

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

КВАЛІФІКАЦІЙНА ДИПЛОМНА РОБОТА

Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти

Рівень вищої освіти

ОСОБЛИВОСТІ РОЗПОДІЛУ СІМЕЙНИХ РОЛЕЙ У ДИСТАНТНИХ  
СІМ'ЯХ

Назва теми

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки  
Шифр, назва

Спеціальність 053 Психологія  
Шифр, назва

Шифр \_\_\_\_\_  
номер ІНП

Виконала: здобувач 4 курсу, 2 група ПП-19-1 \_\_\_\_\_ Михайло ПОЛУПАНОВ  
Підпис Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник Доктор філософії. доцент \_\_\_\_\_ Дарія КАРПОВА  
посада, науковий ступінь Підпис Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Нормоконтролер \_\_\_\_\_  
Підпис Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:  
Зав. кафедри психології та педагогіки  
доктор психологічних наук, професор \_\_\_\_\_ Євген ПОТАПЧУК  
Підпис Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

\_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

## АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи «Особливості розподілу сімейних ролей у дистантних сім'ях»

Здобувач Полупанов Михайло Ігорович

Керівник Карпова Дарія Євгенівна

Кваліфікаційна робота включає 63 с., 5 таблиць, 1 рисунок, перелік джерел посилання складає 50 найменування, 3 додатка.

Ключові слова: дистатні сім'ї, сімейні ролі, подружжя, розлука, рольова взаємодія, сімейних обов'язки, функції.

Об'єктом дослідження є функціонування дистантних сімей.

Предметом дослідження є особливості розподілу сімейних ролей у дистантних сім'ях.

За результатами дослідження розроблені практичні рекомендації членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей.

Одержані результати можуть бути використані у роботі фахівців з сім'ями.

Дипломник \_\_\_\_\_ Михайло ПОЛУПАНОВ

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту \_\_\_ червня 202\_\_ р.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	6
<b>РОЗДІЛ 1. СІМЕЙНІ РОЛІ В ДИСТАТНИХ СІМ'ЯХ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА</b> .....	8
1.1. Психологічна характеристика дистантних сімей .....	8
1.2. Сутність та типологія сімейних ролей за різними функціями сім'ї.....	21
Висновки до розділу.....	32
<b>РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗПОДІЛУ СІМЕЙНИХ РОЛЕЙ У ДИСТАТНИХ СІМ'ЯХ</b> .....	34
2.1. Програма експериментального дослідження уявлень молодих людей про сімейні ролі дистантних сімей .....	34
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження .....	40
2.3. Розробка практичних рекомендацій членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей .....	44
Висновки до розділу.....	46
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	48
<b>ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ</b> .....	51
<b>ДОДАТКИ</b> .....	56
Додаток А. Методика «Діагностика сімейних ролей подружжя» (Д. Карпова, Є. Потапчук) .....	57
Додаток Б. Анкета «Дистантні сім'ї» .....	61
Додаток В. Опитувальник Сімейні ролі» (за А. Черніковим) .....	62

## ВСТУП

**Актуальність теми.** У сучасному суспільстві спостерігається зростання дистатних сімей, внаслідок трудової міграції, необхідність фінансового забезпечення функціонування сім'ї, де один або обидва батьки працюють за кордоном, або чоловік, залишаючи родину в Україні, а також враховуючи сьогоденні події – військовий стан в Україні, де чоловік воює за рідну землю, а жінка з дитиною мусить бути закордоном задля безпеки чи вимушеного переїзду, бо їх будівлі зруйновані. Ця проблема має соціальну значимість, оскільки вона впливає на різні аспекти сімейного життя та добробуту дітей. Вивчення цієї проблеми є важливим, оскільки на кожному новому етапі розвитку суспільства збільшується цікавість до проблем створення та функціонування сім'ї.

Проблематика взаємозв'язку дистантних сімей досліджувалась в наукових працях багатьох вчених, серед них можна відзначити дослідження Н. Боказевич, І. Бородіна, В. Гончаренка, О. Стефанишина, О. Юр'євої, Т. Ткач, М. Домбровської тощо.

Аналіз наукової літератури показує, що проблематика дистантних сімей привертає увагу дослідників з різних галузей, включаючи соціологію, психологію, сімейну терапію та інші. Різноманітні дослідження в цій області розкривають різні аспекти проблеми і дають змогу зрозуміти її складність і вплив на сімейне життя. Характерною ознакою сучасної перебудови шлюбно-сімейних взаємин є трансформація рольових взаємин у сім'ї. Відсутність чітких норм, що регулюють рольові стосунки, ставить перед сучасною сім'єю ряд соціально-психологічних проблем. Однією з таких проблем є вибір способу рольової взаємодії в дистантній сім'ї та формування ставлення членів такої сім'ї до сімейних обов'язків.

**Об'єкт дослідження:** функціонування дистантних сімей.

**Предмет дослідження:** особливості розподілу сімейних ролей у дистантних сім'ях.

**Гіпотеза:** життєдіяльність дистантних сімей спричиняє нерівномірний розподіл сімейних ролей, що обумовлює виникнення перевантажень шлюбних партнерів сімейними обов'язками та поверхове виконання деяких з них.

**Мета** – з'ясування особливостей розподілу сімейних ролей у дистантних сім'ях.

Для досягнення мети визначили наступні **завдання дослідження:**

1. За результатами аналізу наукової літератури надати психологічну характеристику дистантних сімей.

2. Уточнити психологічну сутність та типологію сімейних ролей за різними функціями сім'ї.

3. Здійснити експериментальне вивчення особливостей розподілу сімейних ролей у дистантних сімей за інтелектуально-світоглядною, морально-психологічною, інтимно-сексуальною, матеріально-фінансовою і господарською функціями.

4. Розробити практичні рекомендації членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей.

**Практичне значення роботи.** Основні положення кваліфікаційної роботи та результати експериментального дослідження можуть бути корисні як і для практичних психологів, так і для сімей, молоді.

**Експериментальна база дослідження:** Дослідження здійснювалось у на базі Хмельницького національного університету, а також через соціальні мережі. Дослідженням було охоплено 30 людей, віком від 20 до 50 років.

**Апробація роботи:** апробація кваліфікаційної роботи знайшла відображення у публікації наукової статті у збірнику тез XII-ї Всеукраїнської науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти та молодих науковців (за міжнародною участю) «Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору».

**Структура роботи:** кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, переліку джерел посилання, додатків.

## РОЗДІЛ 1. СІМЕЙНІ РОЛІ В ДИСТАНТНИХ СІМ'ЯХ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

### 1.1 Психологічна характеристика дистантних сімей

Нині дистанційні сім'ї стають все більш поширеними, внаслідок еміграції, вимушеного виїзду за кордоном через бойові дії, необхідність фінансового забезпечення функціонування сім'ї, глобалізації та розвитку технологій. Таким чином дистанційні сім'ї, у яких члени сім'ї проживають на різних географічних відстанях, стають все більш поширеними в сучасному світі.

Варто зазначити, що сім'я як соціальний інститут завжди була у центрі уваги дослідників. Проблеми сім'ї як соціального інституту розглядаються в працях таких науковців, як: О. Ковтонюк, О. Макарова [14; 22;], Г. Венгер (психологічні особливості рольових стосунків у дистантних сім'ях) [3]; О. Воронова (психологічні особливості сучасної дистантної сім'ї) [5]; Д. Карпова, Є. Потапчук (особливості розподілу сімейних ролей за основними сімейними функціями сім'ї) [30]; Н. Коваль, Т. Дударева, (особливості побудови сімейних відносин на дистанції) [11]; О. Пашкова, (управління сімейними конфліктами в дистантних сім'ях [27]; Я Раєвська (вплив дистантної сім'ї на емоційну сферу підлітків) [32] та інші.

Аналізуючи наукову літературу з питань сім'ї, наголошуємо, що ця проблема сьогодні є найактуальнішою в нашому суспільстві. Феномен дистантної сім'ї виступає безсумнівно як соціально значуща проблема сучасності. За визначенням сучасних науковців, дистантна сім'я – це сім'я, члени якої тривалий час перебувають на відстані через те, що один або обидва батьки працюють за кордоном [5;7]. Тобто дистантна сім'я – це мала соціальна група людей, поєднаних родинними відносинами (шлюбу, кровної спорідненості, усиновлення, опіки), спільністю формування й задоволення біологічних і соціально-економічних потреб, любов'ю і взаємною моральною

відповідальністю. Це сім'я, котра офіційно вважається повною, а насправді члени родини, на жаль не отримують належного емоційного спілкування один з одним. У сучасній науковій літературі поняття дистантної сім'ї як сім'ї, члени якої тривалий час із різних причин проживають на відстані один від одного, визначали такі дослідники як Я. Гошовський, Ф. Мустаєва, В. Торохтій, І. Трубавіна. Окремим аспектам цієї проблеми присвячені роботи О. Пенішкевич (запропоновано типологію дистантних сімей); Н. Гордієнко, Н. Куб'як (розглянуто дистантну сім'ю як об'єкт соціально-педагогічної роботи); Т. Дорошок, Л. Ковальчук (проаналізовано зміни у поведінці дітей із сімей трудових мігрантів); О. Двіжони (досліджено вплив дистантних сімей на емоційно-почуттєву сферу молодших школярів) [15; 22; 23].

Як визначають вчені, характерними психологічними ознаками дистантної сім'ї є:

1) відсутність або значне порушення функціонування принаймні одного елемента в системі сімейних взаємин: мети (невідповідність виховної мети дорослих членів родини призначенню сімейної системи); порядку функціонування (дезорганізація сімейних зв'язків, що виявляється у відсутності адекватного розподілу сімейних ролей, неузгодженості цілей та правил у функціонуванні сім'ї як цілісної системи); енергетики системи (нестача активності, спрямованої на задоволення потреб інших членів родини, відсутність спрямованості на розвиток сім'ї і відповідно неготовність до змін як у житті кожного окремого члена родини, так і сім'ї в цілому);

2) низька якість функціонування родини аж до повної нездатності виконувати сімейні обов'язки, відповідно, незадоволення основних потреб членів родини.

Теоретичний аналіз різних підходів до визначення функцій сім'ї (Є. Ейдемільер, В. Юстицькіс, В. Целуйко) [22] дозволив встановити, що функції духовного або культурного спілкування, соціального контролю, а також емоційного контакту в дистантній сім'ї не задовольняється. Багатофакторність виміру сім'ї унеможлиблює єдину трактовку даної

категорії, але дозволяє зрозуміти важливість її як осередку фізичного та психосоціального розвитку особистості, джерела первинної соціалізації, посередника між суспільством та підростаючим поколінням, потужного фактора, що справляє на особистість як позитивний, так і деструктивний вплив [5].

Зазначимо, що тривале заробітчанство призводить до значного порушення функціонування системи сімейних взаємин, неправильного розподілу ролей подружжя у сім'ї, низької якості виконання сімейних обов'язків членами родини. Поміж подружжям виникають розлади та перепади настрою, домінування залежності в поведінці, імпульсивність, що нерідко проявляється у неналежній поведінці, внаслідок чого виникають конфлікти. Найвагомішою є проблема дефіциту реального спілкування подружжя.

Дослідниця Я. Раєвська стверджує, що причини утворення дистантних сімей слід шукати в усій палітрі відносин людини із зовнішнім середовищем, як соціальної істоти, в тому що є змістом соціального буття людини в усій її складності та суперечностях. В цілому можна відмітити, що соціальні відносини, в яких особистість відчуває себе нерівною з іншими, завжди характеризується протестуючою поведінкою. Однією з причин утворення дистантних сімей є соціально-економічна: необхідність фінансового забезпечення функціонування сім'ї, створення умов для належної освіти, надання з боку батьків переваги платним послугам, з одного боку, та неможливість забезпечити сімейні потреби в країні – з другого, вимагають від батьків пошуку роботи з належною оплатою за межами країни. Наступною причиною утворення дистантних сімей є соціально-психологічна, яка детермінується міжособистісними відносинами в сім'ї, в тому числі конфліктами в сім'ях, між родичами та знайомими [10].

Дедалі більшого інтересу з боку науковців зазнає дистантна сім'я, як визначає Ф. Мустаєва дистантну сім'ю такою, в якій життєдіяльність кожного члена подружжя через специфіку їхньої професії переважно проходить

окремо. До даних сімей вона відносить сім'ї таких професій як бортпровідників, моряків, артистів, космонавтів, геологів, військових, спортсменів, та вважає, що в середньому таких сімей є приблизно 4–6% від загальної кількості. Схожий погляд має В. Торохтій, він класифікує сім'ю як дистантну за особливими умовами її життя (це сім'я з недостатньою турботою, з непостійним батьківством), відносячи до таких сімей сім'ї також моряків, бортпровідників, геологів, військових, великих спортсменів, артистів. А ось дослідниця І. Трубавіна дистантною називає сім'ю, члени якої з різних причин перебувають на відстані один від одного – професія, ув'язнення, лікування, неспроможність утримувати сім'ю і передача дітей тимчасово в інтернат. Автор схиляється до зарахування її до неблагополучної сім'ї. Інший фахівець Д. Пенішкевич відносить до дистантних сімей заробітчани за кордоном [8]. Аналізуючи їхню життєдіяльність, дослідниця пропонує таку класифікацію, умовно розділяючи їх на декілька категорій:

1) сім'ї, де існує взаєморозуміння (кожен з батьків виконує відведену йому роль, тобто один із них заробляє гроші на навчання дітей, будівництво житла, відкриття власного бізнесу тощо; такі сім'ї не можна назвати неблагополучними, соціальний захист зводиться до надання їм соціально-педагогічної допомоги інформативного характеру);

2) неблагополучні дистантні сім'ї (з дітьми вдома залишається один із батьків, і частіше це жінка, а іноді і чоловік; неможливість поєднання в таких умовах виконання ролі матері й батька; виникнення в членів сім'ї спочатку стресу, а з часом і депресії; втрати нерідко роботи через необхідність догляду за дитиною; вирішення потреби в матеріальних коштах за рахунок заробітку мігранта; зловживання алкоголем та бездоглядність дитини);

3) обоє батьків тривалий час перебувають на заробітках за кордоном (дитина, як правило, залишається під опікою бабусі, дідуся, родичів, сусідів, друзів тощо; наслідок цього – дезадаптація та соціальна незахищеність дитини).

Сучасні дослідники виділяють такі види дистантних сімей:

1. За проживанням (спільним, роздільним):

– сім'ї, у яких один із батьків перебуває на заробітках за межами України протягом тривалого часу (більше 1-3 років);

– сім'ї, у яких батьки (обидва) перебувають на заробітках за межами України протягом тривалого часу (більше 1-3 років);

– сім'ї, де батьки працюють за вахтовим методом (охоронці, нафтовики, газовики тощо)

– сім'ї, у яких батьки періодично певний час відсутні (військові, моряки, артисти, спортсмени тощо);

– сім'ї, у яких діти народжені поза шлюбом та батьки ніколи разом не проживали;

– сім'ї з громадян різних держав, у якій дитина проживає періодично з одним із батьків;

– розлучені сім'ї, у яких дитина постійно проживає з одним із батьків.

2. За якістю сімейних стосунків:

– благополучні та неблагополучні;

– конфліктна, безконфліктна;

3. За проживанням у ступені родинності:

– сім'ї, у яких дитина проживає з одним із батьків;

– сім'ї, у яких дитина проживає з родичами;

– прийомна сім'я; – опікунська сім'я [4; 8;17].

Характеризуючи різновиди дистантних сімей, важливою типологічною ознакою класифікації називають причину утворення дистантної сім'ї, яка безпосередньо пов'язана з основою сімейних взаємин. За цією ознакою виділяють такі дистантні сім'ї:

– утворена внаслідок довготривалого тюремного ув'язнення одного з батьків;

– утворена після виїзду на заробітки одного з батьків у далеке зарубіжжя (як правило перебування цього батька за кордоном на заробітках триває десяток років, а то й більше);

– утворена після виїзду одного з батьків у близьке зарубіжжя (постійне перебування на сезонних роботах);

– утворена внаслідок фактичного розпаду сім'ї (чоловік/дружина проживають від сім'ї окремо тривалий час, що буває орієнтовно в таких ситуаціях: а) «найшла коса на камінь» (ніхто не хоче поступитися своїми амбіціями у сімейних чварах, тому один із них проживає у своїх батьків, окремо від сім'ї з дитиною); б) один із батьків подає на розлучення, інший перешкоджає розлучному процесу.

Сутність феномена дистантної сім'ї найбільш повно можна розкрити через висвітлення її функцій, перечислимо основні:

1) народження і виховання дітей (виконання цієї функції найбільш страждає у дистантних сім'ях, а саме через неузгодження і розмитість позицій подружніх партнерів щодо питання виховання дітей;

2) збереження, розвиток, передача наступним поколінням цінностей і традицій суспільства, акумулювання і реалізація соціально-виховного потенціалу;

3) задоволення потреб людей у психологічному комфорті та емоційній підтримці, почутті безпеки, почутті цінності та значущості свого «Я», емоційному теплі і любові;

4) створення умов для розвитку особистості всіх членів сім'ї;

5) задоволення сексуально-еротичних потреб;

6) задоволення потреб у спільному проведенні дозвілля;

7) організація спільного ведення домашнього господарства, розподіл праці у сім'ї, взаємодопомога;

8) задоволення потреб людини у спілкуванні з близькими людьми, у встановленні надійних комунікативних зв'язків з ними;

9) задоволення індивідуальної потреби у батьківстві або материнстві, контактах з дітьми, їх вихованні, самореалізації в дітях;

10) соціальний контроль за поведінкою окремих членів сім'ї;

11) організація діяльності з фінансового забезпечення сім'ї;

12) рекреативна функція – охорона здоров'я членів сім'ї, організація їхнього відпочинку.

Особливостями дистантної сім'ї є:

- роздільне проживання членів сім'ї (як правило, батьки чи один із них працюють за кордоном);
- розпад сімейних зв'язків;
- відокремлення місця праці від домівки;
- зміни ціннісних орієнтацій; порушення сімейної рівноваги;
- надання переваги одній із сімейних функцій (економічній) [10].

Для дистантної сім'ї характерна структурна зміна таких складових, як шлюб, батьківство, діти, домогосподарство набувають самостійного значення. Дистантну сім'ю характеризує шлюб без сім'ї, яка у значній мірі є номінальною, тому що подружжя переважно проживають окремо один від одного, що є загрозою подружньої зради та розпаду сім'ї. За даними дослідження Державного інституту проблем сім'ї та молоді, з них приблизно 32% дистантних сімей заробітчани за два останні роки розпалися 11%. Проте бувають випадки, що інколи сім'ї виявляються досить стійкими. Подружжя у дистантній сім'ї має дефіцит прояву позитивних почуттів, низький рівень відчуття ніжності, тепла й любові. Через втрату постійних контактів відбувається відчуження подружжя одне від одного. Через це відносини набувають формального характеру, на жаль, зазначимо це пріоритет надається економічним взаємовідносинам.

Безумовно відсутність безпосереднього спілкування, живої розмови впливають на емоційний стан, змінюються традиційні ролі у сім'ї, інтернет чи скайп, вайбер замінює близькість контактів подружжя.

Отже, характерними психологічними ознаками дистантної сім'ї є:

1) відсутність або значне порушення функціонування принаймні одного елемента в системі сімейних взаємин: мети (невідповідність виховної соціалізаційної мети дорослих членів родини призначенню сімейної системи); порядку функціонування (дезорганізація сімейних зв'язків, що виявляється у

відсутності адекватного розподілу сімейних ролей, неузгодженості цілей та правил у функціонуванні сім'ї як цілісної системи); енергетики системи (браку активності, спрямованої на задоволення потреб інших членів родини, відсутність спрямованості на розвиток сім'ї і відповідно неготовність до змін як у житті кожного окремого члена родини, так і сім'ї в цілому);

2) низька якість функціонування родини аж до повної нездатності виконувати сімейні обов'язки і, відповідно, незадоволення основних потреб членів родини.

Таким чином, відсутність одного з батьків у щоденному житті дитини призводить до викривлення особистісного розвитку та позначається на її емоційному стані. Така сім'я може мати свої особливості і виклики, які впливають на психологічний стан її членів. Деякі загальні характеристики дистантних сімей включають [8]:

- Відсутність фізичного контакту: Однією з найважливіших характеристик дистантних сімей є відсутність можливості регулярно спілкуватися, обійматися або проводити час разом через фізичну віддаленість. Це може призводити до почуття відчуженості та незадоволеності.

- Залежність від засобів зв'язку: Дистантні сім'ї часто користуються засобами електронного зв'язку, такими як телефонні дзвінки, відео-дзвінки, повідомлення, соціальні мережі тощо, для збереження зв'язку між собою. Проте ці засоби не можуть повністю замінити фізичний контакт, іноді виникає відчуття відсутності інтимності і недостатньої співучасті.

- Стрес та невпевненість: Дистантність може призводити до почуття стресу, тривоги та невпевненості. Відсутність присутності та підтримки близьких людей може викликати емоційний дискомфорт та збільшену тривогу щодо відносин в сім'ї.

- Зміна ролей та відповідальностей: У дистантних сім'ях часто виникає необхідність перерозподілу ролей та відповідальностей. Один з батьків може взяти на себе більшу частину обов'язків, пов'язаних з вихованням дітей або побутовими справами.

- **Комунікаційні виклики:** Віддалена комунікація може бути викликом для дистантних сімей. Необхідно шукати способи ефективного спілкування та вирішення конфліктів, оскільки відстань може ускладнювати розуміння інших людей і їхніх емоційних станів.
- **Адаптація до змін:** Дистантність може вимагати від сімей гнучкості та здатності адаптуватися до нових умов. Важливо знаходити способи збереження близькості та розвитку здорових відносин, незважаючи на фізичну віддаленість.
- **Відчуття самотності і відсутності підтримки:** Фізична віддаленість може викликати почуття самотності, особливо в тих випадках, коли потрібна підтримка або порада. Відсутність близьких людей поруч може призводити до почуття відчуженості та незахищеності.
- **Знижений рівень задоволеності відносинами:** Фізична присутність та інтимний контакт є важливими складниками здорових сімейних відносин. В дистантних сім'ях може виникати відчуття недостатнього задоволення відносинами, оскільки фізичний контакт обмежений.
- **Збільшений ризик непорозумінь та конфліктів:** Комунікація віддаленою шляхом може бути менш ефективною, що призводить до збільшеного ризику непорозумінь, конфліктів та негативних емоцій. Нестача присутності і невміння вірно сприймати інтерпретацію повідомлень може призвести до непорозумінь та розладів у стосунках.
- **Зміна ролей і відповідальностей:** В дистантних сім'ях один з партнерів може взяти на себе більше відповідальностей і ролей, що може призвести до нерівноваги і стресу. Наприклад, один з батьків може вести господарство та займатися вихованням дітей без фізичної підтримки іншого батька.
- **Емоційна нерівновага:** Дистанційні відносини можуть викликати емоційну нерівновагу у членів сім'ї. Почуття тривоги, депресії, незахищеності

або втрати можуть з'являтися через віддаленість та відсутність фізичного контакту.

- Потреба в розробці стратегій збереження зв'язку: Дистантні сім'ї повинні активно працювати над розробкою стратегій для збереження зв'язку і підтримки емоційного зв'язку між собою. Це може включати регулярні відеодзвінки, спільні онлайн-заняття, спільне переглядання фільмів або книг, спільні хобі або інші способи взаємодії.

- Потреба в ефективному спілкуванні: Віддалена комунікація вимагає особливої уваги до ефективності спілкування. Важливо вчитися слухати один одного, виражати свої емоції та потреби, а також вирішувати конфлікти з розумінням і толерантністю.

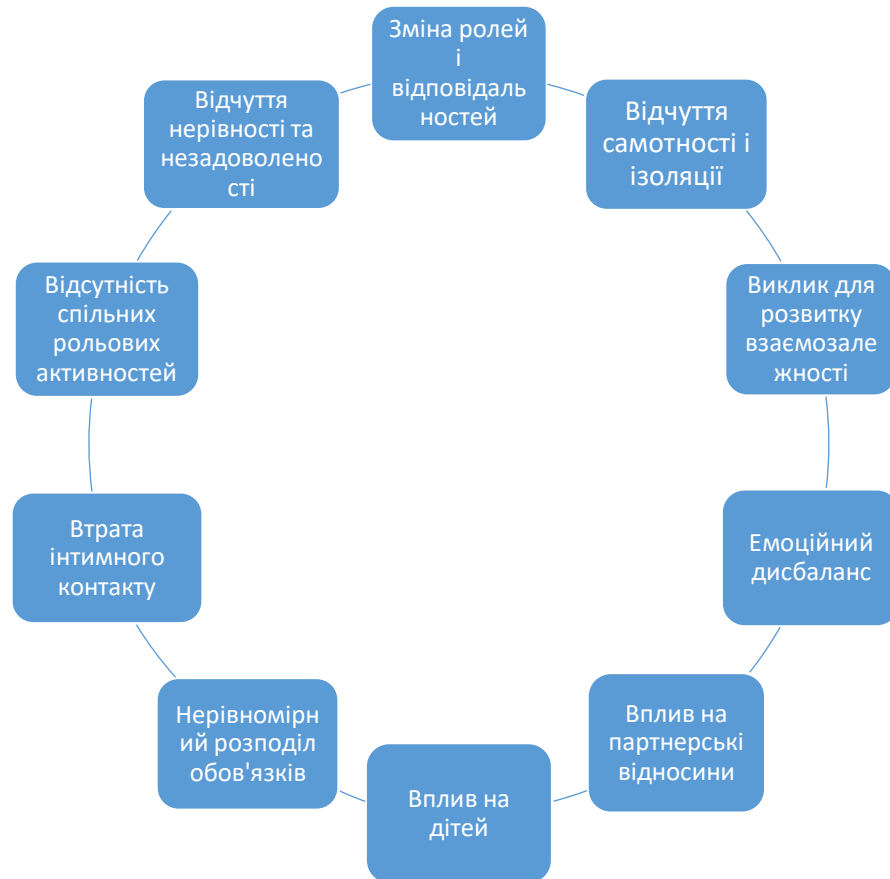
- Розвиток незалежності та самостійності: Дистантність може сприяти розвитку незалежності та самостійності у членів сім'ї. Вони можуть навчитися вирішувати проблеми самостійно, приймати рішення і впроваджувати стратегії саморозвитку.

- Перебірка зміцнення зв'язків: Дистантність може стимулювати сім'ю до пошуку нових способів зміцнення зв'язків. Наприклад, члени сім'ї можуть навчатися новим навичкам, досліджувати спільні інтереси або співпрацювати над проектами, які сприяють зростанню і розвитку.

- Збільшена цінність фізичного зустрічі: У дистантних сім'ях фізичні зустрічі стають ціннішими і приносять більше радості. Під час таких зустрічей сім'я може насолоджуватися близькості, фізичному контакті та спільному часу, що може зміцнювати зв'язок між членами.

Сімейні ролі в дистантних сім'ях можуть стати психологічною проблемою, оскільки фізична віддаленість може впливати на розподіл ролей, відповідальностей і взаємодії між членами сім'ї. Ось деякі аспекти, які можуть виникати в контексті сімейних ролей у дистантних сім'ях [9], див рис 1.1.:

Рис 1.1 Психологічні проблеми дистатних сімей



- **Нерівномірний розподіл обов'язків:** Фізична віддаленість може призводити до нерівномірного розподілу сімейних обов'язків. Наприклад, один з партнерів може бути відповідальним за більшу частину побутових справ і виховання дітей, що може викликати нерівновагу і стрес.

- **Відсутність спільних рольових активностей:** Фізична віддаленість може призводити до відсутності спільних рольових активностей, таких як спільні приготування їжі, розваги або розподіл побутових обов'язків. Це може призвести до відчуття віддаленості і не зв'язку між партнерами.

- **Втрата інтимного контакту:** Фізична віддаленість може впливати на втрату інтимного контакту між партнерами. Відсутність фізичного присутності може призвести до зменшення фізичної близькості, що може впливати на рівень задоволеності відносинами.

- **Відчуття нерівності та незадоволеності:** У дистантних сім'ях можуть виникати відчуття нерівності та незадоволеності у зв'язку з ролями і

відповідальностями. Один з партнерів може почувати себе зайвим або недооціненим через відсутність активної участі в побутових або виховних обов'язках.

- Вплив на дітей: Фізична віддаленість у дистантних сім'ях також може мати вплив на дітей. Вони можуть почувати відсутність одного з батьків, відчувати емоційну віддаленість та небезпеку відсутності підтримки.

- Відчуття самотності і ізоляції: Фізична віддаленість може призводити до відчуття самотності та ізоляції, як у дорослих, так і в дітей. Відсутність фізичного присутності партнера або батька може викликати почуття віддаленості та недооціненості, що може негативно позначитися на психологічному стані.

- Зміна ролей і відповідальностей: Фізична віддаленість може змінювати сімейні ролі і відповідальності. Наприклад, якщо один з батьків далеко від сім'ї через роботу або інші обставини, інший батько або мати можуть бути вимушені взяти на себе більше ролей і виконувати більше обов'язків, що може створювати стрес та перевантаження.

- Вплив на партнерські взаємини: Дистантність може впливати на партнерські відносини, зокрема на рівень близькості, розуміння та інтимності. Відсутність фізичного контакту та обмеженість спільного часу можуть призводити до зменшення задоволеності відносинами та почуття віддаленості.

- Емоційний дисбаланс: У дистантних сім'ях можуть виникати емоційний дисбаланс і нерівновага, оскільки один з партнерів або батьків може відчувати сильну втому, стрес або незадоволення через дистанцію, тоді як інший може не відчувати цього в такій же мірі.

- Виклик для розвитку взаємозалежності: Дистантність може ставити виклик для розвитку взаємозалежності в сім'ї. Члени сім'ї повинні вчитися підтримувати один одного емоційно та практично, знаходити способи підтримки і взаємодопомоги навіть на відстані.

- Вплив на дитинство і розвиток дітей: Дистанційна сім'я може вплинути на дитинство і розвиток дітей. Вони можуть відчувати відсутність одного з батьків або дистанцію між батьками, що може викликати емоційний стрес і незручність. Діти можуть почуватися самотніми або відчувати недостатню підтримку і увагу з боку батьків.

- Затримка розвитку соціальних навичок: Фізична віддаленість може ускладнити розвиток соціальних навичок у дітей. Вони можуть не мати достатньої можливості для спілкування з партнером або батьком, виявляти емоції та встановлювати міжособистісні зв'язки, що може впливати на їх соціальну адаптацію.

- Потреба в адаптації до нових ролей і відповідальності: У дистантних сім'ях можуть з'являтися нові ролі і відповідальності, які вимагають адаптації. Наприклад, один з батьків може відігравати подвійну роль, виконуючи функції обох батьків, що може створювати стрес і вимагати нових навичок.

- Емоційне виснаження: Фізична віддаленість може призводити до емоційного виснаження у партнера або батька, який перебуває віддалено. Вони можуть почуватися виснаженими внаслідок стресу, сумнівів, почуття вини або невпевненості у своїй ролі і відповідальності.

- Втрата спільності і зв'язку: Дистанційна сім'я може втратити спільність і зв'язок, який раніше існував. Фізична віддаленість може зменшувати можливості для спільних дій, розваг, спілкування та будування спільних спогадів, що може впливати на якість відносин.

Отже, вище перераховані психологічні проблеми у дистантних сім'ях можуть бути важкими для подолання, але зі свідомим підходом, взаємним розумінням та підтримкою можна знайти способи забезпечити психологічне благополуччя і зміцнити зв'язок в сім'ї навіть на відстані.

Важливо розуміти, що психологічна характеристика дистантних сімей може варіюватися в залежності від конкретних обставин і контексту. Деякі сім'ї можуть добре пристосовуватися до дистанційних відносин та знаходити способи підтримувати здорові зв'язки, тоді як іншим може бути складно

адаптуватися до цієї ситуації. Підтримка, емоційна взаємодія та ефективна комунікація можуть допомогти зробити дистанційні відносини менш напруженими та підтримувати здорові сімейні зв'язки [10].

## **1.2 Сутність та типологія сімейних ролей за різними функціями сім'ї.**

Зміна сімейних ролей є найважливішим аспектом сучасної реконструкції шлюбно-сімейних відносин. Нестабільність норм, якими нині регулюються шлюбно-сімейні відносини, в тому числі рольові, породжує низку соціально-психологічних проблем перед сучасною сім'єю. Найважливішими з них є проблеми «вибору» кожною сім'єю способу рольової взаємодії та коригування ставлення членів сім'ї до різних аспектів рольової поведінки в сім'ї.

Поняття сімейної ролі в психології спирається на уявлення вітчизняних авторів про соціальну роль, як функцію соціальної системи, модель поведінки, об'єктивно заданою соціальною позицією особистості в системі об'єктивних чи міжособових відносин. Щоб сім'я ефективно функціонувала, рольова структура сім'ї повинна відповідати таким вимогам як: несуперечність сукупності ролей, які створюють цілісну систему як у відносинах ролей, виконаних однією людиною, так і сім'єю в цілому; виконання ролі повинно забезпечувати задоволення потреб усіх членів сім'ї в рамках сім'ї; прийняття ролі повинно відповідати можливостям особистості та не призводити до «рольових перевантажень». У рольовій структурі сім'ї виділяють міжособові та конвенційні ролі. Конвенційні ролі приписані соціокультурному оточенню та регулюються правом, мораллю, традиціями; вони стандартизовані визначають постійні права та обов'язки членів сім'ї, представляючи собою перелік форм поведінки та способів їх реалізації. Міжособові ролі визначаються конкретним характером міжособових відносин у сім'ї, кристалізуючи в собі унікальний досвід сімейного міжособистісного спілкування [4].

Прийняття ролі здійснюється відповідно до соціокультурних норм та стандартів, які визначають критерії оцінки успішності виконання ролей. Рольова поведінка характеризується ступенем ідентифікації виконавця з роллю, тобто ступенем прийняття відповідальності за виконання ролі, рольовою компетентністю, тобто сформованістю мотиваційного та операційно-технічного компонентів рольової поведінки; конфліктністю ролі, суперечністю у свідомості людини поведінкових моделей, необхідних для реалізації ролі. Значний вплив на процес прийняття та виконання ролей подружжям спричиняє фактор батьківської сім'ї, що може виражатися в утворенні у новій сім'ї характеру розподілення сімейних ролей та у виконанні засвоєних ролей в тій формі, в якій вони виконувались у батьківській сім'ї, чи в запереченні укладу в батьківській сім'ї [6].

Зазначимо, що дистантні сім'ї – це сімейні системи, в яких члени родини перебувають на великій відстані один від одного зазвичай через розлуку або географічну віддаленість. Це може бути спричинено роботою, навчанням або іншими обставинами, які призводять до розриву фізичного контакту між членами сім'ї. У системі сімейних відносин розрізняються потреби подружжя (дружини та чоловіка), зокрема Див табл 1.1

Таблиця 1.1 Потреби подружжя

<i>Потреби чоловіка</i>	<i>Потреби дружини</i>
довіра	опіка
прийняття	розуміння
вдячність	повага
задоволення	вірність
визнання	виконання бажань
заохочення	упевненість

Дистантна сім'я є певною мірою умовною, оскільки подружжя, як правило, живе окремо. Це підвищує ризик подружньої зради та розпаду сім'ї. Подружжю в дистанційній родині бракує прояву позитивних почуттів, низький рівень ніжності, тепла і любові. Втрата тривалих контактів

призводить до відчуження подружжя один від одного. Це надає відносинам офіційний характер. У таких ситуаціях пріоритет часто надається економічним відносинам. Відсутність прямого спілкування позначається на емоційному стані подружжя, змінюються традиційні ролі в сім'ї, втрачається близькість контактів.

Розглянемо більш детально рольову структуру сім'ї, так як сімейні ролі є важливим аспектом подружнього життя. Поняття «сімейна роль» базується насамперед на уявленнях про соціальні ролі. Слід зазначити, що соціальна роль – це насамперед функція соціальної системи, модель поведінки, об'єктивно зумовлена соціальним становищем індивіда в системі предметних чи міжособистісних стосунків [1]. Роль – це функціональна одиниця поведінки, сукупність потреб, уявлень про себе як суб'єкта ролі (рольова Я-концепція), соціальних умов, які дають змогу реалізувати цю роль [2]. Роль – це соціальна функція індивіда, що відповідає прийнятим нормам, поведінка людини залежно від її статусу чи положення в суспільстві в системі міжособистісних стосунків [3]. Через невизначеність норм, що регулюють нині шлюб і сім'ю, зокрема рольових відносин, сучасна сім'я стикається з багатьма соціальними та психологічними проблемами, зокрема проблемами «вибору» кожної сім'ї щодо режиму рольової взаємодії та установок членів сім'ї. про різні аспекти рольової поведінки в сім'ї. Процес становлення ролей у сім'ї є важливою складовою її становлення як соціально-психологічного суспільства, пристосування подружжя один до одного та формування способу життя сім'ї [7]. За умов існування різноманітних норм і зразків рольової поведінки цей процес тісно пов'язаний з міжособистісними стосунками подружжя та їх установками. В даний час якість міжособистісних стосунків між подружжям в першу чергу визначається тим, як подружжя їх сприймають, наскільки заможними і успішними вони їх вважають.

Проте, на думку вітчизняних дослідників [1;2;4;7], правила рольової поведінки та сімейних стосунків формуються в процесі сімейного життя, тісно пов'язаного з міжособистісними стосунками та спілкуванням членів сім'ї.

Важливим моментом є те, наскільки сприйняття ролі члена сім'ї збігається з сприйняттям інших. Від розподілу ролей у сім'ї певною мірою залежить благополуччя окремої сім'ї в Україні, її міцність як соціального інституту.

В сучасних умовах економічної та політичної нестабільності падає соціальний рівень життя громадян нашої країни. Люди стикаються зі складними психологічними переживаннями, які впливають не тільки на їхні соціально-психологічні навички, а й життєві. Відповідно, це негативно позначається на якості подружніх стосунків та на ролях партнерів. Через те, що між чоловіком і жінкою руйнується взаєморозуміння, сильно порушується розвиток сім'ї, змінюються ролі. Відмінності в сімейних ролях у традиційних і дистантних сім'ях представлені в таблиці 1.2

Таблиця 1.2 Розподіл сімейних ролей

<i>Критерій</i>	<i>Компонент ролі</i>	<i>Традиційна сім'я</i>	<i>Дистантна сім'я</i>
Установка	Когнітивний	«Сім'я основа суспільства, побут, функції, взаєморозуміння»	Така сім'я може існувати, має право бути, не завжди юридично узаконена»
	Емоційний	«Мій дім моя фортеця»	«Мій дім зал очікування для двох»
	Поведінковий	«У кожного є права й обов'язки»	«Ролі змінюються, непостійність»
Ставлення	Когнітивний	«Я вважаю, що моя родина це побут, повага, піклування про дітей, постійність»	«Я думаю, що сім'я це зустрічі та розлуки, очікування та радість, непостійність»
	Емоційний	«Я відчуваю постійність, побут, все як завжди. Всі так живуть, і я так живу»	«Я відчуваю радість та вдячність своїй родині»; «Почуття стомленості супроводжує мене упродовж багатьох років»
	Поведінкові	«Я оберігатиму свою родину від неприємностей, створюватиму сприятливі умови для повноцінного гармонійного життя»	«Я повертаюся і мене чекають, ми так живемо. Я не хочу цього втратити»

Рольова взаємодія означає виконання ролей двома чи більше партнерами на основі взаємного впливу їхніх рольових претензій, очікувань, поведінки та Я-концепцій [2]. Особливості емоційного спілкування в дистантних сім'ях, нагадаємо що сім'ї, які живуть далеко одна від одної, мають багато комунікаційних бар'єрів. Хоча вони можуть спілкуватися через Інтернет, тепер Skype, Вайбер, ZOOM настільки зручний, що їм бракує ніжних слів, дотиків і обіймів. Всі незручності через відстань та тривалість розлучення не дозволяють далеким сім'ям відчувати насправді ніжність, достаток любові і щирості. Багато таких сімей, які живуть на великих відстанях, можуть налагоджувати стосунки з іншими людьми, але потім зрештою повертаються до своїх сімей. На жаль багато сімей живуть так. Кожен з них щасливий і нещасливий по-своєму. Емоційна депривація виникає як розрив між подружжям, між батьками і дітьми: короткі зустрічі, дрібні телефонні розмови, нестача часу і, як наслідок, відсутність емоцій та почуттів. Коли в родині свято, то такі родини не завжди можуть бути разом у повному складі: мама, тато, діти, хтось їде і лише вітає по телефону чи через Інтернет. Коли батько чи мати (той, хто працює за кордоном) повертаються на деякий час додому, діти вже демонструють модель поведінки, прийняту в їхній родині за відсутності батька чи матері. Спочатку важко налагодити емоційне спілкування, батьки і діти вже звикли спілкуватися по телефону і скайпу і не витрачають час на обійми, ласки, дотики і погляди. На відміну від традиційних сімей, сім'ї, які живуть далеко одна від одної, вимагають більш емоційного спілкування через відстань, яка їх розділяє. Далекі сім'ї, які довго живуть окремо, звикають до такого життя. На жаль, в подальшому діти в таких сім'ях переносять чоловічо-жіночу модель поведінки та стосунків у свої сім'ї, але бувають виняткові випадки.

Наголошуємо, що емоційність у стосунках між подружжям – це головна складова, без яскравості емоцій, справжнього спілкування, ніжних дотиків немає підйому настрою, немає взаємопідтримки в тих чи інших життєвих труднощах.

Також варто зазначити, що найчастіше діти в дистанційних сім'ях відчужуються від батьків через втрату постійних контактів, відносини набувають формального характеру, на жаль, пріоритет віддається економічним відносинам. Діти звикають до матеріальної підтримки, без якої вони нічого не зроблять. Цьому їх привчають батьки. Після відходу батьків діти часто сумують за ними, змінюють свою звичну поведінку в гіршу сторону, стають дратівливими, нервовими. На жаль, як у навчанні дітей, так і у ставленні до навчання відбуваються зміни, діти відчують невиразність позитивних почуттів, у деяких з них спостерігається агресивна поведінка. Відсутність емоційного контакту з батьками іноді призводить до внутрішнього протесту проти розлучення, який може проявлятися у заниженій самоповазі, дезадаптованості поведінки та соматичних захворюваннях. Хлопчики сприймають відсутність батька набагато більше, ніж дівчатка. Вони стають неспокійними, агресивними. За відсутності батьків дитина залишається без зразка для конкретної ніжної ролі та поведінки. Феномен «інтернет-залежності» нині є предметом інтенсивних дискусій та досліджень.

Сімейні ролі визначаються соціальними функціями, які виконує кожен член сім'ї в системі сімейних відносин. Сутність сімейних ролей полягає в тому, що вони визначають очікувані поведінкові норми та обов'язки, які призначені для кожного члена сім'ї.

Типологія сімейних ролей може варіюватися в залежності від культурних, соціальних і історичних контекстів. Однак, існує деяка загальна класифікація сімейних ролей на основі їх функцій. Основні типи сімейних ролей включають наступні [7]:

1. Батько: Ця роль виконується чоловіком і зазвичай пов'язана з функцією забезпечення матеріальної підтримки сім'ї, захисту та захисту родини. Батько часто вважається головою родини та приймає рішення з питань, пов'язаних зі справами сім'ї.

2. Мати: Ця роль виконується жінкою і зазвичай пов'язана з функцією догляду за дітьми, домашнім господарством та створенням

атмосфери комфорту та затишку в сім'ї. Мати зазвичай виступає як головний доглядач і вихователь дітей.

3. Діти: Діти є активними учасниками сімейних відносин і виконують певні ролі в залежності від свого віку та статусу. Наприклад, старші діти можуть відігравати роль помічника для батьків у догляді за молодшими дітьми, або виконувати побутові обов'язки. Діти також можуть бути отримувачами підтримки та виховання з боку батьків.

4. Старші родичі: У сім'ї також можуть бути старші родичі, такі як бабуся і дідусь, які виконують роль порадики, опори та передають сімейні цінності та традиції.

5. Родичі: У складі сім'ї також можуть бути інші родичі, такі як сестри, брати, дядьки, тітки тощо. Вони можуть виконувати різноманітні ролі, включаючи підтримку, виховання, фінансову допомогу або розваги.

6. Продовжуємо типологію сімейних ролей:

7. Співробітник: У багатьох родинах один або обидва батьки можуть працювати і виконувати роль співробітника. Ця роль пов'язана з функцією заробітку для сім'ї та матеріальної підтримки. Співробітники займаються професійною діяльністю поза домашнім середовищем і можуть відчувати баланс між роботою та сімейним життям.

8. Доглядач: Цей тип ролі може виконуватися одним чи кількома членами сім'ї і пов'язаний з функцією догляду за хворими або потребуючими особами в сім'ї. Це можуть бути діти, які доглядають за старшими батьками або членами сім'ї зі спеціальними потребами.

9. Посередник: Цей тип ролі може виконуватися ким-небудь членом сім'ї і пов'язаний з функцією вирішення конфліктів та посередництва у взаєминах між іншими членами сім'ї. Посередники намагаються знайти компроміси та способи вирішення проблем для досягнення гармонії у сімейних відносинах.

10. Організатор: Цей тип ролі виконується членом сім'ї і пов'язаний з функцією планування та організації сімейного життя. Організатори

відповідають за створення графіку, координацію рутинних справ, управління сімейними подіями та виконанням обов'язків.

Вищі перераховані типи сімейних ролей є загальними і можуть розрізнятися в залежності від культурного контексту та індивідуальних уявлень про сімейні відносини. Також важливо зазначити, що у сучасному суспільстві сімейні ролі можуть бути більш гнучкими та змінюватися відповідно до потреб і можливостей кожної родини.

Як вітчизняні, так і зарубіжні дослідники [20, 41] зазначають, що правила рольової поведінки та рольових відносин у сім'ї визначаються в процесі сімейного життя, тісно пов'язані з міжособистісними стосунками та спілкуванням членів сім'ї.

Заслуговує на увагу класифікація головних ролей у сім'ї, запропонована С. Ковальов [23]. Серед цих ролей дослідник виділяє наступні:

1. Відповідає за матеріальне забезпечення сім'ї. Ця роль включає низку обов'язків, пов'язаних із забезпеченням необхідного благополуччя сім'ї.

2. Господар – господиня. Виконання цієї ролі включає закупівлю продуктів, приготування їжі, забезпечення затишку, чистоти та порядку, догляд за одягом тощо.

3. Відповідає за збереження родинних зв'язків. Ця роль включає участь у сімейних ритуалах і обрядах, організацію спілкування з родичами, сприяння соціальному розвитку членів сім'ї.

4. Вихователь. Ця роль включає виконання завдань, пов'язаних з розвитком особистості старшої дитини

5. Організатор розваг. Ця роль сім'ї була підкреслена лише відносно недавно і включає ініціацію та організацію діяльності сімейного життя у сфері дозвілля.

6. Сімейний психотерапевт. Виконання цієї вимоги, в тому числі щодо нової ролі, вимагає здійснення заходів щодо вирішення особистих проблем іншого члена сім'ї. Слід зазначити, що повнота цієї ролі тісно пов'язана із загальною задоволеністю шлюбом.

7. Любовний партнер. Ця роль пов'язана з проявом діяльності у сфері сексуальних відносин.

8. Відповідальний за догляд за дитиною. Щоб виконувати цю роль, необхідно запропонувати дитині фізичний і духовний комфорт протягом перших півтора років її життя.

9. Організатор сімейної субкультури. Виконання цієї ролі спрямоване на формування в членів сім'ї певних культурних цінностей, різноманітних інтересів і захоплень.

У подальших дослідженнях дослідники [23] подають ще чіткішу класифікацію соціальних ролей подружжя в сім'ї та виходить з того, що функціонально-рольова сумісність подружжя є основою стабільності та благополуччя подружньої спільноти. Він включає такі ролі:

- Екстрактор. Така роль визначає комплекс обов'язків, пов'язаних із забезпеченням сім'ї необхідного рівня добробуту та матеріального забезпечення. Годувальник дбає про забезпечення сім'ї необхідними речами та продуктами харчування, а також про надання дітям можливості здобувати освіти.

- Господар (господиня). Виконання цієї ролі передбачає організацію домашнього господарства та ведення домашнього господарства, догляд за членами сім'ї та догляд за ними, задоволення їхніх побутових потреб.

- Статеві партнери. Ця роль пов'язана з проявом активності в сфері сексуальних відносин, наданням моральної підтримки і сексуального задоволення, а також живим і цікавим спілкуванням між партнерами.

- Опікун. Виконання цієї ролі передбачає забезпечення фізичного та психічного комфорту дитини, турботу про неї та її здоров'я, прояв турботливого ставлення.

- Вихователь. Ця роль передбачає розвиток особистості дитини. Приймайте безпосередню участь у їх вихованні, застосовуйте заохочення і покарання, стежте за успішністю в школі.

➤ Радник. Реалізація цієї ролі забезпечує організацію спілкування з рідними, участь у сімейних ритуалах і обрядах. Консультант у будь-який момент може надати підтримку, знайти шляхи виходу з конфліктних ситуацій, дати пораду, запропонувати допомогу.

➤ Друг. Виконання цієї ролі передбачає започаткування і формування життєдіяльності сім'ї в зоні дозвілля. Організатор сімейної субкультури. Ця роль спрямована на формування певних культурних цінностей, інтересів і пристрастей у членів сім'ї.

➤ Сімейний психотерапевт. Ця роль включає дії щодо вирішення особистих проблем членів сім'ї.

Отже, роль партнера вимагає, щоб і чоловік, і дружина робили певний економічний внесок у сімейний бюджет, ділили турботу про дітей, ділили роботу по дому та розподіляли юридичні обов'язки. Важливо відзначити, що існує ряд обставин, які роблять питання про рольову структуру сім'ї особливо актуальним для сучасної сім'ї. Це залежить, зокрема, від типології сім'ї, наприклад, традиційної чи егалітарної. Перш за все, в сім'ї існують дві різні системи розподілу ролей. Таким чином, традиційна сім'я – це така сім'я, в якій подружжю призначені певні ролі залежно від їхньої статі – дружина бере на себе роль матері та домогосподарки, чоловік відповідає перш за все за фінансову підтримку та сексуальні стосунки.

Так як сім'я – це мала соціальна група суспільства, заснована на шлюбному союзі і родинних зв'язках. Відносини між чоловіком і дружиною, батьками і дітьми, братами і сестрами та іншими живими родичами разом і ведуть спільну економіку на основі єдиного сімейного бюджету. Сімейне життя характеризується матеріальними і духовними процесами. Через сім'ю змінюються покоління людей, в ній народжується людина і через неї сім'я існує. Сім'я, її форми і функції безпосередньо залежать від багатьох факторів, саме відносин у цілому і від культурного розвитку суспільства. Звичайно, чим вища культура суспільства, тим вища культура сім'ї. Поняття сім'я не слід

плутати з поняттям шлюбу. Сім'я є більш складною системою відносин, ніж шлюб, і тому об'єднує не тільки подружжя, а й їхніх дітей та інших родичів.

Сімейні відносини можуть бути як особистими (стосунки між матір'ю і сином), так і груповими (між батьками і дітьми або між подружніми парами у великих сім'ях). Сутність сім'ї відображається в її функціях, структурі і рольовій поведінці її членів [9].

Основними функціями сім'ї є: репродуктивна, виховна, відновлювальна та економіко-споживча. Розглянемо більш детально.

Репродуктивна функція включає відтворення кількості батьків у дітей, тому вона бере участь у кількісному та якісному відтворенні населення. Можна сказати, що це найважливіша функція.

Що стосується економіко-споживчої функції сім'ї, то вона охоплює різні аспекти сімейних відносин, а саме ведення домашнього господарства, ведення домашнього бюджету, ведення сім'ї та проблему жіночої праці.

Сім'я як первинний осередок є виховною колицкою людства. Діти переважно виховуються в сім'ї. Перші професійні навички дитина здобуває в сім'ї. У дитини формується вміння цінувати і поважати працю людей, набуває досвіду турботи про батьків, рідних і близьких, вчиться розумно споживати різні матеріальні блага, набуває досвіду розпоряджатися грошима. Найкращий приклад – це приклад батьків. У більшості випадків діти є відображенням своїх батьків. Звісно, на цьому виховна функція не закінчується. Можна говорити і про самовиховання в сім'ї.

Щодо відновлювальної функції сім'ї, то вона полягає в збереженні здоров'я, життєвих сил, організації дозвілля та відпочинку.

Отже, сім'я стає оздоровчим середовищем, у якому кожен член сім'ї має право розраховувати на турботливе ставлення рідних і близьких. Для цього потрібна не тільки морально-психологічна підготовка, а й дотримання режиму праці та відпочинку.

Таким чином, дистантні сім'ї потребують соціально-психологічної допомоги. Більшість уваги завжди приділяється проблемам дітей, а також

сімейним відносинам між чоловіком та жінкою, особливо розподіл ролей. Досить важливою і особливо складною є індивідуальна допомога конкретній сім'ї, яка є в наш час дистантною.

### **Висновки до першого розділу**

Підсумовуючі вище сказане, можна сказати, феномен дистантної сім'ї виступає безсумнівно як соціально значуща проблема сучасності. Дистанційна комунікація і обмежений фізичний контакт можуть призводити до перерозподілу сімейних обов'язків і зміни ролей між партнерами, батьками і дітьми.

Зазначимо до типології сімейних ролей, належать такі основні компоненти: народження і виховання дітей (виконання цієї функції найбільш страждає у дистантних сім'ях, а саме через неузгодження і розмитість позицій подружніх партнерів щодо питання виховання дітей; збереження, розвиток, передача наступним поколінням цінностей і традицій суспільства, акумулювання і реалізація соціально-виховного потенціалу; задоволення потреб людей у психологічному комфорті та емоційній підтримці, почутті безпеки, почутті цінності та значущості свого «Я», емоційному теплі і любові; створення умов для розвитку особистості всіх членів сім'ї; задоволення сексуально-еротичних потреб; задоволення потреб у спільному проведенні дозвілля; організація спільного ведення домашнього господарства, розподіл праці у сім'ї, взаємодопомога; задоволення потреб людини у спілкуванні з близькими людьми, у встановленні надійних комунікативних зв'язків з ними; задоволення індивідуальної потреби у батьківстві або материнстві, контактах з дітьми, їх вихованні, самореалізації в дітях; соціальний контроль за поведінкою окремих членів сім'ї; організація діяльності з фінансового забезпечення сім'ї; рекреативна функція – охорона здоров'я членів сім'ї, організація їхнього відпочинку.

В дистантних сім'ях виникають психологічні проблеми, пов'язані зі зміною структури і функціонування сімейного середовища, оскільки фізична віддаленість може впливати на розподіл ролей, відповідальностей і взаємодії між членами сім'ї. Як зазначають дослідники, то характерними психологічними ознаками дистантної сім'ї є: нерівномірний розподіл обов'язків; відсутність спільних рольових активностей; втрата інтимного контакту; відчуття нерівності та незадоволеності; вплив на дітей; відчуття самотності та ізоляції; зміна ролей і відповідальностей; вплив на партнерські відносини; емоційний дисбаланс; виклик для розвитку взаємозалежності; вплив на дитинство і розвиток дітей; затримка розвитку соціальних навичок; потреба в адаптації до нових ролей і відповідальності; емоційне виснаження та втрата спільності і зв'язку.

Отже, вище перераховані психологічні проблеми у дистантних сім'ях можуть бути важкими для подолання, але зі свідомим підходом, взаємним розумінням та підтримкою можна знайти способи забезпечити психологічне благополуччя і зміцнити зв'язок в сім'ї навіть на відстані. Таким чином дистантні сім'ї потребують соціально-психологічної допомоги. Більшість уваги завжди приділяється проблемам дітей, а також сімейним відносинам між чоловіком та жінкою, особливо розподілу ролей.

## РОЗДІЛ 2.

### ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗПОДІЛУ СІМЕЙНИХ РОЛЕЙ У ДИСТАНТНИХ СІМ'ЯХ

#### 2.1 Програма експериментального дослідження уявлень молодих людей про сімейні ролі дистантних сімей

Для встановлення чіткої послідовності наших дій у рамках наукового дослідження виникла необхідність скласти програму експериментального вивчення уявлень студентів про сімейні ролі у дистантних сім'ях конкретизувати всю сукупність дослідницьких прийомів і методів пізнання досліджуваної теми.

Щоб наше дослідження було завершеним циклом, ми вирішили організувати його в три етапи, враховуючи рекомендації В. Федоренко [39]. Зміст етапів дослідження та їх тривалість наведені в таблиці 2.1. Тривалість етапів дослідження визначалася змістом і складністю заходів, запланованих на кожному етапі.

**Таблиця 2.1. – Етапи дослідження уявлень студентів про сімейні ролі**

Етапи дослідження	Зміст етапів дослідження	Тривалість етапів
I етап	Теоретичне дослідження сімейних ролей у дистантних сімей	2022р.
II етап	Експериментальне дослідження сімейних ролей у дистантних сімей	2022-2023 рр.
III етап	Аналіз та інтерпретація теоретичних та експериментальних досліджень сприйняття сімейних ролей у дистантних сімей; Розробка практичних рекомендацій членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей	2023 р.

Перший етап дослідження – теоретичне дослідження функціонування дистантних сімей. На цей момент були заплановані такі заходи:

- \* узагальнити об'єктивний науковий досвід пізнання особливостей і особливостей дійсності, що зумовлюють вибір теми нашого дослідження, а саме – особливості розподілу сімейних ролей у дистантних сім'ях;

- \* визначте мету та завдання дослідження та виберіть вид дослідницьких дій, які необхідно провести щодо предмета дослідження (суто теоретичні, емпіричні тощо).

- \* з'ясувати теоретико-методологічні основи вивчення проблем уявлень молоді про сімейні ролі, визначити «функціональний поріг» теоретичних знань про предмет та умови організації його емпіричного дослідження;

- \* з'ясувати специфіку емпіричних досліджень щодо природи та сутності психологічного феномену, відображеного у спеціальності;

- \* визначити методи теоретичного та емпіричного дослідження, які можуть бути використані для вирішення поставлених завдань;

- \* передбачити трансформаційні дії, пов'язані зі сферою навчання, після завершення когнітивного циклу та розробити практичні рекомендації членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей.

Суттєвим моментом цього етапу є вибір теоретичних методів дослідження, які могли б забезпечити повний комплекс пізнавально-теоретичних сюжетів із змістом досліджуваних ознак предмета [39]

Загалом ми плануємо провести теоретичне дослідження таким чином, щоб не лише визначити сутність досліджуваної теми, а й створити змістовний простір для вивчення уявлень молоді про сімейні ролі як цілісну проблему.

Зауважимо, що на цьому етапі ми розглядаємо ступінь позитивного зв'язку змісту: характер досліджуваного об'єкта та обсяг пізнавальних дій, спрямованих на досліджуваний об'єкт. Ми робимо це для того, щоб запобігти неефективним і неадекватним пошуковим роботам щодо організації досліджень психологічних особливостей формування сімейно-рольових уявлень у людей.

Тому перший етап нашого дослідження був присвячений теоретизації теми, а також побудові теоретичної моделі дослідження в цілому.

Другий етап – експериментальне вивчення сімейних ролей у дистантних сімей. На цьому етапі була спланована організація взаємодії з об'єктом дослідження, сутність, логічні та формальні аспекти якої були теоретично з'ясовані на попередньому етапі. Варто зазначити, що в процесі організації емпіричного дослідження ми планували реалізувати такі основні когнітивні заходи:

\*Здійснення змістовної диференціації психологічних характеристик, ознак та емпіричних критеріїв, які в своїй сукупності розкривають сутність сімейних ролей як предмета нашого дослідження;

\*Вибір або розробка відповідних прийомів і методів емпіричного дослідження та вибір методу дослідження, який найбільше підходить до суті теми;

\*Детальна організація дослідницьких ситуацій, процедурних компонентів і набору умов, які забезпечують максимально ефективно виконання учасниками дослідження всіх передбачених процедур, а також найбільш повний збір даних про хід і результати дослідження ефективності програми.

Третій етап – аналіз та інтерпретація теоретичних та експериментальних досліджень уявлень у людей про сімейні ролі; Розробка практичних рекомендацій членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей.

Слід зазначити, що при організації даного етапу дослідження було заплановано виконання таких основних заходів:

\*Аналіз, інтерпретація та інтерпретація змістовних та формально-логічних даних, отриманих у рамках теоретичного та емпіричного дослідження про сімейні ролі дистантних сімей;

\*Змістовне представлення результатів і висновків системи пізнавальних дій;

\*Розробка рекомендацій членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей на основі досліджень.

Для досягнення мети експериментального дослідження необхідно було вирішити ряд завдань, а саме:

1. Виявлення факторів, що впливають на усвідомлення респондентів ролей у сім'ї
2. Проведення експериментального дослідження психологічних особливостей сімейних ролей у дистантних сімей.

Нами підібрано необхідний психологічний інструментарій для виявлення психологічних особливостей сімейних ролей у дистантних сімей. Цей інструментарій включає спеціально підібрані методи психології, зокрема: анкетування, інтерв'ювання, збір та узагальнення незалежних характеристик, тестування.

Найважливішими методичними засобами отримання первинної інформації були анкетування, інтерв'ю та тестування. Під час експерименту використовувалися:

- методика «Діагностика сімейних ролей подружжя» (Д. Карпова, Є. Потапчук) (додаток А) [35];
- анкета «Дистантні сім'ї» (додаток Б).
- опитувальник «Сімейні ролі» (А. Черніковим) (додаток В) ;

**Методика «Діагностика сімейних ролей подружжя» (ДСРП) Карпова Д., Потапчук Є.** Метою психологічного методу є визначення ступеня виконання сімейних ролей подружніми партнерами та з'ясування проблемних зон їх розподілу.

Діагностика розподілу та виконання сімейних ролей подружніми партнерами дозволяє: подружжю виявити моделі поведінки, які можуть порушити гармонію сімейного життя; визначити ступінь виконання подружжям сімейних ролей та порушення в їх розподілі; з'ясувати, чи відповідає уявлення подружжя про сімейні ролі взаємним очікуванням

подружжя; Визначити проблемні зони сімейних ролей і потреби подружжя в психологічній підтримці.

Зміст методики складається з трьох блоків по двадцять тверджень у кожному. Методика відображає 60 найпоширеніших сімейних ролей подружжя. Кожне твердження оцінюється від 1 до 5 балів. Розробку можна використовувати для:

- для розвитку індивідуального сприйняття переліку сімейних ролей і розуміння того, які потреби вони задовольняють;

- Самооцінка учасником психологічного опитування (респондентом) особистісного рівня виконання сімейних ролей за інтелектуально-ідеологічними, морально-психологічними, інтимно-сексуальними, матеріально-фінансовими та економічними факторами;

- Оцінки учасником психологічного опитування (респондентом) рівня виконання сімейних ролей своїм шлюбним партнером.

Також дозволяє з'ясувати відповідність виконання шлюбними партнерами сімейних ролей їх взаємним очікуванням і запобігти виникненню сімейних конфліктів.

### **Інструкція до психологічної методики**

Оцініть рівень виконання вами або вашим чоловіком ролі в сім'ї за п'ятибальною шкалою:

- «5» - виконано повністю;
- «4» - виконується в більшості випадків;
- «3» - в деяких випадках виконується;
- «2» – не виконується в більшості випадків;
- «1» - не виконується взагалі.

### **Ключ до психологічної методології**

Обчислити результати оцінки індивідуально-рольового сприйняття ролей у сім'ї за п'ятибальною шкалою, де:

- 100-84 – дуже високе значення;
- 83-68 - високий рівень;

67-52 - середній рівень;

51-36 - низький рівень (ризик сімейних конфліктів);

35-20 – дуже низьке значення (підвищений ризик сімейних конфліктів).

2. Розрахувати загальну суму для всіх сімейних рольових рейтингів (сума може коливатися від 60 до 300 балів), де:

300-252 бали – дуже високий рівень досягнення сімейних ролей;

251-203 бали – високий рівень виконання сімейної ролі;

202-154 бали – середній рівень досягнень у сімейній ролі;

153-106 балів – низький рівень виконання сімейних ролей, ризик сімейних конфліктів (рекомендовано звернутися за психологічною допомогою до спеціаліста);

105-60 балів – дуже низький рівень виконання сімейних ролей, підвищений ризик сімейних конфліктів (рекомендовано звернутися за психологічною допомогою до спеціаліста).

**Авторська анкета «Дистантні сім'ї».** Дана анкета спрямована на вивчення та виявлення у респондентів уявлення про дистантні сім'ї, сімейні цінності, розподіл обов'язків, ролей. Анкета складається з 10 питань. Респонденти вказують, свою стать та вік.

**Опитувальник «Сімейні ролі»** призначений для опису рольової структури сім'ї. Дана методика є модифікацією психотерапевтичної техніки «Рольова карткова гра» (1970) (автори техніки Дж. Огден і Е. Зевин), виконаної А. Черніковим (2001), і допомагає визначити внесок кожного члена сім'ї в організацію спільного життя (ролі-обов'язку), а також типові варіанти поведінки в конфліктних ситуаціях (ролі взаємодії). Крім того, опитувальник дозволяє побічно оцінити статус членів сім'ї і ступінь їх впливу на прийняття сімейних рішень.

В основі інтерпретації отриманих результатів лежить уявлення про те, що члени сім'ї, які частіше за інших грають важливі ролі, як правило, володіють більшою владою в сім'ї. Дану методику можна проводити індивідуально або з усією родиною. Вона дуже наочна, інформативна і в

груповому варіанті може служити основою для обговорення сімейної ситуації і різниці в її сприйнятті членами сім'ї.

Таким чином, обраний комплекс методів дослідження дає змогу експериментально вивчити особливості розподілу сімейних ролей у дистатних сім'ях.

## 2.2 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Дослідження було проведене в Хмельницькому психологічному ресурсно-консультативному центрі ХНУ, з метою виявлення особливостей щодо розподілу сімейних ролей в дистантних сім'ях. У дослідженні взяло участь 30 людей різного віку (від 20 до 50 років).

З метою визначення ступеня виконання сімейних ролей подружніми партнерами та з'ясування проблемних зон їх розподілу, ми використали методику «Діагностика сімейних ролей подружжя» (ДСРП) Карпова Д., Потапчук Є., результати Див в табл. 2.1

Таблиця 2.1 Результати методики ДСРП

Назва шкали	Респонденти %
1 шкала Ролі за інтелектуально світоглядною функцією сім'ї	66,7% високий рівень; 30% середній рівень; 3,3% низький рівень
2 шкала Ролі за морально психологічною та інтимно сексуальною функціями	33,3% високий рівень; 50% середній рівень; 16,7% низький рівень
3 шкала Ролі за господарською та матеріально-фінансовою функціями сім'ї	46,3% високий рівень; 43,3% середній рівень; 10% низький рівень

Як ми бачимо, за першою шкалою ролі за інтелектуально світоглядною функцією сім'ї (*задоволення інтелектуально світоглядних потреб подружжя*) серед респондентів 66,7% високий рівень; 30% середній рівень; 3,3% низький рівень виконання сімейних ролей, ризик сімейних конфліктів (рекомендовано звернутися за психологічною допомогою до спеціаліста). За

другою шкалою ролі за морально-психологічною та інтимно-сексуальною функціями сім'ї (*задоволення інтимно-сексуальних, морально-психологічних та репродуктивних потреб подружжя*) 50% середній рівень; 33,3% високий рівень; 16,7% низький рівень виконання сімейних ролей, ризик сімейних конфліктів (рекомендовано звернутися за психологічною допомогою до спеціаліста). За третьою шкалою ролі за господарською та матеріально-фінансовою функціями сім'ї (*задоволення господарсько-побутових та матеріально-фінансових потреб подружжя*) майже однаковий результат серед респондентів 46,3% високий рівень та 43,3% середній рівень; і було виявлено 10% низький рівень виконання сімейних ролей, ризик сімейних конфліктів (рекомендовано звернутися за психологічною допомогою до спеціаліста).

Також було з'ясовано, що найважливішими ролями подружжя (перші десять рангів) для опису «сімейна роль за інтелектуально-світоглядною функцією сім'ї» є: порадник, одиодумець, співрозмовник, учитель, слухач, вихователь, компаньйон, експерт, інтелектуал, гуру. Щодо найважливіших моделей поведінки подружжя для опису «сімейна роль за морально-психологічною та інтимно-сексуальною функціями сім'ї», то такими на думку респондентів є: мотиватор, берегиня (захисник), коханець, активіст, миротворець, розрадник, друг, ініціатор, репродуктор, романтик. За результатами ранжування опитуваних моделей поведінки подружжя для опису «сімейна роль за господарською та матеріально-фінансовою функцією сім'ї» з'ясовано, що найважливішими серед них є: добувач, господарник, годувальник, організатор, нянька, масовик, підприємець, покупець, кухар, прибиральник.

З метою вивчення у респондентів та розподілу ролей, обов'язків, ми використали анкету «Дистантні сім'ї» (М. Полупанов), результати показали, що на питання Чи вважаєте себе дистантною сім'єю, відповіли 68% ні, 4% не знаю, 28% так. По якій причині ви вважаєте себе дистантною сім'єю, чоловік працює закордоном 50%, тимчасово живуть в іншому місті 25 %, не назвали

причини 25%, бо не вважають себе дистантною сім'єю. На питання Чи можливо зберігати відносини на відстані, респонденти відповіли 6,7% ні, 93,3% так. Як ви розподіляєте сімейні ролі та обов'язки в сім'ї, респонденти дали такі відповіді: стараємося обговорювати, на відстані тяжко ділити, робимо кожен як може, дивлячись по ситуації, жінка керує, чоловік за матеріально відповідає, за інше жінка. Чи виходить повністю задовільнити виконання ролей в сім'ї – 6,7% так, 43,3% ні, 50% частково. На наступне питання хто відповідає за матеріальне забезпечення сім'ї, дали відповідь 83,3 % що це чоловік та 16,7% чоловік та жінка. Хто має виконувати основний обсяг хатньої роботи 20% і чоловік, і дружина, 80% дружина. І що стосується останнього питання чи складно вам розподіляти сімейні обов'язки, 50% ні, 33,3% так, 16,7 % тяжко відповісти.

З метою визначення рольової структури сім'ї, а також визначити внесок кожного члена сім'ї в організацію спільного життя (ролі-обов'язку), а також типові варіанти поведінки в конфліктних ситуаціях (ролі взаємодії), ми використали опитувальник «Сімейні ролі» за А. Черніковим див. в табл 2.3.

Таблиця 2.3 Результати опитувальника «Сімейні ролі»

Ролі-обов'язку	%	Ролі взаємодії	%
Організатор домашнього господарства	23,4%	Посередник у конфлікті	23,4%
Закупник продуктів	3,3%	Прихильник повболівати	0%
Заробляти гроші	33,4%	Прихильник суворої дисципліни	6,7%
Скарбник	0%	Головний обвинувач	3,3%
Поганий виконавець всіх своїх обов'язків	0%	Самотній вовк	0%
Прибирати квартиру	3,3%	Втішати скривджених	19,9%
Кухар	3,3%	Ухиляється від обговорення проблеми	6,7%
Виносить сміття	3,3%	Створюючий іншим неприємності	0%
Прибирати зі столу після обіду	3,3%	Тримається осторонь від сімейних розборок	3,3%
Той, хто доглядає за тваринами	3,3%	Роль жертви заради інших	0%
Організатор свят і розваг	3,3%	Сімейний вулкан	3,3%
Ремонтує зламане	3,3%	Таїти образу	0%

Людина, яка приймає рішення	16,8%	Жартівник	33,4%
-----------------------------	-------	-----------	-------

Отже результати свідчать про те, серед ролей-обов'язку, обрали три найбільш важливими для життя їх сім'ї – це організатор домашнього господарства 23,4%, людина, яка приймає рішення 16,8% та заробляння грошей 33,4%, а серед ролей-взаємодії – це посередник у конфлікті 23,4%, втішати скривджених 19,9% та жартівник 33,4%. Взявши за основу вище згадану методику «Діагностика сімейних ролей подружжя» Д. Карпової, Є. Потапчука див Додаток А, ми визначили, що ролі-обов'язку належать до морально-психологічної функції сім'ї, а ролі-взаємодії до господарської та матеріально-фінансовою функціями сім'ї.

Таким чином, за результатами дослідження виявлено особливості розподілу сімейних ролей за основними функціями сім'ї, а саме за інтелектуально-світоглядною – це порадник, одностудець, співрозмовник, учитель, слухач, вихователь, компаньйон, експерт, інтелектуал, гуру; за морально-психологічною та інтимно-сексуальною функціями сім'ї, то такими на думку респондентів є мотиватор, берегиня (захисник), коханець, активіст, миротворець, розрадник, друг, ініціатор, репродуктор, романтик та за матеріально-фінансовою і господарською функціями з'ясовано, що найважливішими серед них є добувач, господарник, годувальник, організатор, нянька, масовик, підприємець, покупець, кухар, прибиральник.

Також є серед респондентів є низький рівень виконання сімейних ролей, ризик виникнення сімейних конфліктів, тому нами було розроблено практичних рекомендацій членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей.

### **2.3 Розробка практичних рекомендацій членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей**

Так як дистантні сім'ї стають поширеними, вони виникають у зв'язку з робочими або особистими обставинами, коли члени сім'ї проживають в різних географічних регіонах або навіть країнах, то це створює нові виклики для розподілу сімейних ролей та організації повсякденного життя [21].

На нашу думку, ключовим елементом успішного функціонування дистанційної сім'ї є комунікація. У контексті дистанційної роботи або навчання, коли кожен член сім'ї може знаходитися у різних місцях і має різний розпорядок дня, зв'язок і взаємодія є ще більш важливими.

Комунікація дозволяє кожному члену сім'ї висловлювати свої слова підтримки, думки, почуття, потреби та очікування щодо обов'язків та розподілу ролей. Коли кожна особа має можливість вислухати і бути почутим, виникає взаєморозуміння і відчуття, що кожен голос важливий. Регулярне проведення сімейних зустрічей є важливим елементом для відкритої комунікації та вирішення потреб кожного члена сім'ї. Спеціальні сімейні зустрічі створюють можливість зосередитися на важливих питаннях, обговорити проблеми та знайти спільні рішення.

Також ключовим компонентом успішного спілкування є активне слухання. Це означає не просто чути слова, але й уважно сприймати і зрозуміти думки та почуття інших членів сім'ї. Це включає невербальні сигнали, такі як жести, міміка, тон голосу, що допомагають отримати повну картину того, що висловлюється. Активне слухання демонструє повагу до інших і показує їм, що їхні думки є важливими. При обговоренні сімейних питань, важливо щоб кожен член сім'ї міг вільно висловлювати свої думки без страху відвертості чи засудження. Забезпечення відкритості та взаєморозуміння сприяє зміцненню зв'язків всередині сім'ї та сприяє вирішенню конфліктів шляхом спільного пошуку компромісу. Крім того, важливо враховувати погляди та ідеї кожного члена сім'ї при прийнятті

рішень. Це допомагає відчувати себе важливими та поважаними, а також робить процес розв'язання проблем більш комплексним та об'єктивним.

Усвідомлення важності відкритої комунікації та її практика допоможуть зміцнити зв'язок у дистанційній сім'ї і забезпечити ефективну співпрацю та взаєморозуміння.

Деякі практичні рекомендації як ділити обов'язки і сімейні ролі на відстані, варто:

- Встановіть чіткі комунікаційні зв'язки: Важливо мати щоденні або щотижневі зустрічі онлайн або по відеозв'язку, де всі члени сім'ї можуть обговорити свої обов'язки, розклади та плани. Використовуйте спільні календарі або додатки для спільного планування, які дозволяють всім бачити зайнятість і зобов'язання кожного члена сім'ї.

- Обговорюйте як можете ділити сімейні ролі, доручуйте завдання: Розподіляйте завдання рівномірно між усіма членами сім'ї, не дивлячись на відстань. Створюйте розклади або списки завдань, які ви можете виконувати.

- Будьте гнучкими: У дистанційній роботі або навчанні можуть з'являтися неочікувані ситуації або зміни розкладу. Будьте готові до адаптації і зміні обов'язків в разі потреби. Спільно обговорюйте ці зміни і шукайте компроміси, щоб забезпечити рівномірне розподіл завдань.

- Підтримуйте взаємну допомогу: Створюйте атмосферу співпраці і взаємодопомоги в сім'ї. Підтримуйте один одного, коли хтось знаходиться під часом стресу або має багато роботи. Допомагайте один одному з виконанням завдань і займайтесь спільними справами.

- Визначте особистий час і режими: У дистанційній роботі може бути складно встановити межі між робочим і особистим життям. Домовляйтесь про часові інтервали, коли кожен член сім'ї може присвятити собі, своїм інтересам і відпочинку.

- Підтримуйте командний дух: Спільно вирішуйте проблеми і виклики, з якими стикається ваша дистантна сім'я. Пам'ятайте, що ви на одній стороні і спільними зусиллями можете досягти кращих результатів.

Отже, встановлення відкритої комунікації в дистантній сім'ї є ключовим елементом успішного справляння з викликами дистанційної роботи. Регулярне обговорення очікувань, потреб, пріоритетів та розподілу ролей допомагає знайти оптимальні рішення, які задовольняють всіх членів сім'ї. Важливо практикувати активне слухання та враховувати думки та ідеї кожного, створюючи атмосферу взаєморозуміння та співпраці.

### **Висновки до другого розділу**

Основним методичним засобом для отримання первинної інформації були анкетування, спостереження та тестування. В ході емпіричного дослідження використовувалися: анкета «Дистантна сім'я», методика «Діагностика сімейних ролей подружжя», опитувальник «Сімейні ролі».

Дослідження проведено на базі Хмельницького національного університету, залучено 30 людей різного віку.

Підсумовуючи вище вказані результати, було з'ясовано, що перебуваючи на відстані трохи важко розподіляти сімейні ролі та обов'язки, не всі задоволені виконанням ролей, в основному чоловік відповідає за матеріальне забезпечення сім'ї, а жінка за побут та догляд за дітьми. Серед ролей-обов'язку, обрали три найбільш важливими для життя їх сім'ї – це організатор домашнього господарства, людина, яка приймає рішення та заробляння грошей, а серед ролей-взаємодії – це посередник у конфлікті, втішати скривджених та жартівник. Взявши за основу вище згадану методику «Діагностика сімейних ролей подружжя» Д. Карпової, Є. Потапчука ми визначили, що ролі-обов'язку належать до морально-психологічної функції сім'ї, а ролі-взаємодії до господарської та матеріально-фінансовою функціями сім'ї.

Також з'ясували, що найважливішими ролями подружжя для опису «сімейна роль за інтелектуально-світоглядною функцією сім'ї» є: радник, одиодумець, співрозмовник, учитель, слухач, вихователь, компаньйон,

експерт, інтелектуал, гуру. Щодо найважливіших моделей поведінки подружжя для опису «сімейна роль за морально-психологічною та інтимно-сексуальною функціями сім'ї», то такими на думку респондентів є: мотиватор, берегиня (захисник), коханець, активіст, миротворець, розрадник, друг, ініціатор, репродуктор, романтик. За результатами ранжування опитуваних моделей поведінки подружжя для опису «сімейна роль за господарською та матеріально-фінансовою функцією сім'ї» з'ясовано, що найважливішими серед них є: добувач, господарник, годувальник, організатор, нянька, масовик, підприємець, покупець, кухар, прибиральник.

Узагальнення результатів теоретичного та емпіричного вивчення предмета нашого дослідження дозволило обґрунтувати практичні рекомендації членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей.

## ВИСНОВКИ

Провівши теоретичне та емпіричне дослідження, можна зробити висновки, що феномен дистантної сім'ї виступає безсумнівно як соціально значуща проблема сучасності. За визначенням сучасних науковців, дистантна сім'я – це сім'я, члени якої тривалий час перебувають на відстані через те, що один або обидва батьки працюють за кордоном.

За результатами теоретичного аналізу спостерігаємо, що в дистантних сім'ях виникають психологічні проблеми, пов'язані зі зміною структури і функціонування сімейного середовища, оскільки фізична віддаленість може впливати на розподіл ролей, відповідальностей і взаємодії між членами сім'ї. Як зазначають дослідники, то характерними психологічними ознаками дистантної сім'ї є: 1) відсутність або значне порушення функціонування принаймні одного елемента в системі сімейних взаємин: мети (невідповідність виховної мети дорослих членів родини призначенню сімейної системи); порядку функціонування (дезорганізація сімейних зв'язків, що виявляється у відсутності адекватного розподілу сімейних ролей, неузгодженості цілей та правил у функціонуванні сім'ї як цілісної системи); енергетики системи (нестача активності, спрямованої на задоволення потреб інших членів родини, відсутність спрямованості на розвиток сім'ї і відповідно неготовність до змін як у житті кожного окремого члена родини, так і сім'ї в цілому); 2) низька якість функціонування родини аж до повної нездатності виконувати сімейні обов'язки, відповідно, незадоволення основних потреб членів родини. Зазначимо ще одні основні психологічні проблеми це: нерівномірний розподіл обов'язків; відсутність спільних рольових активностей; втрата інтимного контакту; відчуття нерівності та незадоволеності; вплив на дітей; відчуття самотності та ізоляції; зміна ролей і відповідальностей; вплив на партнерські відносини; емоційний дисбаланс; виклик для розвитку взаємозалежності; вплив на дитинство і розвиток дітей; затримка розвитку соціальних навичок;

потреба в адаптації до нових ролей і відповідальності; емоційне виснаження та втрата спільності і зв'язку:

Також в роботі проаналізовано типологія сімейних ролей, перерахуємо основні: народження і виховання дітей (виконання цієї функції найбільш страждає у дистантних сім'ях, а саме через неузгодження і розмитість позицій подружніх партнерів щодо питання виховання дітей; збереження, розвиток, передача наступним поколінням цінностей і традицій суспільства, акумулювання і реалізація соціально-виховного потенціалу; задоволення потреб людей у психологічному комфорті та емоційній підтримці, почутті безпеки, почутті цінності та значущості свого «Я», емоційному теплі і любові; створення умов для розвитку особистості всіх членів сім'ї; задоволення сексуально-еротичних потреб; задоволення потреб у спільному проведенні дозвілля; організація спільного ведення домашнього господарства, розподіл праці у сім'ї, взаємодопомога; задоволення потреб людини у спілкуванні з близькими людьми, у встановленні надійних комунікативних зв'язків з ними; задоволення індивідуальної потреби у батьківстві або материнстві, контактах з дітьми, їх вихованні, самореалізації в дітях; соціальний контроль за поведінкою окремих членів сім'ї; організація діяльності з фінансового забезпечення сім'ї; рекреативна функція – охорона здоров'я членів сім'ї, організація їхнього відпочинку.

За результатами емпіричного дослідження з'ясовано, що на відстані важко розподіляти сімейні ролі та обов'язки, не всі задоволені виконанням ролей, в основному чоловік відповідає за матеріальне забезпечення сім'ї, а жінка за побут та догляд за дітьми. Серед ролей-обов'язку, респонденти обрали три найбільш важливими для життя їх сім'ї – це організатор домашнього господарства, людина, яка приймає рішення та заробляння грошей, а серед ролей-взаємодії – це посередник у конфлікті, втішати скривджених та жартівник. Взявши за основу вище згадану методику «Діагностика сімейних ролей подружжя» Д. Карпової, Є. Потапчука ми визначили, що ролі-обов'язку належать до морально-психологічної функції

сім'ї, а ролі-взаємодії до господарської та матеріально-фінансовою функціями сім'ї.

Також з'ясували, що найважливішими ролями подружжя для опису «сімейна роль за інтелектуально-світоглядною функцією сім'ї» є: радник, одинок, співрозмовник, учитель, слухач, вихователь, компаньйон, експерт, інтелектуал, гуру. Щодо найважливіших моделей поведінки подружжя для опису «сімейна роль за морально-психологічною та інтимно-сексуальною функціями сім'ї», то такими на думку респондентів є: мотиватор, берегиня (захисник), коханець, активіст, миротворець, розрадник, друг, ініціатор, репродуктор, романтик. За результатами ранжування опитуваних моделей поведінки подружжя для опису «сімейна роль за господарською та матеріально-фінансовою функцією сім'ї» з'ясовано, що найважливішими серед них є: добувач, господарник, годувальник, організатор, нянька, масовик, підприємець, покупець, кухар, прибиральник.

Узагальнення результатів теоретичного та емпіричного вивчення предмета нашого дослідження дозволило обґрунтувати практичні рекомендації членам дистантних сімей щодо розподілу сімейних ролей.

Таким чином дистантні сім'ї потребують соціально-психологічної допомоги. Варто приділити увагу як і дітям, а також сімейним взаєминам між чоловіком та жінкою, особливо розподілу ролей.

## ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

- 1.Бунакова, В. Ф. Дистанційні сім'ї: проблеми та перспективи української дійсності. Центр соціології та політичної психології НАН України. 2015
- 2.Венгер Г. С.. Досвід сімейних стосунків у дистантній і традиційній сім'ях. Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць Кам'янець-Подільського нац. ун-ту ім. І. Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2015 Вип. 29, с. 147–154.
- 3.Венгер Г.. Психологічні особливості рольових стосунків у дистантних сім'ях. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету ім. Івана 4.Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Вип. 27.Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2015 с. 103–116.
4. Венгер, А.Л.. Сімейні ролі у сучасному світі: особливості, проблеми та перспективи. Київський національний університет ім. Т. Шевченка. 2008 Вип. 2 (17), с. 165-169.
- 5.Воронова, О. Ю., Чізмар, В. В. Психологічні особливості сучасної дистантної сім'ї. Психологія: теорія і практика: збірник наукових праць, гол. ред. І.О. Корнієнко. Мукачєво-Київ: РВВ МДУ, 2018№Вип.1(1), с. 34-42
- 6.Головнева І.В. Зміна традиційних внутрісімейних ролей: нові моделі поведінки та конфлікти / І.В Головнева // Практична психологія та соціальна робота. 2006. №4. С.12-16.
- 7.Гур'єва, І. Рольові моделі в сучасній сім'ї / І. Гур'єва // Вісник Книжкової дитини / О. Лисенко // Сучасна педагогіка. – 2018. – № 3. – С. 34-39.
- 8.Закревський, Б., Плавко, М. Організація правильного життєвого балансу в дистантних сім'ях. Молодий вчений, 3(51), 2018, С. 269-273.
- 9.Карпова Д. Є. Психологічні умови формування уявлень про сімейні ролі у студентської молоді : дис. ... д-ра філософії: 053. Хмельницький, 2021. 218 с.

- 10.Клименко, М., Калінус, Н. Сімейна взаємодія дистантних сімей: виклики та можливості. Педагогіка формування творчої особистості, 61(22), 2019, С. 116-122.
- 11.Коваль, Н., Дударева, Т. Особливості побудови сімейних відносин на дистанції. Науковий вісник НЛТУ України, 2017, С. 131-135.
- 12.Коваль, Н., Литвинова, Н., Кутузакова, О. (2020). Батьківство в дистанційних сім'ях: психологічні особливості та проблеми. Вісник Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, 6(289), 89-94.
- 13.Ковальчук І. В. Соціальна підтримка дітей та молоді з дистантних сімей на ринку праці в Україні : навч. посіб. / І. В. Ковальчук ; Чернів. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича. Чернівці : Рута, 2007. 88 с.
- 14.Ковтонюк, О. В. Соціологічний аналіз відмінностей в сімейних ролях у дистантних та звичайних сім'ях. Наукові записки. Серія «Психологія та педагогіка», 1(30), 2011, С. 69-73.
- 15.Корнієнко, Т. Сімейна рольова структура та її функції у розвитку особистості / Т. Корнієнко // Науковий вісник Національного університету палати. – 2019. – Т. 20, № 3. – С. 23-28.
- 16.Король, І. Л. Особливості соціалізації дітей у дистантних сім'ях. Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Педагогічні науки, 2(71),2014, С. 101-105.
- 17.Крупник І. Р. Наявність впливу батьківської депривації в сім'ї трудових мігрантів. Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Т. 11. Психологія особистості. 2014. Випуск 11. Ч. 1. С. 450–456.
- 18.Кузнецова, Є. Дистанційність як фактор формування особистості в Україні. Науковий вісник Ужгородського національного університету, 2(47), 2018, С. 16-20.
- 19.Линдовська, О., Біляченко, О. Психологічні особливості формування сімейних стереотипів. Педагогіка вищої та середньої школи 49, 2016, С. 68-74.

20.Логвінова Д.В. Гендерні стереотипи старшокласників про соціальні ролі / Д.В Логвінова // Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія». 2005. № 702. С.100-104.

21.Луценко, А.. Дистанційне навчання і навчальний процес в сучасних умовах. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету, 39.2, 2020, С. 93-98.

22.Макарова, О. В.. Сімейні ролі в дистантній взаємодії. Педагогіка і психологія, 2(18), 2018, С. 94-97.

23.Психологія молодого сім'ї / М. І. Мушкевич та ін. Луцьк, 2018. 235 с.

24.Ніщета, О. І. Сімейні ролі у дистантних сім'ях та їх вплив на психологічний стан дітей. Міжнародний науковий журнал «Інтернаука», 10(34), 2016. С. 45-47.

25.Пенішкевич Д. Підготовка майбутніх соціальних педагогів до роботи з дискантними сім'ями. Науковий вісник Чернівецького університету імені Ю. Федьковича,. Вип. 225. Педагогіка та психологія. 2005, С. 92–97.

26.Панасенко, М. В. Особливості психологічного розвитку дітей у дистантних сім'ях. Освітній простір, 1(6), 2013. С. 77-81.

27.Пашкова, О. Управління сімейними конфліктами в дистантних сім'ях. Український науково-медичний молодіжний журнал, 3(107), 2018. С. 159-162.

28.Полупанов М. І. Психологічні особливості життєдіяльності дистатних сімей. *Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору фахівців* : тези допов. VII Всеукр. наук.-практ. конф., (м. Хмельницький, 24-25.11.2022). Хмельницький : ХНУ, 2019. С. 142–146.

29.Потапчук Є. М., Карпова Д. Є. Моделі поведінки подружжя в реалізації основних сімейних функцій. Науковий журнал «Габітус» Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій. Вип. 21, 2021. С. 268 – 274.

30.Потапчук Є. М., Карпова Д. Є. Психологічна діагностика сімейних ролей як моделей поведінки подружжя : довідник сімейного психолога. Хмельницький : «PolyLux design print», 2021. 52 с.

31.Раєвська Я.М. Вплив дистантної сім'ї на емоційну сферу підлітків / Я.М. Раєвська // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Сер. 12. К., 2010. № 30. С. 152-158.

32.Рєпіна, Ю. О., Савченко, О. В. Роль технологій у підтримці дистанційних сімейних відносин. Молодий вчений, 4(64), 2019 С. 312-316.

33. Сердюк, І. О. (2017). Дистантні сім'ї: проблеми, виклики та перспективи розвитку. Вісник Хмельницького національного університету. Серія "Психологія", 2(3), 30-35.

34.Сіренко, Н. Комунальне господарство як фактор впливу на сімейні відносини. Актуальні проблеми сучасної економіки, 1(43), 2019. С. 74-78.

35.Склярчук А. В. Проблемна сім'я як середовище соціалізації дитини : монографія. Херсон : Видавничий дім «Гельветика», 2018. 272 с.

36.Соколовська, І., Кондратенко, Н. (2019). Інтернет-комунікація в дистантних сім'ях: можливості та ризики. Вісник Книжкової палати, 1, 120-125.

37.Федоренко, В. Роль сімейної дисципліни у формуванні ціннісних орієнтацій особистості. Вісник Національної академії статистики, обліку та аудиту, 1, 2018. С. 115-122.

38.Федоренко Р., Мушкевич М., Дучимінська Т., Магдисюк Л. Психологія молодшої сім'ї : монографія. 2-ге вид., доп. та змін. Луцьк : Вежа-Друк, 2020. 392 с.

39.Федоренко Р. П. Психологія молодшої сім'ї: навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

40.Хаміцевич, М.. Дистанційність як чинник духовно-морального розвитку особистості. Науковий вісник Івано-Франківського національного технічного університету нафти і газу, 2009 4(74), 73-79

41.Хлопоніна Н. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування : дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.05 ; Київський національний університет ім. Тараса Шевченка. Київ, 2007. 247 с

42.Черниш, Ю. О.Особливості сімейних ролей в дистантних сім'ях. Науковий вісник Херсонського державного університету.2011 Серія "Психологічні науки", 1, с 202-205.

43. Чопик, І. Сімейний рольовий релятивізм як особливість розвитку сімейних 2013,с 255

44.Шевченко, А. І. Особливості розвитку дітей у дистантних сім'ях: психологічні та соціально-педагогічні аспекти. Цивілізаційний вимір освіти та науки, 2(3), 2019. С. 72-77.

45.Dush, C. M. K., Cohan, C. L., & Amato, P. R. (2003). The relationship between cohabitation and marital quality and stability: Change across cohorts *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 539-549.

46.Feeney, J. A., & Collins, N. L. A new look at social support: A theoretical perspective on thriving through relationships. *Personality and Social Psychology Review*, 19(2), 2015. P.113-147.

47.Hetherington, E. M., & Stanley-Hagan, M. M. The adjustment of children with divorced parents: A risk and resiliency perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43(8), 2002. P.1127-1137.

48.Karpova D. Higher education establishment as a subject of forming ideas of family roles among the student youth: Monograph / Science and education for sustainable development / Edited by Aleksander Ostenda and 48.Valentyna Smachylo. Katowice: Publishing House of University of Technology, 2022. P. 819-824. DOI:10.54264/M005

49.Mazelis J. M., Mykyta L. Internal Migration and the Role of Intergenerational Family Ties and Life Events (Внутренняя миграция и роль семейных связей и жизненных событий между поколениями). *Journal of Marriage and Family*. Volume 83, Issue 1. №10. 2020. P. 1461–1478.