

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

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН ЧЛЕНІВ
СІМ'Ї В УМОВАХ ВІЙНИ

Назва теми

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

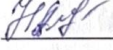
Шифр і назва галузі знань

Спеціальність 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр 21015

номер ІНП

Виконала: здобувачка IV курсу, групи ПП-21-1  Анастасія
НИКИТЮК

Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник Доктор філософії, доцент

Науковий ступінь, вчене звання



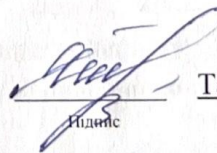
Підпис

Дарія КАРПОВА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:
Зав. кафедри психології та педагогіки
доктор психологічних наук, професор

20 травня 2025 р.



Підпис

Таїсія КОМАР

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

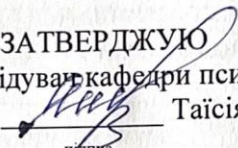
Хмельницький, 2025

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

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

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології та педагогіки


Таїсія КОМАР

продпис
протокол № 5 від 12 грудня 2024 р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ ДИПЛОМНУ РОБОТУ Анастасії НИКІТЮК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ здобувача

1. Тема кваліфікаційної дипломної роботи: «Психологічні особливості міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни»

Керівник кваліфікаційної дипломної роботи: Дарія КАРПОВА, доктор філософії

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ, науковий ступінь, вчене звання

з психології, доцент

Затверджено наказом ректора університету від 07 березня 2025 р. № 23

2. Строк подання здобувачем роботи на кафедру 30 травня 2025 р.

3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з науково-дослідної практики, комплекс методів та методик дослідження: Тест «Карта сімейних відносин» (А. Варгой), Методика незакінчених речень (Сакс та Леві), Методика «Сімейна соціограма», Опитувальник Томаса-Кілманна в контексті сімейних взаємин.

4. Зміст кваліфікаційної дипломної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1 Міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни як проблемне питання, висновки до розділу; розділ 2 Емпіричне дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни, висновки до розділу, висновки, список використаних джерел, додатки.

5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень)
7 рисунки, 11 таблиць.


6. Консультанти розділів кваліфікаційної дипломної роботи

	та посада консультанта	завдання видав	завдання прийняв


Дата видачі завдання 12 грудня 2024 року

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної дипломної роботи	Строк виконання етапу роботи	Примітка
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 01.10. 2024 р.	виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 01.12. 2024 р.	виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.02. 2025 р.	виконано
4	I розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.03. 2025 р.	виконано
5	II розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.04. 2025 р.	виконано
6	Загальні висновки.	До 01.05. 2025 р.	виконано
7	Оформлення кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.06. 2025 р.	виконано
8	Попередній захист кваліфікаційної дипломної роботи.	29 травня 2025 р.	виконано
9	Захист кваліфікаційної дипломної роботи (відповідно графіку)	12 червня 2025 р.	виконано

Здобувач  Анастасія НИКИТЮК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник роботи  Дарія КАРПОВА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної дипломної роботи «Психологічні особливості міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни»

Здобувач Анастасія НИКИТЮК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник Дарія КАРПОВА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Кваліфікаційна дипломна робота включає 78 сторінок, 7 рисунків, 11 таблиць, перелік джерел посилання із 67 найменувань.

Ключові слова: міжособистісні взаємини, подружжя, сім'я, війна, прояви тривожності, позитивний морально-психологічний клімат, гармонія.

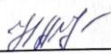
Об'єкт дослідження: сім'я як мала соціальна група.

Предмет дослідження: міжособистісні взаємини членів сім'ї.

За результатами дослідження проаналізовано теоретичні та емпіричні вивчення психологічних особливостей сімейних взаємин в умовах війни, які впливають на психологічний стан членів сім'ї, емпірично досліджено взаємини сім'ї в умовах повномасштабної війни та розроблено рекомендації подружжю щодо підтримання позитивного морально-психологічного клімату сім'ї та зберегти психологічну стійкість.

Одержані результати можуть бути використані подружнім парам для покращення взаємин між партнерами та запобігання конфліктами. Висвітлені теоретичні та емпіричні висновки можуть бути використані при здійсненні психологічного консультування подружніх пар, а також у процесі підготовки студентів-психологів до професійної діяльності з навчальних дисциплінах: «Психологія сім'ї», «Психологічне консультування».

Дипломник



Підпис

Анастасія НИКИТЮК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 30 травня 2025р.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1 МІЖОСОБИСТІСНІ ВЗАЄМИНИ ЧЛЕНІВ СІМ'Ї В УМОВАХ ВІЙНИ ЯК ПРОБЛЕМНЕ ПИТАННЯ.....	9
1.1.Сутність і зміст, критерії та показники міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни.....	9
1.2.Чинники, що детермінують міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни.....	12
1.3.Вплив сімейних взаємин на морально-психологічний клімат сім'ї в умовах війни.....	16
Висновки до розділу	22
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН ЧЛЕНІВ СІМ'Ї В УМОВАХ ВІЙНИ.....	24
2.1 Характеристика вибірки та методів емпіричного дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни	24
2.2 Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни	32
2.3 Практичні рекомендації подружжю щодо підтримання позитивного морально-психологічного клімату сім'ї в умовах війни	51
Висновки до розділу	55
ВИСНОВКИ.....	57
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....	60
ДОДАТКИ	68
Додаток А.....
Психологічний тест «Карта сімейних стосунків» (автор А. Варга).....	69
Додаток Б.....
Психологічна методика «Незакінчені речення» (автор Сакс та Леві).....	Ошибка!
Закладка не определена.	
Додаток В
Психологічна методика «Сімейна соціограма».....	Ошибка!
Закладка не определена.	
Додаток Г
Опитувальник Томаса-Кілманна: типи поведінки у конфлікті (Томас, Кілманн)	Ошибка! Закладка не определена.

ВСТУП

Актуальність дослідження. Враховуючи сьогодення, повномасштабна війна є екстремальним соціальним явищем, то вона спричиняє кардинальні зміни в житті людей, зокрема впливає на міжособистісні взаємини членів сім'ї. У таких умовах сім'я стає як осередком підтримки та стабільності, так і зоною напруження, конфліктів і різних криз. Втрата безпеки, вимушені розлуки, дефіцит уваги та турботи, емоційного контакту, травматичний досвід бойових дій, економічні труднощі – всі ці чинники накладають відбиток на психологічний стан членів сім'ї, їхні стосунки, рівень довіри та взаєморозуміння. Дослідження міжособистісних взаємин в сім'ї під час війни є надзвичайно важливим, оскільки вони визначають не лише психологічний комфорт окремих її членів, а й загальну стійкість суспільства.

Актуальність теми зумовлена гострою потребою в науковому аналізі змін, що відбуваються у сімейних стосунках під впливом воєнних подій. Статистичні дані свідчать про збільшення кількості розлучень, психологічних розладів у дітей і дорослих, високий рівень стресу та тривожності у родинах військовослужбовців і внутрішньо переміщених осіб. Водночас сім'ї, які знаходять ефективні способи адаптації, демонструють вищий рівень згуртованості, підтримки та психологічної стійкості. Важливим залишається питання профілактики сімейних криз і розробки практичних рекомендацій подружжям щодо збереження здорового морально-психологічного клімату в сім'ї під час війни.

Проблема сімейних взаємин у кризових умовах активно досліджується сучасними вітчизняними та зарубіжними науковцями. Зокрема, Т. Білик аналізує сімейні конфлікти та причини звернень до сімейних медіаторів у періоди соціальних криз. І. Бойченко досліджує трансформацію сімейних цінностей української молоді. А. Боярська-Хоменко та А. Воронін розглядають соціальні проблеми сімей військовослужбовців у міжнародному контексті. В. Вінс та інші

автори аналізують можливості гармонізації подружніх стосунків через психологічне консультування, а Н. Володарська досліджує вплив емоційних зв'язків на психологічне благополуччя сім'ї тощо.

Об'єкт дослідження – сім'я як мала соціальна група.

Предмет дослідження – міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни.

Мета дослідження – теоретично й емпірично з'ясувати психологічні особливості міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до вивчення сімейних взаємин та уточнити їх сутність, зміст, критерії та показники.
2. Визначити чинники, що детермінують міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни.
3. Виявити вплив сімейних взаємин на морально-психологічний клімат сім'ї в умовах війни.
4. Провести емпіричне дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин членів сім'ї та розробити практичні рекомендації подружжю щодо підтримання позитивного морально-психологічного клімату сім'ї.

Гіпотеза дослідження: міжособистісні взаємини членів сім'ї мають свої психологічні особливості, що детермінуються чинниками об'єктивного та суб'єктивного характеру і визначають морально-психологічний клімат сім'ї.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової літератури, порівняльний метод організації дослідження; емпіричні методи: експеримент, спостереження, опитування, тестування; математичний метод обробки даних. При цьому були задіяні такі емпіричні методики та опитувальники як психологічний тест «Карта сімейних стосунків» (автор А. Варга), психологічна методика «Незакінчені речення» (автор Сакс та Леві), психологічна методика «Сімейна соціограма» та Опитувальник Томаса-Кілманна».

Практична цінність отриманих результатів полягає у можливості використання напрацьованих рекомендацій у роботі психологів, соціальних працівників, консультантів із сімейних питань, а також у розробці програм психологічної допомоги сім'ям військовослужбовців і постраждалих від війни.

Експериментальна база дослідження. Дослідження було здійснено на базі ресурсного інформаційно-консультативного центру психологічної підтримки «Хмельницький психологічний центр». До участі в дослідженні були залучені 20 осіб.

Апробація результатів дослідження: надруковано тези «Роль довіри в сімейних взаєминах», що були опубліковані у збірнику наукових праць 3-ї міжнародної науково-практичної конференції «Наукові дослідження: сучасні інновації та майбутнє Перспективи» (24-26 лютого 2025 р., Монреаль, Канада), надруковано тези «Міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни», що були опубліковані 10 квітня 2025 р. збірнику наукових праць «Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців», Хмельницький національний університет.

Структура роботи. Робота містить вступ, два розділи, висновки, переліку джерел посилання.

РОЗДІЛ 1 МІЖОСОБИСТІСНІ ВЗАЄМИНИ ЧЛЕНІВ СІМ'Ї В УМОВАХ ВІЙНИ ЯК ПРОБЛЕМНЕ ПИТАННЯ

1.1. Сутність і зміст, критерії та показники міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни

Як свідчить практика, міжособистісні взаємини в сім'ї є одним із ключових аспектів людського життя, оскільки вони визначають емоційне благополуччя, соціальну підтримку та особистісний розвиток її членів. Варто уточнити, що міжособистісні відносини – система установок, орієнтацій та очікувань членів групи щодо один одного, зумовлених змістом і організацією спільної діяльності цінностями, на яких ґрунтується спілкування людей [52]. В умовах війни ці взаємини зазнають суттєвих трансформацій, що обумовлено стресовими факторами, розлукою, військовою мобілізацією, втратою близьких, масовою міграцією родин, невизначеністю майбутнього та змінами у соціальних і гендерних ролях. Велика кількість науковців звертають увагу на необхідність адаптації сімей до нових умов через налагодження ефективної комунікації, збереження довіри, підтримку психологічного благополуччя та забезпечення стабільності взаємодії між членами родини [5,7,11]. Дослідження сімейних відносин в умовах кризових ситуацій дозволяє окреслити основні проблеми та можливі шляхи їх подолання, що є актуальним у контексті воєнних реалій.

Одним із ключових аспектів міжособистісних взаємин у сім'ї під час війни є рівень емоційного зв'язку між її членами (якість висловлювання емпатії та співчуття; вміння слухати і розуміти партнера, готовність допомогти у важкі моменти). Н. Володарська та І. Карабаєва зазначають, що емоційний зв'язок між подружжям, батьками й дітьми є визначальним фактором психологічного благополуччя сім'ї. В умовах війни цей зв'язок може слабшати через вимушену розлуку, переживання втрат або постійну напругу. Однак збереження емоційної близькості через спілкування, підтримку та вираження почуттів сприяє зміцненню сімейних взаємин [5, с.29-36].

Іншим важливим критерієм є рівень довіри між членами сім'ї (відкритість та чесність у спілкуванні). Варто зазначити, що основою гармонійних сімейних взаємин є довіра, що сприяє емоційному благополуччю кожного члена родини. Довіра є критично важливим елементом у будь-яких відносинах, будь то особисті, професійні чи соціальні. Вона служить фундаментом, на якому будуються міцні та здорові зв'язки. Адже, вона проявляється через відкритість, взаємну підтримку та готовність сприймати один одного такими, якими є подружжя. Як зазначає Т. Білик, довіра відіграє важливу роль у подоланні конфліктів та адаптації до кризових умов. Війна може спричинити зростання підозрілості, невпевненості у майбутньому та страху за життя близьких. В таких умовах відкритість у спілкуванні, взаємопідтримка та спільне прийняття рішень допомагають підтримувати довірчі стосунки [1, с.304]. Перш за все, довіра в сім'ї формується завдяки відчуттю емоційної безпеки. Це означає, що кожен член сім'ї має можливість відкрито виражати свої почуття, думки і переживання без страху бути осудженим або неприємно здивованим реакцією інших. У сімейних стосунках важливо, щоб партнери та інші члени родини уникали осуду, оскільки критика може зруйнувати довіру та породити страх бути незрозумілим. Діти беруть приклад батьків, вони формують свої уявлення про довіру, спостерігаючи за взаємодією між батьками. Якщо батьки демонструють повагу, відкритість та надійність у спілкуванні один з одним, діти переймають ці моделі поведінки. Коли дитина або дорослий відчуває, що його емоції і переживання приймаються, він починає довіряти близьким. Варто зазначити, що така емоційна підтримка є фундаментом для розвитку довіри [17].

Комунікація є ще одним ключовим критерієм ефективних сімейних взаємин (чесність у спілкуванні; вміння висловлювати свої потреби та почуття). І. Грицюк підкреслює, що у кризових ситуаціях особливо важливо підтримувати якісну комунікацію між членами родини, адже це допомагає мінімізувати непорозуміння та уникнути конфліктів. Велика війна може викликати труднощі у комунікації через відстань, страх або емоційне виснаження, тому сім'ям варто докладати зусиль для збереження постійного контакту [7, с.54].

Військові конфлікти нерідко змінюють гендерні ролі в сім'ї. А. Боярська-Хоменко та А. Воронін дослідили, що сім'ї військовослужбовців стикаються зі зміщенням традиційних ролей: жінки змушені брати на себе відповідальність за ведення господарства, виховання дітей та прийняття рішень, тоді як чоловіки часто перебувають у зоні бойових дій. Це може спричинити напруження у стосунках, але також сприяти розвитку нових моделей взаємодії в родині [3, с.22-24].

Також ще одним важливим критерієм збереження гармонійних сімейних стосунків у воєнний час є стресостійкість (гнучкість та вміння адаптуватися до нових умов, вміння знаходити способи вирішення проблем в умовах війни). Дослідження Р. Кваса показує, що здатність сім'ї адаптуватися до екстремальних умов, приймати нові виклики та підтримувати один одного є визначальним чинником її стабільності. Члени сім'ї, які демонструють високу стресостійкість, краще справляються з кризовими ситуаціями та ефективніше підтримують один одного [12, с.1-4].

Особливу увагу слід приділити дитячо-батьківським взаєминам у воєнний час (збереження спільних традицій, звичаїв, частота спілкування). І. Грицюк та Ю. Сащук наголошують, що сімейний клімат має значний вплив на психологічний стан дитини. Діти, які відчують емоційну підтримку від батьків, легше адаптуються до нових умов та менше піддаються негативному впливу стресу [6, с.346-356].

Крім вище зазначених показників ще фінансова нестабільність впливає на сімейні відносини. За даними Ю. Кашпур та С. Письменного, економічні труднощі часто стають причиною конфліктів у подружніх стосунках. Зниження доходів, втрата роботи та інші економічні проблеми можуть загострювати напруження між партнерами, що вимагає додаткових зусиль для збереження гармонії в родині [11, с.118-119].

Ще одним важливим аспектом є питання втрати близьких. Л. Магдисюк зазначає, що втрата рідних на війні може стати причиною глибокої психологічної травми, яка впливає на всю сім'ю. Психологічна підтримка, колективне

переживання горя та спільне подолання втрати сприяють збереженню міцних сімейних зв'язків [24, с.188].

Що стосується дослідження конфліктних ситуацій у сім'ї під час війни є також надзвичайно актуальним. На думку Т. Кругла, воєнні дії загострюють наявні конфлікти та можуть спричиняти нові суперечності через стрес, втому та зміни в житті родини. Розвиток навичок конструктивного вирішення конфліктів допомагає зменшити негативні наслідки кризових ситуацій [20, с.71-74].

Крім вище зазначених факторів, соціальна підтримка є ще одним важливим чинником збереження стабільності в родині. Д. Карпова підкреслює, що зовнішня підтримка (від друзів, родичів, соціальних служб) може значно покращити психологічний стан сімей. Доступ до консультацій, соціальних програм та допомоги від волонтерських організацій сприяє стабілізації сімейних стосунків [10, с.183-187].

Також варто звернути увагу на роль психологічної допомоги. Фахівці О. Кокун та І. Пішко зазначають, що спеціалізована психологічна допомога може суттєво покращити міжособистісні стосунки в родині, особливо в умовах воєнних подій. Робота з психологами допомагає подолати стрес, страхи та інші негативні переживання [16, с.165].

Таким чином, міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни формуються під впливом багатьох різних факторів, зокрема рівня довіри, емоційного зв'язку, комунікації, гендерних ролей, фінансової стабільності, конфліктів та психологічного благополуччя тощо. Підтримка всередині сім'ї, соціальні зв'язки та професійна психологічна допомога є важливими чинниками стабілізації сімейних відносин у кризових умовах.

1.2. Чинники, що детермінують міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни

Так як сім'я є основним соціальним інститутом, що забезпечує підтримку, соціалізацію та стабільність особистості, то у мирний час вона виконує функції

забезпечення емоційного благополуччя та формування гармонійних взаємин між її членами. Водночас повномасштабна війна суттєво змінює традиційні уявлення про сім'ю, створюючи нові виклики для її існування та розвитку. Військові конфлікти впливають на всі сфери життя українців, викликаючи емоційну нестабільність, зміну сімейних ролей та підвищення рівня конфліктності у відносинах.

Психологи зазначають, що в умовах війни відбувається суттєва зміна структури сім'ї: хтось змушений покидати домівку, інші залишаються в тилу або беруть участь у військових діях. За даними Т. Білик, найбільш поширеними зверненнями до сімейних медіаторів під час війни є питання подружніх конфліктів, труднощі у вихованні дітей та психологічна ізоляція одного з партнерів [1, с. 304]. Такі зміни провокують напругу між членами сім'ї, що часто призводить до розлучень та провокують емоційне віддалення один від одного.

На думку українського вченого І. Бойченко сімейні цінності молоді суттєво трансформуються під впливом військових подій [2]. Молоді пари починають переглядати пріоритети, зокрема ставлення до шлюбного життя, ролей у сім'ї та виховання дітей тощо. На жаль, війна змушує людей змінювати підходи до підтримки одне одного, формуючи нові механізми адаптації до стресових умов.

Важливим чинником змін у сімейних відносинах є економічна нестабільність. Втрата роботи, зменшення доходів або вимушене переселення негативно позначаються на психологічному кліматі в родині. Дослідження Н. Володарської та І. Карабаєвої свідчать, що матеріальні труднощі часто стають причиною депресії, тривожності та сварок, конфліктів між подружжям [5, с.29-36].

Одним із ключових аспектів впливу війни на сім'ю є психоемоційний стан її членів. Постійний стрес, страх за життя близьких і невизначеність майбутнього провокують емоційні зриви. І. Грицюк наголошує, що сімейний клімат є критичним фактором для емоційного благополуччя дитини, особливо якщо вона має затримку психічного розвитку (ЗПР) [6, с.346-356]. У таких випадках

необхідно створювати безпечне емоційне середовище, що зменшить негативний вплив війни на психіку дитини.

Окремої уваги заслуговують сім'ї військовослужбовців. Досвід канадських військових сімей, досліджений А. Боярською-Хоменко та А. Вороніним, свідчить, що повернення з війни часто супроводжується психологічними проблемами, серед яких посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), труднощі з адаптацією та зміна поведінкових патернів [3, с.22-24]. Подружжя військових потребує додаткової психологічної підтримки для відновлення довіри та стабільності у відносинах.

Ще одним важливим чинником, що впливає на сімейні взаємини під час війни, є зміни у вихованні дітей. Військовий конфлікт призводить до зростання рівня тривожності у дітей, а батьки часто не мають достатнього емоційного ресурсу для повноцінної підтримки. За висновками Т. Зозуль, психологічна напруженість у сім'ї може спричинити зміщення сімейних ролей, коли старші діти беруть на себе частину батьківських обов'язків [9, с.129-138].

Крім того, війна може провокувати розрив між поколіннями. Дорослі, які пережили попередні кризи, схильні до більшої адаптивності, тоді як молодь відчуває невпевненість у майбутньому. Це може викликати конфлікти між батьками та дітьми, адже їхні пріоритети та підходи до життя суттєво відрізняються. Як зазначає Р. Квас, то конфлікти в сім'ї у кризові періоди часто зумовлені нерозумінням та недостатньою комунікацією [12, с.1-4].

Міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни зазнають суттєвого впливу з боку різноманітних чинників, таких як військові дії, вимушене переміщення, втрата близьких, економічні труднощі та психологічний стрес спричиняють значні зміни в сімейній динаміці. Вчені наголошують, що адаптація до нових умов залежить від рівня підтримки всередині сім'ї, наявності ефективних стратегій подолання стресу та можливостей психологічної допомоги [1; 5].

З одного боку, війна може посилювати згуртованість сім'ї, підвищувати рівень емпатії та взаємної підтримки. З іншого – зростає ризик конфліктів,

психологічного виснаження та деструктивної поведінки, що негативно позначається на психологічному благополуччі всіх членів родини [7; 11]. У сучасних умовах особливого значення набуває соціально-психологічний супровід сімей, що допомагає подолати негативні наслідки воєнного стресу.

У таблиці 1.1. представлені основні чинники, що детермінують міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни. Вони згруповані за різними аспектами впливу – психологічним, соціальним, економічним та правовим, що дозволяє комплексно оцінити їхній вплив та визначити можливі шляхи підтримки сімей у кризових умовах.

Таблиця 1.1.

Чинники, що детермінують міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни

Чинник	Опис впливу
Економічна нестабільність	Втрата роботи, зниження доходів, вимушене переселення
Психоемоційний стан	Тривожність, депресія, емоційне виснаження
Рольові зміни в сім'ї	Зміщення ролей між подружжям та дітьми
Досвід військовослужбовців	ПТСР, труднощі в адаптації після повернення з війни
Міжпоколінні конфлікти	Різні підходи до подолання кризових ситуацій
Втрата соціальних зв'язків	Вимушене розлучення родини, проблеми комунікації

Важливим аспектом є чинники, що детермінують міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни. Серед них можна виокремити зовнішні та внутрішні (див рис. 1.1). Сукупна дія цих чинників може як сприяти зміцненню сім'ї, так і стати причиною конфліктів, психологічної напруги або дезінтеграції родинних зв'язків.

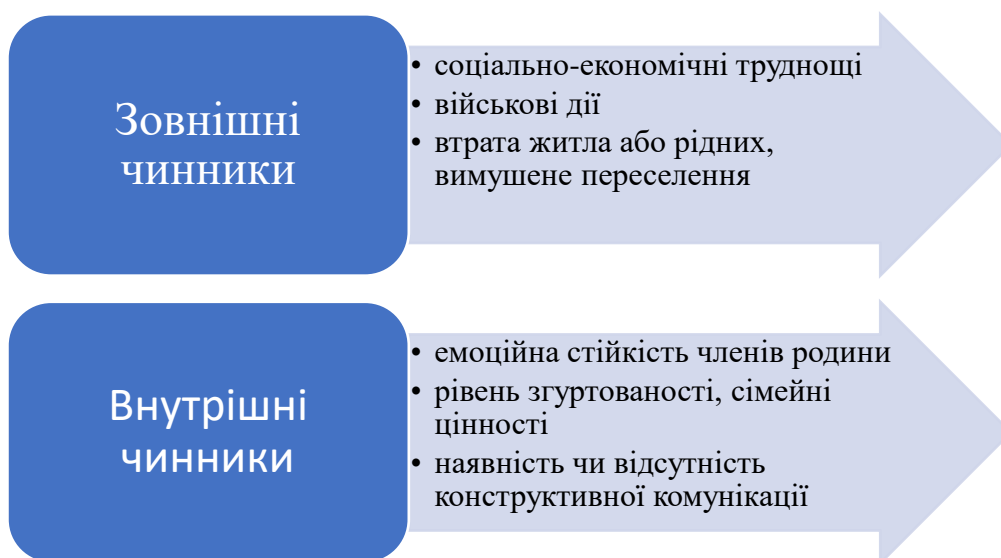


Рисунок 1.1. Зовнішні та внутрішні чинники

Отже, повномасштабна війна є потужним стресовим фактором, що впливає на всі аспекти сімейного життя подружжя. Вона змінює структуру сім'ї, викликає конфлікти, змушує людей переглядати свої цінності та адаптуватися до нових реалій. Найпоширенішими проблемами, з якими звертаються сім'ї під час війни, є конфлікти між подружжям, труднощі у вихованні дітей та загальна нестабільність емоційного стану. Для подолання цих викликів важливими є психологічна підтримка, розвиток комунікативних навичок і пошук ефективних стратегій взаємодії у складних умовах.

1.3. Вплив сімейних взаємин на морально-психологічний клімат сім'ї в умовах війни

Неодноразово зазначали, що війна – це глибокий стресовий чинник, що суттєво впливає на всі сфери людського життя, зокрема й на функціонування сім'ї. У кризових ситуаціях змінюється структура сімейних взаємин, зростає рівень тривожності, а члени родини змушені адаптуватися до нових умов. Нестача емоційної підтримки, постійний стрес, тривоги, економічні труднощі,

загроза життю – усе це призводить до зміни морально-психологічного клімату в сім'ї. Дослідження психологів підтверджують, що збереження гармонійних сімейних відносин у період війни є критично важливим для емоційного благополуччя як дорослих, так і дітей.

Сім'я виступає основним джерелом емоційної стабільності, однак воєнні події часто руйнують звичні патерни взаємодії. Досвід розлуки, втрати та фізичної небезпеки може спричинити конфлікти, зниження довіри та емоційне віддалення між подружжям. Н. Володарська та І. Карабаєва зазначають, що якість емоційних зв'язків у сім'ї значною мірою визначає її психологічний клімат у складних обставинах. Втрата контролю над ситуацією підсилює почуття безпорадності, що негативно відображається на психологічному стані членів родини [5, с.29-36].

Одним із головних викликів для сім'ї в умовах війни є розділення подружжя через мобілізацію, евакуацію або загибель одного з партнерів. І. Грицюк і Ю. Сащук підкреслюють, що для дітей з порушеннями розвитку зміни в сімейному середовищі можуть мати ще серйозніші наслідки, оскільки вони потребують стабільності й чіткої підтримки. Розлука з одним із батьків або його психологічна нестабільність можуть призвести до відчуття небезпеки та тривожності у дітей [6, с.346-356].

Важливим аспектом є також розподіл ролей у сім'ї під час війни. Традиційні гендерні ролі можуть зазнавати трансформації: жінки часто беруть на себе функції, які раніше виконували чоловіки, особливо якщо ті перебувають на фронті. Т. Зозуль зазначає, що зміни у розподілі сімейних ролей можуть як зміцнити шлюб, так і стати причиною конфліктів, якщо один із партнерів не готовий до таких змін. Додатковий стрес спричиняють фінансові труднощі, необхідність адаптації до нових життєвих умов та психологічне виснаження [9, с.129-138].

Одним із найбільш негативних наслідків війни для сім'ї є зростання кількості розлучень. Ю. Кашпур і О. Письменний зазначають, що війна посилює напруженість у стосунках, особливо серед подружніх пар, які вже мали конфлікти

до початку бойових дій. Збільшення фізичної та емоційної дистанції, зміни у системі цінностей, вплив травматичних подій – усе це може призвести до незворотного розриву відносин [11, с.118-119].

Проте сімейні стосунки в умовах війни не завжди руйнуються – навпаки, вони можуть зміцнюватися завдяки спільному подоланню труднощів. Д. Карпова підкреслює, що партнерська підтримка в кризові моменти відіграє ключову роль у збереженні психологічного благополуччя. Важливо, щоб подружжя проявляло емпатію, допомагало одне одному справлятися з емоційним напруженням і створювало атмосферу безпеки всередині сім'ї [10, с.183-187].

Особливу увагу слід приділити дітям, адже вони особливо вразливі до змін у сімейному кліматі. Р. Квас зазначає, що конфлікти між батьками можуть спричиняти почуття невизначеності у дітей, що призводить до зниження їхньої самооцінки та емоційної нестабільності. У таких умовах важливо створювати позитивне емоційне середовище, навіть якщо ситуація навколо залишається складною [12, с.1-4].

Значний вплив на психологічний клімат у сім'ї має рівень соціальної підтримки. Л. Магдисюк і Р. Федоренко наголошують, що доступ до психологічного консультування допомагає родинам адаптуватися до змін і долати наслідки стресових ситуацій. Спілкування з іншими сім'ями, які переживають схожі труднощі, може стати додатковим ресурсом для емоційного відновлення [26, с.360].

Психологічні практики, спрямовані на гармонізацію сімейних взаємин, можуть допомогти знизити рівень тривожності та стресу. В. Вінс, Ю. Кашпур і Т. Кузьменко описують методи психологічного консультування, які сприяють зміцненню довіри та взаєморозуміння між партнерами. Регулярне спілкування, вираження підтримки та спільне планування майбутнього допомагають уникати відчуження в подружніх стосунках [4, с.42-46].

Війна чинить руйнівний вплив на морально-психологічний клімат сім'ї, змінюючи динаміку відносин та створюючи додаткові стресові фактори. Див рис

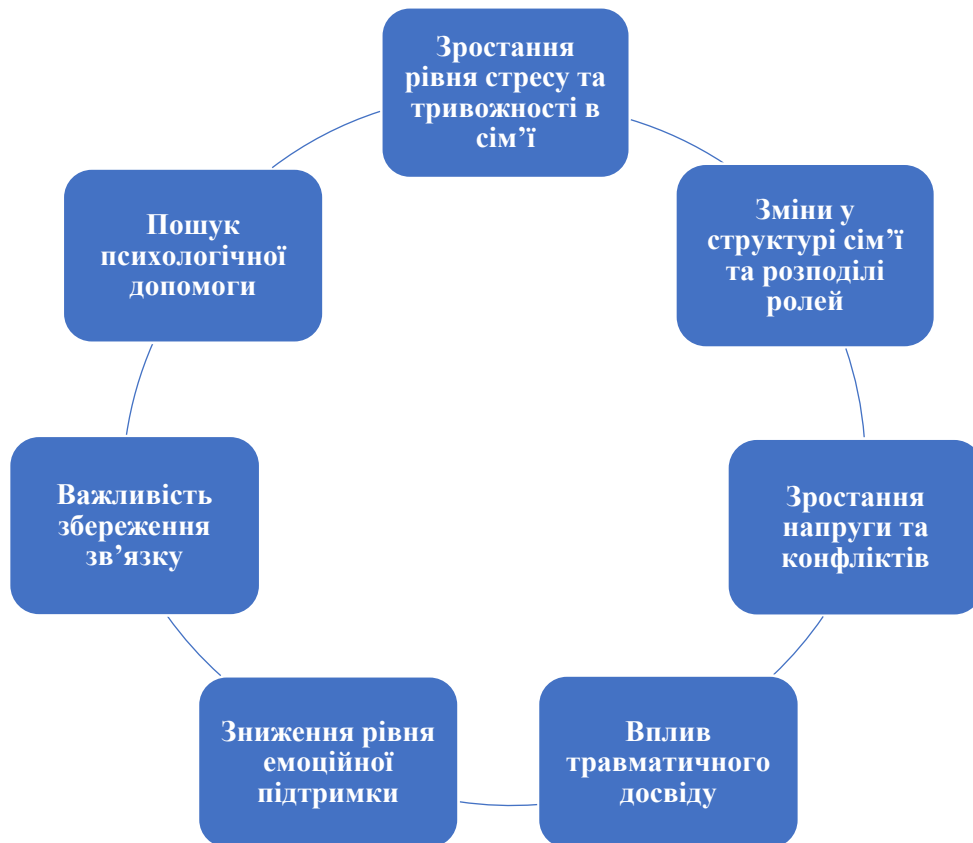


Рисунок 1.2 Руйнівні аспекти впливу на морально-психологічний клімат в сім'ї

Враховуючи вище зазначене, то до основних ключових аспектів цього впливу ми виділили;

- Зростання рівня стресу та тривожності в сім'ї: війна спричиняє постійний стан невизначеності та небезпеки, що призводить до хронічного стресу у членів сім'ї; Тривога за життя та безпеку близьких, втрата майна, вимушена зміна місця проживання – все це негативно впливає на емоційний стан. Діти особливо вразливі до стресу, що може проявлятися у вигляді нічних кошмарів, агресії або замкнутості.
- Зміни у структурі сім'ї та розподілі ролей: мобілізація чоловіків, виїзд жінок та дітей за кордон, втрата годувальника – все це призводить до змін у структурі сім'ї. Часто дітям доводиться брати на себе додаткові обов'язки, а

жінкам – ставати годувальницями. Ці зміни можуть викликати конфлікти та непорозуміння, якщо члени сім'ї не готові до адаптації.

- Зростання напруги та конфліктів: постійний стрес, втома та роздратованість збільшують ризик виникнення конфліктів у сім'ї. Нестача ресурсів, обмеження свободи, необхідність приймати складні рішення – все це може стати причиною розбіжностей. Діти, які пережили травматичний досвід, можуть проявляти агресію або замкнутість, що також ускладнює відносини.

- Вплив травматичного досвіду: військові дії, обстріли, втрата близьких – все це може призвести до посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у членів сім'ї. ПТСР проявляється у вигляді нав'язливих спогадів, кошмарів, тривожності та дратівливості. Травматичний досвід може надовго порушити емоційний стан та відносини в сім'ї.

- Зниження рівня емоційної підтримки: у стані стресу членам сім'ї може бути складно надавати та отримувати емоційну підтримку. Відсутність емпатії та розуміння може призвести до відчуження та самотності. Важливо пам'ятати, що в умовах війни кожен член сім'ї потребує підтримки та співчуття.

- Важливість збереження зв'язку: навіть у найскладніших умовах важливо зберігати емоційний зв'язок між членами сім'ї. Регулярне спілкування, спільне проведення часу, підтримка традицій – все це допомагає зберегти відчуття єдності. Для сімей, розділених війною, особливо важливо використовувати сучасні технології для підтримки зв'язку.

- Пошук психологічної допомоги: в умовах війни психологічна допомога стає необхідною для багатьох сімей. Психологи та психотерапевти можуть допомогти впоратися зі стресом, тривожністю та травматичним досвідом. Адже це допоможе зберегти морально-психологічний клімат сім'ї.

Отже, морально-психологічний клімат сім'ї в умовах війни значною мірою залежить від рівня емоційної підтримки, комунікативних навичок членів сім'ї та готовності адаптуватися до нових реалій. Сім'ї, які здатні відкрито обговорювати проблеми, шукати компроміси та підтримувати одне одного, мають значно більше шансів зберегти гармонію навіть у найскладніші часи.

Таблиця 1.2. демонструє основні фактори впливу сімейних взаємин на морально-психологічний клімат родини в умовах війни. Вона відображає ключові фактори, які можуть як зміцнювати, так і послаблювати психологічне благополуччя сім'ї, а також їхні наслідки для членів родини. Представлені дані ґрунтуються на дослідженнях сучасних науковців та психологів, які аналізували особливості сімейного функціонування у кризових ситуаціях, спричинених військовими конфліктами.

Таблиця 1.2.

Фактори, що впливають на морально-психологічний клімат сім'ї в умовах війни

Фактор	Позитивний вплив	Негативний вплив
Соціальна підтримка	Допомагає зменшити рівень тривожності	Відсутність підтримки може спричинити ізоляцію
Емоційна стабільність партнерів	Зміцнює стосунки, сприяє взаєморозумінню	Тривожність та депресія можуть посилювати конфлікти
Фінансова стабільність	Забезпечує відчуття безпеки	Фінансові труднощі призводять до стресу
Наявність дітей	Мотивує до збереження сім'ї	Додаткове навантаження, особливо при відсутності одного з батьків
Розподіл ролей у сім'ї	Гнучкість допомагає адаптуватися до змін	Нерівномірний розподіл обов'язків викликає конфлікти

Таким чином, під час війни сімейні взаємини зазнають серйозних змін, які можуть як зміцнити, так і послабити морально-психологічний клімат родини. Важливим фактором збереження гармонії є взаємна підтримка та відкритість у спілкуванні. Дослідження Вінса, Кашпура і Кузьменка підтверджують, що психологічне консультування допомагає сім'ям ефективніше долати кризові

ситуації. Створення безпечного емоційного простору, підтримка одне одного та адаптація до змін є ключовими для збереження здорового сімейного клімату.

Висновки до розділу

Підсумовуючи вище зазначене, прийшли до висновку, що актуальність вивчення сімейних стосунків під впливом воєнних подій обумовлена проблемним етапом розвитку міжособистісних відносин між членами сім'ї. Дослідження міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни показує, що вони зазнають значних трансформацій під впливом кризових обставин. Аналіз наукових підходів дозволив визначити сутність і зміст міжособистісних взаємин, а також критерії та показники, які характеризують їхню якість. До основних критеріїв належать рівень довіри, емоційна підтримка, комунікативна взаємодія, розподіл сімейних ролей та загальний морально-психологічний стан родини. Ці аспекти визначають здатність сім'ї адаптуватися до викликів воєнного часу та підтримувати внутрішню стабільність. Важливим аспектом є чинники, що детермінують міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни. Серед них можна виокремити зовнішні (соціально-економічні труднощі, військові дії, втрата житла або рідних, вимушене переселення) та внутрішні (емоційна стійкість членів родини, рівень згуртованості, сімейні цінності, наявність чи відсутність конструктивної комунікації). Сукупна дія цих чинників може як сприяти зміцненню сім'ї, так і стати причиною конфліктів, психологічної напруги або дезінтеграції родинних зв'язків.

Окрему увагу в дослідженні приділено впливу сімейних взаємин на морально-психологічний клімат сім'ї в умовах війни. Вплив на морально-психологічний клімат в сім'ї є зростання рівня стресу та тривожності в сім'ї; зміни у структурі сім'ї та розподілі ролей; зростання напруги та конфліктів; вплив травматичного досвіду; зниження рівня емоційної підтримки; важливість збереження зв'язку; пошук психологічної допомоги. Доведено, що підтримка з боку рідних, взаєморозуміння та емпатія сприяють зниженню рівня тривожності,

адаптації до складних обставин та збереженню психологічного благополуччя. Натомість нестабільність, конфлікти та емоційне відчуження можуть погіршувати стан кожного з членів сім'ї, спричиняти стресові розлади та поглиблювати почуття невизначеності й страху.

Таким чином, у першому розділі розкрито концептуальні основи міжособистісних взаємин у сім'ї в умовах війни, визначено їхні структурні компоненти, чинники впливу та роль у формуванні морально-психологічного клімату родини. Отримані теоретичні узагальнення стануть підґрунтям для подальшого аналізу особливостей функціонування сім'ї в кризових умовах та пошуку шляхів психологічної підтримки членів родини.

РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН ЧЛЕНІВ СІМ'Ї В УМОВАХ ВІЙНИ

2.1 Характеристика вибірки та методів емпіричного дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни

Емпіричне дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни має на меті вивчення того, як воєнні обставини впливають на характер взаємодії між рідними людьми. Це дослідження базується на аналізі типів сімейних взаємодій, рівня емоційної близькості та підтримки, а також на виявленні чинників, які визначають адаптаційні можливості сімей у кризових умовах. Для цього використано ряд психодіагностичних методик, що дозволяють отримати комплексну картину міжособистісних стосунків у сім'ї, а також оцінити рівень стресостійкості та емоційної підтримки серед її членів.

Дослідження проводилось на базі Ресурсного інформаційно-консультативного центру психологічної підтримки «Хмельницький психологічний центр». Центр має сучасне обладнання, що забезпечує високу точність проведених досліджень, а також можливість організації різноманітних психологічних заходів для підтримки людей у складних життєвих ситуаціях. Вибірка дослідження складалася з 20 осіб, серед яких було рівно 10 чоловіків та 10 жінок, віком 20-40 років. Таке співвідношення дозволяє забезпечити збалансованість у результатах та врахувати можливі гендерні особливості в емоційних реакціях на сімейні взаємини в умовах війни.

Для аналізу міжособистісних взаємин членів сім'ї було використано кілька психодіагностичних методик:

- Тест «Карта сімейних відносин» (розроблений А. Варгой) (Додаток А);

- Методика незакінчених речень (розробка Сакса та Леві) (Додаток Б);
- Методика «Сімейна соціограма» (Додаток В);
- Опитувальник Томаса-Кілманна в контексті сімейних взаємин (Додаток Г).

Тест «Карта сімейних відносин» (розроблений А. Варгой) є одним з інструментів психодіагностики, що використовується для дослідження сімейних взаємин. Його головною метою є оцінка емоційної залученості членів сім'ї, а також виявлення типу взаємодії між ними, що має важливе значення для розуміння емоційного клімату в родині. Цей тест дає змогу не тільки визначити рівень близькості між членами сім'ї, але й з'ясувати, чи існують у сім'ї конфлікти, а також оцінити рівень підтримки, яку вони надають один одному [64].

Методика передбачає заповнення анкети, в якій учасникам пропонується оцінити різні аспекти взаємодії в межах сім'ї. В основному, анкета складається з питань, що стосуються емоційної близькості, конфліктних ситуацій та наявності підтримки між членами сім'ї. Кожен респондент оцінює ці аспекти за шкалою, що дозволяє відобразити його сприйняття відносин у родині [64].

Ключові категорії, що оцінюються за допомогою цього тесту:

- Емоційна близькість – рівень емоційної підтримки і взаєморозуміння між членами сім'ї. Це може включати питання про те, наскільки людина відчуває себе емоційно підтриманою іншими членами родини, чи є між ними відкритість і довіра.
- Конфліктність – наявність і частота конфліктів, які виникають між членами сім'ї. Тут оцінюється, наскільки часто виникають суперечки чи напруженість, а також як учасники справляються з конфліктами.
- Підтримка – це аспект, що вказує на те, як члени сім'ї допомагають один одному, чи можуть вони покладатися на підтримку один одного в складних ситуаціях.

Оцінка отриманих результатів дає змогу визначити загальний тип сімейних взаємин. Виходячи з отриманих даних, сім'ю можна віднести до однієї з трьох категорій:

- Гармонійні відносини – коли члени сім'ї відчують емоційну близькість, підтримку і взаєморозуміння, конфлікти зустрічаються рідко або є конструктивними.
- Конфліктні відносини – коли в сім'ї часто виникають суперечки, між членами родини є певна дистанція, що призводить до постійної напруженості.
- Дезінтеграційні відносини – коли відсутня емоційна підтримка, є значні проблеми у взаєморозумінні, а також висока частота конфліктів, що можуть призвести до розпаду родинних зв'язків.

Тест «Карта сімейних відносин» є важливим інструментом для оцінки сімейної динаміки та допомагає психологам зрозуміти, які аспекти взаємодії потребують корекції для покращення емоційного клімату в родині. Такий підхід дозволяє своєчасно виявляти проблеми, що можуть негативно впливати на психічне здоров'я членів сім'ї, та розробляти стратегії для поліпшення їх взаємин і зниження стресових ситуацій у родині.

Методика незакінчених речень (розробка Сакса та Леві) є однією з ефективних технік для дослідження внутрішнього світу особистості, зокрема її емоційних і психологічних установок, що стосуються важливих соціальних взаємодій, таких як сімейні стосунки. Ця методика заснована на принципі незакінчених висловлювань, які спонукають учасників дослідження до того, щоб вони самі завершували речення, що дозволяє відкрити їхні підсвідомі думки та почуття [65].

Процес застосування методики полягає в тому, що досліджуваним пропонують заповнити низку незакінчених речень, наприклад:

- «У моїй сім'ї найголовніше...»
- «Я відчуваю себе у сім'ї...»
- «Якби я міг щось змінити в своїй родині, я б...»

Ці запитання орієнтовані на виявлення емоційної реакції учасника на конкретні аспекти сімейного життя, такі як підтримка, конфлікти, взаєморозуміння, рольові очікування, а також задоволеність або незадоволеність поточними стосунками.

Метою використання цієї методики є не тільки дослідження суб'єктивного сприйняття учасниками сімейних відносин, але й виявлення глибинних емоцій, страхів і надій, які можуть бути непомітними для самих учасників. Завершення речень вільно, без обмежень у формулюваннях, дозволяє виявити не тільки свідомі, але й підсвідомі реакції на різні ситуації в межах сім'ї [65].

Результати, які отримує дослідник, дають можливість визначити кілька важливих психологічних моментів:

- Емоційні установки.

Це стосується того, як учасники сприймають важливі аспекти сімейного життя (любов, довіра, підтримка, конфлікти). Наприклад, відповідь на питання «Я почуваю себе у сім'ї...» може відкрити такі установки, як безпека, підтримка, відчуття відчуженості або невдоволення.

- Взаємини у сім'ї.

Методика допомагає виявити, чи є у сім'ї проблеми у взаєморозумінні, чи спостерігається відчуження або гармонійність у відносинах між членами родини.

- Ставлення до змін.

Завершення речення типу «Якби я міг щось змінити у своїй родині, я б...» допомагає виявити бажання змінити певні аспекти стосунків, що може свідчити про незадоволеність чи прагнення до поліпшення ситуації в сім'ї.

Аналіз відповідей учасників дозволяє досліднику виявити кілька ключових аспектів сімейних взаємодій:

- Задоволеність: оцінка рівня задоволення від стосунків у сім'ї, які можуть бути описані як гармонійні або проблемні.
- Емоційний клімат: виявлення емоційного настрою, що панує в сім'ї — позитивного або негативного. Це включає рівень довіри, спільних цінностей, конфліктів і стресових ситуацій.

- Стратегії подолання проблем: як учасники бачать можливості для покращення ситуації, яких змін прагнуть і як уявляють ідеальний стан своїх взаємин.

Завдяки використанню цієї методики дослідники можуть отримати багатий матеріал для розуміння того, які емоційні процеси відбуваються в сім'ї, а також яка роль сімейних взаємин у загальному психологічному здоров'ї її членів. Вона дає можливість більш глибокого розуміння того, як соціальні та емоційні чинники впливають на сприйняття сімейних відносин, що є важливим для корекційної роботи в умовах стресових ситуацій, таких як війна [65].

Методика «Сімейна соціограма» є важливим інструментом для дослідження структури міжособистісних взаємин у сім'ї. Вона дозволяє візуалізувати емоційні зв'язки між членами родини, що дає змогу глибше зрозуміти психологічну динаміку та взаємодію між ними [66].

У процесі проведення дослідження учасникам пропонується створити соціограму своєї сім'ї. Це малюнок або схема, на якому кожен член родини позначений окремим символом (кругом, квадратом чи іншим знаком). Потім учасник вказує на схемі, як близько чи далеко розташовані ці символи один від одного, що візуально відображає ступінь емоційної близькості між членами родини [66].

Соціограма також включає певні правила позначень:

- Близькі розташування символізують емоційну близькість, підтримку та довіру між членами родини.
- Відстань між символами може вказувати на відсутність емоційного зв'язку або навіть на конфліктність.
- Ізольовані члени сім'ї позначаються окремо, що може вказувати на емоційну відчуженість або відстороненість.
- Лідери родини виділяються великими або центральними символами, що показує їх вплив або домінування в родинній системі.

Методика дозволяє:

- Виявити емоційну дистанцію між членами родини. Це дає змогу оцінити, наскільки щільними є емоційні зв'язки в родині та які члени родини відчувають більшу або меншу підтримку.

- Ідентифікувати лідерів і ізольованих осіб. Лідер в соціограмі зазвичай розташовується в центрі, що символізує його вплив, а ізольовані члени можуть бути відокремлені або розташовані на периферії, що вказує на їх відчуженість чи емоційну ізоляцію.

- Оцінити тип взаємодії в родині, виявити сімейні ролі, які можуть впливати на загальну атмосферу в родинному колі, а також на здатність родини адаптуватися до стресових ситуацій, таких як війна.

Результати методики: Аналіз соціограми дає можливість створити точну картину того, як відбуваються емоційні взаємодії в родині. Це допомагає визначити, які з членів родини потребують більшої психологічної підтримки, а також які аспекти взаємин можуть бути покращені для створення більш гармонійного сімейного середовища. Крім того, така методика дає уявлення про потенційні джерела сімейних конфліктів або можливості для їхнього вирішення через емоційну підтримку або зміну поведінкових патернів [66].

Таким чином, методика «Сімейна соціограма» є потужним інструментом для аналізу родинних стосунків, що дозволяє не тільки оцінити поточний стан міжособистісних взаємин, але й запропонувати шляхи їх покращення через корекцію емоційної дистанції або взаємодії між членами родини.

Опитувальник Томаса-Кілманна в контексті сімейних взаємин

Опитувальник Томаса-Кілманна (Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument, ТКІ) є одним із найпоширеніших інструментів для вивчення типів поведінки в конфліктних ситуаціях, зокрема в контексті міжособистісних взаємин у сім'ї. Цей інструмент дозволяє діагностувати, як члени родини реагують на конфлікти, чи прагнуть вони їх уникнути, чи намагаються досягти компромісу, чи готові відстоювати свої інтереси без урахування думки інших. Важливо, що цей тест дає змогу визначити різні стратегії поведінки в

конфліктних ситуаціях, що є важливим для оцінки взаємодії у родині, особливо в умовах стресу, таких як війна [67].

У процесі дослідження сімейних відносин, опитувальник дає можливість проаналізувати п'ять основних стилів поведінки у конфлікті, які можуть зустрічатися серед членів сім'ї:

- Уникнення конфліктів.

Люди, які обирають цей стиль, часто намагаються ігнорувати проблеми або не втручатися в конфлікти, сподіваючись, що вони вирішаться самі собою. Це може бути результатом бажання уникнути стресу або важких емоційних переживань. В умовах війни, де стресові фактори значно посилюються, цей стиль може бути типовим для осіб, які не хочуть додатково загострювати ситуацію, але можуть залишати проблеми нерозв'язаними, що впливає на емоційний клімат у родині [67].

- Конкуренція.

Члени сім'ї, які використовують цей стиль, намагаються відстоювати свої інтереси без урахування інтересів інших. Вони можуть бути агресивними або домінуючими в конфліктних ситуаціях, прагнучи виграти будь-якою ціною. В умовах війни, коли ресурси обмежені, і кожен може відчувати потребу в додатковій підтримці або увазі, такий стиль може призводити до зростання напруженості між членами родини.

- Компроміс.

Цей стиль передбачає пошук середнього шляху, де кожен із учасників конфлікту поступається частиною своїх інтересів. Він може бути корисним у ситуаціях, коли важливо швидко знайти рішення, але воно не повинно задовольняти всіх повністю. У родині, особливо в кризовій ситуації, компроміс може допомогти зберегти гармонію, однак він може призвести до відчуття незадоволеності, якщо однією зі сторін прийняте рішення не є оптимальним.

- Співпраця.

Це найбільш конструктивний стиль поведінки в конфлікті. Люди, які обирають цей стиль, намагаються знайти рішення, яке повністю задовольнить

обидві сторони. Вони готові працювати разом, враховуючи інтереси всіх учасників конфлікту. В умовах війни, коли родина може бути піддана високому рівню стресу та втратам, цей стиль сприяє підтримці та зміцненню емоційних зв'язків у родині, забезпечуючи спільну підтримку та допомогу в подоланні труднощів.

- Поступливість.

У цьому стилі один із учасників конфлікту поступається на користь іншого, не намагаючись відстояти свої інтереси. Людина може погодитися з рішенням іншого, щоб зберегти мир у родині, навіть якщо це означає поступитися власними потребами. В умовах війни, де емоційний фон може бути дуже напруженим, цей стиль може забезпечити тимчасовий мир, але водночас сприяти накопиченню невдоволення в довгостроковій перспективі.

В умовах війни сімейні взаємини можуть стати надзвичайно складними, оскільки кожен член родини стикається з різними емоційними та фізичними труднощами. Використання опитувальника Томаса-Кілманна дає змогу дослідити, як різні члени сім'ї реагують на стресові ситуації, які виникають в умовах воєнного часу. Наприклад, одні члени сім'ї можуть виявляти бажання уникати конфліктів через страх перед новими проблемами, інші — готові активно відстоювати свої погляди через почуття безпорадності або відчаю.

Інтерпретація результатів допомагає з'ясувати, які стилі конфліктної поведінки переважають у родині, чи є схильність до співпраці та компромісу, чи навпаки, конфлікти призводять до подальшого розриву та емоційної дистанції. Вивчення цих аспектів є важливим для розробки програм психологічної підтримки сімей в умовах війни, а також для допомоги родинам у навчанні конструктивним способам вирішення конфліктів, що дозволить зберегти емоційну стабільність та покращити міжособистісні стосунки.

Ці методики були застосовані для вивчення різних аспектів міжособистісних взаємин у сім'ї, зокрема взаємної підтримки, конфліктів, адаптаційних можливостей та емоційного клімату.

Емпіричне дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни показало, що сімейні стосунки зазнають значних змін під впливом зовнішніх стресових факторів, таких як війна. Важливим є те, що тип сімейних взаємин, рівень емоційної підтримки та адаптаційні можливості безпосередньо пов'язані з емоційною стійкістю членів родини. Отримані результати свідчать про важливість підтримки та конструктивної комунікації для збереження психологічної рівноваги в родині. Використання комплексного підходу, що включає методики, спрямовані на виявлення емоційних та психологічних характеристик, дозволило забезпечити глибоке розуміння складної динаміки міжособистісних взаємин в умовах війни та сформувані рекомендації для покращення психологічної підтримки сімей у кризових ситуаціях.

2.2 Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни

У ході дослідження були вивчені такі показники, як емоційна близькість, взаємодія та підтримка, ієрархія ролей і рівень конфліктності серед членів сімей, що переживають військові стреси. Використовуючи відповідні психологічні методики, зокрема методику «Карта сімейних відносин», «Методика незакінчених речень», «Сімейну соціограму» та «Опитувальник Томаса-Кілманна: типи поведінки у конфлікті», було проведено комплексну оцінку цих аспектів для подальшого аналізу впливу війни на психологічний стан сім'ї.

Результати дослідження дозволяють детальніше розглянути, як саме військові події змінюють міжособистісні стосунки в сім'ях, визначити найбільш вразливі зони в їх психологічній структурі.

Результати психологічного тесту «Карта сімейних відносин» зазначені в таблиці 2.1

Таблиця 2.1.

Результати тесту «Карта сімейних відносин»

№	Стать	Гармонійний (%)	Конфліктний (%)	Дезінтеграційний (%)
1	Чоловік	85	10	5
2	Чоловік	70	20	10
3	Чоловік	90	5	5
4	Чоловік	60	30	10
5	Чоловік	50	40	10
6	Чоловік	80	15	5
7	Чоловік	75	20	5
8	Чоловік	55	35	10
9	Чоловік	65	25	10
10	Чоловік	45	40	15
11	Жінка	85	10	5
12	Жінка	70	25	5
13	Жінка	90	5	5
14	Жінка	60	30	10
15	Жінка	50	40	10
16	Жінка	80	15	5
17	Жінка	75	20	5
18	Жінка	55	35	10
19	Жінка	65	25	10
20	Жінка	45	40	15

Таблиця 2.2.

Загальний результат тесту «Карта сімейних відносин»

Тип взаємодії	Відсоток (%)
Гармонійний тип	71,5%
Конфліктний тип	22,5%
Дезінтеграційний тип	6%

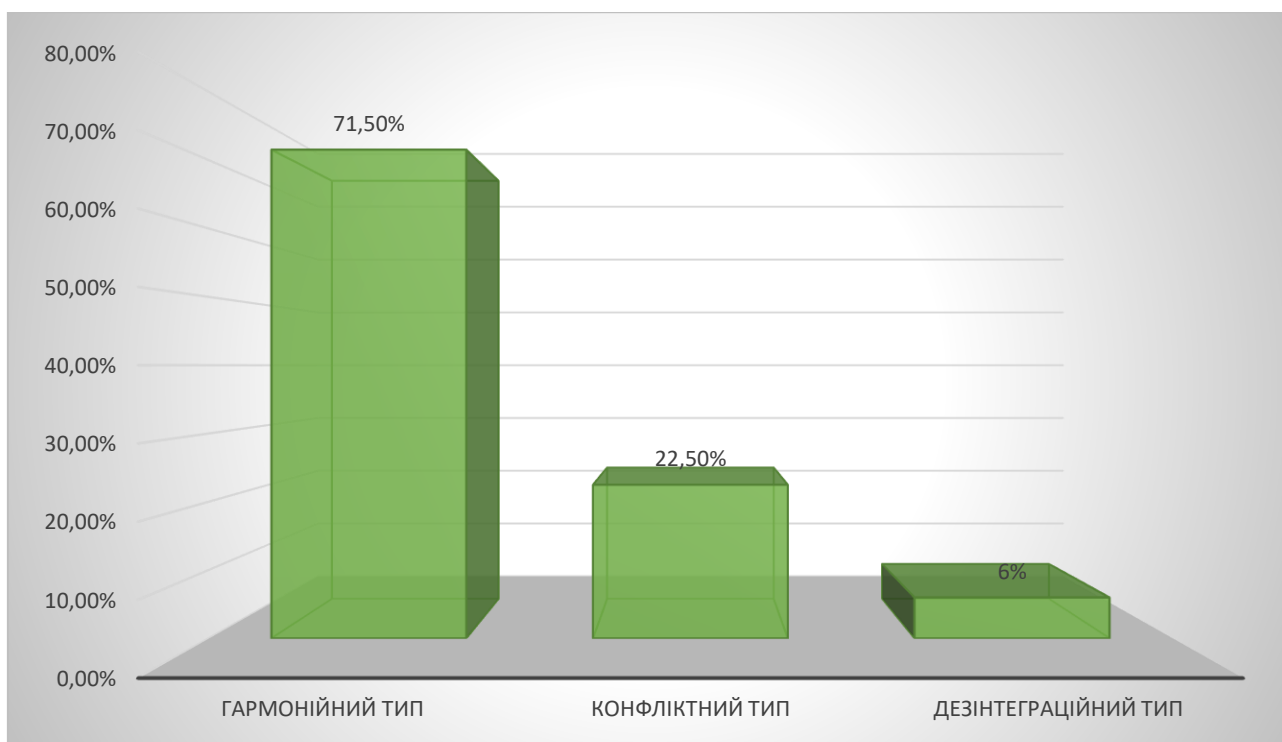


Рис.2.1. Діаграма результатів тесту «Карта сімейних відносин»

Згідно з отриманими результатами зазначимо, що більшість респондентів (понад 70%) показали гармонійні стосунки у своїх сім'ях. Це свідчить про високий рівень емоційної близькості та підтримки між членами сім'ї. Такі сім'ї, як правило, мають стабільну емоційну атмосферу, що сприяє розвитку стресостійкості та адаптації до життєвих труднощів.

Близько 22,5% сімей демонструють наявність конфліктних відносин. Це може вказувати на те, що в цих сім'ях є труднощі у взаєморозумінні, суперечності або стресові ситуації, які можуть впливати на емоційну стійкість членів сім'ї. Такий тип взаємодії може призводити до розвитку негативних емоційних реакцій на стресові ситуації.

Лише 6% учасників показали дезінтеграційний тип взаємодії, що свідчить про значні проблеми в сімейних відносинах. В таких родинах можуть бути серйозні емоційні та психологічні труднощі, що впливають на здатність членів сім'ї ефективно справлятися зі стресом і адаптуватися до змін.

Загалом, результати вказують на те, що більшість сімей мають здорові та гармонійні стосунки, однак важливо звертати увагу на менш стабільні сім'ї, які

потребують психологічної підтримки для покращення взаєморозуміння та зменшення стресу.

Результати психологічної методики незакінчених речень (розробка Сакса та Леві) показані в таблиці 2.3

Таблиця 2.3.

Результати за методикою незакінчених речень (розробка Сакса та Леві)

№	Стать	Емоційний стан (%)	Взаємини з іншими (%)	Впевненість у собі (%)	Соціальні ролі (%)	Трудова діяльність (%)
1	Чоловік	60	25	10	5	0
2	Чоловік	50	30	15	5	0
3	Чоловік	40	35	15	5	5
4	Чоловік	70	20	5	5	0
5	Чоловік	60	20	10	10	0
6	Чоловік	50	25	15	10	0
7	Чоловік	55	30	10	5	0
8	Чоловік	45	30	15	5	5
9	Чоловік	50	25	20	5	0
10	Чоловік	60	20	10	5	5
11	Жінка	65	20	10	5	0
12	Жінка	60	25	10	5	0
13	Жінка	50	35	10	5	0
14	Жінка	55	25	15	5	0
15	Жінка	40	40	10	5	5
16	Жінка	60	25	10	5	0
17	Жінка	45	35	10	5	5
18	Жінка	50	30	10	5	5
19	Жінка	60	25	10	5	0
20	Жінка	55	30	10	5	0

Таблиця 2.4.

Загальні результати за методикою незакінчених речень (розробка Сакса та Леві)

Категорія	Чоловіки (%)	Жінки (%)	Загальний результат (%)
Емоційний стан	55%	55%	55%
Взаємини з іншими	26%	30%	28%
Впевненість у собі	12%	11%	12%
Соціальні ролі	5%	5%	5%
Трудова діяльність	2%	4%	3%

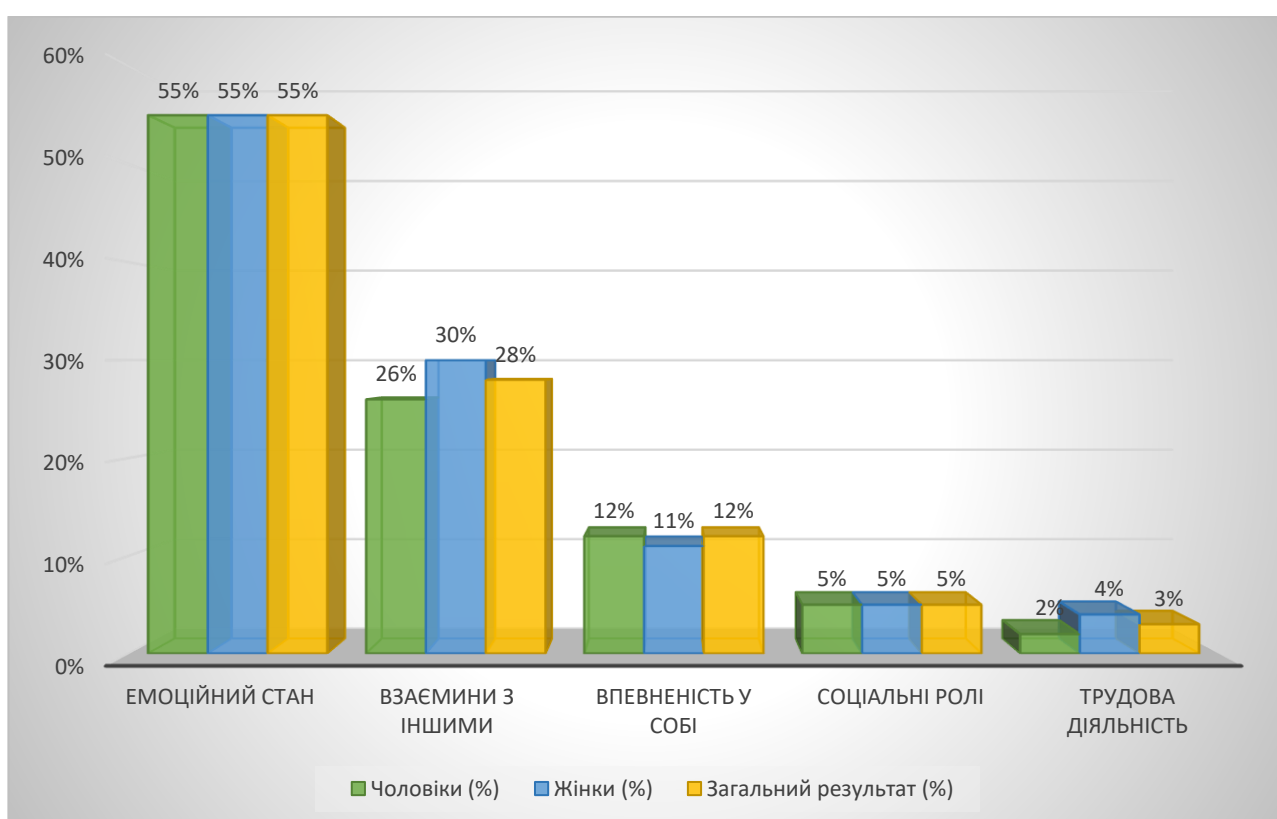


Рис.2.2. Діаграма результатів незакінчених речень (розробка Сакса та Леві)

Результати даної методики показали, що всі учасники, як чоловіки, так і жінки, виявили значний рівень акцентування на емоційному стані (55%). Це свідчить про високий рівень емоційної залученості у процес дослідження та вказує на важливість емоційної складової у психологічних взаємодіях.

Взаємини з іншими є важливою категорією для 26% чоловіків та 30% жінок. Це свідчить про високий рівень інтересу до соціальних зв'язків і відносин, особливо у жінок, що може свідчити про їхній схильність більше фокусуватися на соціальних аспектах життя.

Показники впевненості у собі у чоловіків (12%) та жінок (11%) схожі, що вказує на певні внутрішні сумніви та потребу в розвитку особистісної впевненості серед учасників обох груп.

Показники соціальних ролей (5%) та трудової діяльності (3%) є досить низькими, що може вказувати на невеликий акцент на цих аспектах у контексті досліджуваних ситуацій. Учасники більше зосереджуються на емоційних і міжособистісних питаннях.

Загальний рівень уваги до емоційного стану та міжособистісних взаємин вказує на значну роль цих аспектів у психології дорослих людей. Чоловіки та жінки показують схожі результати за основними категоріями, але жінки виявляють більшу зацікавленість у взаєминах з іншими людьми, що може відображати їхню більшу чутливість до соціальних аспектів. Впевненість у собі залишається важливою, але менш значущою категорією для більшості учасників, що вказує на можливість розвитку самосвідомості в подальшому.

Результати психологічної методики «Сімейна соціограма» зазначені в таблиці 2.5

Таблиця 2.5.

Результати за методикою «Сімейна соціограма»

№	Стать	Емоційна близькість (%)	Ієрархія ролей (%)	Рівень конфліктності (%)	Взаємодія та підтримка (%)
1	Чоловік	70	80	10	75
2	Чоловік	65	75	15	70
3	Чоловік	60	85	20	65
4	Чоловік	75	80	10	80

5	Чоловік	50	70	30	55
6	Чоловік	55	75	25	60
7	Чоловік	65	85	20	70
8	Чоловік	60	80	15	65
9	Чоловік	55	70	25	60
10	Чоловік	70	85	10	75
11	Жінка	80	85	10	85
12	Жінка	75	80	15	80
13	Жінка	70	85	15	75
14	Жінка	65	80	20	70
15	Жінка	60	75	25	65
16	Жінка	55	70	30	60
17	Жінка	75	85	15	80
18	Жінка	65	80	20	70
19	Жінка	60	75	25	65
20	Жінка	80	85	10	85

Таблиця 2.6.

Загальні Результати за методикою «Сімейна соціограма»

Показник	Чоловіки (%)	Жінки (%)	Загальний (%)
Емоційна близькість	62,5	70	66,25
Ієрархія ролей	78,5	80	79,25
Рівень конфліктності	18	18	18
Взаємодія та підтримка	66,5	73	69,75

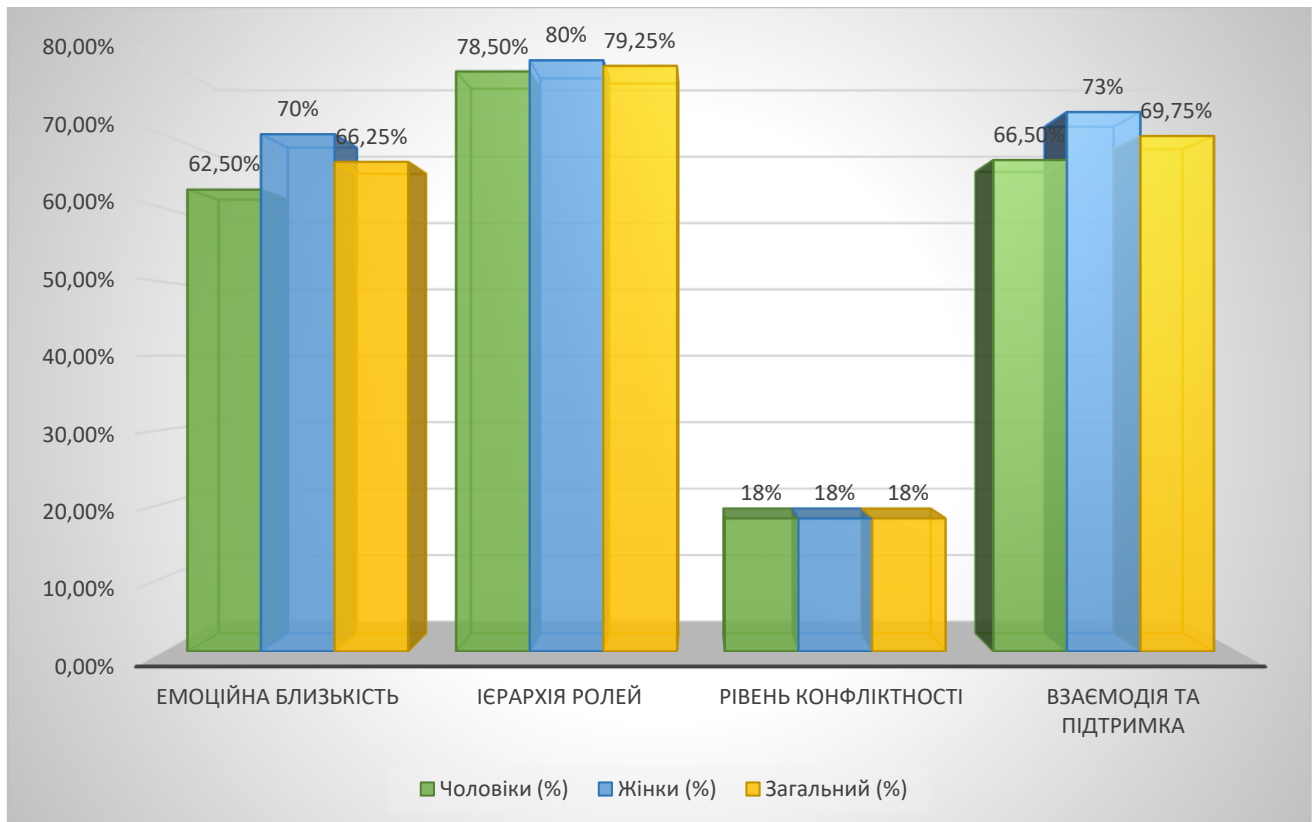


Рис.2.3. Діаграма результатів методики «Сімейна соціограма»

У жінок (70%) показники дещо вищі, ніж у чоловіків (62.5%), що свідчить про їхню схильність до емоційного спілкування та встановлення тісніших зв'язків. В обох групах високий рівень (чоловіки — 78.5%, жінки — 80%), що відображає добре визначену структуру ролей у сімейній системі. Рівень конфліктності залишається низьким для обох статей (18%), що свідчить про порівняно гармонійні взаємини в більшості сімей. Жінки (73%) частіше акцентують увагу на взаємодії та підтримці, тоді як у чоловіків цей показник нижчий (66.5%), що може вказувати на різницю у способах вираження підтримки.

У досліджуваних сім'ях спостерігається високий рівень гармонії, де більшість учасників демонструють емоційну близькість, добре організовану ієрархію ролей та низький рівень конфліктності.

Взаємодія та підтримка відіграють ключову роль у жіночій частині вибірки, що вказує на їхній пріоритет у сімейній динаміці.

Результати опитувальника Томаса-Кілманна описані в таблиці 2.7

Таблиця 2.7.

Результати опитувальника Томаса-Кілманна

№	Стать	Тип поведінки в конфлікті	Опис типу поведінки	Кількість осіб (чоловіки/жінки)
1	Чоловік	Відстоювання своїх інтересів	Наполегливий в досягненні своїх цілей, ігнорує інтереси інших	3
2	Чоловік	Компроміс	Сприяє пошуку взаємоприємних рішень	2
3	Чоловік	Уникнення конфлікту	Уникає конфліктів, намагається не створювати напруження	1
4	Чоловік	Адаптація	Віддає перевагу відступати від власних інтересів на користь іншого	2
5	Чоловік	Співпраця	Активно шукає рішення, яке задовольняє обидві сторони	2
6	Чоловік	Компроміс	Здійснює рівний поділ вигод і втрат між сторонами	1
7	Чоловік	Уникнення конфлікту	Пропонує рішення, щоб уникнути будь-якого напруження	1
8	Чоловік	Співпраця	Сприяє досягненню взаємовигідних угод через компроміси	2

9	Жінка	Адаптація	Поступається своїми інтересами, щоб зберегти мир	3
10	Жінка	Співпраця	Активно шукає шляхи для досягнення балансу інтересів	2
11	Жінка	Компроміс	Шукає компромісне рішення для задоволення обох сторін	2
12	Жінка	Відстоювання своїх інтересів	Наполегливо відстоює свою точку зору, часто ігнорує позицію іншої сторони	1
13	Жінка	Співпраця	Перехід до консенсусу через партнерське обговорення	1
14	Жінка	Компроміс	Намагається знайти спільне рішення, не завжди враховуючи власні інтереси	1
15	Жінка	Співпраця	Залучає іншу сторону до спільного пошуку рішення	1
16	Жінка	Уникнення конфлікту	Уникає зайвих конфліктів, намагається підтримувати гармонію	1
17	Жінка	Співпраця	Шукає рішення, що сприяє збереженню гармонії в стосунках	1

18	Жінка	Відстоювання своїх інтересів	Наполягає на своєму в конфліктних ситуаціях	1
19	Жінка	Уникнення конфлікту	Віддає перевагу мирному вирішенню конфліктів без прямого втручання	2
20	Жінка	Адаптація	Поступається власними інтересами на користь іншого	1

Ключові типи поведінки:

- Відстоювання своїх інтересів — орієнтованість на досягнення своїх цілей, незважаючи на інтереси інших.
- Компроміс — пошук рішення, яке задовольняє обидві сторони, але не завжди є оптимальним для кожної з них.
- Уникнення конфлікту — прагнення уникати суперечок і конфліктних ситуацій, зберігаючи гармонію.
- Адаптація — поступається своїми інтересами на користь іншого, часто для збереження миру.
- Співпраця — активна співпраця для досягнення взаємовигідного рішення.

Результати розподіляються між чоловіками та жінками, що дозволяє зробити висновки про різницю в стратегіях поведінки у конфліктах між цими групами.

Таблиця 2.8.

Загальні результати опитувальника Томаса-Кілманна

Тип поведінки в конфлікті	Процентне значення для чоловіків	Процентне значення для жінок	Загальний відсоток
---------------------------	----------------------------------	------------------------------	--------------------

Конкуренція (наполегливе досягнення своїх інтересів)	30%	20%	25%
Співпраця (пошук взаємовигідних рішень)	25%	35%	30%
Компроміс (пошук взаємоприязних рішень)	20%	15%	17,5%
Уникання (уникання конфлікту та напруги)	15%	20%	17,5%
Пристосування (жертвування своїми інтересами заради іншого)	10%	10%	10%

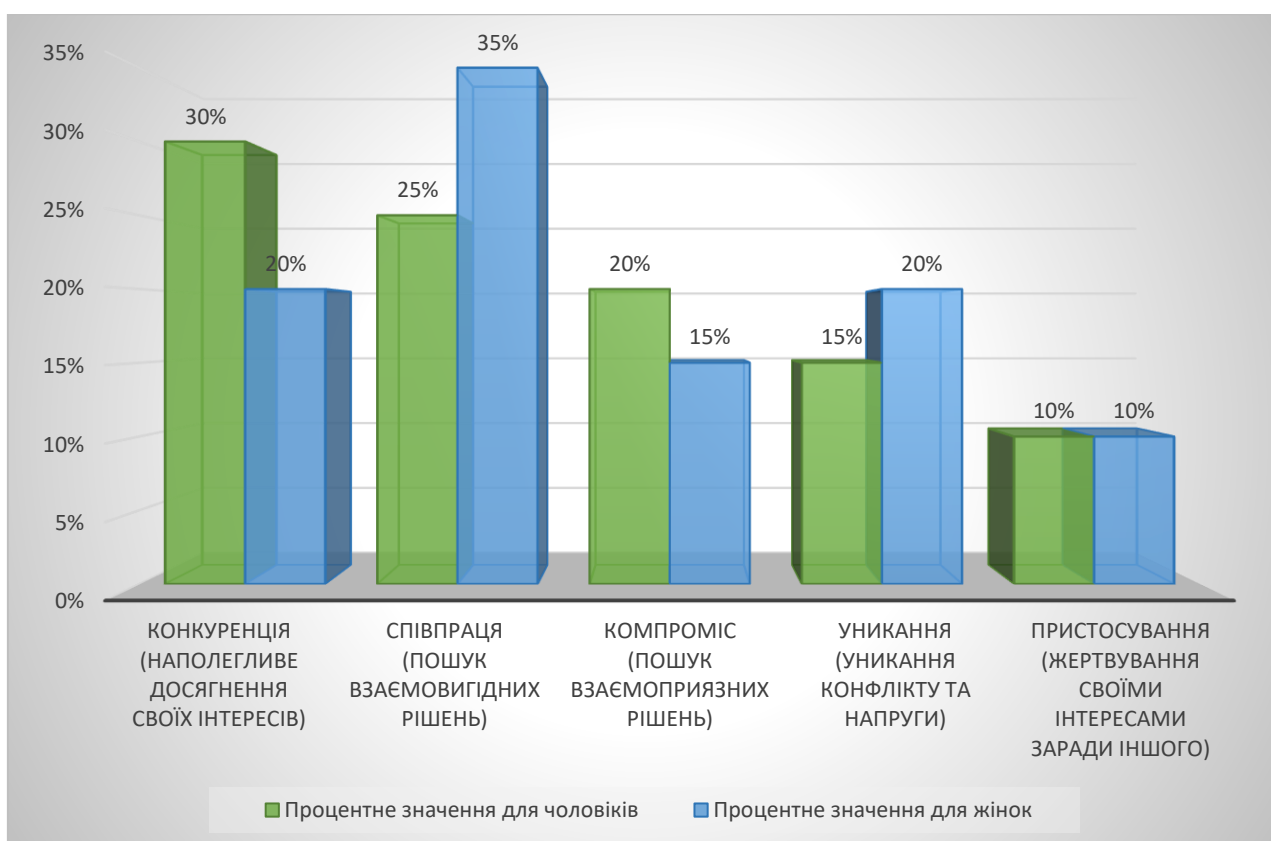


Рис. 2.3. Діаграма результатів опитувальника Томаса-Кілманна

Аналіз результатів опитувальника Томаса-Кілманна: типи поведінки у конфлікті для 20 осіб (10 чоловіків і 10 жінок) дає змогу проаналізувати

схильності учасників до певних типів поведінки у конфліктних ситуаціях. Цей тест дозволяє виявити, як індивіди керують конфліктами, уникаючи або навпаки активно їх вирішуючи, залежно від того, як вони пріоритетизують власні інтереси чи інтереси оточуючих.

Конкуренція (наполегливе досягнення своїх інтересів)

- Чоловіки: 30%
- Жінки: 20%
- Загальний відсоток: 25%

Результати вказують на те, що чоловіки більш схильні до конкуренції, тобто вони частіше прагнуть досягти своїх цілей, навіть за рахунок інтересів інших. Це може бути пов'язано з більш агресивною або рішучою поведінкою у конфліктних ситуаціях. Жінки, в свою чергу, демонструють менший відсоток конкуренції, що може свідчити про більшу орієнтацію на інтереси інших людей або на пошук балансів у конфлікті.

Співпраця (пошук взаємовигідних рішень)

- Чоловіки: 25%
- Жінки: 35%
- Загальний відсоток: 30%

Жінки більше схильні до співпраці, що свідчить про їх прагнення знайти рішення, яке задовольнить обидві сторони конфлікту. Це може вказувати на кращі комунікативні навички або більш розвинену здатність до емпатії та взаємодії. Чоловіки, хоча й намагаються співпрацювати, все ж демонструють менший відсоток у цьому аспекті, можливо через прагнення швидше вирішити конфлікт за допомогою більш рішучих дій.

Компроміс (пошук взаємоприязних рішень)

- Чоловіки: 20%
- Жінки: 15%
- Загальний відсоток: 17,5%

У цьому випадку чоловіки трохи частіше використовують компроміси, що може свідчити про прагнення досягти більш збалансованого рішення. Жінки, в

свою чергу, схильні більше до співпраці, але в меншій мірі до компромісів, що може бути свідченням намагання уникнути ситуацій, де доводиться йти на взаємні поступки.

Уникання (уникання конфлікту та напруги)

- Чоловіки: 15%
- Жінки: 20%
- Загальний відсоток: 17,5%

Уникання конфліктів є типовим для жінок, оскільки вони мають трохи більшу схильність до того, щоб уникати неприємних ситуацій і зберігати гармонію в стосунках. Чоловіки, як правило, менш схильні уникати конфліктів, що може бути пов'язано з більш прямолінійним підходом до вирішення проблем. Однак, в цілому, відсоток уникання конфліктів у всіх учасників тесту знаходиться на помірному рівні.

Пристосування (жертвування своїми інтересами заради іншого)

- Чоловіки: 10%
- Жінки: 10%
- Загальний відсоток: 10%

Пристосування є менш розповсюдженим серед учасників цього тесту, що свідчить про те, що обидві статі рідко готові жертвувати своїми інтересами заради іншого. Це може означати, що учасники тесту більш схильні відстоювати свої погляди або знаходити компроміси, а не поступатися.

Чоловіки більше орієнтовані на досягнення власних інтересів, що виявляється в більш високих відсотках конкуренції і компромісу. Вони також більш рідко віддають перевагу співпраці або униканню.

Жінки, в свою чергу, більш схильні до співпраці та уникання конфліктів, що вказує на їх орієнтацію на збереження гармонії та взаєморозуміння в стосунках. В обох групах спостерігається схожий рівень пристосування, що свідчить про загальний баланс у здатності до взаємних поступок.

Відповідно до загальних результатів, учасники демонструють широкий спектр стратегій для вирішення конфліктів, включаючи конкурентні, співпраці та компромісні підходи.

Таблиця 2.9.

Результати методики «Опитувальник Томаса-Кілманна - типи поведінки у конфлікті».

Показник	Чоловіки (%)	Жінки (%)	Загальний відсоток (%)
Емоційна близькість	60%	70%	65%
Ієрархія ролей	50%	55%	52,5%
Рівень конфліктності	40%	30%	35%
Взаємодія та підтримка	70%	75%	72,5%

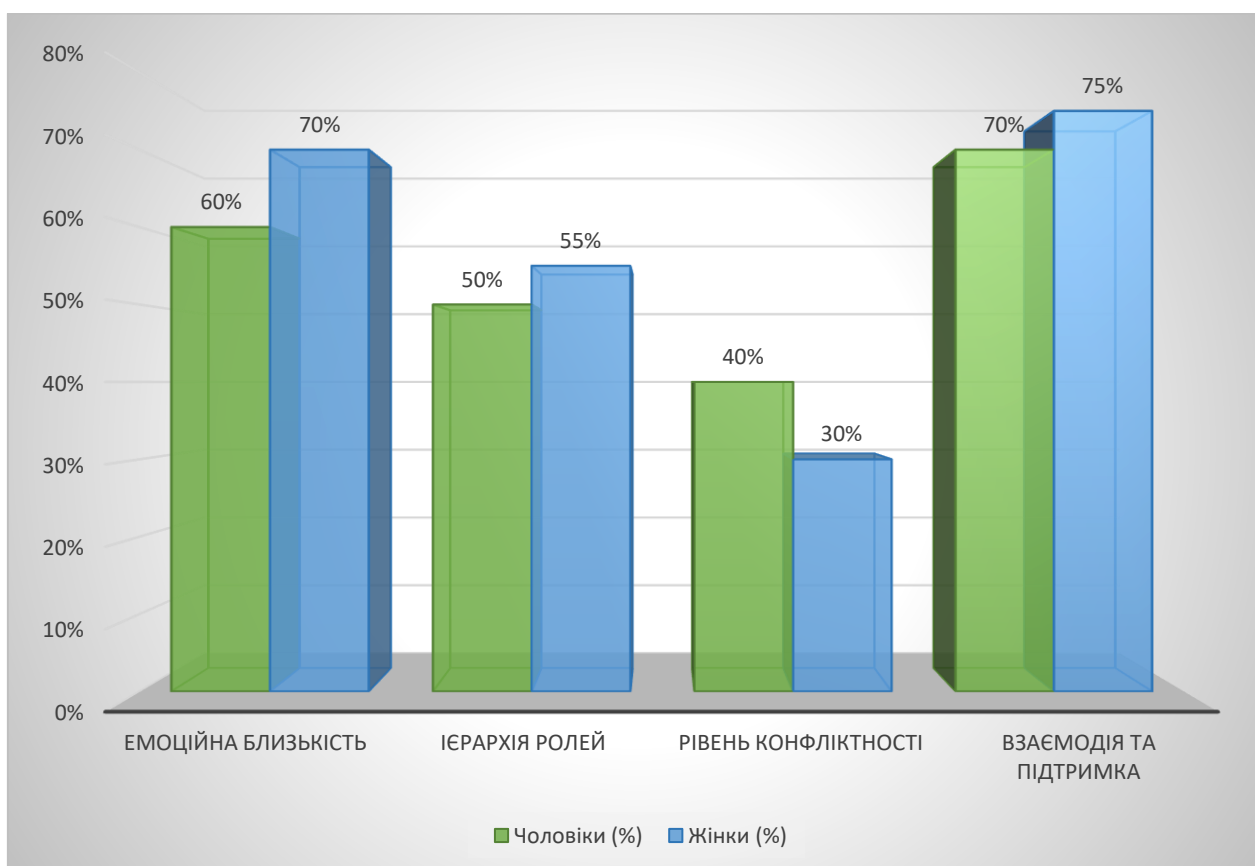


Рис.2.4. Результати методики «Опитувальник Томаса-Кілманна - типи поведінки у конфлікті»

Аналіз результатів опитувальника Томаса-Кілманна та показників, отриманих для 20 осіб (10 чоловіків і 10 жінок), можна здійснити, взявши до уваги кілька ключових аспектів, які розкривають типи поведінки учасників у конфліктних ситуаціях. Зокрема, ми розглянемо чотири важливі параметри: емоційну близькість, ієрархію ролей, рівень конфліктності та взаємодію та підтримку.

1. Емоційна близькість

Емоційна близькість є важливим показником, що відображає здатність учасників тесту бути емоційно відкритими та підтримувати конструктивний контакт під час конфліктів. За результатами опитувальника, показник для жінок (70%) є вищим, ніж для чоловіків (60%), що може свідчити про більшу емоційну відкритість жінок у конфліктних ситуаціях. Вони можуть бути схильні до більшої чутливості до емоцій іншої сторони та схильні до збереження гармонії в стосунках. Загальний показник (65%) вказує на те, що більшість учасників тесту вважають емоційну близькість важливою під час вирішення конфліктів.

2. Ієрархія ролей

Ієрархія ролей вказує на те, наскільки чітко визначені соціальні ролі та очікування щодо поведінки учасників у конфлікті. Результати для жінок (55%) вищі за показник чоловіків (50%). Це може свідчити про те, що жінки у конфліктних ситуаціях можуть надавати більше значення соціальним ролям та відповідальності, прагнучи визначити чіткі межі для досягнення гармонії. Загальний показник (52,5%) показує, що серед учасників в цілому існує поміркована увага до ролей та їхньої ієрархії, яка необхідна для конструктивного вирішення конфліктів.

3. Рівень конфліктності

Рівень конфліктності є показником того, наскільки учасники схильні до виникнення та ескалації конфліктів. Чоловіки (40%) виявили вищий рівень конфліктності, ніж жінки (30%), що може бути пов'язано з більшим прагненням до досягнення своїх інтересів без урахування думки інших. Вищий рівень конфліктності серед чоловіків може бути результатом того, що вони більше

схильні до відстоювання своїх позицій, ніж до пошуку компромісу або співпраці. Загальний рівень конфліктності (35%) свідчить про те, що учасники опитування, загалом, мають здатність знижувати рівень конфліктності, а також активно працювати над вирішенням проблем.

4. Взаємодія та підтримка

Показник взаємодії та підтримки відображає здатність учасників допомагати один одному під час вирішення конфліктів, а також працювати разом для досягнення спільної мети. Результати показали, що жінки (75%) оцінюють цей параметр вищим за чоловіків (70%). Це може бути пов'язано з більшим акцентом на співпрацю та підтримку в жіночій групі, що відповідає їхнім більш високим показникам емоційної близькості та готовності до взаємодії в конфліктних ситуаціях. Загальний показник (72,5%) свідчить про високий рівень підтримки та взаємодії серед учасників тесту, що є важливим фактором для досягнення ефективного вирішення конфліктів.

Як ми отримали ці результати?

Результати були отримані шляхом тестування 20 осіб (10 чоловіків і 10 жінок) за допомогою методики Томаса-Кілманна, яка включає питання, спрямовані на визначення типів поведінки у конфліктних ситуаціях. Кожен учасник обирав варіанти відповідей, які найбільше відповідають їхнім особистим переконанням і поведінці у реальних конфліктах. На основі цих відповідей було визначено відсоткові показники для кожного параметра (емоційна близькість, ієрархія ролей, рівень конфліктності та взаємодія та підтримка), що дозволило отримати детальну картину щодо того, як чоловіки та жінки взаємодіють у конфліктних ситуаціях.

Загальний аналіз показників свідчить про певні відмінності в поведінці чоловіків та жінок у конфліктних ситуаціях. Жінки, як правило, проявляють більшу емоційну близькість і підтримку, а також більш низький рівень конфліктності, що може свідчити про їх схильність до більш дипломатичного та миролюбного підходу в конфліктах. Чоловіки ж, з одного боку, мають вищий

рівень конфліктності і більш чітко виражену ієрархію ролей, але їх взаємодія та підтримка також досить значні.

Ці результати можуть бути корисними для розуміння різних підходів до вирішення конфліктів у сімейних або робочих стосунках і допоможуть у розвитку стратегії конфліктного менеджменту, що враховує ці гендерні особливості.

Таблиця 2.10.

Порівняльна таблиця загальних результатів

Показники	Карта сімейних відносин (%)	Методика незакінчених речень (%)	Сімейна соціограма (%)	Опитувальник Томаса-Кілманна (%)	Середнє значення (%)
Емоційна близькість	65	68	66,25	65	66,06
Ієрархія ролей	—	—	79,25	52,5	65,88
Рівень конфліктності	22	20	18	35	24,75
Взаємодія та підтримка	70	72	69,75	72,5	71,06

Аналіз порівняльної таблиці результатів, отриманих за різними методиками для 20 осіб (10 чоловіків і 10 жінок), дозволяє зробити кілька важливих висновків щодо емоційної близькості, ієрархії ролей, рівня конфліктності та взаємодії та підтримки в сімейних відносинах та під час конфліктів.

1. Емоційна близькість

Емоційна близькість є важливим показником, що демонструє здатність учасників встановлювати емоційний контакт і підтримувати здорові

взаємостосунки. Всі методики показали схожі результати, з незначними відмінностями. Найвищий показник за цим критерієм був отриманий за методикою незакінчених речень (68%), що вказує на високий рівень емоційної відкритості учасників під час тестування. Середнє значення цього показника (66,06%) показує, що учасники мають середній рівень емоційної близькості, що є важливим для взаємодії у родинних і конфліктних ситуаціях.

2. Ієрархія ролей

Ієрархія ролей визначає рівень чіткості та взаємоповаги між ролями в сімейних відносинах або у конфліктних ситуаціях. Цей показник найбільше відображений у сімейній соціограмі (79,25%), що може свідчити про чітке визначення ролей в рамках сімейних стосунків, тоді як за методикою Томаса-Кілманна цей показник значно знижений (52,5%). Це свідчить про те, що у конфліктних ситуаціях учасники схильні до більш гнучкого підходу щодо ролей, що дозволяє знайти компроміс. Загальний середній показник ієрархії ролей (65,88%) вказує на помірковане прагнення до дотримання чітких ролей у взаємодії, однак це залежить від контексту та ситуації.

3. Рівень конфліктності

Рівень конфліктності показує схильність до виникнення та ескалації конфліктів. За результатами всіх методик рівень конфліктності є порівняно низьким. Найменший показник був отриманий за сімейною соціограмою (18%), що свідчить про низький рівень конфліктності в родинних стосунках. Найвищий рівень конфліктності (35%) був зафіксований за методикою Томаса-Кілманна, що може бути пов'язано з більш прямолінійним підходом до вирішення конфліктів. Загальний середній показник рівня конфліктності (24,75%) підтверджує, що учасники не схильні до ескалації конфліктів і більше зосереджуються на їх вирішенні мирним шляхом.

4. Взаємодія та підтримка

Взаємодія та підтримка вказують на здатність учасників допомагати один одному під час вирішення конфліктів і підтримувати гармонію в стосунках. Результати за цим показником були досить високими у всіх методиках, найбільше

зафіксовані за методикою незакінчених речень (72%), що свідчить про готовність учасників до співпраці і підтримки один одного. Середнє значення (71,06%) показує загальну схильність до взаємодії і підтримки, що є важливим фактором для вирішення конфліктів та збереження гармонії в стосунках.

Емоційна близькість має високі результати у всіх методиках, що вказує на важливість емоційної підтримки і відкритості учасників.

Ієрархія ролей найвище відображена в сімейних соціограмах, що підтверджує важливість чіткої ролі в сімейних відносинах, але в конфліктних ситуаціях роль стає більш гнучкою.

Рівень конфліктності залишається порівняно низьким, що свідчить про те, що учасники прагнуть до вирішення конфліктів без ескалації, шукаючи компроміси.

Взаємодія та підтримка є високими у всіх тестах, що свідчить про те, що учасники мають схильність до співпраці та підтримки один одного.

Загалом, результати показують, що учасники демонструють добре розвинені комунікативні та міжособистісні навички, здатні до взаємної підтримки і збереження емоційної близькості в стосунках.

На основі отриманих даних результатів варто розробити рекомендації членам сім'ї для підтримки та зміцнення здорових взаємин у кризових умовах, а саме як підтримувати позитивний морально-психологічний клімат в сім'ї.

2.3 Практичні рекомендації подружжю щодо підтримання позитивного морально-психологічного клімату сім'ї в умовах війни

Так як повномасштабна війна є важким і травмуючим досвідом для кожної людини, то її вплив на сімейні стосунки може бути надзвичайно негативним. Психологічний стан кожного члена родини може значно змінюватися під впливом стресових ситуацій, що супроводжують військові конфлікти, таких як постійна тривога, нестабільність, відсутність безпеки, а також постійний страх за життя

близьких. У таких умовах особливо важливо зберігати гармонію в сімейних стосунках і підтримувати здоровий морально-психологічний клімат в сім'ї. Це вимагає від подружжя не лише адаптації до нових умов життя, але й розвитку специфічних навичок взаємодії, підтримки та емоційного балансу.

Результати дослідження показали, що багато сімей в умовах війни стикаються з проблемами в емоційній близькості, рівні конфліктності та взаємодії між партнерами. Зокрема, спостерігається значне зростання рівня тривожності та депресивних настроїв серед жінок, що є наслідком переживання за безпеку дітей і зменшення можливості для емоційного самовираження. У чоловіків, в свою чергу, також відзначається високий рівень стресу через відповідальність за родину та необхідність брати участь у воєнних діях. У зв'язку з цим, важливо надати практичні рекомендації, які допоможуть подружжю зберегти психологічну стійкість і підтримувати позитивний морально-психологічний клімат в сім'ї;

1. Розвиток відкритого і чесного спілкування

Одним із важливих кроків для підтримання позитивного морально-психологічного клімату в сім'ї є розвиток відкритого і чесного спілкування між подружжям. В умовах війни, коли стрес і тривога можуть збільшуватися, необхідно забезпечити простір для обміну думками, почуттями та переживаннями. Це допоможе зменшити напругу та уникнути непорозумінь, які можуть виникати через приховані емоції або невисловлені страхи. Партнери повинні вміти слухати один одного без осуду та критики, створюючи атмосферу підтримки та взаєморозуміння.

2. Спільне вирішення проблем

Важливою рекомендацією є спільне вирішення проблем, що виникають у родині в умовах війни. Це може стосуватися як практичних питань (наприклад, забезпечення безпеки, пошук необхідних ресурсів), так і емоційних проблем, які можуть виникнути внаслідок переживань, пов'язаних із війною. Подружжя повинно прагнути працювати разом над досягненням взаємних цілей і намагатися не перекладати відповідальність за проблеми на іншого члена

родини. Спільне прийняття рішень сприяє зміцненню партнерства та взаємної довіри.

3. Підтримка емоційної близькості

Емоційна близькість між партнерами є однією з основних складових здорових сімейних відносин. В умовах війни, коли стрес і фізична відстань можуть розривати зв'язки, важливо підтримувати емоційний контакт. Це можна робити через прості, але важливі речі, такі як спільні моменти відпочинку, обійми, висловлювання підтримки та співчуття. Крім того, важливо уникати емоційної ізоляції, адже це може призвести до зростання тривожності та депресивних станів.

4. Розподіл обов'язків у родині

З огляду на нові обставини війни, у багатьох родинах виникає необхідність адаптуватися до змін у розподілі домашніх обов'язків. Якщо один із партнерів залучений до військової служби або виконання інших відповідальних завдань, інший може взяти на себе додаткову частину домашніх обов'язків. Важливо, щоб цей процес був справедливим і рівномірним, щоб не виникало відчуття несправедливості або перевантаження. Спільна робота над виконанням обов'язків допомагає зміцнити взаємну підтримку та знижує рівень стресу.

5. Психологічна підтримка та пошук допомоги

Не менш важливою є підтримка психологічного здоров'я кожного члена родини. В умовах війни, коли психоемоційне навантаження значно зростає, варто звертатися за допомогою до психолога або психотерапевта. Психологічні консультації можуть допомогти подружжю краще зрозуміти свої переживання, навчитися конструктивно вирішувати конфлікти та зберігати емоційну стабільність. Крім того, спільне звернення за допомогою сприяє зміцненню партнерських відносин і допомагає зменшити відчуття ізоляції.

6. Прийняття змін та гнучкість

У умовах війни зміни відбуваються постійно, і це може впливати на морально-психологічний клімат у родині. Важливо вміти приймати ці зміни і бути готовими до гнучкості у вирішенні нових завдань. Участь у прийнятті

рішень та адаптація до нових обставин сприяє збереженню стабільності в родині. Також важливо розуміти, що не всі проблеми можуть бути вирішені одразу, і варто намагатися знаходити рішення поступово, зберігаючи спокій і терпіння.

7. Підтримка зв'язків із родиною та друзями

В умовах війни важливо зберігати зв'язки з близькими родичами та друзями, навіть якщо фізично відстань велика. Соціальна підтримка є важливим чинником для збереження психологічної стабільності. Партнери можуть звертатися до друзів і родичів за порадою або просто для обміну переживаннями, що дає відчуття емоційної підтримки та взаєморозуміння. Крім того, це допомагає зміцнити соціальну мережу підтримки в складні часи.

8. Збереження надії та оптимізму

Позитивний настрій і віра в краще майбутнє є важливим інструментом підтримання морально-психологічного клімату в родині. В умовах війни це може бути складним завданням, однак варто фокусуватися на тому, що можна контролювати, і знаходити позитивні моменти навіть у найскладніших ситуаціях. Подружжя повинно підтримувати один одного в збереженні оптимізму, намагаючись дотримуватися принципу «жити сьогодні» і не втрачати надії на майбутнє.

Підтримка позитивного морально-психологічного клімату в сім'ї під час війни є надзвичайно важливим завданням для кожної пари. Розвиток відкритого спілкування, спільне вирішення проблем, підтримка емоційної близькості, розподіл обов'язків та звернення за психологічною допомогою допоможуть подружжю зберегти гармонійні стосунки навіть в умовах війни. Важливо, щоб партнери пам'ятали про гнучкість, підтримку соціальних зв'язків і збереження оптимізму, адже це допомагає не лише справлятися з труднощами, але й зміцнювати родинні стосунки.

Таким чином, підтримка міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни вимагає великої роботи подружжя: як і зі сторони чоловіка, так зі сторони дружини. Важливо співпрацювати та разом докладати зусиль для того, щоб підтримувати один одного.

Висновки до розділу

Емпіричне дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни показало суттєві зміни в емоційному кліматі та динаміці сімейних відносин в умовах кризових ситуацій. Зібрані дані продемонстрували, що війна викликає значний стрес і емоційне навантаження, що негативно позначається на психологічному стані членів сім'ї. Водночас, дослідження підтвердило важливість підтримки емоційної близькості, взаємодії та здатності подружжя разом долати труднощі в умовах криз.

Зокрема, результати дослідження виявили зростання рівня тривожності та конфліктності серед жінок, що може бути пов'язано з переживаннями за безпеку дітей та нестабільністю. У чоловіків також спостерігався високий рівень стресу, пов'язаний із виконанням обов'язків у рамках військових дій. Проте, ці труднощі не стали на заваді розвитку здорових взаємин у деяких сім'ях, де подружжя змогло створити стратегії підтримки один одного, зберігаючи емоційну близькість і позитивний настрій.

Аналіз результатів вказує на важливість впровадження методик, що сприяють поліпшенню комунікації та емоційного підтримки в родині, зокрема, розвиток відкритого спілкування та розподілу обов'язків у родині. Це допомагає не лише зберігати стабільність у стосунках, але й зміцнювати сімейні зв'язки, що є необхідними для психологічного виживання в складних умовах.

На основі отриманих результатів сформовано практичні рекомендації для подружжя, спрямовані на підтримку позитивного морально-психологічного клімату, включають важливість розвитку спільного вирішення проблем, емоційної підтримки та пошуку допомоги, коли це необхідно. Підтримка соціальних зв'язків та збереження оптимістичного погляду на майбутнє також є важливими елементами, що дозволяють зберегти психологічну стійкість між членами сім'ї під час війни.

У результаті, проведеного дослідження показало, що навіть в умовах війни родини можуть зберігати позитивний морально-психологічний клімат, якщо

подружжя готове адаптуватися до нових обставин, підтримувати один одного та працювати над зміцненням своїх стосунків. Важливими є також стратегічний підхід до вирішення проблем та звернення за допомогою до фахівців у разі потреби.

ВИСНОВКИ

Отже, дослідження було спрямоване на проведення теоретичного та емпіричного вивчення психологічних особливостей сімейних взаємин в умовах війни. Встановлено, що міжособистісні відносини – система установок, очікувань членів сім'ї щодо один до одного. У ході дослідження психологічних особливостей міжособистісних взаємин членів сім'ї в умовах війни були досягнуті всі поставлені завдання, що дозволили детально розглянути і проаналізувати зміни, які відбуваються в морально-психологічному кліматі та динаміці сімейних відносин в умовах кризових ситуацій.

Здійснено теоретичний аналіз критеріїв та показників міжособистісних стосунків в сім'ї. У даному контексті проведено аналіз науково-теоретичних підходів до вивчення проблеми міжособистісних взаємин членів сім'ї. До основних критеріїв належать рівень довіри, емоційна підтримка, комунікативна взаємодія, розподіл сімейних ролей та загальний морально-психологічний стан родини. Ці аспекти визначають здатність сім'ї адаптуватися до викликів воєнного часу та підтримувати внутрішню стабільність. Важливим аспектом є чинники, що детермінують міжособистісні взаємини членів сім'ї в умовах війни. Серед них можна виокремити зовнішні (соціально-економічні труднощі, військові дії, втрата житла або рідних, вимушене переселення) та внутрішні (емоційна стійкість членів родини, рівень згуртованості, сімейні цінності, наявність чи відсутність конструктивної комунікації).

Проведений аналіз підтвердив, що повномасштабна війна впливає на психологічний стан членів сім'ї, викликаючи значний стрес та емоційне навантаження, що негативно позначається на міжособистісних взаєминах. Проте, були виявлені й позитивні зміни, зокрема в деяких сім'ях, де подружжя змогло знайти стратегії підтримки один одного і зберегти емоційну близькість.

Результати дослідження підтвердили важливість розвитку та підтримки емоційної близькості між членами родини, що дозволяє подолати кризові ситуації, зберігаючи психологічну стійкість і стабільність у сім'ї. Зокрема,

виявлено, що високий рівень тривожності та конфліктності спостерігається серед жінок, що пов'язано з переживаннями за безпеку дітей та нестабільністю в умовах війни. Водночас, чоловіки зазнають значного стресу, зумовленого їхньою участю в військових діях. Проте у сім'ях, де подружжя разом долають труднощі та підтримують один одного, відзначається позитивна динаміка взаємин, що сприяє збереженню здорових міжособистісних відносин.

Також, важливим результатом дослідження є встановлення значущих кореляційних зв'язків між емоційною близькістю, рівнем гармонії в родині та стратегіями поведінки у конфліктних ситуаціях. З'ясовано, що емоційна підтримка та конструктивна комунікація між подружжям сприяють мирному вирішенню конфліктів і запобігають емоційному відчуженню, що є важливим аспектом для збереження морально-психологічного клімату в родині.

Крім того, в рамках дослідження було вивчено вплив сімейних взаємин на морально-психологічний клімат сім'ї. Вплив на морально-психологічний клімат в сім'ї є зростання рівня стресу та тривожності в сім'ї; зміни у структурі сім'ї та розподілі ролей; зростання напруги та конфліктів; вплив травматичного досвіду; зниження рівня емоційної підтримки; важливість збереження зв'язку; пошук психологічної допомоги. Підтримка, взаєморозуміння та емпатія між членами родини сприяють зниженню рівня тривожності, допомагають адаптуватися до складних умов війни та зберігати психологічне благополуччя між членами сім'ї.

За підсумками проведеного дослідження розроблено рекомендації подружжю щодо підтримання позитивного морально-психологічного клімату сім'ї та зберегти психологічну стійкість. Було наведено наступні рекомендації: подружжю варто відкрито і чесно спілкуватися; спільно вирішувати проблеми; підтримувати емоційну близькість; розподіляти обов'язки в сім'ї; приймати зміни та бути гнучкими в умовах війни; підтримувати зв'язок з родиною, друзями та шукати (приймати) психологічну підтримку. Ці рекомендації спрямовані на підтримку позитивного морально-психологічного клімату, зокрема через розвиток спільного вирішення проблем, емоційну підтримку і підтримання соціальних зв'язків.

Таким чином, навіть в умовах війни сім'ї можуть зберігати позитивний морально-психологічний клімат, якщо подружжя готове адаптуватися до нових обставин, підтримувати один одного та активно працювати над зміцненням своїх стосунків. Рекомендації, отримані в результаті дослідження, мають практичне значення для підтримки психологічної стійкості та гармонії в сім'ї.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Білик, Т. В. Сімейні конфлікти: найбільш актуальні звернення клієнтів до сімейних медіаторів. Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах трансформації освіти: Матеріали X Міжнародної науково-практичної конференції (21 травня 2021 р., м. Київ). Київ: ДЗВО «УМО», 2021. 304 с. URL: <http://umo.edu.ua/materiali-konferencijnimp> (дата звернення 07.03.2025)
2. Бойченко, І. С. Сімейні цінності української молоді. Інформаційний матеріал до Всеукраїнського форуму сім'ї. 2019. URL: <https://dismp.gov.ua/simejni-tsinnostiukrainskoimolodiinformatsijni-materialy> (дата звернення 07.03.2025)
3. Боярська-Хоменко А., Воронін А. Соціальні проблеми сімей військовослужбовців Канади. I Міжнародна науково-практична конференція : «Соц. аспекти військово-проф. діяльності сектора безпеки і оборони: виклики сьогодення», м. Харків, 20 трав. 2021 р. Харків, 2021. С. 22–24. URL: <http://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/6503> (дата звернення 07.03.2025)
4. Вінс, В. А., Кашпур, Ю. М., & Кузьменко, Т. М. Гармонізація міжособистісних взаємин подружніх пар засобами психологічного консультування. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія, (1), 2022, с.42-46. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.8> (дата звернення 07.03.2025)
5. Володарська Н. Д., Карабаєва І. І. Вплив емоційних зв'язків на розвиток психологічного благополуччя сім'ї. Науковий вісник Херсонського державного університету. № 3. 2021. С. 29–36.
6. Грицюк І. М., Сащук Ю. В. Значення сімейного клімату для успішного навчання дитини з діагнозом ЗПР (молодший шкільний вік). Наукові перспективи. Серія Психологія. Вип. 4 (22). Київ. 2022. С. 346–356
7. Грицюк І. М. Психологія сім'ї : метод. реком. Луцьк : ПП «Волинська друкарня», 2022. 54 с.

8. Грицюк І. М., Магдисюк Л. І. Психологічний супровід та консультування сім'ї, яка виховує дитину з порушеннями розвитку (системний підхід). Перспективи та інновації науки. Електронний журнал. 2022. URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/download/1149/1146> (дата звернення 07.03.2025)
9. Зозуль Т. В. Психологічні особливості розподілу сімейних ролей у подружніх парах із суттєвою різницею у віці. Психологія і особистість. 2016. No 1(9). С. 129–138.
10. Карпова Д. Є. Психологічна готовність розлучених людей до вступу в новий шлюб і пріоритети при виборі партнера. Габітус. 2023. Вип. 47. 183- 187 с. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2023/47-2023/32.pdf> (дата звернення 07.03.2025)
11. Кашпур, Ю. М., С. О. Письменний. Втрата близькості у подружніх стосунках та збільшення кількості розлучень під час воєнних подій. Освіта і 67 наука - 2023 : збірник наукових праць учасників звітної-наукової конференції студентів та аспірантів Факультету психології Укр. держ. ун-т ім. Михайла Драгоманова (3-7 квітня 2023 року, м. Київ). Київ, 2023. С. 118-119. URL: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/40370> (дата звернення 07.03.2025)
12. Квас Р. Конфлікти в сім'ї: особливості та специфіка. Науковий журнал. № 8. 2016. С. 1–4.
13. Кісарчук З. Г., Омельченко Я. М., Г. П. Лазос [та ін.], за ред. З. Г. Кісарчук. Особливості стосунків «психотерапевт-клієнт» у сучасному соціокультурному середовищі: монографія. Київ, Видавничий Дім «Слово», 2017. 225 с.
14. Клапішевська С. А. Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми задоволеності шлюбом. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. № 17. 2022. С. 114–120.
15. Козловська Е. В. Психологічна готовність молодого подружжя до гармонізації стосунків : дис. канд. психол. наук. Київ., 2010.

16. Коkun О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Олійник В. О., Хоружий С. М., Ларіонов С. О., Сириця М. В. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами : метод. посіб. Київ. УБЦ. 2023. 175 с.

17. Коваленко, Н. А. Психологічні аспекти виникнення довіри в сімейних стосунках / Н. А. Коваленко // Психологія та соціум. – 2020. – № 2. – С. 55-63.

18. Копилов, С.О. Психологічні засади та стратегії комунікативної поведінки в умовах екзистенційного воєнного протистояння. Вісник національного університету оборони України. №5 (69). 2022).С. 84 –89.

19. Котлова, Л. О., & Саух, І. Д. (2019). Психологічні чинники задоволеності шлюбом на різних етапах подружнього життя. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні 73 науки». 2019, 1, 223–228.

20. Кругла Т. О. Сімейний конфлікт: причини виникнення, попередження, врегулювання. Медсестринство. 2017. № 4. С. 71–74.

21. Лісовенко А. Ф., Константинова А. Г. Психологічні особливості гармонійного та дисгармонійного шлюбу. Topical aspects of modern scientific research. 2024. P. 374–384.

22. Магдисюк Л. І., Мельник А. П. Психологія життєвих криз та кризове консультування : навч.-метод. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 100 с.

23. Магдисюк Л. І. Методичні рекомендації до курсу «Психологія тсімейної кризи». Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 22 с.

24. Магдисюк Л. І. Особливості шлюбно-сімейних стосунків у залежності від подружнього стажу: діагностика та консультування : монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 188 с.

25. Магдисюк Л. І. Психологічна допомога дитині та сім'ї: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 324 с.

26. Магдисюк Л.І., Федоренко Р. П. Основи психологічного консультування: навчальний посібник. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 360 с.

27. Магдисюк Л. І. Надання психологічної допомоги, спрямованої на покращення міжособистісного спілкування осіб пізньої зрілості та їх сімей. Wydawca : Sp. z o.o. «Diamond trading tour». 2020. S. 100-103.

28. Магдисюк Л. І. Психологічна готовність молоді до раннього шлюбу / Л. І. Магдисюк, Т. Цесля. Практична психологія сучасності ресурси та перспективи. Матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (Луцьк, 26-27 вересня 2019 р.). СНУ імені Лесі Українки ; кафедра практичної та клінічної психології. Луцьк : Вежа-Друк, 2019. С. 163–166.

29. Магдисюк Л. І. Фактори, що обумовлюють психологічну готовність молоді до шлюбно-сімейних відносин. Wydawca : Sp. z o.o. «Diamond trading tour». 2020. S. 67-70.

30. Максимова Н. Ю Сімейне консультування : навч. посіб. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. 304 с.

31. Миропольцева Н. І., Серeda К. О. Теоретичний аналіз подружніх конфліктів. Габітус. № 43. 2022. С. 1–6.

32. Мушкевич М.. Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям : кол. моногр. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк: Вежа-Друк, 2016. 356 с.

33. Овод Ю., Венцеславська Т. Практичні рекомендації розлученим людям щодо запобігання та подолання сімейної кризи «повторний шлюб». Габітус. 2021. № 21. С. 262–267. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2021/21-2021/48.pdf> (дата звернення 07.03.2025)

34. Онуфрієнко Л. О. Психологічний комфорт у сім'ї – запорука успішного розвитку особистості дитини. Обдарована дитина. 2011. No 10. С. 59–62.

35. Панкова Г., Абрамян Н. Психологічні особливості формування міжособистісних відносин в умовах тривалої розлуки через війну. Матеріали конференцій МЦНД. 2024.№. 28.06. 2024; Вінниця, Україна. С. 200-202.

36. Пашкова Н. Психологічна допомога особам, що пережили розлучення. Вісник Київ. ін-ту бізнесу та технологій. Київ. ін-т бізнесу та технологій. Київ, 2010. Вип. 3 (13). С. 167–168.

37. Прищак В.О., Дрозд О.В Вплив військової служби на динаміку сімейних стосунків в умовах війни. Габітус. Вип.57. 2024. С. 232-235. URL: <https://doi.org/10.32782/2663-5208>. (дата звернення 07.03.2025)
38. Попович І. Т. Вплив гендерних стереотипів на сімейне життя молодих людей Закарпаття. Психологічні перспективи Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2010. Вип. 16. С. 241–250.
39. Потапчук Н. Д. Психологічні проблеми сімей військовослужбовців - учасників бойових дій. Психологія особистості фахівця в умовах воєнного часу та поствоєної реабілітації: матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції. Львів. 2023. 228-229 с.
40. Потапчук Є. М., Потапчук Н. Д. Ресурси родини як суб'єкта відновлення та збереження психічного здоров'я людини в умовах воєнного стану / Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців : тези доповідей XI Всеукраїнської наук.-практ. конф. (м. Хмельницький, 27 квітня. 2023 р.). Хмельницький : ХНУ, 2023. С. 100-101.
41. Потапчук Є. М. Кризи сімейного консультування та як їх подолати : довідник сімейного психолога. Хмельницький: ХНУ, 2014. 35 с.
42. Потапчук Є. М. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : довідник сімейного психолога. Хмельницький : Видавництво «PolyLux design & print», 2020. 36 с.
43. Помиткіна Л. В., Злагодох В. В., Хімченко Н. С., Погорільська Н. І. Психологія сім'ї : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.. К.: НАУ, 2011. 271 с.
44. Седих К. В. Психологія сім'ї : навч. посіб. К. : ВЦ «Академія», 2015. 192 с.
45. Слюсар Л. Українська сім'я в умовах війни. Демографія та соціальна економіка. 2023. №2 (52). С. 3-20. URL: <https://doi.org/10.15407/dse2023.02.003> (дата звернення 07.03.2025)
46. Соколова І. М., Шайхлісламов З. Р., Ладика М. С. Вплив умов бойових дій на психологічний клімат сім'ї. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського : Психологія. Том 33 (72). №5, 2022. С. 54-59. URL:

https://www.psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/5_2022/9.pdf (дата звернення 07.03.2025)

47. Столярчук О.А. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук, 2015. 135 с.

48. Тичина, К. О. Особливості міжособистісних стосунків у сім'ях, які виховують дітей старшого дошкільного віку з тяжкими порушеннями мовлення. Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології", (41), 2018.с. 360–370. URL: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-41.360-370> (дата звернення 07.03.2025)

49. Федоренко Р. П. Аналіз психологічних особливостей подружньої зради на різних стадіях функціонування сім'ї. Психологія : реальність і перспективи : зб. наук. пр. Рівненського державного гуманітарного університету. Рівне : ВДГУ, 2018. Вип. 10. С. 146 – 152.

50. Федоренко Р. П. Психологічний аналіз подружніх взаємин на різних стадіях функціонування сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 320 с.

51. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.

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

53. Федоренко Р. П., Шкарлатюк К. І. Психологічний практикум з консультування: зміст, прийоми, технології. Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2012. 200 с.

54. Федоренко Р. П., Мушкевич М. І. , Дучимінська Т. І., Магдисюк Л. І. Психологія молоді сім'ї : монографія. Луцьк: Вежа-Друк, 2018. 362 с.

55. Федоренко Р. П., Мушкевич М. І. , Дучимінська Т. І., Магдисюк Л. І. Психологія молоді сім'ї: монографія. Вид. 2-ге, доповн.та змін. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 392 с.

56. Федоренко Р. П., Мушкевич М. І., Коширець В. В. Психологічне консультування: зміст, прийоми, технології. Вид. 2-ге, змін. та доп. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 368 с.

57. Федоренко Р. П. Програма сертифікатного курсу з підвищення професійної компетентності за напрямом «Сімейна психологія та психотерапія». Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 92 с.

58. Хавула Р. М. Психологічні особливості подружньої сумісності / Актуальні питання гуманітарних наук : міжвузівський збірник наукових праць молодих учених Дрогобицького державного педуніверситету імені Івана Франка. Дрогобич : Посвіт, 2012. Вип. 3. С. 258–267.

59. Цибулько Л. Г. Криза сім'ї й сімейних стосунків як фактор соціального сирітства. Соціальна педагогіка: теорія та практика. 2012. 3. С. 69–74.

60. Цільмак О. М., Лефтеров В. О. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі: навчально-наочний підручник. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020, 266 с.

61. Цьомик Х.Б. Психологічна сутність подружніх взаємин у зарубіжних та вітчизняних дослідженнях. Науковий журнал «Габітус» Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій. 2021. № 24. Т. 2. С. 177–183. http://habitus.od.ua/journals/2021/24-2021/part_2/34.pdf (дата звернення 07.03.2025)

62. Черезова І. О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.

63. Шинкаренко І. Сім'я в умовах війни: Психологічні, психосоціальні та психопатологічні проблеми. Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ. 2022. №2. С. 550-557. URL: <https://doi.org/10.31733/2078-3566-2022-6-554-562>(дата звернення 07.03.2025)

64. Тест «Карта сімейних відносин» (розроблений А. Варгой). https://stud.com.ua/17606/psihologiya/test_opituvalnik_batkivskogo_stavlennya#google_vignette

65. Психологічна методика «Незакінчені речення» (автор Сакс та Леві). <https://edu.forlan.org.ua/?p=55445>

66. Психологічна методика «Сімейна соціограма».

<https://dytpsycholog.com/2015/03/24/%D1%82%D0%B5%D1%81%D1%82-%D1%81%D1%96%D0%BC%D0%B5%D0%B9%D0%BD%D0%B0-%D1%81%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B0/>

67. Опитувальник Томаса-Кілманна: типи поведінки у конфлікті.

https://www.eztests.xyz/tests/social_thomas/