадності. Дослідження, опубліковане в *BMC Pediatrics*, підкреслює, що батьки дітей з інвалідністю стикаються зі складними проблемами, включаючи фізичні труднощі, емоційне напруження та соціальну ізоляцію.

Важливою проблемою сьогодення є ризик емоційного вигорання у подружжя. Адже, накопичення стресу, соціальна ізоляція та брак ресурсів можуть призвести до емоційного вигорання не лише окремих батьків, але й подружжя в цілому. Це може проявлятися у вигляді зниження емоційної близькості, підвищеної конфліктності та відчуття відчуженості між партнерами. Дослідження, опубліковане в *American Psychological Association*, підкреслює, що батьки дітей з особливими потребами мають вищий ризик емоційного вигорання через постійний стрес та відсутність належної підтримки.

Таким чином, батьки дітей з ООП стикаються з комплексом психосоціальних труднощів, які потребують комплексного підходу та підтримки з боку суспільства, професіоналів та політиків для покращення їхнього добробуту та якості життя.

1.3 Фактори впливу на якість подружніх стосунків у сім'ях з дітьми з ООП

Поняття якості подружніх стосунків є багатоаспектним і перебуває у центрі уваги дослідників із різних наукових шкіл – від психоаналітичної до когнітивно-поведінкової та системної. У загальному розумінні, якість шлюбних стосунків відображає ступінь задоволеності партнерів подружнім життям, рівень емоційного комфорту, стабільності та взаємної підтримки [51; 62;63].

Згідно з підходом К. Халфорд, якість подружжя охоплює когнітивний компонент (оцінка партнерства), афективний компонент (емоційна задоволеність) і поведінковий компонент (реалізація взаємної підтримки, турботи, інтимності) [56]. В українському психологічному дискурсі якість подружніх стосунків часто розглядається крізь призму життєстійкості сімейної системи [23], гармонізації шлюбних ролей [13], а також комунікативної сумісності партнерів [46].

У межах системного підходу, започаткованого М. Боуеном, якість шлюбу не розглядається ізольовано, а як результат взаємодії всіх підсистем родини. Зокрема, подружня підсистема впливає на ефективність виконання батьківських ролей і загальний емоційний клімат у сім'ї [50;53]. При цьому збереження автономії, здатність до конструктивного діалогу та обопільна повага виступають стрижневими показниками подружньої зрілості.

Важливим чинником, який виокремлює гуманістична традиція (К. Роджерс, В. Франкл), є взаємне визнання суб'єктності кожного партнера, його унікальних потреб та цінностей. Згідно з цим підходом, подружні стосунки вважаються якісними, коли вони ґрунтуються на відкритій комунікації, прийнятті відмінностей, емпатії та свободі особистісного розвитку.

В українських дослідженнях останніх років простежується тенденція до синтезу між системно-функціональним та особистісно-центрованим підходами. Наприклад, Н. Сиротюк акцентує на важливості інтеграції

когнітивного усвідомлення подружньої мети та емоційної близькості як запоруки подружньої стабільності [31]. У свою чергу, Л. Помиткіна наголошує, що на якість подружніх стосунків значною мірою впливає наявність психологічної безпеки, яка підтримується через ритуали, спільні смисли та довіру [23].

Таким чином, якість подружніх стосунків є інтегральною категорією, яка поєднує емоційні, поведінкові, когнітивні та системно-структурні параметри. Її розуміння слугує підґрунтям для подальшого аналізу змін у подружній сфері під впливом виховання дитини з ООП.

Таблиця 1.2 – Підходи до розуміння якості подружніх стосунків у психології

Підхід	Ключові акценти	Представники
Системний	Взаємодія підсистем, баланс автономії і близькості, структурна сталість	М. Bowen, І. Goldenberg
Гуманістичний	Визнання суб'єктності партнера, емпатія, спільні смисли	С. Rogers, В. Frankl
Когнітивно-поведінковий	Оцінки партнера, стиль мислення, поведінкові патерни	W. Halford, А. Ellis
Особистісно-центрований	Емоційна відкритість, здатність до рефлексії, прийняття індивідуальності партнера	Н. Сиротюк, Л. Помиткіна
Психоаналітичний	Несвідомі мотиви, дитячі травми, захисні механізми	З. Фрейд, Е. Еріксон

Якість подружніх стосунків формується під впливом низки внутрішніх чинників, які пов'язані з індивідуальними характеристиками партнерів, динамікою їхньої взаємодії, рівнем зрілості та ресурсністю шлюбу як системи. У сім'ях, які виховують дітей з особливими освітніми потребами

(ООП), ці фактори набувають особливої значущості, адже саме від ефективності внутрішньоподружньої взаємодії залежить здатність родини адаптуватися до нових реалій. Комунікативна компетентність подружжя є одним із провідних предикторів якості шлюбної взаємодії. Дослідження показують, що відкритість, здатність до конструктивного діалогу, вміння висловлювати почуття та потреби без звинувачень корелюють з вищим рівнем задоволеності шлюбом [46;56]. В умовах стресу, пов'язаного з вихованням дитини з ООП, саме комунікативна компетентність забезпечує збереження емоційної близькості між партнерами.

Наступним важливим фактором є рівень емоційної підтримки у подружжі. Як підкреслює К. Халфорд, наявність емоційної чутливості до стану іншого партнера, вміння співпереживати, проявляти емпатію є основою стабільного шлюбу [56]. За даними української дослідниці Л. Помиткіної, пари з високим рівнем емоційної взаємопідтримки рідше демонструють симптоми вигорання навіть в умовах підвищених навантажень, пов'язаних з доглядом за дитиною з інвалідністю.

Визначальну роль у підтримці гармонії у подружжі відіграє баланс автономії та близькості. Порушення цього балансу, зокрема домінування однієї ролі (наприклад, материнської), або повне відсторонення іншого партнера (найчастіше батька), може призвести до емоційного розриву. Це особливо характерно для сімей, де на тлі турботи про дитину з ООП нівелюється роль подружжя як партнерів. Ставлення до батьківства також впливає на якість подружніх стосунків. Як зазначає Н. Сиротюк, когнітивна згода між подружжям щодо ролей у вихованні, ціннісне прийняття дитини, узгодженість у стратегіях взаємодії з нею – є предикторами подружньої стабільності. Натомість конфлікти на ґрунті розбіжностей у підходах до догляду й освіти можуть дестабілізувати стосунки [31].

Окремо слід згадати індивідуально-психологічні особливості партнерів, такі як емоційна зрілість, рівень саморефлексії, стресостійкість, здатність до

саморегуляції. За результатами досліджень Л. Василенко, партнери з високим рівнем емоційної компетентності демонструють кращу адаптацію до викликів, пов'язаних із вихованням дитини з ООП, і є джерелом стабілізації для сімейної системи. З огляду на наведене, можна констатувати, що внутрішньоподружні фактори є критично важливими у підтриманні якості шлюбної взаємодії в умовах підвищеного стресу. Їхня ефективна реалізація – передумова стабільності всієї родинної системи.

Таблиця 1.3 – Внутрішньоподружні фактори, що впливають на якість стосунків у сім'ях з дітьми з ООП

Фактор	Змістовна характеристика
Комунікативна компетентність	Здатність до відкритого діалогу, вираження почуттів, уникнення агресивних або ригідних моделей спілкування
Емоційна підтримка	Емпатійне ставлення до партнера, чутливість до його стану, готовність до взаємної допомоги
Баланс автономії та близькості	Оптимальне співвідношення незалежності та емоційної близькості між партнерами
Ставлення до батьківства	Узгодженість у підходах до виховання, прийняття батьківської ролі, орієнтація на потреби дитини
Індивідуально-психологічні особливості	Рівень емоційної зрілості, стресостійкості, саморегуляції, здатність до конструктивного вирішення конфліктів

Представлені в таблиці внутрішньоподружні фактори репрезентують ключові аспекти взаємодії подружжя, що мають значущий вплив на якість стосунків у сім'ях з дітьми з особливими освітніми потребами. Комунікативна компетентність забезпечує можливість партнерів ефективно висловлювати емоції, потреби та очікування без конфліктогенних наслідків. Емоційна підтримка виступає стабілізуючим чинником у кризових ситуаціях і сприяє подоланню відчуття ізоляції чи перенавантаження.

Баланс автономії та близькості дозволяє зберігати індивідуальність кожного з подружжя в межах єдності сімейної системи. Узгоджене ставлення до батьківства є особливо важливим у контексті виховання дитини з ООП, де

від партнерів вимагається координація дій, стратегій виховання та емоційна злагодженість. Водночас індивідуально-психологічні особливості кожного з подружжя, зокрема рівень емоційної зрілості та стресостійкості, визначають їхню здатність адаптуватися до тривалого напруження, пов'язаного з новими сімейними обставинами [30].

Узагальнюючи викладене, варто підкреслити, що якість подружніх стосунків у таких родинах великою мірою зумовлюється не лише зовнішніми факторами (наприклад, наявністю соціальної підтримки), а й внутрішніми психологічними ресурсами самих партнерів.

Подружні стосунки в сім'ях, які виховують дітей з особливими освітніми потребами (ООП), функціонують у складному контексті, що включає соціальні, економічні, часові та організаційні обмеження. Ці зовнішні чинники суттєво модифікують зміст і динаміку шлюбної взаємодії, створюючи специфічні контекстуальні виклики, з якими не стикаються пари, що виховують типово розвинутих дітей.

Одним із найвагоміших є ефект домінування батьківської ролі над подружньою. У більшості сімей виховання дитини з ООП потребує значних часових і емоційних ресурсів, що призводить до функціонального «затирання» партнерської ідентичності. Як зазначає Л. Помиткіна, у таких сім'ях часто спостерігається зміщення фокусу з «ми як подружжя» до «ми як батьки», що супроводжується редукацією інтимності, емоційної відкритості та спільного дозвілля. Додатковим фактором дестабілізації є нерівномірність залучення обох партнерів у процес догляду та реабілітації дитини. Найчастіше основне навантаження припадає на матір, тоді як батько частково дистанціюється, зосереджуючись на економічному забезпеченні родини [3]. Такий дисбаланс породжує відчуття нерівності, втоми, непорозуміння й взаємних претензій.

Також варто враховувати вплив соціальної ізоляції. Обмеження в пересуванні, відсутність можливості долучатися до соціального життя,

стигматизація з боку оточення – все це посилює замкнутість родинного простору та зменшує позитивні зовнішні стимули, які могли б підживлювати подружню взаємодію.

Особливо чутливим є питання інформаційної перевантаженості та невизначеності: батьки часто перебувають у стані хронічної напруги, намагаючись зорієнтуватися у великій кількості медичної, освітньої та юридичної інформації щодо прав і потреб дитини. За таких умов знижується якість побутової комунікації у подружжі, адже вона зводиться до вирішення задач і функцій, а не до емоційного обміну. Нарешті, не можна оминати фінансовий тиск як один із контекстуальних викликів. Додаткові витрати на лікування, логопедичні, корекційні, педагогічні послуги, а також нерідко – втрата одним із подружжя постійного заробітку через необхідність постійного супроводу дитини – формують економічний дефіцит, який є чинником хронічного подружнього стресу.

З огляду на викладене, контекстуальні фактори не лише впливають на якість подружньої взаємодії, але й можуть виступати тригером дестабілізації шлюбної системи. Саме тому ефективна підтримка сімей має охоплювати не лише психологічну допомогу, а й структурно-організаційні інтервенції, спрямовані на зниження тиску контексту.

Висновки до розділу.

Проведений теоретико-аналітичний огляд дозволяє стверджувати, що якість подружніх стосунків у сім'ях, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, визначається низкою взаємопов'язаних факторів: інтраособистісних, інтерперсональних, контекстуальних та соціальних. Встановлено, що внутрішньоподружні чинники – комунікативна компетентність, емоційна підтримка, баланс автономії та близькості – виступають основою збереження емоційної стабільності у взаємодії партнерів. Водночас значну роль відіграють зовнішні (контекстуальні)

виклики, зокрема стигматизація, економічна нестабільність, дефіцит часу, а також соціально-інституційна недостатність підтримки. Ці фактори модифікують зміст подружньої взаємодії та можуть сприяти емоційному виснаженню й відчуженню.

Особливу роль у підтриманні якості стосунків відіграють психосоціальні змінні, серед яких вирізняються соціальна підтримка, конгруентність подружніх очікувань, рівень інформованості та система смислів. Вони виступають опосередковуючими механізмами адаптації подружжя до тривалих викликів. Концепт подружньої резильєнтності дозволяє розглядати подружжя як ресурсну систему, здатну до трансформації в умовах тривалого стресу завдяки наявності емоційної близькості, партнерства та спільного смислотворення.

Узагальнюючи викладене, слід наголосити, що ефективна підтримка подружжя в умовах виховання дитини з ООП має ґрунтуватися на системному урахуванні всіх вищезазначених факторів і включати міждисциплінарний підхід.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН ПОДРУЖЖЯ

2.1 Організація та методика емпіричного дослідження подружніх взаємин у сім'ях, що виховують дітей з особливими освітніми потребами

Аналіз сучасних наукових джерел засвідчує, що проблема функціонування подружніх стосунків у сім'ях, які виховують дітей з особливими освітніми потребами (ООП), залишається недостатньо розробленою в прикладному, емпірично підтверженому аспекті. Попри наявність окремих теоретичних розвідок, у вітчизняній психологічній науці бракує комплексних досліджень, що враховують як індивідуально-психологічні характеристики подружжя, так і зовнішні контекстуальні умови, специфіку виховання дитини з ООП та вплив цього чинника на емоційно-комунікативну сферу партнерів. Таким чином, проведення емпіричного дослідження подружніх взаємин у сім'ях з дітьми з ООП є актуальним і практично значущим завданням, що відповідає потребам сучасної психосоціальної практики та запитам соціуму щодо збереження цілісності сім'ї у складних умовах.

Опитувальник «Емоційна взаємодія подружжя» (ЕВП) є авторською методикою, спрямованою на вивчення емоційних аспектів міжособистісної взаємодії у шлюбі. Його основне призначення – виявлення рівня емоційної відкритості, чутливості до партнера, потреби в емоційній підтримці, схильності до емоційного відсторонення та загального емоційного тону подружніх стосунків. Методика розроблена Є. Потапчуком і О. Посвістак, має державну реєстрацію (Свідоцтво про авторське право № 71191 від 28.03.2017) та апробована в межах довідника «Психологічна діагностика шлюбного потенціалу». Методика складається з 66 тверджень, які

охоплюють шість основних блоків емоційної взаємодії. Респонденти оцінюють кожне твердження за 5-бальною шкалою, від «повністю не згоден» до «повністю згоден». Питання сформульовані як прямі та зворотні судження, що дає змогу перевірити консистентність відповідей.

Шкали оцінювання:

1. Емоційна відкритість
2. Партнерська чутливість
3. Потреба в емоційній підтримці
4. Схильність до емоційного уникання (дистанції)
5. Емоційна напруга
6. Загальний емоційний фон взаємодії

Обчислення ведеться відповідно до алгоритму, запропонованого авторами (формула із сумуванням позитивних і негативних шкал з поправковим коефіцієнтом). Результати дозволяють отримати як індивідуальний профіль, так і порівняльну картину між партнерами. Високі показники свідчать про конструктивний емоційний контакт, низькі – про емоційну ізоляцію або конфліктність.

Методика міжособистісних стосунків (МВСТ), розроблена на основі циркулярної моделі Т. Лірі, дозволяє визначити індивідуальний стиль взаємодії людини з іншими, її поведінкову домінанту, а також схильність до певних типів міжособистісної поведінки. У дослідженні ця методика була застосована з метою ідентифікації особливостей подружньої взаємодії у контексті виховання дитини з особливими освітніми потребами. Методика представлена у формі самооцінювального опитувальника, що містить 128 тверджень, поділених на 8 шкал, кожна з яких відповідає певному типу міжособистісної поведінки:

1. Авторитарний (домінантно-дружній)
2. Егоцентричний (домінантно-агресивний)
3. Агресивно-недружній

4. Субмісивно-агресивний
5. Підлеглий (пасивно-покірний)
6. Залежний (зосереджений на самопожертві)
7. Конформний (емоційно-чутливий, пристосувальний)
8. Альтруїстичний (підтримувальний, приймаючий)

Респондент оцінює кожне твердження за 4-бальною шкалою залежно від частоти прояву певної поведінки (від «ніколи» до «завжди»). Отримані дані інтерпретуються у вигляді циркулярної моделі взаємодії, що дозволяє візуально представити особливості поведінкових тенденцій. Високі бали за шкалами 1, 7, 8 вказують на партнерську, відкриту, підтримувальну позицію. Домінування показників за шкалами 2, 3, 4 може сигналізувати про агресивно-замкнені або конфліктні форми подружньої взаємодії. Методика дозволяє діагностувати не лише індивідуальний стиль взаємодії, а й характер подружньої взаємодії як системної одиниці. При одночасному застосуванні до обох партнерів можна порівняти уявлення подружжя про себе та одне одного, що суттєво збагачує діагностичну картину.

Тест-опитувальник задоволеності шлюбом (автори: В. Столін, Т.Романова, Г. Бутенко). Методика побудована на ідеї, що шлюбна задоволеність – це інтегральний показник суб'єктивного переживання якості подружніх стосунків. Автори спираються на концепції сімейного функціонування, емоційної сумісності, потребової відповідності та рольової гармонії. Шлюбна задоволеність розглядається не лише як емоційне ставлення до партнера, а як оцінка реального стану стосунків, що включає когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. Методика дозволяє ідентифікувати ступінь відповідності між очікуваннями подружжя та їхнім реальним досвідом.

Опитувальник складається з 24 тверджень, які охоплюють:

- сприйняття подружніх ролей;
- оцінку підтримки, емоційної близькості;

- задоволення від спільного дозвілля, виховання дітей;
- загальне емоційне тло стосунків.

Деякі твердження вимагають інверсії оцінки згідно з ключем.

За даними авторів, методика має високу внутрішню узгодженість (коефіцієнт α Кронбаха > 0.85), високу валідність (кореляції з іншими шкалами шлюбної та сімейної задоволеності, такими як DAS, ENRICH), чутливість до кризових станів у шлюбі, можливість порівняння між чоловіком і дружиною. Методика дозволяє виявити не лише рівень задоволеності, а й тенденцію до наростання шлюбної кризи, відчуження між партнерами, латентної конфліктності. Методика широко використовується в клінічній психології та психотерапії пар, дослідженнях динаміки подружнього життя, вивченні впливу екологічних факторів на шлюб (виховання дитини з ООП, стрес, кар'єра тощо), сімейному консультуванні, порівняльних дослідженнях задоволеності шлюбом у різних типах родин.

Методика діагностики типів подружньої взаємодії (автор: С. Бондаренко). Мета методики - вивчення психологічної сумісності подружжя на основі ціннісно-рольових уявлень і реального функціонування подружньої системи. Методика дозволяє визначити тип взаємодії, зокрема: гармонійний, конфліктний, формальний тощо. Методика базується на уявленні про шлюб як систему соціальних ролей, які мають узгоджуватись як у ціннісному (уявлення про ідеал), так і у функціональному (реальна поведінка) вимірах. Автор виходить із того, що гармонійність у шлюбі виникає при збігу очікувань партнерів щодо розподілу ролей, реалізації цих ролей у повсякденному житті. Методика дозволяє виявити джерела рольової дезадаптації у шлюбі, діагностувати ціннісні розриви між партнерами, створити основу для психологічної корекції, медіації, консультування.

Опитувальник діадного копіngu (Dyadic Coping Inventory, DCI). Dyadic Coping Inventory (DCI) – це психодіагностичний інструмент, створений Г. Боденманом у межах системної концепції подружнього стресу

(Bodenmann, 2008). Його мета полягає у вивченні того, як подружні партнери спільно реагують на стресові ситуації, тобто у виявленні особливостей *діадного копінгу*. На відміну від класичних копінг-методик (наприклад, COPE, Brief-COPE), які фіксують лише індивідуальні стратегії подолання, DCI акцентує увагу на процесах взаємної підтримки, стресової комунікації та кооперативних дій, що відбуваються у шлюбній діаді. Методика ґрунтується на положенні, що стрес у сім'ї має *системний характер*: труднощі одного партнера впливають на іншого, а реакція на них визначається рівнем емоційної взаємодії, когнітивними уявленнями та комунікативними стратегіями. Таким чином, DCI дозволяє оцінити, чи є подружня взаємодія ресурсом, що сприяє адаптації, чи, навпаки, чинником, який поглиблює дестабілізацію. DCI складається з 37 тверджень, які об'єднані у сім основних шкал:

1. Стрессова комунікація – здатність партнера повідомляти про власні стресові переживання.
2. Позитивний діадний копінг партнера – допомога, підтримка та розуміння, що надаються партнером.
3. Позитивний діадний копінг власний – власні дії щодо підтримки партнера у стресі.
4. Спільний діадний копінг – кооперативні дії, спрямовані на подолання труднощів разом.
5. Негативний діадний копінг партнера – реакції партнера, що підривають взаємну підтримку (критика, іронія, відмова від допомоги).
6. Негативний діадний копінг власний – власні деструктивні стратегії у взаємодії.
7. Загальний індекс діадного копінгу – інтегральна характеристика якості взаємодії у стресових умовах.

Відповіді оцінюються за п'ятибальною шкалою Лайкерта («ніколи» – «дуже часто»), що дозволяє визначити частотність і стійкість тих чи інших

форм взаємодії. Оригінальна версія методики демонструє високі показники надійності: α Cronbach для підшкал коливається в межах 0,71–0,92 (Ledermann et al., 2010). Міжнародні дослідження підтверджують відтворюваність факторної структури та міжкультурну валідність DCI.

Українська адаптація була здійснена О. Абрамюк на вибірці 306 подружніх пар (N=612). Результати факторного аналізу засвідчили, що адаптована версія зберігає оригінальну структуру та має високі показники внутрішньої узгодженості (α Cronbach > 0,80 для більшості шкал). Отримані дані підтвердили конструктивну та конвергентну валідність опитувальника: позитивні форми діадного копінгу корелювали із задоволеністю шлюбом та суб'єктивним благополуччям, тоді як негативні – із конфліктністю та емоційним дистанціюванням. DCI є одним із небагатьох інструментів, що дозволяють комплексно оцінити взаємодію подружжя у стресових ситуаціях, тому він особливо корисний для досліджень сімей, які перебувають у хронічно напружених умовах, зокрема тих, що виховують дітей з особливими освітніми потребами. Методика застосовується як у наукових дослідженнях, так і в практиці психологічного консультування та сімейної психотерапії для діагностики сильних і вразливих сторін партнерської взаємодії.

У контексті нашого дослідження застосування авторських анкет є методологічно вмотивованим та емпірично доцільним. Анкетування, як метод, дозволяє отримати масив суб'єктивно значущої інформації, яка не охоплюється стандартними психодіагностичними інструментами. Особливо це важливо при дослідженні чутливих аспектів подружньої взаємодії, що мають емоційний, ціннісний та ситуативний характер. У роботі вивчаються сім'ї, що перебувають у соціально-психологічно неоднорідних умовах – зокрема, наявність дитини з ООП є фактором, що радикально трансформує динаміку ролей, комунікації, підтримки. Тому застосування типових опитувальників без контекстуальної адаптації є недостатнім.

Анкета дозволяє виявити реальний життєвий контекст, індивідуальні траєкторії переживання, джерела навантаження і ресурсу, що поглиблює кількісні результати. У дослідженні задіяно два типи сімей: експериментальна група (з дитиною з ООП) та контрольна (без ООП). Авторська анкета подається у двох варіантах, кожен з яких адаптований до специфіки життєвих умов відповідної групи респондентів. Це забезпечує порівняльну валідність результатів. Завдання авторських анкет представляє виявити рівень емоційного та рольового навантаження у батьків; з'ясувати, як наявність дитини з ООП впливає на якість подружньої взаємодії; дослідити механізми адаптації, форми підтримки, потребу у допомозі; оцінити суб'єктивне сприйняття ролей і розподілу обов'язків у шлюбі; поглибити розуміння внутрішніх конфліктів або гармонійних стратегій, які не виявляються через стандартизовані шкали.

Таким чином, авторська анкета виконує функцію інструменту тонкого змістового виявлення – як емоційного стану подружжя, так і їхніх поглядів на взаємодію, підтримку, стрес та рольову справедливість.

2.2 Результати емпіричного дослідження

З метою вивчення специфіки емоційної складової міжособистісної взаємодії в подружжі, було використано опитувальник «Емоційна взаємодія подружжя» (ЕВП), авторства Є. Потапчука та О. Посвістак. Методика дозволяє виявити інтенсивність і якість емоційних проявів у контексті шлюбної взаємодії за такими параметрами, як сприйняття стану партнера, здатність до співпереживання, емоційне прийняття та загальний емоційний фон у взаєминах.

Отримані результати узагальнено за двома досліджуваними групами: експериментальною (подружжя, що виховують дітей з особливими освітніми потребами) та контрольною (подружжя, які виховують дітей без

діагностованих ООП). Розраховано середні бали за кожною із семи шкал методики, що дає змогу здійснити порівняльний аналіз особливостей емоційної взаємодії у подружжі з урахуванням специфіки батьківства. Нижче подано таблицю з узагальненими результатами.

Таблиця 2.1 – Узагальнені показники емоційної взаємодії у подружжі за методикою ЕВП (середні значення)

Шкала	Експериментальна група (n = 13)	Контрольна група (n = 16)
Сприйняття стану партнера	2.54	3.32
Розуміння емоцій партнера	2.70	3.15
Співпереживання	2.88	3.16
Почуття у взаємодії	2.81	3.07
Безумовне прийняття партнера	2.64	3.29
Ставлення до себе як до шлюбного партнера	2.70	3.10
Емоційний фон взаємодії	2.69	3.44

Узагальнення емпіричних даних, отриманих за допомогою опитувальника Є. Потапчука та О. Посвістак, дозволяє зробити висновки про відмінності в структурі емоційної взаємодії у подружжі залежно від контексту виховання дитини з особливими освітніми потребами. У експериментальній групі (сім'ї з дітьми з ООП) за всіма шкалами спостерігається систематично нижчий рівень емоційної взаємодії порівняно з контрольною групою. Найбільш виражені відмінності зафіксовано у таких компонентах, як сприйняття стану партнера (2.54 проти 3.32) та емоційний фон взаємодії (2.69 проти 3.44). Це свідчить про зниження рівня емоційної чутливості та загальної емоційної насиченості шлюбної комунікації в умовах виховання дитини з ООП.

Важливо підкреслити, що в експериментальній групі усі показники коливаються в межах від 2.54 до 2.88, що вказує на середній рівень вираженості емоційних проявів, однак із тенденцією до зниження. Натомість у контрольній групі середні значення стабільно перевищують позначку 3.0, що дозволяє трактувати їх як помірно високий рівень емоційного функціонування подружжя. Помірковані розбіжності спостерігаються у шкалах співпереживання та почуттів у взаємодії: різниця між середніми значеннями становить близько 0.3 бала, що може бути ознакою латентної емоційної віддаленості в умовах підвищеного психоемоційного навантаження, характерного для батьківства дитини з ООП.

Загалом результати дозволяють зробити висновок, що контекст особливого батьківства чинить вплив на емоційно-особистісну площину подружніх стосунків, знижуючи здатність до відкритості, безумовного прийняття та емоційної підтримки. Отримані дані підтверджують гіпотезу дослідження щодо наявності специфічних особливостей міжособистісної взаємодії у таких сім'ях.

Результати, отримані за допомогою методики «Емоційна взаємодія подружжя» (Є. Потапчук, О. Посвістак), свідчать про наявність виражених відмінностей у структурі емоційної взаємодії подружжя в умовах виховання дитини з особливими освітніми потребами. Такі відмінності є не випадковими, а закономірними, що узгоджується з концепцією дестабілізації системи подружньої взаємодії під впливом хронічного психоемоційного навантаження (Walsh, Romitkina). Зниження показників емоційної відкритості, сприйняття стану партнера та емоційного фону у батьків дітей з ООП може бути пояснене феноменом емоційного виснаження, що виникає внаслідок постійного включення у процес догляду, терапії, супроводу та психологічного контролю. У таких умовах подружні стосунки часто трансформуються в інструментально-функціональні, а не емоційно підтримувальні, що відповідає спостереженням Сташук та Кочубей. Крім

того, відповідно до системного підходу, порушення балансу між подружньою та батьківською підсистемами в родині призводить до зменшення емоційної включеності партнерів одне в одного, оскільки домінантною стає лише батьківська роль. Саме тому шкали «ставлення до себе як партнера» та «почуття у взаємодії» у експериментальній групі демонструють помірно занижені значення. Дані, отримані в контрольній групі, свідчать про стійкіший рівень емоційної близькості, що узгоджується з дослідженнями Halford) про вплив контексту стресу на якість емоційної взаємодії. Відносна гармонійність показників у контрольній групі підкреслює, що за відсутності надмірного функціонального навантаження подружжя здатне підтримувати високий рівень емоційного контакту, взаємної чутливості та прийняття.

Таким чином, результати за методикою ЕВП свідчать про наявність психоемоційної вразливості у системі подружніх взаємин у сім'ях з дітьми з ООП. Це підкреслює необхідність створення цілеспрямованих програм підтримки саме подружньої взаємодії, з урахуванням емоційної регуляції, партнерської співучасті та балансування сімейних ролей.

Представимо результати за наступною методикою, а саме методикою «Міжособистісна діагностика» (Т. Лірі). Порівняльний аналіз між експериментальною та контрольною групами дозволяє виявити значущі тенденції в особливостях міжособистісної поведінки подружжя залежно від батьківського статусу та рівня функціонального навантаження.

Таблиця 2.2 – Середні значення за октантами (МВСТ Т. Лірі)

Октанта	Експериментальна група (n = 13)	Контрольна група (n = 16)
Авторитарний	4.94	5.74
Егоцентричний	5.05	5.64
Агресивно-недружній	5.00	5.65
Субмісивно-агресивний	4.88	6.05
Підлеглий	5.02	6.14

Залежний	4.97	6.13
Конформний	5.13	5.80
Альтруїстичний	5.16	5.77

У контрольній групі (батьки типово розвинених дітей) спостерігаються вищі середні значення практично за всіма октантами, що свідчить про вираженішу соціальну активність, комунікативну гнучкість та емоційну стабільність. Зокрема, найвищі показники відзначено за шкалами «Підлеглий» (6.14), «Залежний» (6.13) та «Субмісивно-агресивний» (6.05). Така конфігурація свідчить про тенденцію до адаптивної поведінки, схильності до компромісу та емоційного самоконтролю.

Натомість у експериментальній групі (подружжя, які виховують дітей з ООП) показники за всіма шкалами є нижчими, з коливанням у межах 4.88–5.16, що вказує на меншу виразність будь-якого одного стилю поведінки. Найнижчі значення зафіксовано у шкалі «Субмісивно-агресивний» (4.88), яка пов'язана з внутрішнім конфліктом, емоційною напругою і тривожністю. Водночас «Авторитарний» (4.94) і «Агресивно-недружній» (5.00) не демонструють значної вираженості, що свідчить про знижену соціальну ініціативу та емоційне виснаження в умовах хронічного стресу.

Відмінності між групами також простежуються у так званих «підтримувальних» октантах – «Конформний» (5.13 проти 5.80) та «Альтруїстичний» (5.16 проти 5.77). Це свідчить про зниження тенденції до конструктивної взаємодії та відкритості, що потенційно пов'язано із тривалим психоемоційним навантаженням у родинах, які виховують дитину з ООП (за М. Потупейко, Walsh).

Таким чином, дані за методикою МВСТ (Т. Лірі) підтверджують, що сім'ї з дітьми з особливими освітніми потребами демонструють помірно знижений рівень соціальної гнучкості, емоційного прийняття та стабільної

поведінкової позиції у міжособистісній сфері, що підкреслює потребу в підтримці як окремих подружніх функцій, так і взаємної адаптації.

Таблиця 2.3 – Індеси домінування та дружелюбності у подружніх парах

Група	Індекс домінування	Індекс дружелюбності
Експериментальна	0.33	-0.71
Контрольна	-0.47	1.04

У експериментальній групі індекс дружелюбності є негативним, що вказує на пригнічення відкритої соціальної взаємодії та тенденцію до емоційного відсторонення або конфліктності. Індекс домінування позитивний, але низький, що може вказувати на внутрішню напругу між бажанням контролювати ситуацію та реальною потребою у підтримці. У контрольній групі значення дружелюбності позитивне та вищий за домінування, що свідчить про виражену орієнтацію на підтримку, партнерство та співпрацю, при одночасно низькій або помірній домінантності.

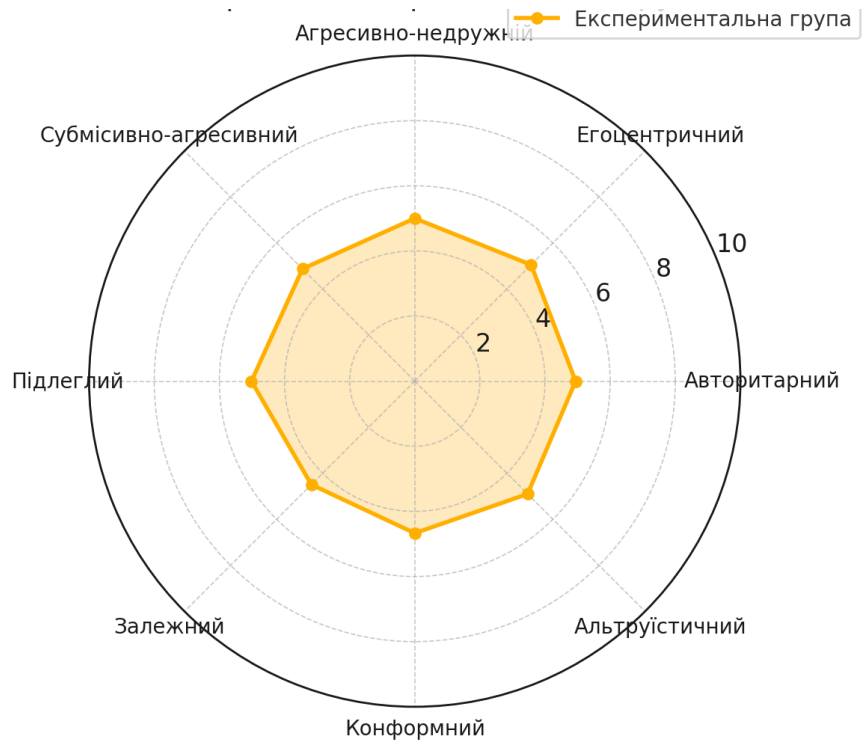
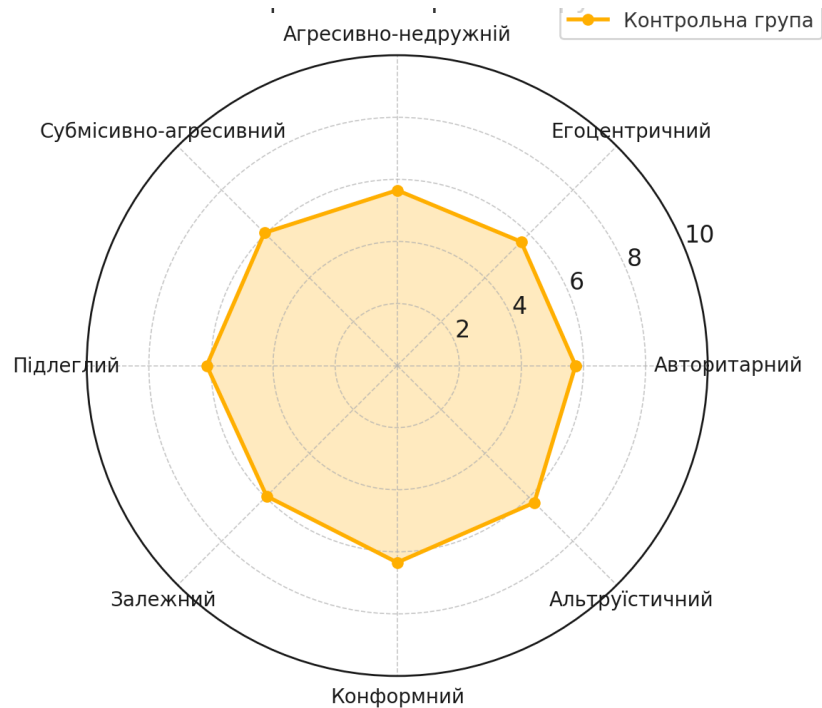


Рисунок 2.1 – Психограма (експериментальна група)

Аналіз середніх балів за октантами в експериментальній групі засвідчив виражену помірну інтенсивність (4.88–5.16) більшості міжособистісних патернів. Найнижчі значення зафіксовано у шкалі «Субмісивно-агресивний» (4.88), що може свідчити про внутрішнє напруження, емоційну нестабільність або приховану фрустрацію, пов'язану з хронічним сімейним стресом. Показники за октантами «Авторитарний», «Агресивно-недружній», «Підлеглий», «Залежний» залишаються у межах адаптивної помірної зони (до 8 балів), однак не демонструють вираженої домінантності. Така картина свідчить про нестійку міжособистісну позицію в шлюбі, що може бути результатом емоційного вигорання, перенесення фокусу уваги з подружньої взаємодії на догляд за дитиною з ООП. Індекс домінування в цій групі дорівнює +0.33, що вказує на амбівалентність у позиції лідерства: з одного боку – намагання контролювати ситуацію, з іншого – відсутність стабільної ініціативності. Індекс дружлюбності становить –0.71, тобто негативне значення, що свідчить про знижену готовність до емоційної взаємодії, співпереживання та підтримки. Це важливий індикатор порушення партнерської відкритості в умовах тривалого



стресу.

Рисунок 2.2 – Психограма (контрольна група)

У цій групі зафіксовано стійко помірні або помірно високі значення практично за всіма октантами. Найвищі результати – у шкалах «Підлеглий» (6.14) і «Залежний» (6.13) – вказують на емоційну пластичність, здатність до прийняття партнера, прагнення до компромісу. Такі тенденції відображають гармонійний стиль взаємодії, в основі якого лежить рівновага між особистісною автономією та емоційною співучастю.

Індекс домінування в цій групі має негативне значення (-0.47), що свідчить про відсутність домінуючих або конфронтаційних тенденцій у стосунках. Водночас, позитивний індекс дружельності (1.04) підтверджує соціальну відкритість, емоційну включеність і готовність до партнерства. Такий профіль характерний для емоційно стійких шлюбів з високим рівнем взаємної підтримки. Порівняльний аналіз психограм дозволяє зробити висновок, що у сім'ях, які виховують дитину з ООП, спостерігається пригнічення активної міжособистісної взаємодії, зниження емоційної включеності та ролі гнучкості. У той час як подружжя в контрольній

групі демонструє збалансовані форми поведінки, що сприяє підтриманню конструктивного емоційного клімату у шлюбі.

До експериментальної вибірки увійшли 13 подружніх пар, які виховують дітей з особливими освітніми потребами (ООП). Згідно з отриманими результатами, 76.9 % респондентів (10 пар) виявили абсолютно благополучний рівень задоволеності шлюбом. Це свідчить про наявність стійкої подружньої єдності, емоційної підтримки, адаптивної взаємодії між партнерами в умовах підвищеного життєвого навантаження. Такий високий показник демонструє, що виховання дитини з ООП не є чинником автоматичного порушення подружніх стосунків, за умови емоційної згуртованості та взаємної підтримки. 15.4 % пар (2 пари) перебувають на рівні благополучних відносин, що свідчить про гармонійне партнерство з окремими зонами помірного напруження (наприклад, у сфері комунікації або побутової координації). Лише 7.7 % респондентів (1 пара) потрапили до категорії «скоріше неблагополучні», що може сигналізувати про локальні кризи або труднощі адаптації, однак без ознак глибокої дезадаптації. Такий відсоток є надзвичайно низьким для контингенту із високим емоційним навантаженням і може свідчити про наявність компенсаторних механізмів у родині (гнучкі ролі, зовнішня підтримка тощо). У групі відсутні пари з критичними чи неблагополучними формами шлюбної взаємодії, що є позитивним індикатором психологічної стійкості.

До контрольної вибірки входили 16 подружніх пар, які виховують дітей без освітніх потреб. Результати показали, що 62.5 % пар (10 пар) мають абсолютно благополучний рівень – високий ступінь задоволеності, що передбачає задоволення основних потреб у прийнятті, емоційній безпеці, партнерській взаємодії. 18.8 % респондентів (3 пари) віднесено до категорії благополучних, що також свідчить про позитивну динаміку подружньої взаємодії, але з незначними зонами дисбалансу. 12.5 % (2 пари) виявили перехідний рівень задоволеності. Це може бути пов'язано з тимчасовими

напруженнями, що стосуються адаптаційних змін у родині (періоди змін, життєвих навантажень тощо). 6.2 % (1 пара) – «скоріше неблагополучні», що свідчить про певну наявність конфліктних полів, можливу фрустрацію очікувань або невирішеність інтимно-емоційних чи побутових аспектів.

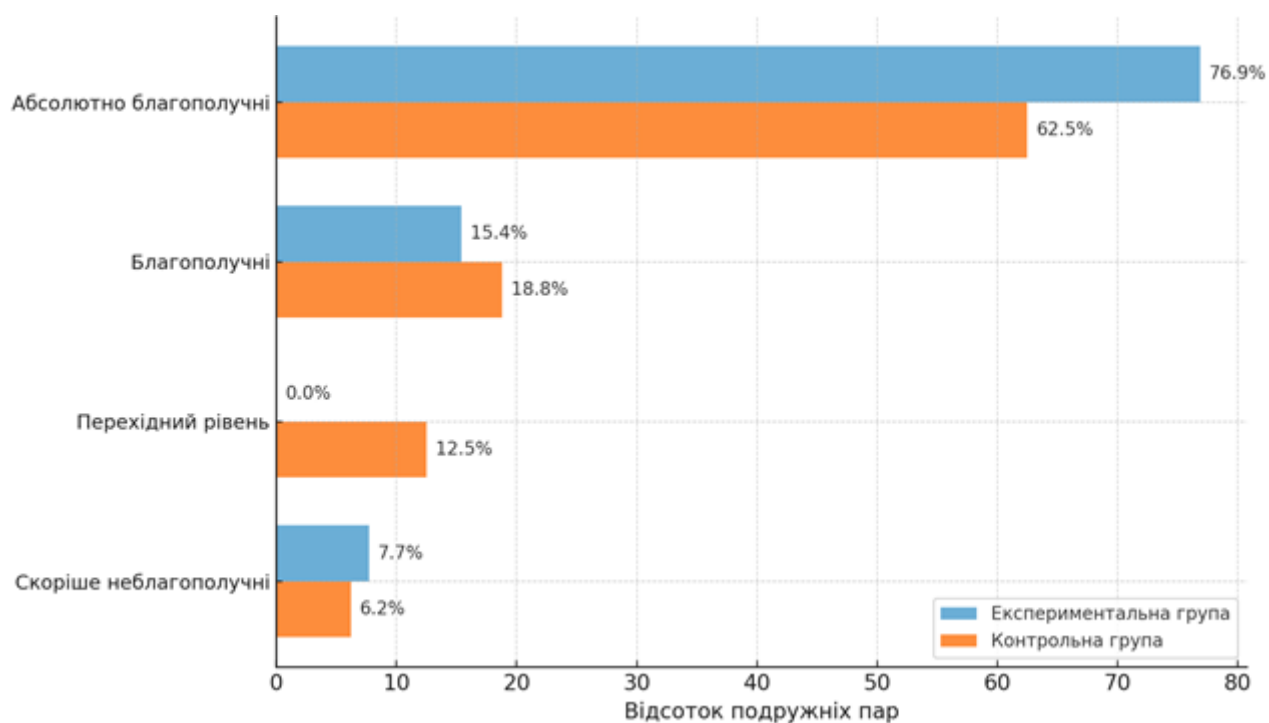


Рисунок 2.3 – Рівень задоволеності шлюбом

Візуальні дані підтверджують тезу про те, що виховання дитини з ООП не є чинником автоматичного дезадаптаційного ефекту на подружні стосунки. Навпаки, високий рівень шлюбної згуртованості у таких пар може бути проявом родинної резиліентності, де труднощі слугують фактором єдності, а не роз'єднання. Діаграма підкреслює, що емоційна якість шлюбу залежить не лише від зовнішніх умов, а й від внутрішніх ресурсів сім'ї – таких як довіра, підтримка, ціннісна згода і готовність до адаптації.

В обох групах відсутні пари з неблагополучним або критичним рівнем, що є свідченням досить стабільного емоційного клімату у вибірці загалом. Експериментальна група несподівано демонструє вищий відсоток «абсолютно благополучних» шлюбів (76.9 % проти 62.5 %), що може бути результатом консолідації подружжя навколо спільної складної життєвої мети – виховання дитини з ООП. Це підтверджує гіпотезу про адаптивну функцію

родинної резильєнтності. Натомість контрольна група показала більшу варіативність (наявність перехідних і «скоріше неблагополучних» шлюбів), що може свідчити про меншу структурованість або актуальні кризи, не зумовлені екстремальними зовнішніми обставинами. Згідно з результатами діагностики типів подружньої взаємодії, у структурі цієї групи виокремлено такі типи.

Таблиця 2.4 – Типи подружньої взаємодії серед респондентів ЕГ

Тип подружньої взаємодії	Кількість пар	Частка (%)
Емоційно-компенсаторний	8	50 %
Гармонійний	3	18.75 %
Формальний	2	12.5 %
Асиметричний	2	12.5 %
Конфліктний	1	6.25 %

Емоційно-компенсаторний тип (50%). Цей тип є домінуючим у контрольній групі. Його особливість полягає в тому, що наявна розбіжність між ціннісними очікуваннями та фактичною реалізацією ролей компенсується емоційною підтримкою, довірою і взаємною лояльністю. Такі пари демонструють адаптивний механізм регуляції: навіть якщо партнери не повністю відповідають одне одному за рольовими очікуваннями, емоційна згуртованість дозволяє підтримувати стабільність стосунків. Цей результат також відображає культурні настанови на «толерантне партнерство», у якому домінує готовність до поступок і прийняття особистісних особливостей іншого.

Гармонійний тип (18.75%). Це пари, у яких очікування та реалізація подружніх ролей максимально узгоджені, а середнє Δ не перевищує 0.4. Ці стосунки характеризуються:

- високим рівнем психоемоційної зрілості партнерів;

- взаємною підтримкою;
- ціннісною узгодженістю;
- чітким функціональним розподілом ролей без домінування.

Такі союзи – еталон ефективної взаємодії, і часто саме в них спостерігається високий рівень задоволеності шлюбом, що підтверджують паралельні результати (за методикою Століна).

Формальний тип (12.5%). У цих парах рольові обов'язки виконуються, проте переважає низький рівень особистісної залученості, емоційна дистанція або поверхнева комунікація. Це може бути пов'язано з тривалістю шлюбу, звичкою, або орієнтацією на зовнішні нормативи, а не на внутрішню залученість. І хоча такий тип не завжди супроводжується конфліктом, він не є внутрішньо насиченим, що в перспективі може призводити до емоційного охолодження.

Асиметричний тип (12.5%). Цей тип характеризується нерівномірністю розподілу ролей: один із партнерів виконує більшість функцій, тоді як інший має знижену активність у шлюбному партнерстві. Така ситуація часто спостерігається у парах, де один із партнерів домінує у фінансовій, побутовій або виховній сфері, тоді як інший – менш включений. Водночас наявність лише 2 таких пар із 16 свідчить, що рольова симетрія переважає у цій вибірці.

Конфліктний тип (6.25%). Лише одна пара виявилася такою, де значущі розбіжності між очікуваннями і реальністю призводять до емоційного напруження, фрустрації та конфліктів. Це може бути маркером глибоких неузгодженостей у шлюбі, які потребують або корекційного втручання, або переосмислення партнерських домовленостей.

Отже, контрольна група демонструє здорову домінанту адаптивних типів взаємодії:

- половина пар (50%) – емоційно-компенсаторні, що свідчить про гнучкість і толерантність у шлюбі.

- близько 19% – гармонійні, тобто оптимальні в обох вимірах (ціннісному та рольовому).
- проблемні типи (конфліктний та асиметричний) становлять меншість, що підтверджує загалом високий рівень подружньої адаптації в цій вибірці.

Експериментальна вибірка включає 13 подружніх пар, які зазнають підвищеного психоемоційного навантаження внаслідок виховання дитини з ООП. Розподіл типів подружньої взаємодії представлений у таблиці.

Таблиця 2.5 – Типи подружньої взаємодії серед респондентів КГ

Тип подружньої взаємодії	Кількість пар	Частка (%)
Емоційно-компенсаторний	4	30.8 %
Гармонійний	3	23.1 %
Формальний	2	15.4 %
Асиметричний	2	15.4 %
Конфліктний	2	15.4 %

Гармонійний тип (23.1%). Наявність трьох пар із гармонійною структурою подружньої взаємодії в умовах виховання дитини з ООП є надзвичайно показовим фактом. Це означає, що частина подружніх пар демонструє:

- високу інтегрованість у шлюбних ролях,
- чіткий розподіл обов'язків,
- емоційне узгодження,
- цілісну та стійку модель партнерства.

Ці родини, ймовірно, використовують резиліентні стратегії (Walsh, 2003), уникають рольового дисбалансу та фрустрацій навіть за умов хронічного стресу.

Емоційно-компенсаторний тип (30.8%). Найбільша частка належить саме до цього типу. Партнери у таких союзах демонструють високий емоційний ресурс, за рахунок якого згладжуються потенційні труднощі у виконанні окремих шлюбних ролей. Така модель характерна для пар, де важливішим за функціональний розподіл є почуття прийняття, розуміння, підтримки. У випадку родин, які виховують дитину з ООП, саме емоційна згуртованість часто стає критичним фактором стабільності.

Формальний тип (15.4%). Дві пари демонструють формально-виконавчу модель: ролі дотримуються, однак особистісна залученість низька, що може бути захисною реакцією на хронічне емоційне виснаження. Це може проявлятися в рутинності спілкування, відсутності глибоких обговорень, або орієнтації на «функціональність» шлюбу, а не на близькість.

Конфліктний тип (15.4%). Цей тип виявлено також у двох парах. У них простежуються високий рівень розбіжностей між очікуваннями та фактичним виконанням ролей; можливі звинувачення, незадоволення, або латентний конфлікт.

У контексті виховання дитини з ООП та супутніх стресів (виснаження, ізоляція, брак підтримки), конфліктність може активуватись швидше, ніж у родинях без таких викликів.

Асиметричний тип (15.4%). Також у двох парах виявлено яскраво виражену нерівномірність ролей – один із партнерів виконує переважну кількість функцій (побут, догляд, організація допомоги), тоді як інший знижено включений. Така структура найчастіше пов'язана з «перевантаженням матері» (що підтверджується іншими методиками), а також з емоційною дистанцією батька. Це серйозний ризик дестабілізації шлюбу, якщо не задіяні зовнішні підтримувальні ресурси (фахівці, родина, громада).

Структура подружньої взаємодії в експериментальній групі характеризується більшою рівномірністю типів, ніж у контрольній, що

свідчить про підвищену варіативність шляхів адаптації; емпіричну наявність як адаптивних (гармонійний, компенсаторний), так і дезадаптивних типів (конфліктний, асиметричний); тенденцію до напруження рольової системи, особливо в емоційному та побутовому вимірах.

Зміст отриманих результатів логічно узгоджується з результатами інших застосованих методик, підтверджуючи системний характер впливу особливих освітніх потреб дитини на подружні взаємини.

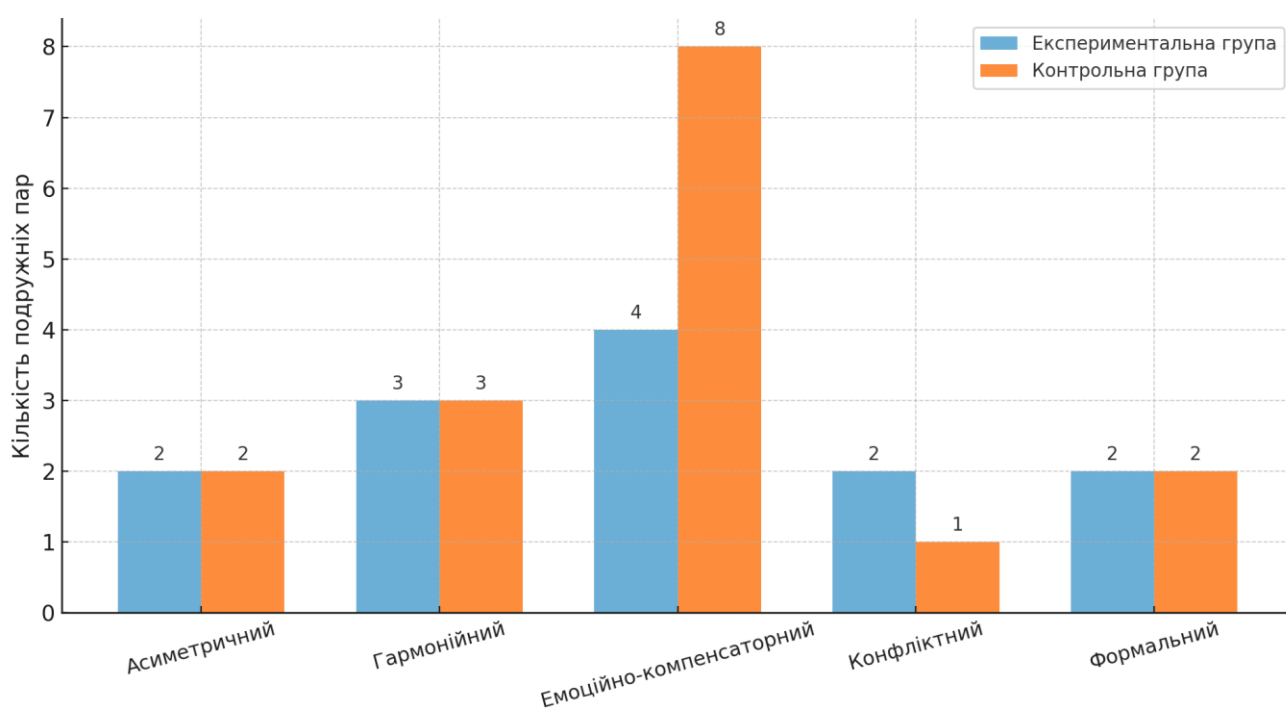


Рисунок 2.4 – Типи подружньої взаємодії (порівняння ЕГ та КГ)

Ця діаграма відображає типи подружньої взаємодії у контрольній та експериментальній вибірках за методикою С. Бондаренка. Візуалізовані дані свідчать про наявні якісні та кількісні відмінності у структурах подружньої взаємодії між сім'ями, які виховують дітей з особливими освітніми потребами (експериментальна група), та сім'ями без таких дітей (контрольна група). Гармонійний тип. Показники цього типу ідентичні у двох вибірках (по 3 пари), що вказує на наявність стабільних і добре узгоджених подружніх союзів незалежно від зовнішніх обставин. Емоційно-компенсаторний тип. У контрольній групі цей тип виражено домінує (8 пар), на відміну від

експериментальної (4 пари). Це може свідчити про високу емоційну чутливість у стосунках, де відсутність повної рольової симетрії компенсується афективною підтримкою.

Формальний тип присутній на однаковому рівні в обох вибірках (2 пари). Йдеться про пари, де виконуються рольові функції, однак із низьким рівнем особистісного залучення, що може мати як адаптивний, так і захисний характер. Конфліктний тип. У експериментальній групі спостерігається подвоєне представлення конфліктних шлюбів (2 пари проти 1 у контрольній). Це вказує на ризики дезінтеграції рольової структури в умовах хронічного стресу, що типово для сімей, які виховують дітей з ООП. Асиметричний тип. Цей тип був виявлений у двох парах кожної групи, що свідчить про існування рольової диспропорції у деяких союзах. Особливо актуальним є такий тип у сім'ях, де один із партнерів бере на себе домінуючу рольову та емоційну відповідальність, компенсуючи дефіцит участі іншого.

Отримані результати демонструють, що у контрольній групі переважає емоційно-компенсаторний тип, що є свідченням адаптивної емоційної пластичності. У експериментальній групі – більш широкий спектр типів, включаючи конфліктний та асиметричний, що вказує на вразливість системи подружньої взаємодії в умовах тривалого емоційного навантаження. Гармонійний тип представлений в однаковому обсязі, що підтверджує – стійкий союз можливий незалежно від обставин, за наявності ціннісної згоди та особистісної зрілості партнерів.

Проведене емпіричне дослідження дало змогу оцінити особливості діадного копінгу у подружніх пар, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, порівняно з парами з дітьми без діагностованих ООП. Отримані дані дозволили виявити відмінності у рівні позитивного та негативного копінгу, спільного подолання стресу та відкритості стресової комунікації між групами.

Таблиця 2.6 – Порівняльний аналіз показників за підшкалами опитувальника діадного копіngu у подружніх пар експериментальної та контрольної вибірок

Підшкала	Експериментальна група (n=13)	Контрольна група (n=16)
ПДКВ	3,2 ± 0,6	3,9 ± 0,4
ПДКП	3,0 ± 0,7	3,8 ± 0,5
СК	2,9 ± 0,8	3,7 ± 0,5
НДКВ	2,7 ± 0,6	2,2 ± 0,5
НДКП	2,8 ± 0,7	2,1 ± 0,4
СКом	3,1 ± 0,5	3,8 ± 0,3
ЗІДК	3,0 ± 0,4	3,8 ± 0,3

Для зручності результати можна подати по таких підшкалах:

1. Позитивний діадний копінг власний (ПДКВ) – дії, спрямовані на підтримку партнера у стресі.
2. Позитивний діадний копінг партнера (ПДКП) – як партнер підтримує респондента.
3. Спільний копінг (СК) – взаємні дії для подолання стресу.
4. Негативний діадний копінг власний (НДКВ) – власні деструктивні реакції.
5. Негативний діадний копінг партнера (НДКП) – деструктивні реакції партнера.
6. Стресова комунікація (СКом) – здатність відкрито повідомляти про стрес.
7. Загальний індекс діадного копіngu (ЗІДК) – інтегральна оцінка якості взаємодії.

Аналіз підшкали ПДКВ показав, що експериментальна група характеризується середнім рівнем $3,2 \pm 0,6$ бала, що свідчить про зниження активності власного позитивного копіngu. У контрольній групі цей показник був вищим – $3,9 \pm 0,4$ бала, що вказує на більш часте та систематичне використання стратегій підтримки партнера. Таким чином, вже на рівні власної підтримки партнера спостерігаються перші відмінності між групами.

Подальший аналіз підтвердив тенденцію до зниження позитивного копінгу у експериментальній групі. Середній показник ПДКП становив $3,0 \pm 0,7$ бала, тоді як у контрольній – $3,8 \pm 0,5$ бала. Це свідчить про обмежену активність партнера у наданні емоційної підтримки та підтверджує, що взаємна підтримка у сім'ях з дітьми з ООП є менш інтенсивною. Отримані дані дозволяють зробити висновок, що зниження позитивного копінгу проявляється як на рівні власних дій, так і на рівні реакцій партнера.

Розглядаючи спільний копінг, експериментальна група продемонструвала середній рівень $2,9 \pm 0,8$ бала, у той час як у контрольній групі він був $3,7 \pm 0,5$ бала. Це свідчить про те, що кооперативні дії у стресових ситуаціях менш активні у сім'ях з дітьми з ООП, що вказує на труднощі у спільному вирішенні проблем. Водночас, аналіз НДКВ показав, що середній бал у експериментальній групі дорівнював $2,7 \pm 0,6$ бала, тоді як у контрольній групі – $2,2 \pm 0,5$ бала. Це означає, що у сім'ях з ООП частіше проявляються деструктивні або контрпродуктивні стратегії власного копінгу, що може негативно впливати на подружню взаємодію. Аналіз НДКП підтвердив тенденцію до підвищення деструктивних стратегій у експериментальній групі: середній показник становив $2,8 \pm 0,7$ бала, у той час як у контрольній – $2,1 \pm 0,4$ бала. Таким чином, не лише власний копінг, а й поведінка партнера у стресі є менш конструктивною у сім'ях з дітьми з ООП. Оцінка стресової комунікації продемонструвала середній рівень $3,1 \pm 0,5$ бала у експериментальній групі та $3,8 \pm 0,3$ бала у контрольній. Це свідчить про обмежену відкритість у обговоренні стресових переживань та меншу готовність до конструктивного обміну емоціями у сім'ях з ООП.

Загальний індекс діадного копінгу у експериментальній групі дорівнював $3,0 \pm 0,4$ бала, тоді як у контрольній – $3,8 \pm 0,3$ бала. Підсумовуючи отримані дані, можна констатувати, що загальна ефективність діадного копінгу у сім'ях з дітьми з ООП є нижчою, що відображає

комплексне поєднання зниження позитивного копіngu, обмеження спільного подолання стресу та зменшення відкритої комунікації.

Отримані результати демонструють, що подружні пари, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, характеризуються нижчим рівнем позитивного копіngu, спільного подолання стресу та відкритої комунікації, а також вищим рівнем негативного копіngu. Ці особливості підтверджують гіпотезу дослідження про специфічні психологічні характеристики міжособистісних взаємодій у таких сім'ях.

У межах емпіричного етапу дослідження було проведено авторське анкетування батьків із сімей, що виховують дітей з особливими освітніми потребами. Анкета мала на меті виявлення специфіки подружньої взаємодії в умовах батьківського стресу, рольового дисбалансу та емоційного навантаження. У дослідженні взяли участь 13 подружніх пар експериментальної вибірки.

Аналіз відповідей дозволив виокремити низку показових тенденцій. Зокрема, у 69% випадків зазначалося, що головні обов'язки щодо повсякденного догляду за дитиною з ООП виконує мати. Лише 8% респондентів вказали на участь батька як основного виконавця ролей, тоді як решта (23%) схилилася до думки про відносну рівномірність розподілу. Водночас понад 60% опитаних визнали розподіл обов'язків частково або цілком несправедливим, що вказує на наявність вираженої рольової асиметрії. Така ситуація, як свідчать дані, стає джерелом напруження та суб'єктивного перевантаження, особливо серед жінок.

Важливою є також динаміка емоційного самопочуття батьків. Близько 46% респондентів (переважно жінки) повідомляють про часте або щоденне емоційне виснаження. Лише 23% батьків відчувають сталі прояви підтримки з боку партнера; інші або фіксують її часткову наявність, або констатують відсутність. Зафіксовано, що 77% учасників опитування зазнали зниження самооцінки як подружнього партнера після народження дитини з ООП. Такі

показники свідчать про ризик розвитку хронічного емоційного виснаження у батьків, зокрема через недостатню парну згуртованість та емоційну взаємопідтримку.

Особливу увагу слід звернути на зміну характеру подружніх стосунків. У 46 % сімей учасники відзначили погіршення взаємин після появи дитини з ООП. Водночас, 31 % вважають, що ситуація не зазнала змін, і лише 23 % повідомляють про покращення стосунків. Окрім цього, понад третина подружніх пар (38 %) уникають обговорення труднощів, пов'язаних із вихованням дитини, що свідчить про зниження відкритості у комунікації. Також у 38 % респондентів спостерігається підвищена конфліктність у подружжі з приводу виховання дитини. Така конфігурація відображає поступову ерозію діалогу, емоційну ізоляцію та функціональну фрагментацію у партнерстві.

Щодо джерел підтримки, 54 % респондентів заявили, що можуть покладатися лише на себе або на одного з партнерів. Родинна підтримка згадується частіше, ніж допомога друзів чи фахівців, і лише 23 % повідомили про звернення до психологів або консультантів. Це свідчить про відносно низький рівень інтеграції таких сімей у системи зовнішньої підтримки та послуги. Зафіксована ситуація може бути наслідком стигматизації, недовіри до інституцій або банального браку доступу до сервісів допомоги.

Змістовий аналіз відповідей на відкрите питання дозволив виявити внутрішні ресурси родинної адаптації. Серед найчастіше згадуваних чинників – взаєморозуміння, віра в дитину, цілеспрямованість, взаємна повага, спільність поглядів. Водночас окремі респонденти вказували на відсутність будь-якої підтримки, що є індикатором глибокої фрустрації й потребує фахового втручання. У деяких відповідях звучала тема «звички» або «неминучості», що, попри видиму стабільність, може свідчити про емоційне відчуження або адаптацію через примирення.

Узагальнюючи результати анкетування, можна стверджувати, що сім'ї, які виховують дітей з ООП, зазнають підвищеного емоційного, комунікативного та рольового навантаження, що суттєво впливає на якість подружніх взаємин. Водночас, наявність таких ресурсів, як почуття взаємної відповідальності, спільна ціль і толерантне ставлення до змін, свідчать про потенціал родинної резилієнтності, що дозволяє зберігати функціональність подружнього союзу навіть в умовах тривалого стресу.

У межах емпіричного дослідження подружньої взаємодії було проведено авторське анкетування батьків контрольної вибірки, що не мають досвіду виховання дітей з особливими освітніми потребами. У дослідженні взяли участь 16 подружніх пар. Анкета була спрямована на виявлення особливостей функціонування подружніх стосунків в умовах стандартного сімейного навантаження, зокрема – розподілу обов'язків, емоційної підтримки та стійкості партнерської комунікації.

Аналіз отриманих результатів свідчить про переважну рольову рівновагу в організації сімейного життя. Так, 56% респондентів оцінили розподіл обов'язків як цілком справедливий, ще 31% – як частково справедливий, і лише 13% висловили невдоволення наявною структурою. Виконання побутових функцій у 63% сімей поділяється між партнерами рівномірно, що є ознакою партнерської моделі взаємодії, яка сьогодні поступово нормалізується у свідомості сучасних батьків.

Показово, що лише 19% респондентів повідомили про регулярне відчуття навантаження у виконанні батьківських функцій, тоді як більшість (близько 60%) оцінили навантаження як помірне або незначне. Це дозволяє зробити висновок про відносну збалансованість функціонального розподілу ролей у межах контрольної вибірки.

У сфері емоційного самопочуття більшість опитаних продемонстрували високу або задовільну суб'єктивну оцінку підтримки з боку партнера: 67% відповіли ствердно, ще 21% зазначили наявність

часткової підтримки, і лише 12 % – її відсутність. Більшість учасників опитування (78 %) охарактеризували свою роль у шлюбі як партнерську. При цьому рівень самооцінки як шлюбного партнера був оцінений як високий у 53 %, середній – у 41 %, і занижений – лише в окремих випадках (6 %).

У контексті подружньої динаміки контрольна група демонструє низький рівень конфліктності: лише 13 % учасників зазначили часті суперечки, тоді як більшість (56 %) – рідко або майже ніколи не конфліктують. Респонденти найчастіше повідомляли, що ініціатива до вирішення конфліктів належить обом партнерам (47 %) або проявляється ситуативно. Це свідчить про помітну комунікативну узгодженість та конструктивні стратегії поведінки у шлюбі. Важливо, що 81 % батьків вважають свій шлюб емоційно благополучним або переважно благополучним, що є індикатором високої суб'єктивної задоволеності шлюбом.

У блоці, що стосувався джерел підтримки, 74 % учасників відзначили свого партнера як основне джерело підтримки. Значно рідше згадувались родичі (38 %), друзі (25 %) або фахівці (6 %). Майже половина (47 %) вважають, що психологічна підтримка подружжя може бути корисною у кризових ситуаціях, хоча регулярної потреби в ній не відчують.

Змістовий аналіз відкритих відповідей на запитання «Які чинники, на Вашу думку, є запорукою здорових шлюбних стосунків?» дозволив ідентифікувати найбільш частотні тематичні категорії. Найбільш поширеними були: «взаємна повага», «спільні цінності», «підтримка у складнощах», «спільні цілі» та «відвертість». Меншою мірою згадувались: «гумор», «розділення простору», «індивідуальна свобода». Загалом, відповіді респондентів контрольної групи демонструють високу цінність партнерської взаємності, що визначає якість шлюбної комунікації.

Узагальнюючи, слід зазначити, що респонденти контрольної групи виявили високий рівень емоційної включеності у шлюб, задоволеність

взаємодією, рівномірний розподіл функцій та стійкий рівень самоповаги як шлюбних партнерів. Дані анкети підтверджують, що за відсутності зовнішніх травмувальних обставин, шлюбна система зазвичай функціонує як рівноважна і саморегульована. Це дозволяє розглядати контрольну групу як порівняльно стабільну модель, що виконує роль реперної у контексті дослідження впливу ООП на подружню взаємодію.

2.3 Психологічні стратегії підтримки та гармонізації подружніх стосунків у сім'ях з дітьми з ООП

Сім'я, що виховує дитину з особливими освітніми потребами (ООП), стикається з багаторівневими викликами, які впливають на всі підсистеми родинного функціонування, включно з подружніми стосунками. У таких умовах психологічна підтримка подружжя має бути спрямована не лише на подолання стресу, але й на реструктуризацію комунікації, відновлення партнерської згуртованості та мобілізацію ресурсів спільного переживання.

Дослідники наголошують, що найбільш ефективними є стратегії, які ґрунтуються на поєднанні інтраособистісної стабілізації, міжособистісного діалогу та зовнішньої соціально-психологічної підтримки. Виходячи з цього, умовно можна виокремити кілька ключових стратегічних напрямів гармонізації подружніх взаємин у сім'ях з дітьми з ООП.

1. Психоемоційна стабілізація партнерів. Основою гармонійної взаємодії є ресурсність кожного з членів подружжя. Стратегії цього рівня включають техніки зниження рівня тривожності та емоційного виснаження (релаксація, майндфулнес, дихальні практики); формування емоційної саморегуляції та толерантності до невизначеності (техніки когнітивного реструктурування); психоедукацію щодо природи стресу у зв'язку з вихованням дитини з ООП.

Такі втручання сприяють зниженню конфліктності, покращенню самооцінки як партнера та зменшенню ймовірності психоемоційного вигорання, особливо у жінок.

2. Відновлення подружнього діалогу. Психологічна допомога має бути спрямована на актуалізацію та відновлення комунікаційних практик у шлюбі, адже виховання дитини з ООП часто спричиняє звуження діалогу до обговорення лише інструментальних завдань. Стратегії включають навчання емпатійного слухання та «Я-повідомлень»; впровадження практик регулярних партнерських зустрічей для обговорення не лише проблем, а й позитивних подій; розвиток взаємного визнання зусиль партнера, що підвищує відчуття значущості й емоційної безпеки.

За даними досліджень Gottman Institute, саме підтримка мікромоментів позитивної взаємодії у повсякденному житті є основою стабільного шлюбу в умовах стресу.

3. Мобілізація подружньої згуртованості. Згуртованість подружньої підсистеми потребує постійного «перезавантаження» – особливо в умовах догляду за дитиною з ООП. Для цього використовуються психотерапевтичні або консультативні практики, спрямовані на відновлення «ми-ідентичності»; робота з сімейними цінностями, які об'єднують (сміслотворення навколо батьківства); розвиток практик вдячності, ритуалів єдності (спільні традиції, символи, час на двох).

Важливим компонентом є визнання обома партнерами спільного «виклику» як джерела зростання, а не як покарання.

4. Зовнішня підтримка і залучення до спільнот. Сім'ї з дитиною з ООП часто опиняються в соціальній ізоляції. Тому важливо заохочувати участь у групах взаємопідтримки для батьків; формувати мережу ресурсних контактів (психолог, дефектолог, соціальний працівник); забезпечувати доступ до системної інформації про права, ресурси, сервіси.

Концепція екосоціального підходу підкреслює якість соціального оточення, яка є критичним чинником для адаптації родини до дитини з ООП.

Психологічні стратегії гармонізації подружніх взаємин у сім'ях з дітьми з ООП мають бути багаторівневими, контекстуалізованими та ціннісно орієнтованими. Йдеться не лише про корекцію поведінки чи навичок, а про підтримку глибоких зв'язків взаємоповаги, залученості, емоційної солідарності. Сім'я має розглядатися як динамічна система, що має потенціал до адаптації, за умов наявності доступу до внутрішніх і зовнішніх ресурсів.

Отримані результати емпіричного дослідження спонукали нас розробити практичні психологічні рекомендації для фахівців, які працюють із подружніми парами, що виховують дітей з особливими освітніми потребами (ООП). Рекомендації структуровані за напрямками професійного втручання та мають прикладне спрямування:

1. *Фахівцям психологічної служби (практичні психологи, психотерапевти)*

1.1. Здійснювати діагностику емоційного стану обох партнерів, зокрема рівня тривожності, вигорання, зниження самооцінки, симптомів хронічного стресу.

1.2. Впроваджувати психокорекційні програми, спрямовані на зниження тривоги та емоційного виснаження; розвиток навичок емоційної саморегуляції; відновлення внутрішньої ресурсності.

1.3. Залучати подружжя до сімейного консультування, де фокус – на покращенні комунікації, формуванні позитивного образу партнера, відновленні почуття взаємної підтримки та командності.

1.4. Сприяти формуванню стресостійких подружніх стратегій: планування спільного відпочинку, розмежування ролей, створення умов для приватного часу кожного партнера.

2. Фахівцям освітнього середовища (соціальним педагогам, педагогам інклюзивних класів)

2.1. Організовувати зустрічі з батьками в інклюзивному середовищі, де можна обговорювати труднощі виховання, емоційні стани, відчуття партнерської самотності.

2.2. Підвищувати інформаційну компетентність батьків щодо ресурсів підтримки, сервісів, прав дитини з ООП – для зменшення тривоги і невизначеності у партнерських ролях.

2.3. Заохочувати участь подружніх пар у родинних програмах, тренінгах, психопросвітницьких заходах – з акцентом на партнерське виховання, збереження стосунків, спільне вирішення труднощів.

3. Соціальним працівникам, фахівцям центрів підтримки сім'ї

3.1. Забезпечувати інституційну підтримку сімей з дитиною з ООП шляхом залучення до груп взаємодопомоги, програм соціального супроводу, кризового консультування.

3.2. Виявляти родини з високим ризиком конфліктності або розпаду через виражену рольову асиметрію, відчуття самотності одного з партнерів, відсутність зовнішньої підтримки.

3.3. Співпрацювати із службами психологічної допомоги для створення інтегрованих програм комплексної підтримки сімей, з акцентом на подружню взаємодію, не лише на виховання дитини.

4. Універсальні міждисциплінарні заходи підтримки

- Створення програм родинної резиліентності – групової або індивідуальної роботи з парами, які виховують дитину з ООП.

- Розробка психологічних інтенсивів для подружжя, спрямованих на відновлення емоційного контакту, переоцінку цінностей, зміцнення довіри.

- Впровадження системи психоосвітніх лекцій та міні-тренінгів у школах та центрах інклюзії: про баланс ролей, емоційне вигорання, ресурси пари.

Емпіричні результати проведеного нами дослідження засвідчили, що понад 70 % подружніх пар з дитиною з ООП відчувають зниження емоційної близькості; майже 80 % зафіксували перерозподіл ролей на користь одного з партнерів (здебільшого матері); 46 % відзначили погіршення якості шлюбного спілкування. У цьому контексті стає очевидною необхідність системної психологічної підтримки саме подружньої взаємодії, адже стабільність і функціональність сім'ї як цілісного організму залежить не лише від здатності батьків виконувати доглядові функції, а від наявності емоційного зв'язку, взаєморозуміння та партнерського альянсу. На відміну від індивідуального консультування або разових семінарів, тренінгова форма взаємодії забезпечує ефективне поєднання інформування, проживання емоційного досвіду та формування нових моделей взаємодії у безпечному просторі. Такий формат дозволяє активізувати рефлексію партнерів щодо їхніх ролей, емоцій і ресурсів, навчити інструментам емпатійного спілкування і конструктивного вирішення конфліктів, закласти підвалини для стійкої подружньої резилієнтності – здатності підтримувати зв'язок навіть в умовах зовнішнього тиску.

У тренінгу реалізуються найважливіші напрями психологічної підтримки, рекомендовані у науково-практичних дослідженнях:

- гармонізація емоційного фону шлюбної взаємодії (Gottman, Є. Потапчук);
- профілактика емоційного вигорання у батьків (Maslach, Leiter, Л. Карамушка);
- розвиток родинної резилієнтності (Walsh);
- підвищення ролевої взаємоповаги та спільного смислу у партнерстві.

Окрім індивідуально-психологічного впливу, тренінг виконує важливу соціальну функцію – створює простір солідарності, знижує ізоляцію, формує довіру до допомоги. Тобто він працює не лише на зміцнення окремої пари, а й на розширення соціального капіталу таких сімей, підвищуючи загальний рівень інклюзивної згуртованості в суспільстві.

Розроблена нами тренінгова програма «Разом попри все: гармонія у шлюбі, коли поруч дитина з ООП» передбачає використання комплексу психологічних вправ і технік, спрямованих на відновлення партнерської згуртованості, емоційного контакту та комунікативної ефективності у подружніх парах, які виховують дитину з особливими освітніми потребами. Вправи об'єднані у тематичні блоки відповідно до ключових цілей тренінгу та реалізуються у логіці поступового переходу від інтраособистісної рефлексії до міжособистісної взаємодії.

Зміст тренінгу структуровано на засадах поєднання технік емоційної саморегуляції, розвитку емпатійного слухання, реконструкції позитивного партнерського досвіду та формування спільних ресурсних практик. Це забезпечує як глибину емоційного опрацювання, так і адаптаційний ефект, що закріплюється у практичному вимірі взаємодії пари.

Зокрема, до програми включено:

- Рефлексивні вправи: «Паспорт моїх емоцій», «Колесо родинних ролей», які дозволяють учасникам усвідомити власні емоційні стани, рівень внутрішнього напруження та співвідношення подружніх і батьківських ролей. Це сприяє підвищенню рівня емоційної грамотності, що, за даними R. Bar-On та D. Goleman, є базовою умовою конструктивного міжособистісного спілкування.
- Емпатійно-комунікативні техніки: «Теплий діалог», «Слухаю тебе серцем», які формують навички активного слухання, вираження почуттів через «Я-повідомлення», а також толерантність до партнерської вразливості. Ці техніки базуються на принципах ненасильницького

спілкування (М. Rosenberg) і є дієвими у профілактиці подружньої конфліктності.

- Ресурсні вправи: «Я пам'ятаю, як ми...», «Карта мікрорадості», «Ми – команда», що активізують позитивний досвід взаємодії, зміцнюють спільну смислову платформу і формують відчуття «психологічного притулку» в шлюбі. Такі вправи дозволяють знижувати емоційне виснаження, актуалізуючи внутрішні джерела підтримки.

Змістовий акцент у вправ покладено на відновлення емоційного зв'язку у шлюбі, який часто порушується під впливом постійного фокусу на вихованні дитини з ООП. Через структуровану рефлексію, відкритий діалог і створення мікропрактик підтримки, подружжя отримує можливість усвідомити себе не лише як батьків, але і як партнерів, здатних підтримувати один одного в умовах тривалого стресу. У сукупності запропоновані техніки мають корекційно-профілактичну дію та орієнтовані на розвиток партнерської резиліентності, зменшення емоційної дистанції, підвищення функціональної адаптації подружньої системи в умовах виховання дитини з ООП.

Таким чином, тренінг є цілісним інструментом психологічної допомоги, що поєднує індивідуальну рефлексію, парну взаємодію та елементи групової підтримки.

Мета тренінгу: посилити подружню згуртованість, відновити емоційний контакт у парі, сформувані навички конструктивного спілкування та підтримки, визначити особистісні й партнерські ресурси для подолання життєвих труднощів.

Таблиця 2.6 – Загальна структура тренінгу

Час	Етап	Мета	Форми роботи
15 хв	Вступ	Знайомство, налаштування	Міні-презентація, очікування
40 хв	Блок Емоційна	1. Виявлення почуттів, навчання ідентифікації та	Рольові вправи, робота в парах

	грамотність	вираженню емоцій	
45 хв	Блок 2. Ми – не лише батьки	Усвідомлення ролей у шлюбі, пошук рівноваги	Методика «Колесо балансу», дискусія
45 хв	Блок 3. Підтримка як навичка	Формування емпатійного слухання та партнерської підтримки	Вправа «Теплий діалог», «Слухаю тебе серцем»
30 хв	Блок 4. Простір для двох	Створення спільних ритуалів і мікропрактик	Робота в парах: «Карта нашого відновлення»
20 хв	Завершення	Зворотний зв'язок, емоційне закріплення	Вправа «Я беру з собою», анкета оцінювання

Змістове наповнення блоків

Блок 1. Емоції як мова подружжя. Міні-інтерактив: «Які емоції живуть між нами сьогодні?». Вправа: «Паспорт моїх емоцій» – кожен партнер описує часті емоційні стани, не звинувачуючи іншого.

- Обговорення: як емоції посилюють або руйнують зв'язок. ☞
Навчає емоційної відкритості та визнання внутрішнього стану партнера.

Блок 2. Ми – не лише батьки. Рефлексивна вправа: «Колесо родинних ролей» (партнер, батько/мати, друг, співрозмовник, організатор). Дискусія: що змінилось після появи дитини з ООП? Що залишилось цінним? Вправа «Я пам'ятаю, як ми...» – реконструкція позитивного досвіду пари. ☞
Повертає відчуття спільності, партнерства і цінності «нас».

Блок 3. Підтримка: бути поруч, а не замість. Міні-презентація: активне слухання, «Я-повідомлення», ненасильницьке спілкування. Вправа «Теплий діалог»: слухаємо партнера 3 хвилини, не перебиваючи. Рольова вправа «Ситуація ускладнення» – проговорення кризових моментів із технікою конструктивної підтримки. ☞ Вчить партнерів розмовляти не для вирішення, а для розуміння.

Блок 4. Простір для двох. Вправа «Карта мікрорадості»: створення списку речей, які пара може робити разом щодня або щотижня для емоційного зв'язку. Побудова власного «ритуалу тепла»: коли, як, з ким, що говорити. Допомагає створити відновлювальний ритм для збереження емоційної близькості.

Матеріально-технічне забезпечення: роздаткові матеріали: шаблони кола ролей, карта відновлення, листи з емоційною шкалою; мультимедійний супровід: слайди, приклади.

Висновки до розділу.

Результати емпіричного дослідження дозволили виявити системні відмінності у структурі подружньої взаємодії між сім'ями, що виховують дітей з особливими освітніми потребами, та контрольними подружніми парами. Вибірка дослідження охоплювала 29 подружніх пар (13 – експериментальна група, 16 – контрольна).

У межах застосованих методик було виявлено, що подружні пари, які виховують дітей з ООП, значно частіше демонструють ознаки рольового дисбалансу: основне навантаження лягає на матерів, спостерігається відчуття несправедливості у розподілі обов'язків, а також підвищене емоційне виснаження внаслідок хронічного стресу. За методикою С. Бондаренка виявлено, що в експериментальній групі переважають типи подружньої взаємодії з ознаками дезадаптації – конфліктний, асиметричний, емоційно-компенсаторний, тоді як у контрольній групі домінують гармонійні та партнерські стратегії. Аналіз за методикою Лірі свідчить про підвищену вираженість домінуючих і конформних тенденцій у парах, що виховують дитину з ООП, що супроводжується зниженням гнучкості у стилях спілкування та емоційній відкритості партнерів. Застосування методики «Емоційна взаємодія подружжя» (Є. Потапчук, О. Посвістак) показало, що в експериментальній групі знижені показники емоційного прийняття,

емпатійного відгуку та емоційного фону взаємодії. У контрольній вибірці ці показники мають стабільні позитивні тенденції. Авторське анкетування дозволило зібрати якісні дані, що вказують на наявність порушень у системі подружньої комунікації, зниження емоційної залученості, дефіцит підтримки у значної частини експериментальної вибірки. Натомість у контрольній групі зафіксовано високий рівень взаємної підтримки, партнерського балансу та емоційної задоволеності.

Запропонований комплекс психологічних вправ у межах тренінгу для подружніх пар, що виховують дітей з ООП, спрямований на відновлення емоційної взаємодії, розвиток навичок емпатійного спілкування та формування ресурсних партнерських стратегій. Застосовані техніки поєднують рефлексивний, комунікативний і відновлювальний компоненти, що дозволяє ефективно впливати на ключові сфери подружнього життя та сприяє підвищенню стійкості і згуртованості сім'ї в умовах підвищеного навантаження.

ВИСНОВКИ

1. У результаті теоретичного аналізу наукових джерел встановлено, що міжособистісні взаємини подружжя є складною психосоціальною структурою, яка формується під впливом індивідуальних, рольових, емоційних і комунікативних чинників та функціонує в межах динамічної системи подружнього партнерства. Системний підхід акцентує увагу на подружжі як на цілісному елементі сімейної системи, де кожен з партнерів взаємопов'язаний і взаємозалежний. Якість взаємин залежить від здатності системи адаптуватися до змін та криз, зокрема появи в сім'ї дитини з особливими потребами. Комунікативний підхід підкреслює роль спілкування як основи регуляції подружньої взаємодії. Адекватна вербальна та невербальна комунікація, здатність до емпатії, активного слухання та асертивного вираження почуттів визначають рівень гармонійності стосунків та їхню стійкість до зовнішніх впливів. Емоційно-особистісний підхід (розглядає подружні стосунки як простір емоційної взаємодії, де ключовими є здатність до емпатії, емоційного прийняття, підтримки, здатність розпізнавати й регулювати емоції як власні, так і партнера. У контексті батьківства, особливо коли йдеться про виховання дитини з ООП, ці аспекти набувають критичного значення.

Таким чином, об'єднання системного, комунікативного та емоційного підходів дозволяє комплексно інтерпретувати міжособистісні подружні взаємини як багаторівневу динамічну конструкцію, що водночас відображає психологічний контакт, рольову взаємодію та соціальну відповідальність партнерів. Ці наукові підходи створюють міцну теоретичну основу для подальшого емпіричного вивчення специфіки подружніх стосунків у сім'ях, які перебувають у ситуації підвищеного стресу – зокрема, у зв'язку з вихованням дитини з особливими освітніми потребами.

У процесі аналізу наукових джерел виявлено, що народження або діагностування дитини з особливими освітніми потребами виступає потужним стресогенним чинником, який впливає на функціонування сімейної системи в цілому та подружньої підсистеми зокрема. Цей вплив проявляється у зміні традиційної структури взаємодії, трансформації ролей, порушенні емоційного контакту та зростанні психоемоційного навантаження.

Психологічні особливості функціонування таких сімей включають: підвищену тривожність, емоційне виснаження одного або обох партнерів, прояви почуття провини, зниження рівня шлюбної задоволеності. У багатьох випадках спостерігається зростання ризику хронічного стресу, емоційної ізоляції та пригнічення емоційних потреб подружжя. Рольові зміни характеризуються тенденцією до порушення рівноваги між партнерами: часто один із них (здебільшого мати) перебирає на себе основні функції догляду за дитиною, що призводить до перевантаження та формування дисбалансу у сфері відповідальності. Водночас інший партнер може поступово емоційно дистанціюватися, що ще більше посилює напруження у стосунках. Соціальні аспекти функціонування таких сімей позначаються звуженням соціальних контактів, обмеженням участі в суспільному житті, складністю у доступі до ресурсів та підтримки. Це створює передумови до соціальної ізоляції пари та зниження суб'єктивного відчуття підтримки ззовні.

На основі аналізу сучасних досліджень встановлено, що адаптивне функціонування сім'ї в умовах виховання дитини з ООП залежить від кількох критичних чинників: наявності підтримуючого партнерського діалогу, здатності до гнучкого перерозподілу ролей, формування нових сімейних смислів, а також доступу до зовнішніх ресурсів (інформаційних, емоційних, професійних).

Отже, специфіка функціонування сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, полягає у зростанні навантаження на

подружню підсистему, необхідності психологічної перебудови стосунків та потребі в цілеспрямованій підтримці як на індивідуальному, так і на інституційному рівнях.

2. У межах теоретичного аналізу та узагальнення емпіричних джерел було виокремлено комплекс взаємопов'язаних факторів, які суттєво впливають на якість подружніх взаємин у сім'ях, що виховують дитину з особливими освітніми потребами. Насамперед виявлено, що рольова асиметрія є одним із найхарактерніших феноменів у таких родинах: переважно один із партнерів (частіше мати) бере на себе основну частину доглядових, організаційних та емоційно-регулятивних функцій. Це спричиняє дисбаланс відповідальності та зростання відчуття нерівності, що провокує зниження шлюбної задоволеності, а іноді – взаємні обвинувачення або фрустрацію. Другим ключовим фактором є емоційне виснаження як наслідок хронічного стресу, інформаційного перевантаження, тривалого режиму мобілізації ресурсів. У багатьох випадках подружжя демонструє ознаки психоемоційного вигорання, що ускладнює підтримання емоційної чуйності, здатності до співпереживання та включеності у шлюбну взаємодію. Третім критичним фактором є зміна комунікативної динаміки у шлюбі. Спілкування між партнерами у таких умовах часто набуває інструментального характеру (обговорення режиму дитини, лікування, логістики), що призводить до звуження емоційного діалогу, втрати зв'язку з потребами одне одного та зниження емоційної інтимності.

Окрім зазначених, у структурі дестабілізаційних чинників визначено також: почуття провини за стан дитини, соціальну ізоляцію, нестачу підтримки ззовні, труднощі з прийняттям нового образу сім'ї. Водночас, на якість подружньої взаємодії позитивно впливають наявність взаємної емпатії, гнучкий розподіл ролей, емоційна відкритість і підтримка – як внутрішньосімейна, так і зовнішня.

Таким чином, якість міжособистісних взаємин у подружжі в умовах виховання дитини з ООП залежить від балансу між зростаючим навантаженням і наявністю ресурсів, що дозволяють зберігати зв'язок, довіру і взаємну підтримку у шлюбі.

3. У результаті проведеного емпіричного дослідження, що охопило дві вибірки – експериментальну (13 подружніх пар, які виховують дітей з особливими освітніми потребами) та контрольну (16 подружніх пар із типово розвиненими дітьми), було виявлено низку статистично й психологічно значущих відмінностей у структурі подружніх взаємин. Згідно з результатами методики «Емоційна взаємодія подружжя» (Є. Потапчук, О. Посвістак), в експериментальній групі виявлено зниження рівня емоційного прийняття, чуттєвості та позитивного емоційного фону взаємодії, що свідчить про порушення емоційного контакту, підвищену втомлюваність та дефіцит емпатійного ресурсу. У контрольній групі ці показники були помірно або виражено гармонійними. За результатами опитувальника міжособистісних відносин Т. Лірі встановлено, що подружні пари з дітьми з ООП демонструють зростання тенденції до підпорядкованості, залежності та зниженої самопозиції, водночас зменшуючи вираженість доміантних і доброзичливих стилів. Це може свідчити про емоційне виснаження одного з партнерів, втрату активної взаємодії, підвищення ризику пригніченої ворожості або внутрішньої конфліктності. За методикою С. Бондаренка та тестом «Типи ставлення до сім'ї» виявлено, що пари експериментальної групи частіше виявляють дезадаптивні типи подружньої взаємодії (перехідні, напружено-стресові, емоційно дистанційовані), на відміну від контрольної вибірки, де переважають адаптивні (злагоджені, довірливі) типи. Авторські анкети для обох вибірок підтвердили вищий рівень суб'єктивного відчуття емоційного дефіциту, рольового перевантаження, та зниження якості шлюбного діалогу у парах з дітьми з ООП.

Таким чином, емпіричні результати підтверджують гіпотезу дослідження: міжособистісні взаємини у подружжі, яке виховує дитину з особливими освітніми потребами, мають специфічні характеристики – емоційне напруження, нерівномірний розподіл ролей, комунікативні труднощі – у порівнянні з парами, які виховують дітей без ООП. Це підкреслює необхідність цілеспрямованої психологічної підтримки та втручання на рівні партнерської взаємодії.

У результаті порівняльного аналізу було виявлено суттєві відмінності у типах емоційної взаємодії, стилях подружнього спілкування та рівні шлюбної задоволеності між експериментальною та контрольною вибірками. Подружні пари, які виховують дитину з ООП, демонструють зниження рівня емпатійності, емоційного прийняття і позитивного фону взаємодії, на відміну від пар контрольної групи, де ці показники були стабільно вищими. У стилях спілкування в експериментальній вибірці частіше проявляються залежні, підпорядковані або дистантні позиції, що свідчить про емоційне виснаження і втрату рівноваги в партнерстві. Рівень шлюбної задоволеності в сім'ях з дитиною з ООП загалом нижчий, що пов'язано з порушенням емоційної інтимності, рольовою асиметрією та браком конструктивної взаємодії. Водночас окремі респонденти демонстрували ознаки адаптивної згуртованості, що є підґрунтям для психологічної підтримки подружжя в кризових умовах.

4. У межах прикладної частини дослідження було створено структуровану тренінгову програму, спрямовану на гармонізацію подружніх стосунків у сім'ях, що виховують дітей з ООП. Програма включає чотири тематичні блоки, які охоплюють ключові сфери подружньої взаємодії – емоційну чутливість, комунікативну відкритість, підтримку в умовах стресу та формування ресурсних партнерських стратегій.

Комплекс вправ розроблений на засадах емоційно-особистісного та комунікативного підходів, з використанням практик активного слухання,

емпатійного діалогу, роботи з сімейними ролями та позитивною спільною пам'яттю. Програма орієнтована на груповий і парний формат роботи, адаптована до психологічних реалій сімей, що зазнають тривалого навантаження, та має високий потенціал до практичного впровадження у форматі сімейного консультування, соціально-психологічного супроводу чи інституційної допомоги.

Окремо були сформульовані психологічні рекомендації для фахівців, які працюють із зазначеною категорією родин. У рекомендаціях акцентовано увагу на важливості підтримки подружньої підсистеми, необхідності виявлення рольових дисбалансів, запобігання емоційному вигоранню та розвитку сімейної резилієнтності.

Таким чином, шосте завдання дослідження реалізоване у вигляді прикладного психолого-педагогічного продукту, що відповідає актуальним запитам практики та може бути використане в системі підтримки сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Антонова О. С. Міжособистісна взаємодія у шлюбі: психологічний аспект / О. С. Антонова // *Актуальні проблеми психології*. 2016. Т. III. Психологія розвитку. Вип. 8. С. 122–128.
2. Антонова О. С. Соціально-психологічні особливості подружньої адаптації молоді / О. С. Антонова // *Науковий вісник Херсонського держ. ун-ту. Серія: Психологічні науки*. 2017. Вип. 4. С. 64–69.
3. Бірюкова К. Зміст інклюзивної компетентності психолога як учасника команди супроводу дітей з особливими освітніми потребами // *Психологія та суспільство*. 2021. № 16(61). С. 5–12. DOI: 10.31392/NPU-ps.series12.2021.16(61).01.
4. Буковська О. Психологічні особливості взаємин у родині, яка виховує дитину з особливими потребами / О. Буковська, О. Прокоф'єва // *Науковий Вісник Мелітопольського державного педагогічного університету*. 2013. Вип. № 1 (10). С. 12–16.
5. Василенко О., Безручук Ю. Особливості соціально-психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами // *Psychology Travelogs*. 2023. № 2(2). С. 45–52. DOI: 10.31891/PT-2023-2-2.
6. Галій Н. М. Подружні взаємини в умовах життєвих труднощів / Н. М. Галій // *Практична психологія та соціальна робота*. 2019. № 10. С. 23–27.
7. Галій Н. М. Психологічні стратегії подолання кризи в подружжі / Н. М. Галій // *Психологія і особистість*. 2020. № 1(17). С. 51–58.
8. Готтман Дж., Сілвер Н. Сім принципів, як змусити шлюб працювати / Дж. Готтман, Н. Сілвер ; пер. з англ. Х. : Клуб сімейного дозвілля, 2017. – 320 с.

9. Данильчук В. М. Особливості батьківства дітей із ДЦП та його психологічний супровід [Електронний ресурс] / В. М. Данильчук // Теорія і практика сучасної психології. 2016. № 1. С. 44–49. Режим доступу:http://nbuv.gov.ua/UJRN/tpcp_2016_1_11
10. Дьоміна І. І. Психологія сім'ї: навчальний посібник / І. І. Дьоміна. К. : Каравела, 2010. 248 с.
11. Дьоміна І. І. Подружні взаємини як психологічна реальність сімейної системи / І. І. Дьоміна // *Психологічний часопис*. 2012. № 3(15). С. 87–95.
12. Кисляк Л. А. Психологічна підтримка сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами // *Актуальні проблеми психології*. 2020. № 3(15). С. 45–52.
13. Кочубей Т. Є. Гендерні аспекти гармонізації подружніх стосунків у контексті сімейного виховання / Т. Є. Кочубей // *Психологічні науки: проблеми і здобутки*. 2015. Вип. 7. С. 148–153.
14. Кучманіч І., Опанасенко Л. Соціальна підтримка сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами: екосоціальний підхід // *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2021. № 2(8). С. 112–118.
15. Мазур В., Нікора А. Напрями та зміст психолого-педагогічної підтримки сімей, які виховують дитину з особливими освітніми потребами // *InterConf*. 2022. № 3. С. 112–118.
16. • Максименко С. Д. Психологія особистості: навч. посіб. / С. Д. Максименко. К. : Центр учбової літератури, 2016. 352 с.
17. Максименко С. Д. *Генетика особистості: монографія* / С. Д. Максименко. Київ : КМ Академія, 2006. 320 с.
18. Мушкевич М. І. Подружні стосунки як чинник психологічного благополуччя сім'ї. *Психологія і суспільство*. 2020. № 1. С. 109–115.
19. Мушкевич М. І. *Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям: монографія* / за ред. М. І. Мушкевич. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 312 с.

20. Мушкевич М. І. Наукові підходи до сім'ї з проблемною дитиною. *Психологічні перспективи : зб. наук. пр. ; Волинський національний університет ім. Лесі Українки*. 2013. Вип. 21. С. 164–175.
21. Мушкевич М. І. Типи батьківського ставлення у сім'ях, які виховують проблемних дітей. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету* ; гол. ред. М. О. Носко. 2012. Вип. 105. Т. 2. С. 21–24.
22. Нагорна О. Діти з особливими освітніми потребами: дитячий церебральний параліч. *Поч. освіта*. 2012. 45. С.6–10.
23. Помиткіна Л. В., Злагодух В. В., Хімченко Н. С., Погорільська Н. І. Психологія сім'ї : навч. посіб. Київ : НАУ-друк, 2010. 270 с. nm2.univd.edu.ua+5ЗНУ E-learning+5Shron1+5
24. Потапчук Є. М. *Психологія сімейного консультування: навчальний посібник* / Є. М. Потапчук. Хмельницький : ХНУ, 2018. 232 с.
25. Потапчук Є. М. Особливості мовленнєвої поведінки подружжя в умовах подружньої зради. *Психологічні перспективи*. 2019. Вип. 34. С. 102–113.
26. Потапчук Є. М. Психологічна діагностика шлюбної сумісності. *Наукові записки Хмельницького національного університету. Серія: Психологія*. 2020. № 4(38). С. 45–53.
27. Руденок А.І., Вольська В.С. Емоційне вигорання батьків дітей з особливими освітніми потребами / Education and science of today: intersectoral issues and development of sciences • Volume 3 Education and science of today: intersectoral issues and development of sciences :Collection of scientific papers «ΛΟΓΟΣ» with Proceedings of the I International Scientific and Practical Conference (Vol. 3), Cambridge ,March 19, 2021. P.142-144 35.
28. Руденок А.І., Антонова З.О., Левицька Т.Л. Підтримка батьків дітей з особливими потребами в умовах інклюзивного навчання // III

International scientific conference «Modernization of the educational system: world trends and national peculiarities» : Conference proceedings, February 21th, 2020. Kaunas: Izdevnieciba Baltija Publishing ,130-133p.

29. Руденок А.І., Пекарська

30. Руденок А.І., Сукманюк О.В. Психолого-педагогічний супровід дітей із порушеннями опорно-рухового апарату. The driving force of science and trends in its development: collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the III International Scientific and Theoretical Conference, November 4, 2022. Coventry, United Kingdom: European Scientific Platform. P.142-144

31. Сиротюк Н. М. Особливості когнітивного компоненту подружньої адаптації у молодих сім'ях. *Наукові записки кафедри педагогіки*. 2019. Вип. 44. С. 112–117.

32. Сташук О. О. Сімейна згуртованість як чинник психологічної стійкості родин, які виховують дітей з особливими потребами. *Психологічні перспективи*. 2018. Вип. 31. С. 172–182.

33. Ткач Т. І. Типологія подружніх взаємин: теоретичний аналіз. *Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки*. 2018. Вип. 6. С. 93–98.

34. Ткач Т. І. Психологія конфліктів у сімейному житті. *Науковий вісник Херсонського держ. ун-ту. Серія: Психологічні науки*. 2020. Вип. 3. С. 71–75.

35. Ткаченко Т. Від інтеграції до інклюзії : [досвід черкас. шк., де було відкрито спец. клас для дітей, хворих на ДЦП] / Т. Ткаченко // Директор шк. 2016. № 9/10. С. 79–91.

36. Тюшнякова Р. Освіта - реабілітація : [особливості освіти дітей з ДЦП. *Упр. освітою*. 2012. № 7. С. 7–8.

37. Фаловська І. Наукові підходи до вивчення психологічного стану батьків, які мають дітей із дцп. *Наукові праці Міжрегіональної Академії*

управління персоналом. *Психологія*, 2022. (3 (52), 162-166.
<https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.3.23>

38. Федоренко Р. П. *Психологія молоді сім'ї: навчальний посібник* / Р. П. Федоренко, М. І. Мушкевич. Луцьк : ВНУ імені Лесі Українки, 2020. 248 с.

39. Федоренко Р. П. Психологічний аналіз подружніх взаємин на різних етапах функціонування сім'ї. *Наукові студії з соціальної та політичної психології*. 2021. Вип. 47(50). С. 131–140.

40. Царькова О. В. Особливості допомоги батькам, які виховують дітей з особливими потребами. *Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць К-ПНУ ім. І. Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2014. Вип. 23. С. 687–697.

41. Чеботарьова О.В. Метелики в обладунках. Діти з ДЦП / О.В.Чеботарьова, І.В. Гладченко. Харків: Видавництво «Ранок», ВГ «Кенгуру». 2019. 32 с.

42. Чепелева Н. В. *Соціальна психологія: навчальний посібник* / Н. В. Чепелева. Київ : Центр учбової літератури, 2015. 280 с.

43. Чепелева Н. В. Міжособистісна взаємодія як соціально-психологічний феномен. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2014. Т. 16, вип. 9. С. 37–42.

44. Шевченко В. Включення дітей з особливими потребами в соціально-освітнє середовище. *Гірська школа українських Карпат*. 2018. № 19. С. 98–102. DOI: 10.15330/msuc.2018.19.98-102.

45. Шпетна О. В. Психологічні аспекти інтеграції дітей з особливими освітніми потребами в музичні колективи. *Корекційна педагогіка*. 2024. № 5. С. 29–35. DOI: 10.57125/pedacademy.2024.05.29.14.

46. Яремчук І. О. Психологічні чинники подружньої сумісності: комунікативний аспект. *Психологічний часопис*. 2020. № 5. С. 97–104.

47. Antonovsky A. *Health, Stress, and Coping* / A. Antonovsky. San Francisco : Jossey-Bass, 1979. 255 p.
48. Berne E. *Games People Play: The Psychology of Human Relationships* / E. Berne. New York : Grove Press, 1964. 216 p.
49. Berscheid E., Walster E. *Interpersonal Attraction* / E. Berscheid, E. Walster. Reading, MA : Addison-Wesley, 1978. 265 p.
50. Bowen M. *Family Therapy in Clinical Practice* / M. Bowen. New York : Jason Aronson, 1978. 639 p.
51. Bradbury T. N., Fincham F. D., Beach S. R. H. Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. // *Journal of Marriage and the Family*. 2000. Vol. 62(4). P. 964–980.
52. Bronfenbrenner U. *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design* / U. Bronfenbrenner. Cambridge, MA : Harvard University Press, 1979. 330 p.
53. Goldenberg I., Goldenberg H. *Family Therapy: An Overview*. 8th ed. Belmont, CA : Brooks/Cole, 2013. 562 p.
54. Gottman J. M. *The Seven Principles for Making Marriage Work* / J. M. Gottman, N. Silver. New York : Crown Publishers, 1999. 288 p.
55. Gottman J. M. *What Predicts Divorce? The Relationship Between Marital Processes and Marital Outcomes* / J. M. Gottman. Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum Associates, 1994. 400 p.
56. Halford W. K. *Marriage and Relationship Education: What Works and How to Provide It*. New York : Guilford Press, 2011. 312 p.
57. Lazarus R. S., Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping* / R. S. Lazarus, S. Folkman. New York : Springer Publishing Company, 1984. 456 p.
58. Leary T. *Interpersonal Diagnosis of Personality: A Functional Theory and Methodology for Personality Evaluation* / T. Leary. New York : Ronald Press, 1957. 416 p.

59. Minuchin S. *Families and Family Therapy* / S. Minuchin. Cambridge, MA : Harvard University Press, 1974. 288 p.
60. Rogers C. R. *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory* / C. R. Rogers. London : Constable, 1951. 448 p.
61. Rubin Z. *Liking and Loving: An Invitation to Social Psychology* / Z. Rubin. New York : Holt, Rinehart and Winston, 1973. 180 p.
62. Satir V. *Peoplemaking* / V. Satir. Palo Alto : Science and Behavior Books, 1972. 312 p.
63. Spanier G. B. Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads / G. B. Spanier // *Journal of Marriage and the Family*. 1976. Vol. 38(1). P. 15–28.
64. Walsh F. *Strengthening Family Resilience* / F. Walsh. 2nd ed. New York : Guilford Press, 2006. 384 p.