

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України
Інститут соціальної та політичної психології НАПН України

Кваліфікаційна наукова праця
на правах рукопису

Ващенко Олена Станіславівна

УДК 316.485:316.362]:355.48(470:477)-
047.37159.942.5:355.01]-047.37B23

ДИСЕРТАЦІЯ

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ВРЕГУЛЮВАННЯ
СПРИЧИНЕНИХ ВОЄННИМИ ПОДІЯМИ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ**

Спеціальність 053 – Психологія

Галузь знань 05 – Соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей,
результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

_____Ващенко О.С.

Науковий керівник: Петренко Ірина Володимирівна, кандидат психологічних наук,
провідний науковий співробітник відділу психології спілкування

Київ – 2026

АНОТАЦІЯ

Ващенко О.С. Соціально-психологічні умови врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія. – Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, Київ, 2026.

У дисертації здійснено теоретичне узагальнення та проведено емпіричне дослідження соціально-психологічних умов врегулювання сімейних конфліктів, спричинених воєнними подіями.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю наукового осмислення сімейних конфліктів як одного з найбільш поширених різновидів соціальних конфліктів, що безпосередньо впливають на психологічний добробут особистості та стабільність суспільства загалом. Стан і функціонування сім'ї як базового соціального інституту є важливим індикатором суспільного розвитку, що визначає значущість дослідження проблем, пов'язаних із порушенням сімейних взаємин. В умовах воєнної агресії сім'я зазнає значного дестабілізуючого впливу. Воєнні події порушують звичний спосіб життя, змінюють соціальні ролі та підвищують рівень емоційної напруженості. Такі чинники, як-от вимушена міграція, розлука членів родини, економічна нестабільність, загроза життю і здоров'ю, втрата близьких, знижують адаптаційні можливості особистості та спричиняють емоційне виснаження, що зумовлює загострення сімейних конфліктів. Наслідком зазначених процесів стає зниження стабільності шлюбно-сімейних стосунків, що свідчить про обмежену ефективність наявних соціально-психологічних механізмів врегулювання конфліктів у сім'ї в умовах тривалого стресу. Актуальність і соціальна значущість означеної проблеми обґрунтовує необхідність поглибленого вивчення соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів.

Тема дисертаційної роботи тісно пов'язана з проблематикою науково-дослідної роботи відділу психології спілкування Інституту соціальної та політичної

психології НАПН України в межах виконання наукових тем «Соціально-психологічні умови підвищення ролі сім'ї як носія громадської думки щодо реформування освіти» (2022–2024 рр., номер держреєстрації: 0122U000819); «Соціально-психологічні умови демократизації освіти у процесі становлення Нової української школи» (2025–2026 рр., номер держреєстрації: 0122U000819).

Об'єктом дослідження є сімейний конфлікт, *предметом* дослідження – соціально-психологічні умови врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій. *Мета* дослідження полягає у розкритті соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів.

За результатами теоретичного аналізу уточнено сутність сімейного конфлікту як складного соціально-психологічного феномену, що виникає в системі подружніх взаємин унаслідок неузгодженості потреб, цінностей, рольових очікувань і стратегій поведінки партнерів. Обґрунтовано, що сімейний конфлікт є динамічним процесом міжособистісної взаємодії, який включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти, характеризується стадійністю розвитку та специфічними закономірностями перебігу.

Встановлено, що воєнні події виступають значущим контекстуальним чинником трансформації сімейних стосунків, вони зумовлюють зміну звичного способу життя, підвищення рівня тривожності, депресивності, агресивності, а також зниження рівня стресостійкості та життєстійкості подружжя. З'ясовано, що вплив воєнного контексту на сімейну взаємодію має амбівалентний характер: з одного боку, він спричиняє загострення конфліктності, емоційну дезадаптацію, рольові перевантаження та порушення комунікації, з іншого – може виступати чинником мобілізації внутрішніх ресурсів сім'ї, посилення згуртованості, взаємної підтримки та переосмислення життєвих пріоритетів подружжя.

Розроблено концептуальну модель врегулювання сімейних конфліктів, спричинених воєнними подіями, у якій визначено систему ключових соціально-психологічних умов ефективного подолання конфліктів. До них віднесено стабілізацію психоемоційного стану особистості, підвищення рівня стресостійкості

та життєстійкості, розвиток емоційного інтелекту, формування комунікативної компетентності, взаємну підтримку, усвідомлення захисних механізмів, використання конструктивних стратегій поведінки у конфлікті, а також орієнтацію подружжя на спільні життєві цілі та перспективи.

Дослідження проведено на вибірці 246 респондентів – волонтерів-лікарів українсько-ізраїльської благодійної організації «ФРІДА», членів релігійної громади Київської Церкви Христа, а також відповідачів, які дали згоду на участь у дослідженні через соціальну мережу Facebook. Дослідження соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів реалізовано у чотири етапи: підготовчому, основному, формувальному та заключному і здійснено упродовж 2023–2025 років.

У межах емпіричного дослідження за допомогою авторського опитувальника «Вивчення подружніх конфліктів під час війни», що доповнив комплекс релевантних методик, визначено систему чинників подружніх конфліктів в умовах війни, які класифіковано як зовнішні (соціально-економічні, інформаційні, ситуаційні) та внутрішні (емоційно-особистісні, когнітивні, поведінкові). Виявлено статистично значущі взаємозв'язки між показниками конфліктності, тривожності, депресії, агресивності, рівнем сприйнятого стресу, резильєнтністю та емоційним інтелектом. Встановлено, що підвищені рівні тривожності та депресії пов'язані зі зростанням агресивності, використанням неконструктивних стратегій поведінки – уникання, примусу, а також активацією психологічних захисних механізмів. Натомість високий рівень резильєнтності та емоційного інтелекту позитивно корелює з використанням конструктивних стратегій взаємодії – співпраці, компромісу, здатністю до емпатії та ефективної комунікації.

За допомогою факторного аналізу встановлено особливості конфліктної поведінки особистості, які представлені трьома основними факторами: «негативний психологічний стан», «непродуктивна поведінка особистості в конфлікті» і «продуктивна поведінка особистості в конфлікті». До того ж завдяки кластерному аналізу виокремлено три типи респондентів – «деструктивний», «адаптивний», «латентно-конфліктний», що відрізняються рівнем емоційної

компетентності, стресостійкості та характером конфліктної взаємодії.

Теоретично обґрунтовано, розроблено та апробовано тренінгову програму врегулювання сімейних конфліктів, спрямовану на формування соціально-психологічних умов ефективної взаємодії подружжя. Доведено її ефективність, що виявляється у статистично значущому зниженні рівнів тривожності, депресії, агресивності та вираженості психологічних захисних механізмів, а також у підвищенні рівня емоційного інтелекту і застосуванні подружжям конструктивних стратегій міжособистісної взаємодії.

Наукова новизна дослідження.

Уперше:

– теоретично і емпірично досліджено соціально-психологічні умови врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів; визначено критерії та показники вивчення соціально-психологічних умов врегулювання сімейних конфліктів під час війни: особистісно-конфліктологічний (рівень конфліктності та схильність до конфліктної взаємодії), емоційний (тривожність, депресивність, інтенсивність негативних переживань), афективно-деструктивний (рівень і форми агресивності), поведінковий (стратегії поведінки у конфлікті, конструктивність взаємодії), стресово-адаптаційний (рівень сприйнятого стресу, стресостійкість) та ресурсно-регулятивний (резильєнтність, емоційний інтелект і здатність до саморегуляції).

– встановлено специфіку трансформації подружніх взаємин під впливом воєнних подій; воєнні події концептуалізовано як контекстуальний специфічний чинник, що опосередковує трансформацію емоційної, ціннісно-смислової та комунікативної сфер сімейної взаємодії й підвищує ризик ескалації сімейних конфліктів;

– розроблено концептуальну модель врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій, ключовим елементом якої визначено соціально-психологічні умови врегулювання подружніх конфліктів, що забезпечують перехід від деструктивних форм взаємодії до конструктивного вирішення суперечностей між подружжям, як-от стабілізація психоемоційного

стану особистості, підвищення рівня стресостійкості та життєстійкості, розвиток емоційного інтелекту, формування комунікативної компетентності, усвідомлення захисних механізмів, використання конструктивних стратегій поведінки у конфлікті, взаємна підтримка, а також орієнтація подружжя на спільні життєві цілі та перспективи;

– встановлено статистично значущі взаємозв'язки між особливостями поведінки особистості в сімейних конфліктах і показниками конфліктності, рівнем тривоги, ступенем депресії, рівнем резильєнтності, рівнем сприйнятого стресу, рівнем агресивності та показниками емоційного інтелекту;

– визначено основні фактори, що розкривають особливості поведінки особистості у подружніх конфліктах, як-от «негативний психологічний стан особистості» – відображає високий рівень емоційного напруження, психоемоційних та психосоматичних реакцій особистості, що вказує на її деструктивну поведінку під час конфліктів; «непродуктивна поведінка особистості в конфлікті» – розкриває активну, але неефективну поведінку особистості, зумовлену підвищеною конфліктністю, схильністю до застосування стратегії примусу; «продуктивна поведінка особистості в конфлікті» – вказує на застосування адаптивних стратегій подолання особистістю сімейних конфліктів для збереження подружніх стосунків;

– виявлено типи респондентів – «деструктивний», «адаптивний» та «латентно-конфліктний», які відрізняються рівнем конфліктності, емоційної компетентності, стресостійкості та здатності до конструктивного діалогу, що вказують на специфічні моделі взаємодії особистості у конфлікті;

– розроблено та апробовано тренінгову програму врегулювання подружніх конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій, спрямовану на опрацювання травматичного досвіду особистості, планування її майбутнього, розвиток психологічної стійкості, емоційного інтелекту і комунікативної компетентності, а також застосування подружжям конструктивних стратегій взаємодії.

Поглиблено:

- розуміння сутності поняття «сімейного конфлікту» з урахуванням сучасного соціально-психологічного контексту, зокрема умов воєнного часу; наукове розуміння функціонування сучасної сім'ї шляхом виявлення амбівалентного впливу війни на сімейну систему, що проявляється одночасним посиленням як згуртованості, так і конфліктності у подружніх стосунках;

- наукові уявлення про структуру соціально-психологічних чинників і умов врегулювання сімейних конфліктів під час війни шляхом інтеграції класичних підходів із сучасними концепціями психологічної травматизації, колективного стресу та соціально-психологічної дезадаптації.

Доповнено:

- наукові підходи щодо організації соціально-психологічного супроводу подружніх пар з метою врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів;

- соціально-психологічні засоби оптимізації психоемоційного стану подружжя та покращення подружньої взаємодії в умовах війни.

Практичне значення дисертаційного дослідження полягає у можливості використання його результатів у професійній діяльності психологів, соціальних працівників і фахівців служб у справах дітей та сім'ї під час надання психологічної допомоги подружнім парам у процесі врегулювання сімейних конфліктів. Отримані результати можуть слугувати підґрунтям для розроблення та впровадження програм психологічного консультування, психокорекційних і тренінгових заходів, спрямованих на зниження рівня конфліктності, підвищення емоційної стабільності та розвиток конструктивної взаємодії у подружніх стосунках. Запропоновані підходи до діагностики та аналізу сімейних конфліктів доцільно застосовувати з метою вдосконалення практики психологічного обстеження подружніх пар, зокрема в умовах підвищеного стресу та травматизації, зумовлених воєнними подіями. Результати дослідження можуть бути інтегровані у діяльність закладів вищої та післядипломної освіти при підготовці фахівців за спеціальностями «Психологія» та «Соціальна робота», а також використані в

межах навчальних дисциплін «Сімейна психологія», «Психологія конфлікту», «Кризова психологія», «Психологічне консультування». Матеріали дисертації доцільно використовувати під час розроблення методичних рекомендацій, навчально-методичних посібників і програм підвищення кваліфікації фахівців, які працюють із сім'ями в кризових умовах.

Ключові слова: соціально-психологічні умови, сімейна взаємодія, сімейний конфлікт, подружжя, чинники подружніх конфліктів, врегулювання подружніх конфліктів, емоційний стан, адаптація, емоційний зв'язок, саморегуляція, життєстійкість, стабілізація психічного стану, медіація, тренінгова програма, війна.

ABSTRACT

Vashchenko O.S. Socio-psychological conditions for the settlement of family conflicts caused by war-related events. – Qualifying scientific work with manuscript copyright.

Dissertation for the Doctor of Philosophy degree, Field of Study 053 – Psychology. – Institute of Social and Political Psychology, National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, 2026.

This dissertation presents a theoretical synthesis and an empirical study of the socio-psychological conditions for resolving family conflicts caused by military events.

The relevance of this research stems from the need for a scientific understanding of family conflicts as one of the most common types of social conflicts, which directly impact the psychological well-being of individuals and the stability of society as a whole. The state and functioning of the family, as a fundamental social institution, are important indicators of societal development, which underscores the significance of researching issues related to the disruption of family relationships. In the context of military aggression, the family is subjected to significant destabilizing effects. Hostilities disrupt familiar ways of life, alter social roles, and increase levels of emotional stress. Factors such as forced migration, separation of family members, economic instability, threats to life and health, and the loss of loved ones reduce an individual's ability to adapt and cause emotional exhaustion, which leads to an escalation of family conflicts. As a result the

stability of marital and family relationships declines, indicating the limited effectiveness of existing socio-psychological mechanisms for resolving family conflicts under conditions of prolonged stress. The relevance and social significance of this problem justify the need for an in-depth study of the socio-psychological conditions for resolving family conflicts caused by military events.

The topic of this dissertation is closely related to the research agenda of the Department of Communication Psychology at the Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, as part of the research projects “Socio-Psychological Conditions for Enhancing the Role of the Family as a Voice of Public Opinion in Education Reform” (2022–2024, state registration number: 0122U000819) and “Socio-Psychological Conditions for the Democratization of Education in the Process of Establishing the New Ukrainian School” (2025–2026, state registration number: 0122U000819).

The object of the study is family conflict; the subject of the study is the socio-psychological conditions for the settlement of family conflicts related to spouses' experiences of war-related events. The aim of the study is to identify the socio-psychological conditions for resolving family conflicts caused by the war.

Based on the results of the theoretical analysis, the nature of family conflict has been specified as a complex socio-psychological phenomenon that arises within the system of marital relationships due to the incompatibility of partners' needs, values, role expectations, and behavioral strategies. It is substantiated that family conflict is a dynamic process of interpersonal interaction, which encompasses cognitive, emotional, and behavioral components, and is characterized by a staged development and specific patterns of progression.

It has been established that war-related events act as a significant contextual factor in the transformation of family relationships. They lead to changes in the usual way of life, increased levels of anxiety, depression, and aggression, as well as a decrease in the spouses' stress resilience and vitality. It has been determined that the impact of the war context on family interaction is ambivalent. On the one hand, it leads to an escalation of conflict, emotional maladjustment, role overload, and communication breakdown, and,

on the other hand, it can serve as a factor in mobilizing the family's internal resources, strengthening cohesion, providing mutual support, and redefining the spouses' life priorities.

A conceptual model for resolving family conflicts caused by war-related events has been developed. The model identifies a system of key socio-psychological conditions for effectively overcoming conflicts. These conditions include stabilizing the individual's psycho-emotional state, enhancing stress resilience and life resilience, developing emotional intelligence, building communicative competence, providing mutual support, understanding coping mechanisms, employing constructive conflict management strategies, and aligning spouses around shared life goals and prospects.

The study was conducted on a sample of 246 respondents – volunteer doctors from the Ukrainian-Israeli charitable organization FRIDA, members of the religious community of the Kyiv Church of Christ, and respondents who agreed to participate in the study via the Facebook social network. The study of the socio-psychological conditions for the settlement of family conflicts caused by war-related events was conducted in four stages—preliminary, main, formative, and final—and was carried out over the period 2023–2025.

Within the framework of the empirical study using the author's questionnaire “Study of Marital Conflicts during War,” which supplemented a set of relevant methodologies, a system of factors contributing to marital conflicts in wartime was identified. These factors were classified as external (socio-economic, informational, and situational) and internal (emotional-personal, cognitive, and behavioral). Statistically significant correlations were found between the indicators of conflict proneness, anxiety, depression, aggressiveness, perceived stress level, resilience, and emotional intelligence. It was found that elevated levels of anxiety and depression are associated with increased aggressiveness, the use of non-constructive behavioral strategies (avoidance and coercion), and the activation of psychological defense mechanisms. In contrast, high levels of resilience and emotional intelligence positively correlate with the use of constructive interaction strategies – cooperation, compromise, empathy, and effective communication.

Using factor analysis, the characteristics of an individual's conflict behavior were identified. They are represented by three main factors: “negative psychological state,” “unproductive behavior of the individual in conflict,” and “productive behavior of the individual in conflict.” In addition, through cluster analysis, three types of respondents were identified – “destructive,” “adaptive,” and “latently conflict-prone” – which differ in terms of their level of emotional competence, stress resilience, and the nature of their conflict-related interactions.

A training program for the resolution of family conflicts, aimed at creating socio-psychological conditions for effective spousal interaction, was theoretically substantiated, developed, and piloted. Its effectiveness has been demonstrated. It is evidenced by a statistically significant reduction in the levels of anxiety, depression, aggressiveness, and the severity of psychological defense mechanisms, as well as by an increase in the level of emotional intelligence and the spouses' use of constructive strategies for interpersonal interaction.

Scientific novelty of the study.

For the first time:

- The socio-psychological conditions for the settlement of family conflicts caused by war events have been theoretically and empirically studied. The criteria and indicators for studying the socio-psychological conditions for resolving family conflicts during war have been identified. They encompass personal-conflictological (level of conflict proneness and propensity for conflict interaction), emotional (anxiety, depression, intensity of negative experiences), affective-destructive (level and forms of aggressiveness), behavioral (conflict management strategies, constructiveness of interaction), stress-adaptive (level of perceived stress, stress resilience), and resource-regulatory (resilience, emotional intelligence, and capacity for self-regulation) ones.

- the specific nature of the transformation of marital relationships under the influence of war-related events has been established; war-related events have been conceptualized as a context-specific factor that mediates the transformation of the emotional, value-related, and communicative dimensions of family interaction and increases the risk of escalation of family conflicts;

- a conceptual model for resolving family conflicts related to spouses' experiences of war events has been developed. The key element of the model is the socio-psychological conditions for resolving marital conflicts that facilitate the transition from destructive forms of interaction to constructive resolution of disagreements between spouses. The socio-psychological conditions include stabilizing the individual's psycho-emotional state, increasing the level of stress resilience and life resilience, developing emotional intelligence, forming communicative competence, gaining awareness of protective mechanisms, using constructive behavioral strategies in conflict, providing mutual support, and orienting the spouses toward shared life goals and prospects;

- statistically significant correlations were established between the characteristics of an individual's behavior in family conflicts and indicators of conflict proneness, anxiety level, depression level, resilience level, perceived stress level, aggressiveness level, and emotional intelligence scores;

- the key factors that reveal the characteristics of an individual's behavior in marital conflicts have been identified. The factors are: "negative psychological state of the individual" (reflecting a high level of emotional stress, psycho-emotional, and psychosomatic reactions of the individual, which indicates their destructive behavior during conflicts), "unproductive behavior of the individual in conflict" (revealing active but ineffective behavior of the individual due to increased conflict proneness and a tendency to use coercive strategies), "productive behavior of the individual in conflict" (indicating the use of adaptive strategies by the individual to overcome family conflicts in order to preserve the marital relationship);

- the following respondent types were identified: "destructive," "adaptive," and "latently conflict-prone" ones, which differ in terms of their level of conflict proneness, emotional competence, stress resilience, and ability to engage in constructive dialogue, indicating specific patterns of individual interaction in conflict;

- a training program for the settlement of marital conflicts related to spouses' experiences of war was developed and piloted. It aims at processing the individual's traumatic experiences, planning for the future, developing psychological resilience,

emotional intelligence, and communication skills, as well as helping spouses apply constructive interaction strategies.

The dissertation research has improved:

- understanding of the essence of the concept of “family conflict” in the context of the contemporary socio-psychological environment, particularly wartime conditions; scientific understanding of the functioning of the modern family by identifying the ambivalent impact of war on the family system, which is manifested by a simultaneous increase in both cohesion and conflict in marital relationships;

- scientific knowledge of the structure of socio-psychological factors and conditions for resolving family conflicts during wartime by integrating classical approaches with modern concepts of psychological trauma, collective stress, and socio-psychological maladjustment.

The research has contributed to the insights of:

- scientific approaches to organizing socio-psychological support for married couples in order to resolve family conflicts caused by war-related events;
- socio-psychological methods for optimizing the psycho-emotional state of spouses and improving marital interaction in wartime.

The practical significance of this dissertation research lies in the possibility of utilizing its findings in the professional activities of psychologists, social workers, and specialists in child and family services when providing psychological support to married couples in the process of resolving family conflicts. The obtained results can serve as a basis for the development and implementation of psychological counseling programs, psychocorrectional activities, and training initiatives aimed at reducing the level of conflict, enhancing emotional stability, and developing constructive interaction in marital relationships. The proposed approaches to the diagnosis and analysis of family conflicts should be applied in order to improve the practice of psychological assessment of married couples, particularly in situations of heightened stress and trauma caused by war-related events. The research findings can be incorporated into the activities of higher and postgraduate education institutions related to training professionals in the fields of Psychology and Social Work, as well as used within the academic disciplines of Family

Psychology, Conflict Psychology, Crisis Psychology, and Psychological Counseling. The materials of the dissertation should be used in the development of methodological recommendations, educational and methodological guides, and professional development programs for specialists working with families in crises.

Keywords: socio-psychological conditions, family interaction, family conflict, spouses, factors of marital conflicts, settlement of marital conflicts, emotional state, adaptation, emotional connection, self-regulation, resilience, stabilization of mental state, mediation, training program, war.

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

А) Наукові праці, в яких опубліковано основні наукові результати дисертації

Статті у наукових фахових виданнях, затверджених МОН України, які входять до міжнародних наукометричних баз:

1. Ващенко, О. С. (2025). Тренінгова програма «врегулювання подружніх конфліктів в умовах війни»: зміст, структура, процедура проведення. *Психологія та соціальна робота*, 2, 32–43.

<https://journals.onu.in.ua/index.php/psy/article/view/305/289>;

<https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.2.3>

2. Ващенко, О. С. (2024). Дослідження соціально-психологічних причин розгортання подружніх конфліктів під час війни. *Вісник Львівського університету*, 21, 24–31. <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.4>

3. Ващенко, О. С. (2024). Соціально-психологічні чинники подружніх конфліктів в умовах війни. *Вісник післядипломної освіти: зб. наук. праць. Серія «Соціальні та поведінкові науки; Управління та адміністрування»*, 28(57), 27–43.

[https://doi.org/10.58442/2522-9931-2024-28\(57\)-27-43](https://doi.org/10.58442/2522-9931-2024-28(57)-27-43)

Статті у міжнародних наукових виданнях, які входять до Організації економічного співробітництва і розвитку та Європейського Союзу, включені до міжнародних наукометричних баз:

4. Ващенко, О. С. (2025). Соціально-психологічний аспект врегулювання

подружніх конфліктів в умовах війни: емпіричне дослідження. *Věda a perspektivy*, 9(52), 120-128. <https://perspectives.pp.ua/index.php/vp/article/view/29050/29008>

Б) Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації

5. Ващенко, О. С. (2025). Кореляційні зв'язки психічних станів: дослідження впливу воєнних стресорів на психологічне благополуччя подружжя. У *Збірнику матеріалів наукових доповідей V Міжнар. наук.-практ. конф. присвячена 80-м роковинам від дня смерті провідного науковця та засновника ун-ту Володимира Івановича Вернадського, 26 берез. 2025* (с. 292–294). Київ : Таврійський національний ун-т імені В. І. Вернадського. <https://doi.org/10.36059/978-966-397-502-3-74>

6. Ващенко, О. С. (2025). Факторна структура конфліктної поведінки особистості в подружніх взаєминах. У *Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах воєнного стану: матеріали XIX Міжнар. наук.-практ. конф., 30 трав. 2025* (с. 61–63). Київ : ДЗВО «УМО». <http://umo.edu.ua/materiali-konferencij-nimp>

7. Petrenko, I. V., & Vashchenko, O. S. (2025). Cluster analysis as a tool for developing a psycho-corrective program for married couples in extreme situations. *Promising scientific researches of Eurasian scholars '2025: Materials of the International scientific conference, Seattle, September 2025* (pp. 266–272). ProConference; KindleDP. (Series «SW-US conference proceedings»). <https://www.proconference.org/index.php/usc/issue/view/usc33-00>

8. Ващенко, О. С. (2025). Статеворольові особливості вияву агресивності у подружніх конфліктах. У О. Т. Плетка (Упоряд.), *Гендерна рівноважність учасників освітнього процесу: реалії та перспективи: матеріали II Круглого столу, 30 верес. 2025* (с. 8–10). Київ : ІСПП НАПН України. <https://ispp.org.ua/2025/12/11/genderna-rivnovazhnist-uchasnykiv-osvitnogo-proczesu-realii-ta-perspektyvy-materialy-ii-kruglogo-stolu-vid-30-veresnya-2025-roku/>

9. Ващенко, О. С. (2024). Війна і шлюб: причини конфліктів між подружжям. У *Збірнику матеріалів IV Міжнар. наук.-практ. конф. з нагоди відзначення Міжнародного дня прав людини, 5 груд. 2024* (с. 49). Київ : ДНДІ МВС України.

https://docs.google.com/document/d/1XxMmDhdtEL7BMvsfIbqjA7Lz8Yww7jum/edit?usp=drive_link&ouid=111220562100258165838&rtpof=true&sd=true

10. Ващенко, О. С. (2024). Конфлікти між подружжям під час війни: соціально-психологічний аспект. У Г. М. Бевз, Л. Г. Бобрової, Г. Б. Бондаренко, В. І. Юрченко (Ред.), *Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності: зб. наук. праць наук.-практ. конф., 10–11 квіт. 2024* (с. 17-19). Київ: Ін-т соц. та політ. психології НАПН України, Ін-т мистецтвознав., фольклорист. та етнол. ім. М. Т. Рильського АН України.
https://www.psyh.kiev.ua/images/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D1%82%D0%B5%D0%B7.%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84.10-11.04.24.pdf

ЗМІСТ

ВСТУП.....	18
Розділ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ УМОВ ВРЕГУЛЮВАННЯ СПРИЧИНЕНИХ ВОЄННИМИ ПОДІЯМИ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ.....	28
1.1. Сімейний конфлікт та соціально-психологічні умови його врегулювання.....	28
1.2. Переживання подружжям воєнних подій як причина сімейних конфліктів.....	43
1.3. Модель врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій.....	57
Висновки до першого розділу.....	63
Розділ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ УМОВ ВРЕГУЛЮВАННЯ СПРИЧИНЕНИХ ВОЄННИМИ ПОДІЯМИ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ.....	66
2.1. Організаційно-методичні засади емпіричного дослідження соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів.....	66
2.2. Показники, індикатори та інструментарій емпіричного дослідження.....	73
2.3. Обговорення результатів емпіричного дослідження.....	85
Висновки до другого розділу.....	140
Розділ 3. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ВРЕГУЛЮВАННЯ СПРИЧИНЕНИХ ВОЄННИМИ ПОДІЯМИ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ.....	145
3.1. Розробка тренінгової програми врегулювання сімейних (подружніх) конфліктів та її апробація.....	145
3.2. Аналіз ефективності тренінгової програми врегулювання сімейних конфліктів, спричинених воєнними подіями.....	154
3.3. Методичні рекомендації щодо врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій.....	161
Висновки до третього розділу.....	173
ВИСНОВКИ.....	175
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	180
ДОДАТКИ.....	207

ВСТУП

Актуальність проблеми дослідження. Сімейний конфлікт є одним із найпоширеніших видів соціальних конфліктів. Унікальність сімейних стосунків зумовлює не лише специфіку перебігу взаємодії у сім'ї, а й в особливий спосіб чинить вплив на соціальне та психологічне благополуччя всіх її членів, а також на суспільні взаємини загалом, оскільки стан сім'ї визначає рівень розвитку українського суспільства. Збільшення кількості розлучень засвідчує про посилення негативних тенденцій у розвитку родинних взаємин, однією з причин яких є невміння подружніх пар врегульовувати сімейні конфлікти. Особливо актуальним це питання постає під час російської воєнної агресії, коли нашій державі завдано непоправної шкоди, а мирне населення переживає катастрофічні наслідки війни, які мають ознаки воєнних злочинів та злочинів проти людяності. Фізичне і моральне виснаження, розлука з близькими, негативний психо-емоційний стан, відчуття невизначеності майбутнього, втрата домівки, майна, доходів тощо – спектр травмівних переживань людини під час війни, що впливають на взаємини у сім'ї і нерідко спричиняють сімейні конфлікти.

Проблема врегулювання сімейних конфліктів є однією з найактуальніших для психологічної науки. Концептуалізація сімейного конфлікту як соціально-психологічного явища знайшла відображення в численних наукових здобутках сучасних дослідників у результаті вивчення: міжпоколінних конфліктів у родинах та сім'ях – Т. Алексеєнко, Н. Довгань; кризи сімейних відносин – О. Столярчук; сексуальних розладів та сімейних конфліктів – О. Кочаряна, ; факторів, що сприяють виникненню сімейних конфліктів – І. Ващенко, Л. Кондрацької; загальних тенденцій та специфіки подружніх конфліктів – М. Павлюк.

Науковці зосереджують свою увагу на вивченні специфіки конфліктів у молодих сім'ях (А. Кравченко, Н. Тверезовська, Л. Котлова, О. Туриніна, І. Хоржевська, І. Рижкова та ін.); деструкції родинних відносин у сім'ях трудових мігрантів (Г. Ляльчук); психологічних аспектів взаємодії у рольових стосунках дистантних сімей (Г. Венгер); стадій розвитку сім'ї та видів сімейних конфліктів

(В. Бондаровська), трансформації традиційних сімейних ролей у контексті сучасних моделей взаємодії та конфліктів (І. Головнева), особливостей подружніх конфліктів у процесі розлучення (М. Хараджи, О. Шаровара).

Поза тим, дослідниками розглядаються питання емоційних детермінант задоволеності шлюбними стосунками у чоловіків та жінок (І. Бондаревська, А. Монська), ролі емоційного інтелекту у врегулюванні сімейних конфліктів та емоційній підтримці подружжя (Т. Титаренко, О. Кляпець, В. Вінс, С. Кобільник); специфіки виникнення та вирішення сімейних конфліктів під час пандемії COVID-19 (І. Розіна, Н. Мунтян, І. Крикуненко, L. Duan, G. Zhu); вивчення індивідуального простору особистості на різних етапах життєвого циклу сімейних взаємин (О. Капустюк); питання підтримки психологічного благополуччя родини (О. Кляпець); особливості сімейної взаємодії як чинник розвитку громадянської компетентності молоді (О. Скар).

Різноманітність сімейних конфліктів породжує різноманітні підходи до їх ефективного соціально-психологічного розв'язання. Врегулювання конфліктів розглядаються у зв'язку зі зниженням інтенсивності протиріч (А. Берлач, В. Кондрюкова, В. Криволапчук, О. Поліщук); досягнення яких здійснюється за допомогою непрямих психологічних методів впливу (С. Гарькавець, Л. Волченко); трансформацією позицій сторін та зміну умов конфліктної взаємодії (М. Примуш); вивченням психологічних умов розв'язання сімейних конфліктів (В. Балахтар, Ю. Волошина, Г. Ложкін, Н. Пов'якель, Р. Федоренко та ін.); розглядом стратегій вирішення конфліктів (K. Thomas, R. Kilmann, O. Savchenko, T. Kovalkova, O. Lovka, O. Boychuk, O. Kostikova). У цьому контексті особливого значення набувають питання застосування комунікативних технологій врегулювання соціальних конфліктів (А. Гусев, І. Петренко).

Водночас вітчизняні дослідники висвітлюють питання соціально-психологічного стану суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення (М. Слюсаревський); соціально-психологічної адаптації різних груп і спільнот до умов і наслідків війни (В. Васютинський, Л. Коробка, В. Вінков та ін.); питання, пов'язані з подоланням особистістю життєвої кризи

(Т. Титаренко); особливостей переживання українцями сімейних криз в умовах війни (О. Столярчук, О. Сергєєнкова, І. Власенко); специфіки функціонування сім'я в умовах війни (Л. Слюсар, І. Шинкаренко); колективної травматизації суспільства внаслідок воєнних подій (П. Горностай). До того ж дослідники зосереджують свою увагу на вивченні деструктивного впливу воєнних подій на особистість і спільноту (О. Осуховська, О. Хаустова, Т. Синіцька, В. Салдень, І. Здорик, Т. Норрен, N. Morina); психоемоційного стану особистості під час війни (І. Нестайко, В. Свиридчук, Т. Меліченко, Т. Пашко, M. Ben-Ezra, R. Goodwin, E. Leshem, Hamama-Raz, J. Hamblen, P. Schnurr); специфіки комунікативних проблем у подружніх взаєминах внутрішньо переміщених осіб під час війни (І. Сингаївська, Н. Осауленко); ієрархії сімейних цінностей в умовах війни, що впливає на конфліктність у сімейних стосунках (Г. Бевз, Л. Боброва, М. Каніболоцька); впливу воєнних подій на сексуальне життя подружжя (І. Нагорняк, С. Письменний); особливостей впливу членів сім'ї на психологічний стан військовослужбовців (Н. Дідик, Д. Усик, А. Кайдалова, V. Hogencamp, C. Figley); соціальної адаптації учасників бойових дій та членів їхніх сімей (В. Сичова, С. Вакуленко, J. Prakas, R. Bavdekar, S. Josh), особливостей застосування арт-терапії в подоланні психологічних травм (О. Вознесенська, М. Сидоркіна, О. Скнар); питань підтримки та збереження психологічного здоров'я українців у період воєнного стану (В. Панок, С. Максименко, М. Слюсаревський, Л. Прохоренко, Н. Чепелєва, Т. Куліш, С. Чуніхіна, І. Губеладзе, І. Ткачук, Н. Ярмола). Проте поза межами наукових розвідок залишилася проблема вивчення соціально-психологічних умов врегулювання у контексті переживання подружжям воєнних подій. Проте поза межами наукових розвідок залишилася проблема вивчення соціально-психологічних умов врегулювання сімейних конфліктів у контексті переживання подружжям воєнних подій.

Актуальність, соціальна значущість та недостатня розробленість окресленої проблеми зумовили вибір теми дисертаційного дослідження «Соціально-психологічні умови врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів».

Об'єкт дослідження – сімейний конфлікт.

Предмет дослідження – соціально-психологічні умови врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій.

Мета дослідження полягає у розкритті соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів.

Для досягнення мети сформульовано завдання дослідження:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів.

2. Розробити концептуальну модель врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів.

3. Розкрити соціально-психологічні умови врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів.

4. Розробити та апробувати тренінгову програму врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій, підготувати методичні рекомендації щодо її впровадження.

Методи дослідження. Для досягнення мети і розв'язання поставлених завдань застосовано комплекс методів наукового дослідження, як-от

– теоретичні: системно-структурний аналіз наукових джерел з проблеми дослідження для розкриття змісту основних понять; порівняння й узагальнення отриманої інформації для концептуалізації основних понять; систематизація та інтерпретація одержаних даних;

– емпіричні: опитування, тестування, наративні техніки, ресурсна модель, зокрема авторський опитувальник «Вивчення подружніх конфліктів під час війни» – для виявлення причин конфліктів у сім'ї; методика діагностики рівня конфліктності особистості Г. Ложкіна, Н. Пов'якель – для оцінки загального рівня конфліктності та вияву індивідуальних відмінностей у конфліктній поведінці подружжя; опитувальник щодо поведінки особистості в конфліктній ситуації О. Кочаряна – для дослідження особливостей взаємодії подружжя в конфлікті як результат суб'єктного вибору та смислового осмислення ситуації; шкала тривожності А. Бека та шкала депресії А. Бека – для оцінювання рівня емоційної

напруженості, внутрішнього дистресу та негативних афективних переживань, що впливають на сприйняття особистістю конфліктної ситуації та її вибір поведінкових стратегій; шкала резильєнтності К. Коннора, Дж. Девідсона – для оцінки рівня психологічної витривалості та відновлювального потенціалу особистості; опитувальник агресивності А. Басса – М. Перрі, що дає змогу диференціювати різні форми агресивних проявів, пов'язаних із конфліктною поведінкою; шкала сприйнятого стресу PSS-10 Ш. Коена, Т. Камарка, Р. Мермельштейна – для оцінки інтенсивності стресового навантаження як контекстуального чинника сімейних конфліктів; опитувальник емоційного інтелекту Н. Холла – для оцінки емоційної компетентності подружжя при врегулюванні сімейних конфліктів; методика «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттен, К. Камерона – для вияву типових моделей реагування в конфлікті; тест на визначення стійкості до стресу С. Максименко, Л. Карамушки, Т. Зайчикової – для аналізу індивідуальних відмінностей у реагуванні на стресові ситуації; наративні техніки – «Моя історія війни», «Лист собі через рік» – для усвідомлення респондентами досвіду переживання воєнних подій та конструювання ними образу майбутнього; ресурсна модель BASIC Ph – для побудови особистих стратегій психологічного відновлення та зміцнення адаптивних можливостей особистості;

– методи математичної статистики: описові статистики – для визначення середнього та стандартного відхилення; кореляційний аналіз із застосуванням коефіцієнта кореляції Спірмена – для визначення зв'язків між вимірюваними показниками; факторний аналіз за допомогою методу головних компонент із Varimax-обертанням та нормалізацією Кайзера – для побудови факторної моделі; кластерний аналіз методом k -середніх – для групування спостережень за схожістю ознак. Для порівняння двох незалежних вибірок за рівнем кількісної ознаки застосовувався U-критерій Манна-Уїтні, для порівняння трьох і більше незалежних вибірок за рівнем досліджуваної ознаки – H-критерій Краскела-Уолліса, а для аналізу змін (до і після) у двох пов'язаних вибірках – T-критерій Вілкоксона. Статистична обробка отриманих даних здійснювалася за допомогою програмних пакетів IBM SPSS Statistics (версія 27) та Microsoft Excel.

Вибіркова сукупність.

Дослідження проведено на вибірці 246 респондентів – волонтерів-лікарів українсько-ізраїльської благодійної організації «ФРІДА», членів релігійної громади Київської Церкви Христа, а також відповідачів, які дали згоду на участь у дослідженні через соціальну мережу Facebook. Дослідження соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів реалізовано у чотири етапи: підготовчому, основному, формувальному та заключному і здійснено упродовж 2023–2025 років.

Наукова новизна дослідження.

Уперше:

– теоретично і емпірично досліджено соціально-психологічні умови врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів; визначено критерії та показники вивчення соціально-психологічних умов врегулювання сімейних конфліктів під час війни: особистісно-конфліктологічний (рівень конфліктності та схильність до конфліктної взаємодії), емоційний (тривожність, депресивність, інтенсивність негативних переживань), афективно-деструктивний (рівень і форми агресивності), поведінковий (стратегії поведінки у конфлікті, конструктивність взаємодії), стресово-адаптаційний (рівень сприйнятого стресу, стресостійкість) та ресурсно-регулятивний (резильєнтність, емоційний інтелект і здатність до саморегуляції).

– встановлено специфіку трансформації подружніх взаємин під впливом воєнних подій; воєнні події концептуалізовано як контекстуальний специфічний чинник, що опосередковує трансформацію емоційної, ціннісно-смислової та комунікативної сфер сімейної взаємодії й підвищує ризик ескалації сімейних конфліктів;

– розроблено концептуальну модель врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій, ключовим елементом якої визначено соціально-психологічні умови врегулювання подружніх конфліктів, що забезпечують перехід від деструктивних форм взаємодії до конструктивного вирішення суперечностей між подружжям, як-от стабілізація психоемоційного

стану особистості, підвищення рівня стресостійкості та життєстійкості, розвиток емоційного інтелекту, формування комунікативної компетентності, усвідомлення захисних механізмів, використання конструктивних стратегій поведінки у конфлікті, взаємна підтримка, а також орієнтація подружжя на спільні життєві цілі та перспективи;

– встановлено статистично значущі взаємозв'язки між особливостями поведінки особистості в сімейних конфліктах і показниками конфліктності, рівнем тривоги, ступенем депресії, рівнем резильєнтності, рівнем сприйнятого стресу, рівнем агресивності та показниками емоційного інтелекту;

– визначено основні фактори, що розкривають особливості поведінки особистості у подружніх конфліктах, як-от «негативний психологічний стан особистості» – відображає високий рівень емоційного напруження, психоемоційних та психосоматичних реакцій особистості, що вказує на її деструктивну поведінку під час конфліктів; «непродуктивна поведінка особистості в конфлікті» – розкриває активну, але неефективну поведінку особистості, зумовлену підвищеною конфліктністю, схильністю до застосування стратегії примусу; «продуктивна поведінка особистості в конфлікті» – вказує на застосування адаптивних стратегій подолання особистістю сімейних конфліктів для збереження подружніх стосунків;

– виявлено типи респондентів – «деструктивний», «адаптивний» та «латентно-конфліктний», які відрізняються рівнем конфліктності, емоційної компетентності, стресостійкості та здатності до конструктивного діалогу, що вказують на специфічні моделі взаємодії особистості у конфлікті;

– розроблено та апробовано тренінгову програму врегулювання подружніх конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій, спрямовану на опрацювання травматичного досвіду особистості, планування її майбутнього, розвиток психологічної стійкості, емоційного інтелекту і комунікативної компетентності, а також застосування подружжям конструктивних стратегій взаємодії.

Поглиблено:

– розуміння сутності поняття «сімейного конфлікту» з урахуванням сучасного соціально-психологічного контексту, зокрема умов воєнного часу; наукове розуміння функціонування сучасної сім'ї шляхом виявлення амбівалентного впливу війни на сімейну систему, що проявляється одночасним посиленням як згуртованості, так і конфліктності у подружніх стосунках;

– наукові уявлення про структуру соціально-психологічних чинників і умов врегулювання сімейних конфліктів під час війни шляхом інтеграції класичних підходів із сучасними концепціями психологічної травматизації, колективного стресу та соціально-психологічної дезадаптації.

Доповнено:

– наукові підходи щодо організації соціально-психологічного супроводу подружніх пар з метою врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів;

– соціально-психологічні засоби оптимізації психоемоційного стану подружжя та покращення подружньої взаємодії в умовах війни.

Практичне значення дисертаційного дослідження полягає у можливості використання його результатів у практичній діяльності психологів, соціальних працівників, фахівців служб у справах дітей та сім'ї в процесі надання психологічної допомоги подружжю у врегулюванні сімейних конфліктів, а також застосовані для розроблення та впровадження програм психологічного консультування, психокорекційних і тренінгових програм, спрямованих на зниження рівня конфліктності, підвищення емоційної стабільності та розвиток конструктивної комунікації у подружніх стосунках. Запропоновані підходи до діагностики та аналізу сімейних конфліктів можуть бути використані для вдосконалення практики психологічного обстеження подружніх пар, зокрема в умовах підвищеного стресу та травматизації, спричинених воєнними подіями. Результати дослідження можуть бути впроваджені у діяльність закладів вищої освіти та післядипломної освіти при підготовці фахівців за спеціальностями «Психологія», «Соціальна робота», а також у змісті навчальних дисциплін:

«Сімейна психологія», «Психологія конфлікту», «Кризова психологія», «Психологічне консультування». Матеріали дисертації можуть застосовуватися при розробленні методичних рекомендацій, навчально-методичних посібників і програм підвищення кваліфікації фахівців, які працюють з сім'ями в кризових умовах.

Апробація результатів дисертації. Основні положення і результати дисертаційного дослідження були представлені й обговорені на засіданнях відділу психології спілкування Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, а також пройшли апробацію на міжнародних та всеукраїнських науково-практичних конференціях, міжнародній виставці, студентському освітньому форумі, круглому столі, а саме: V Міжнародній науково-практичній конференції, присвяченій 80-м роковинам від дня смерті Володимира Івановича Вернадського (26 березня 2025 р., м. Київ); XIX Міжнародній науково-практичній конференції «Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах воєнного стану» (30 травня 2025 р., м. Київ); Міжнародній науковій конференції «Promising scientific researches of Eurasian scholars–2025» (вересень 2025 р., м. Сіетл, США); II Круглому столі «Гендерна рівноважність учасників освітнього процесу: реалії та перспективи» (30 вересня 2025 р., м. Київ); IV Міжнародній науково-практичній конференції з нагоди відзначення Міжнародного дня прав людини (5 грудня 2024 р., м. Київ); Науково-практичній конференції «Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності» (10–11 квітня 2024 р., м. Київ); Міжнародній виставці «Освіта та кар'єра–2025» та Студентському освітньому форумі «Академічна доброчесність та етика професійної діяльності сучасного фахівця» (11–12 квітня 2025 р., м. Біла Церква); Звітній науковій конференції Інституту соціальної та політичної психології НАПН України «Соціальна і політична психологія сьогодні: здобутки, проблеми, нові рубежі» (4–5 березня 2026 р., м. Київ).

Публікації. За темою дисертаційного дослідження опубліковано 9 одноосібних наукових праць та 1 праця у співавторстві, серед яких: 3 статті у

фахових наукових виданнях, затверджених МОН України, включених до міжнародних наукометричних баз (Index Copernicus); 1 стаття у міжнародному виданні, що входить до європейських наукометричних баз (IC); 6 праць, що відносяться до матеріалів конференцій.

Особистий внесок здобувача. У публікації, написаної у співавторстві, здобутком дисертантки є виклад результатів емпіричного дослідження, а також опис, аналіз та інтерпретація експериментальних даних.

Структура й обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, що містить 206 найменувань (із них 66 іноземними мовами). Загальний обсяг дисертації становить 230 сторінок, з яких основний зміст викладено на 161 сторінках. Робота містить 46 таблиць, 35 рисунків та 4 додатки, які ілюструють результати емпіричного дослідження.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ УМОВ ВРЕГУЛЮВАННЯ СПРИЧИНЕНИХ ВОЄННИМИ ПОДІЯМИ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ

1.1. Сімейний конфлікт та соціально-психологічні умови його врегулювання

Сімейні конфлікти є соціально значущим психологічним явищем, оскільки безпосередньо впливають на стабільність шлюбно-сімейних стосунків, психологічний добробут подружжя та дітей, а також на загальний рівень соціальної адаптації особистості.

Термін «конфлікт» походить від латинського слова *conflictus* – «зіткнення» і в науковому розумінні означає наявність протиріччя між взаємодіючими суб'єктами, що проявляється у протистоянні їхніх позицій, інтересів або цінностей.

Окрім психології, конфлікт можна аналізувати з погляду інших наук: соціології, філософії, економіки, юриспруденції.

У соціології конфлікт сприймають як невід'ємний елемент соціальної системи, що виникає через зіткнення різних соціальних позицій, статусів і ролей. Представники класичної конфліктології, зокрема Г. Зіммель, наголошували, що конфлікт виконує не лише деструктивну, а й інтегративну функцію, сприяючи оновленню соціальних зв'язків, підтриманню групової єдності та формуванню колективної ідентичності (Simmel, 1955). Л. Козер вбачав конфлікт як форму соціальної взаємодії, зумовлену боротьбою за ресурси, владу й соціальний статус, підкреслюючи його потенційно конструктивний характер за наявності нормативних обмежень і каналів регуляції (Coser, 1956). Р. Дарендорф пов'язував соціальні конфлікти зі структурною нерівністю та асиметрією владних відносин, вбачаючи в них ключовий механізм соціальних змін і трансформацій (Dahrendorf, 1959). У соціологічному контексті конфлікт постає закономірним і

структурно зумовленим явищем, що виконує не лише руйнівні, а й стабілізаційні та інноваційні функції в розвитку суспільства.

Теорія соціального обміну Д. Хоманса розглядає соціальні взаємодії як процес раціонального обміну ресурсами, у якому індивіди прагнуть збільшити винагороди та зменшити витрати. Якщо баланс між отриманими та наданими ресурсами порушується – зростає ймовірність виникнення конфлікту або перегляду взаємин (Homans, 1961).

Міжособистісна теорія Г. Саллівана розкриває, що психічне здоров'я особистості є продуктом міжособистісних взаємин. Центральним її поняттям є «самосистема» – система уявлень і поведінкових реакцій, що допомагає знижувати тривогу під час контакту з іншими. Тривога виникає не як внутрішній конфлікт, а як результат взаємодії, визначаючи стилі комунікації та соціального функціонування (Sullivan, 2012; Perry, 1982).

Модель ненасильницької комунікації (ННК) М. Розенберга акцентує увагу на гармонізацію взаємодії через розвиток емпатії та усвідомлене вираження потреб. Конфлікти виникають через неусвідомлені потреби або неефективну комунікацію. Основними компонентами ННК є такі: спостереження без оцінки, вираження власних почуттів, формулювання потреб і прохання для поліпшення взаємодії (Rosenberg, 2015; Mayes, 2010).

У філософії конфлікт розглядають як універсальну форму прояву суперечностей буття та пізнання. У класичній німецькій філософії Г. В. Ф. Гегель трактував конфлікт у межах діалектичного підходу як конче потрібну умову розвитку, де суперечність виступає джерелом саморуху та переходу до вищих форм єдності (Hegel, 1988). У філософії екзистенціалізму Ж.-П. Сартр бачив людське буття як постійний стан онтологічної напруги між свободою та зумовленістю, індивідуальними смисловими орієнтаціями та вимогами соціальної реальності. Конфлікт для нього був невід'ємною умовою самовизначення та відповідального вибору (Sartre, 1943). Філософський підхід дає змогу аналізувати конфлікт як онтологічно та екзистенційно зумовлене явище, що лежить в основі розвитку суспільства й особистості.

В економічній теорії конфлікт пов'язують передусім із розподілом обмежених ресурсів, що зумовлює суперечність між потребами суб'єктів і можливостями їхнього задоволення. З позицій теорії раціонального вибору конфлікт виникає внаслідок конкуренції за вигоду, тоді як інституціональна економіка пояснює його інституційними дисфункціями, зокрема нечіткими правами власності, слабкими контрактними зобов'язаннями й неефективністю регуляторних механізмів (Becker, 1976; North, 1990).

Економічні конфлікти можуть виникати на мікро-, мезо- та макрорівнях і охоплювати сферу трудових відносин, ринкової конкуренції, корпоративного керування або бюджетного розподілу. Їхнє врегулювання ґрунтується на переговорах, контрактних механізмах, системі стимулів і державному регулюванні, що сприяє узгодженню інтересів сторін і мінімізації економічних втрат.

У юриспруденції конфлікт трактують як правовий спір між суб'єктами права щодо реалізації чи порушення їхніх прав і обов'язків. На відміну від соціологічних і психологічних підходів, юриспруденція зосереджується передусім на процедурних механізмах врегулювання спорів. Правові конфлікти можуть виникати у цивільно-правовій, трудовій, адміністративній та кримінально-правовій сферах, а їхнє врегулювання передбачає використання формалізованих інструментів – переговорів, медіації, арбітражу та судового розгляду. Використання цих процедур забезпечує юридичну визначеність, захист прав сторін і відновлення правового балансу. Водночас сучасне міжнародне право, зокрема документи ООН (UN, 2006), підкреслює важливість альтернативних методів врегулювання спорів, які допомагають зменшити соціальну напругу та скоротити часові й фінансові витрати.

Психологія конфлікту інтегрує низку наукових підходів, у межах яких пояснюються причини, механізми й динаміка конфліктної взаємодії. У зарубіжній психології першої половини 20-го ст. виокремлюють такі основні напрями дослідження конфлікту: психоаналітичний – З. Фройд (Freud, 1962), А. Адлер (Adler, 1954), К. Хорні (Horney, 1937), Е. Фромм (Fromm, 1941), що пов'язує конфлікт із внутрішніми суперечностями особистості та мотиваційними силами;

соціотропний – У. Мак-Дауголл (McDougall, 1908), Г. Ле Бон (Le Bon, 1895), С. Сігеле (Sighele, 1901), де конфлікти розуміються як наслідок дії соціальних інстинктів і закономірностей колективної поведінки; етологічний – К. Лоренц (Lorenz, 1966), де конфлікт досліджується у контексті біологічно зумовлених форм агресії та боротьби за ресурси; теорію групової динаміки – Д. Креч, (Krech & Crutchfield, 1948), де конфлікт пояснюють як результат напружень і сил у груповому полі та міжгруповій взаємодії; фрустраційно-агресивний підхід – Дж. Доллард (Dollard et al., 1939), Л. Берковіц (Berkowitz, 1962), в межах якого агресія та пов'язані з нею конфлікти розглядаються як імовірна реакція на блокування потреб і цілей; поведінковий / біхевіористичний – А. Басс (Buss, 1961), А. Бандура (Bandura, 1973), у межах якого конфлікт визначається через усвідомлене зіткнення індивідів чи груп із суперечливими інтересами та як форма набутої поведінки; соціометричний – Дж. Морено (Moreno, 1934), де джерела конфліктів пов'язуються зі структурою міжособистісних стосунків у малій групі та нерівномірним розподілом симпатій/антипатій; інтеракціоністський – Дж. Мід (Mead, 1934), Т. Шибутані (Shibutani, 1961), в якому увага акцентується на ролі соціальної взаємодії та інтерпретації значень у виникненні конфліктів.

Конфлікт є універсальним соціально-психологічним явищем, що проявляється на різних рівнях взаємодії і зумовлюється суперечністю між інтересами, потребами, цінностями або цілями учасників. Як зазначає Л. Єременко, конфлікти можна класифікувати за рівнем виникнення та суб'єктами взаємодії, а саме: макросоціальні, міжгрупові, внутрішньогрупові, міжособистісні та внутрішньоособистісні (Єременко, 2018).

Концептуалізація поняття «сімейного конфлікту» як соціально-психологічного явища знайшла своє відображення в численних вітчизняних і зарубіжних наукових дослідженнях. У науковій літературі його трактують як різновид міжособистісного конфлікту, що виникає внаслідок несумісності поглядів, інтересів, цілей і потреб членів сім'ї та проявляється у безпосередній взаємодії між ними. Сімейний конфлікт, спричинений протиріччями між очікуваннями, ролями, цінностями та потребами учасників взаємодії,

характеризується високою емоційною насиченістю та тривалістю контактів. У цьому контексті міжособистісний конфлікт розглядають як складну ситуацію, що виникає через сформовані дисгармонії у стосунках людей у суспільстві чи групі і є зіткненням протилежних потреб, які неможливо задовольнити одночасно.

Структурний аналіз сімейних конфліктів передбачає класифікацію за суб'єктами взаємодії: конфлікти між родичами, між батьками і дітьми, а також конфлікти між подружжям (Сінгаївська & Лукаш, 2021). Окрему групу утворюють міжпоколінні конфлікти, зумовлені розбіжностями в системі цінностей, життєвих установках та інтерпретації соціальних ролей представниками різних вікових груп (Алексєєнко, 2018; Довгань, 2019, 2020).

У наукових дослідженнях сімейні конфлікти аналізують крізь призму внутрішньосімейних і макросоціальних чинників, зокрема соціального відчуження, девальвації моральних цінностей, трансформації гендерних ролей та економічної нестабільності. Залежно від частоти й гостроти суперечностей виділяють кризові, конфліктні та проблемні родини, що відрізняються рівнем протистояння та ступенем дезорганізації сімейної взаємодії (Ващенко & Кондрацька, 2005; 2011).

У цьому контексті особливої уваги заслуговують результати дослідження науковиць Г. Бевз, Л. Бобрової та М. Каніболоцької (2024), у яких виявлено статистично значущі зв'язки між ієрархією сімейних цінностей і соціально-демографічними характеристиками респондентів. Зокрема, гендерні характеристики, освітній рівень подружжя та середовище зростання (мала батьківщина) визначають особливості формування ціннісних орієнтацій у подружній парі. Отримані дані вказують на те, що індивідуальні та соціокультурні чинники грають важливу роль у становленні системи сімейних цінностей, а отже, опосередковано впливають і на характер подружніх конфліктів, зумовлюючи відмінності у рольових очікуваннях, моделях взаємодії та способах розв'язання суперечностей.

Проблематика сімейних конфліктів охоплює широкий спектр внутрішньосімейних протиріч, однак особливе місце в її структурі посідають подружні конфлікти як базова форма міжособистісної взаємодії в сім'ї. Саме

характер подружніх стосунків значною мірою визначає психологічний клімат родини та впливає на особливості функціонування сімейної системи загалом. Частота подружніх конфліктів відображає рівень стабільності шлюбу: регулярні сварки та емоційна напруга можуть вказувати на ризик дестабілізації сімейних взаємин. Взаєморозуміння, різнорівнева сумісність, зацікавленість та емоційна привабливість сприяють стійкості подружніх стосунків. У гармонійних шлюбах формуються довірливість, емоційна стабільність і комунікабельність, тоді як у дисгармонійних – критичність, домінування й відчуженість. Важливими є також структура влади в сім'ї та поява дітей, що впливають на рівень задоволеності шлюбом (Дуткевич, 2005).

За джерелом виникнення подружні конфлікти розподіляють на: ціннісні – спричинені розбіжностями в інтересах, переконаннях і життєвих пріоритетах партнерів; позиційні – пов'язані з боротьбою за лідерство та незадоволеною потребою у визнанні власної значущості; сексуальні – виникають через психологічну або психосексуальну несумісність; емоційні – спричинені дефіцитом підтримки, турботи, уваги та взаєморозуміння; господарсько-економічні – обумовлені різними поглядами на ведення домашнього господарства або матеріальними труднощами. З огляду на поведінкові прояви учасників виокремлюють відкриті конфлікти (з проявами сварок, образ або агресивних дій) та приховані (виявляються через демонстративне мовчання, уникання спілкування або невербальні прояви напруження) (Сингаївська & Лукаш, 2021).

У межах системного підходу дослідники зосереджують увагу на проблемах шлюбно-сімейних взаємин і психологічному добробуті. Зокрема, вони вивчають феномен емоційного вигорання як чинник дестабілізації подружніх взаємин (Кляпець, 2006), психосексуальні дисгармонії та шляхи їх психотерапевтичної корекції (Кочарян, 2000; Kratochvíl, 2009); індивідуальний психологічний простір подружжя в межах особистісної зони свободи суб'єкта сімейних стосунків (Капустюк, 2016); а також розглядають питання психологічної діагностики шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності партнерів (Потапчук, 2020).

Дослідження специфіки родин трудових мігрантів і феномену «дистантної сім'ї» виявляють труднощі у підтримці психологічної близькості в умовах просторової роз'єднаності, трансформацію ролей та ризики емоційного відчуження (Ляльчук, 2015; Головнева, 2006; Венгер, 2015). У сучасних умовах дослідники значну увагу приділяють конфліктам у періоди глобальних соціальних криз, зокрема під час пандемії COVID-19, коли загострюються внутрішньосімейні суперечності та посилюється вплив стресогенних чинників (Крикуненко, 2020; Розіна & Мунтян, 2021; Duan & Zhu, 2020; Haletska et al., 2021).

Окремий напрям досліджень стосується конфліктів у молодих сім'ях, зокрема в період адаптації до шлюбу (Буленко, 2010; Зозуль, 2016; Котлова, 2014; Кравченко, 2015; Мушкевич та ін., 2018; Туриніна, 2018; Хоржевська & Рижкова, 2021; Федоренко, 2007). Науковиця В. Бондаровська (2005) виокремлює етапи розвитку сім'ї – первинного шлюбу, первинної сім'ї, вторинного шлюбу та вторинної сім'ї, кожен із яких характеризується специфічними конфліктними проявами, що впливають на подружні взаємовідносини.

Конфліктна ситуація відображає об'єктивні суперечності в інтересах і потребах сторін, тоді як інцидент є моментом їх усвідомлення та переходу до відкритої конфліктної взаємодії. Виокремлюють такі типи конфліктогенів: зверхність, агресивність, егоїзм, які провокують ескалацію протистояння. Водночас підкреслюється можливість їх блокування через розвиток самоконтролю, емпатії та комунікативних навичок (Дуткевич, 2005).

Конфліктогени у подружніх стосунках доцільно розглядати як сукупність соціальних і психологічних чинників, що зумовлюють виникнення та динаміку конфліктів у сімейній системі. Їх специфіка безпосередньо залежить від етапу життєвого циклу сім'ї. На початковому етапі подружнього життя основними конфліктогенами є адаптаційні труднощі, неузгодженість рольових очікувань і норм поведінки, а також питання розподілу сімейних обов'язків. У сім'ях із середнім стажем шлюбу конфліктогенність набуває системного характеру й охоплює більшість сфер життєдіяльності, зокрема фінансову, виховну та комунікативну, що зумовлено зіткненням індивідуальних інтересів і накопиченням

суперечностей. Для сімей із тривалим стажем подружнього життя, характерна трансформація конфліктогенів у латентну форму, що пов'язано з ригідністю усталених моделей взаємодії, стереотипізацією поведінки та наявністю нерозв'язаних протиріч (Крамченкова & Чепелєва, 2022).

Водночас важливим компонентом гармонійного функціонування подружніх взаємин визначають емпатію, яка дає партнерам змогу розуміти емоційні стани одне одного, співпереживати й реагувати на переживання партнера (Іванова-Коріневська & Хомич, 2022). Одним із вагомих чинників, що підсилює напруження між партнерами, вважають недостатній рівень взаємної емоційної підтримки. Її дефіцит зменшує задоволеність шлюбом, що негативно позначається на стабільності сімейних відносин (Титаренко & Кляпець, 2007; Вінс & Кобільник, 2022).

Конфлікти між подружжям негативно впливають не лише на їхні взаємини, а й на психологічний стан дітей у сім'ї. У таких умовах діти частіше стикаються з труднощами у спілкуванні з однолітками, мають низьку самооцінку, підвищену тривожність, депресивні прояви та агресивну поведінку; особливо яскраво ці наслідки проявляються за умови хронічних сімейних конфліктів, коли дитина може відчувати психологічний стрес навіть без безпосередньої присутності під час сварок (Goel, 2023).

Методологічні положення постнекласичної психології дають змогу розглядати сім'ю у культурно-історичному контексті та поєднувати різні наукові теорії в єдину систему. Сім'я постає як відкрита система, що постійно взаємодіє із соціальним середовищем і зовнішнім світом, здатна до самоорганізації та розвитку, а її функціонування залежить від людей, які її утворюють (Васильченко, 2016). Подружні конфлікти є складним соціально-психологічним явищем, що виникає через неузгодженість потреб, цінностей і поведінки партнерів. Вони можуть мати як деструктивні, так і конструктивні наслідки, впливаючи на стабільність і розвиток родини. Оскільки розпад сім'ї є тривалим процесом із психологічними труднощами, своєчасна профілактика та психологічна підтримка подружжя мають особливе значення (Павлюк & Архипенко, 2018).

У контексті сучасних подружніх стосунків ефективність урегулювання конфліктів значною мірою обумовлена рівнем усвідомлення партнерами структури й механізмів конфліктної взаємодії. Системний аналіз передумов, умов, причин і наслідків конфлікту створює підґрунтя для розуміння конструктивного впливу на його перебіг і запобігання подальшій ескалації. Тож доцільно звернутися до визначення ключових понять нашого дослідження.

Так, передумови подружнього конфлікту пов'язані з попереднім досвідом партнерів, їхніми потребами, емоційним станом і стійкими моделями поведінки. Це ті характеристики, що формуються ще до виникнення суперечки та створюють ґрунт для потенційної напруги. У межах дослідження соціально-психологічних передумов конфліктності подружнього життя виокремлюють такі чинники: надмірна вимогливість, прагнення до домінування, незадоволеність шлюбом, порушення рольового балансу та комунікативні дисфункції (Шатило та ін., 2011; Шатило, 2013).

Умови конфлікту – це сукупність зовнішніх і внутрішніх чинників, наявності яких можливе виникнення, розгортання та загострення конфліктної взаємодії. Зовнішні умови пов'язані з особливостями соціального середовища, обмеженням або фрустрацією значущих потреб і мотивів особистості, вимогами суспільства щодо регуляції поведінки. Внутрішні умови охоплюють індивідуально-психологічні характеристики суб'єкта – рівень конфліктності як відносно стійкої особистісної властивості, наявність внутрішньоособистісних суперечностей та сформовані стереотипи реагування. У сукупності ці чинники створюють підґрунтя для формування конфліктної ситуації та визначають специфіку її перебігу (Гарькавець & Волченко, 2020).

Причини конфлікту пов'язують із сукупністю різних обставин (об'єктивних і суб'єктивних), наявності або дія яких призводить до виникнення конфліктів (Ложкін & Пов'якель, 2006).

Важливою причиною конфліктів є неузгодженість рольових очікувань подружжя. Розбіжність між уявленнями партнерів щодо сімейних обов'язків і реальною поведінкою іншого провокує напруження та незадоволеність шлюбом.

Гармонійність стосунків залежить не від типу сімейної моделі, а від узгодженості цінностей, гнучкості рольового розподілу та готовності до конструктивного діалогу (Рішко, 2011; Хлопоніна, 2007). Рольові конфлікти виникають тоді, коли очікування одного з партнерів не збігаються з рольовою Я-концепцією іншого, що посилює суперечності між індивідуальними уявленнями, соціальними нормами та взаємними обов'язками (Горностай, 2007).

Причиною конфліктів може бути конфліктність як відносно стійка особистісна риса одного або обох партнерів. Конфліктна особистість схильна ініціювати або підтримувати суперечності навіть без об'єктивних підстав. У поведінці таких осіб можуть спостерігатися агресивні або маніпулятивні стратегії взаємодії. Маніпулятивна поведінка часто включає такі механізми: використання психологічного впливу вербального й невербального характеру, прагнення до односторонньої вигоди, латентність впливу та психологічний тиск із використанням слабкостей опонента (Гарковець & Волченко, 2020). Поєднання різних особистісних характеристик зумовлює формування типів конфліктогенних особистостей – агресивістів, скаржників, мовчунів, надмірно поступливих, песимістів, нерішучих і всезнайок (Пірен, 1997), що визначає індивідуальний стиль реагування у конфліктних ситуаціях.

Врегулювання конфлікту – це цілеспрямований управлінський вплив на конфліктну взаємодію, що передбачає зниження інтенсивності протиріч, обмеження деструктивних проявів протистояння та його переведення у контрольоване, мирне й конструктивне русло. Воно може включати організоване спонукання або примус однієї зі сторін до певних дій, що сприяють досягненню компромісу, однак такий результат нерідко має тимчасовий характер, оскільки глибинні причини суперечностей можуть залишатися неусуненими. Регулювання передбачає застосування непрямих методів, зокрема «вихід відчуттів», «позитивне ставлення до особистості іншого», втручання «авторитетного третього», «гола агресія», «примусове слухання опонента», обмін позиціями, розширення духовного горизонту тих, хто сперечається (Гарькавець & Волченко, 2020). Натомість врегулювання конфлікту спрямоване на зниження інтенсивності протиріч,

запобігання відкритим зіткненням і створення передумов для його подальшого конструктивного розв'язання (Берлач та ін., 2010).

У контексті подружньої взаємодії врегулювання конфліктів розглядають як процес організації взаємодії партнерів. Його спрямовано на зменшення емоційної напруги, нормалізацію комунікації, узгодження позицій і вироблення прийнятних правил взаємодії. Це сприяє стабілізації подружніх відносин і мінімізації їх деструктивних наслідків.

Умови врегулювання подружнього конфлікту – це сукупність соціальних, психологічних, ситуаційних чинників, за яких подружжя здатне ефективно й конструктивно взаємодіяти задля подолання суперечностей. Вони створюють сприятливе середовище для зниження напруги, відновлення емоційного балансу та пошуку прийнятних для обох партнерів рішень. Такі умови визначають, чи відбудеться конструктивне розв'язання конфлікту, чи ситуація, навпаки, загострюватиметься та відтворюватиме деструктивні моделі поведінки.

Проблематика попередження, керування та врегулювання конфліктів є предметом численних наукових досліджень. Керування конфліктом розглядають як свідому діяльність на всіх його етапах – від виникнення до завершення, що включає діагностику причин, прогнозування наслідків, профілактику ескалації, пом'якшення деструктивних проявів і власне врегулювання (Ложкін & Пов'якель, 2006). Розв'язання конфлікту передбачає глибинну трансформацію позицій сторін та зміну умов конфліктної взаємодії (Примуш, 2006).

Конфлікт розглядають як динамічний процес, що послідовно проходить низку стадій: передконфліктну, відкриту, фазу загострення (ескалації) та післяконфліктну. На передконфліктному етапі суперечності мають латентний характер і ще не усвідомлюються сторонами як відкрите протистояння. Відкрита фаза характеризується переходом до активної взаємодії, яка може набувати демонстративних або агресивних форм і поступово посилюватися під час ескалації. Батальна стадія є кульмінаційним моментом конфлікту, коли протистояння досягає максимальної інтенсивності. Після цього настає завершення конфлікту або його

трансформація, що передбачає зниження напруження, перегляд позицій сторін або перехід до нової форми взаємодії (Берлач та ін., 2010).

Розгляд стратегій поведінки у конфлікті вказує на те, що ефективність його врегулювання значною мірою залежить від того, наскільки партнери вміють свідомо вибирати та коригувати власні способи реагування.

Однією з найвідоміших моделей реагування особистості в конфлікті є концепція К. Томаса та Р. Кілмена, які виокремили п'ять стилів поведінки у конфлікті: уникнення, пристосування, компроміс, суперництво та співробітництво (Thomas & Kilmann, 1974). Жоден стиль не є універсально ефективним; їх доцільність залежить від конкретних обставин. Співробітництво вважають найбільш конструктивним для довготривалої взаємодії. Крім того, у практиці керування конфліктами виділяють стиль придушення конфлікту, який спрямований на збереження стосунків будь-якою ціною, навіть за умови власних втрат – такий підхід може бути виправданим, коли цінність міжособистісних зв'язків висока (Ложкін & Пов'якель, 2006). Подружжя часто поєднують різні стилі поведінки залежно від ситуації, що безпосередньо впливає на динаміку сімейного конфлікту (Ткачук & Іщенко, 2017; Шутяк, 2022).

Результати досліджень вказують на те, що негативні емоційні стани та активація психологічних захисних механізмів у стані фрустрації, сприяють вибору малоефективних стратегій поведінки (Savchenko et al., 2022). Водночас науковці відзначають взаємозв'язок між захисними психологічними механізмами та формами агресивної поведінки, що підкреслює їхню роль у виникненні деструктивних реакцій у міжособистісній взаємодії (Шевченко & Оганян, 2016).

Розуміння взаємозв'язку психічних процесів і комунікації дає змогу ефективніше впливати на перебіг конфлікту та своєчасно реагувати на його динаміку. Особливого значення набуває комунікативно-технологічний підхід, який акцентує розвиток навичок саморегуляції, емоційної грамотності та конструктивної взаємодії. Комунікативні технології врегулювання соціальних конфліктів поєднують науково обґрунтовані методи й практичні навички спілкування, адаптуючись до потреб конкретної ситуації (Петренко, 2020).

Прикладом технологізації у врегулюванні конфліктної взаємодії є модель ОРІД («об'єктивація», «рефлексія», «інтерпретація», «дія»), що забезпечує послідовне усвідомлення конфлікту та створення конструктивного комунікативного простору для його розв'язання (Петренко, 2018).

Врегулювання подружніх конфліктів значною мірою залежить від рівня конфліктологічної компетентності, що охоплює розуміння природи конфлікту, уміння прогнозувати його розвиток, регулювати емоційні стани та застосовувати ефективні стратегії взаємодії (Балахтар & Волошина, 2022). Згідно з дослідженнями, розвиток емоційного інтелекту та використання конструктивних стилів поведінки, зокрема співробітництва й компромісу, сприяють підвищенню задоволеності подружжя шлюбом. Водночас встановлено, що стратегія уникнення конфлікту має різний вплив залежно від статі: у чоловіків вона позитивно пов'язана із задоволеністю шлюбом, а у жінок – негативно (Бондаревська & Монська, 2014). Пари з високим рівнем емоційного інтелекту швидше й ефективніше врегульовують суперечності й зберігають стабільність взаємин. Натомість низький рівень емоційної компетентності зумовлює тривалі й ускладнені конфлікти, пов'язані з труднощами у вираженні почуттів і потреб (Вінс & Кобільник, 2022).

У випадках, коли внутрішніх ресурсів подружжя недостатньо для самостійного подолання кризових ситуацій, зростає потреба у професійній психологічній допомозі. Вона спрямована на активацію особистісних і міжособистісних ресурсів партнерів та залучення зовнішніх форм підтримки, зокрема консультування, психотерапії, медіації й психокорекційних програм. До найпоширеніших засобів допомоги належать психологічне консультування, індивідуальна та сімейна психотерапія, соціально-психологічні тренінги й групи підтримки (Бужинська & Губанова, 2020).

Аналіз комунікативних технологій врегулювання конфліктів, запропонований науковцем А. Гусевим (2020), визначає їх як комплекс теоретико-методологічних і практичних підходів, що охоплюють різні моделі роботи з конфліктними ситуаціями. До таких моделей належать теорія ескалації конфлікту та концепція «лікування конфлікту», технологія «кіл примирення»,

ненасильницьке спілкування, гарвардський метод переговорів, діалог та відновне правосуддя, а також медіація як ефективна комунікативна технологія (Гусєв, 2021), що передбачає організацію переговорного процесу за участю нейтрального посередника, у межах якого сторони самостійно виробляють взаємовигідне рішення та досягають зниження емоційної напруги й відновлення взаєморозуміння.

У ролі посередників можуть виступати як професійні медіатори, так і значущі для подружжя особи – родичі або близькі друзі, які сприяють налагодженню конструктивного діалогу (Котлова, 2013). Водночас медіацію нерідко застосовують уже на пізніх етапах кризового розвитку родини, зокрема після ухвалення рішення про розлучення. У такому разі її розглядають як один із останніх способів урегулювання конфлікту, що супроводжується значними психологічними наслідками для всіх членів сім'ї (Хараджи & Шаровара, 2022).

Особливе місце у системі допомоги посідають психокорекційні програми, що передбачають комплексний вплив на когнітивну, емоційно-особистісну та поведінкову сфери партнерів. Вони спрямовані на діагностику та подолання порушень у сімейній взаємодії, формування конструктивних моделей поведінки в кризових ситуаціях і вдосконалення комунікативних навичок. Такі програми також передбачають усунення деструктивних способів взаємодії, розвиток спільної відповідальності та підвищення адаптаційних можливостей подружжя. Їх зміст охоплює зменшення психологічної несумісності й трансформацію негативних сімейних сценаріїв, що сприяє стабілізації емоційного клімату й запобіганню деструктивним наслідкам конфліктів (Сингаївська & Лукаш, 2021).

У цьому контексті заслуговує на увагу підхід Н. Пезешкіана, який передбачає застосування п'ятиетапної програми самопомоги у розв'язанні сімейних конфліктів: спостереження за поведінкою партнера, визначення його позитивних і негативних рис, ситуативне схвалення, конструктивну вербалізацію проблем та розширення спільної діяльності. Також ефективними є спільне читання приповістей і казок, проведення регулярних сімейних зборів, що сприяє розвитку довіри та гармонізації стосунків (Терещенко, 2014).

Водночас поряд із врегулюванням уже наявних суперечностей важливого значення набуває їх профілактика. Попередження, розв'язання та врегулювання сімейних конфліктів розглядають як взаємопов'язані напрями керування сімейною взаємодією, що охоплюють як недопущення ескалації суперечок, так і подолання наявної напруженості. Серед основних напрямів профілактики виокремлюють формування психолого-педагогічної культури та знань про сімейні відносини, організацію сімейного життя на засадах рівноправності, розвиток традицій, взаємної відповідальності, довіри й поваги. Важливим є також виховання дітей з урахуванням їхніх індивідуально-психологічних особливостей і формування культури спілкування (Дуткевич, 2005). Результативність профілактики значною мірою залежить від активної позиції всіх членів родини, насамперед подружжя. До дієвих способів мінімізації конфліктності належать розвиток навичок ефективної комунікації, вміння аналізувати сімейні проблеми, регулювати негативні емоції та прогнозувати наслідки власної поведінки (Хоржевська & Рижкова, 2021).

За умови відкритого й усвідомленого врегулювання конфлікт виконує регулятивно-розвивальну функцію: сприяє оновленню взаємин, поглибленню взаєморозуміння, активізації рефлексії щодо власних потреб, очікувань і рольових позицій, підвищенню відповідальності партнерів та їх особистісному зростанню (Гарькавець & Полуектова, 2018). Як зазначає науковиця З. Сіверс (2012), ефективне розв'язання спільних завдань можливе лише за умови врахування потреб кожного учасника та досягнення ними власних цілей. Таким чином, профілактика конфліктів і формування культури їх конструктивного розв'язання є ключовою умовою гармонізації сімейних стосунків і розкриття їхнього розвивального потенціалу.

Отже, у даному підрозділі було розкрито сутність сімейного конфлікту та окреслено соціально-психологічні умови його врегулювання. Водночас суспільні трансформації сьогодення, зокрема воєнні події, істотно змінюють контекст функціонування сім'ї, актуалізуючи нові стресогенні фактори та поглиблюючи наявні суперечності, що обумовлює потребу в аналізі переживань подружжям

воєнних подій, розглядаючи їх як специфічний чинник виникнення та загострення сімейних конфліктів.

1.2. Переживання подружжям воєнних подій як причина сімейних конфліктів

Війна як масштабна психосоціальна криза, вчиняє свій руйнівний вплив на базові основи функціонування особистості і сім'ї. Як зауважує Т. Титаренко, війна є потужним джерелом тривалої та всеохопної психологічної травматизації, адже дестабілізує, а інколи й руйнує фундаментальні основи особистісного буття, спричиняючи глибокі зміни у життєвому світі людини (Титаренко, 2018).

Унаслідок цього психологічне здоров'я людини зазнає значного впливу, що проявляється у його деструктивних змінах на різних рівнях: соціально-психологічному – зниження взаємодії у співпраці та співпереживанні, довіри до світу; ціннісно-смисловому – тимчасове зниження пошуку життєвих перспектив і задоволення повсякденним життям; індивідуально-психологічному – порушення цілісності особистості, зміни ідентичності, адаптивності та потреби в самореалізації (Титаренко, 2019).

Український науковець М. Слюсаревський наголошує на соціальних ризиках посилення деструктивних явищ, спричинених поєднанням кількох кризових факторів – карантинних обмежень у період пандемії COVID-19 і травматичного досвіду війни. На його думку, така сукупність чинників знижує адаптаційний потенціал особистості й може негативно впливати на її ментальне здоров'я (Слюсаревський, 2022).

Результати досліджень також вказують, що російське вторгнення в Україну створює значні ризики для психічного здоров'я як на національному, так і на глобальному рівнях. Зокрема, українське населення перебуває під впливом комплексної травми, що формується через тривалі стресові чинники, як-от загроза життю, втрата близьких, руйнування соціальних зв'язків, вимушена міграція та постійний негативний медійний вплив (Слюсар, 2023). Поєднання цих факторів

підвищує ймовірність розвитку ПТСР, депресивних і тривожних розладів (Jawaid et al., 2022).

На думку науковця П. Горностая (2018), катастрофічні події спричиняють колективну травматизацію і малих, і великих соціальних груп, включно з націями. Така травма може мати міжпоколінний характер і передаватися наступним поколінням. Війна викликає тривалі психологічні ефекти, що впливають на ідентичність, соціальні взаємини та групову динаміку. Стратегії подолання колективної травми можуть бути конструктивними (зміцнення спільнот, ритуалізація) або деструктивними (агресивні наративи, психологія жертви), визначаючи напрям розвитку суспільства.

Переживання травми малими групами поєднується з травмами великих спільнот і впливає на соціально-психологічний клімат, що підкреслює ключову роль колективної травми в адаптації суспільства у воєнний період. У дослідженнях науковиці О. Кочубейник (2023) також зазначається, що воєнні події є соціально конструйованими надзвичайними ситуаціями, які порушують звичний порядок життя, трансформують соціальні й моральні регулятори поведінки, створюючи кризу взаємодії у спільноті.

Психологічне здоров'я комбатантів і волонтерів зазнає суттєвих негативних змін, оскільки бойові дії супроводжуються психотравматичними переживаннями, емоційним виснаженням, внутрішніми конфліктами та поведінковими трансформаціями (Лазоренко, 2022).

Науковець В. Панок (2023) підкреслює, що в умовах війни особливо загострюються внутрішньогрупові та внутрішньосімейні взаємини. У таких ситуаціях виявляються дві протилежні тенденції: з одного боку, посилюється згуртованість, підвищується взаємна підтримка та єдність, що зміцнює емоційні та соціальні зв'язки у сім'ї; з іншого – активізуються деструктивні процеси, знижується довіра, зростає конфліктність та напруженість у стосунках, а емоційне відчуження інколи призводить до дезорієнтації й втрати ціннісних орієнтирів у сім'ї. Воєнний конфлікт загострює сімейні суперечності, зокрема через різні політичні погляди, підвищений рівень стресу та зміну психологічної дистанції між

членами родини, що веде до емоційної напруги, погіршення комунікації та навіть розриву стосунків (Губеладзе, 2018; Hubeladze, 2016).

Як показують комплексні дослідження впливу війни на психічне здоров'я населення, воєнна агресія спричиняє багаторівневі порушення психічного функціонування особистості – від гострих стресових реакцій і тривожних розладів до поглиблення депресивної симптоматики та розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Тривалий воєнний стрес істотно впливає на психічне та фізичне здоров'я цивільного населення. До травмівних подій належать загроза життю, насильство, втрата близьких та примусове переміщення, що може спричинити розвиток посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії фізичних проблем, особливо у вразливих групах – дітей, жінок і біженців (Snoubar & Duman, 2015, 2016; Hamblen & Schnurr, n.d.).

За результатами дослідження науковиці Т. Пашко розкрито психологічні особливості самосвідомості мирного населення зони АТО, підкреслено вплив тривалого воєнного конфлікту на психіку, поведінку та життєві смисли людей. Авторка відзначає прояви посттравматичного стресового розладу (ПТСР), тривожності, агресивності та змін у соціальній адаптації та життєвих пріоритетах (Пашко, 2017). Як зазначають медичні фахівці, які здійснили комплексні дослідження впливу війни на психічне здоров'я населення, особливу увагу було приділено клініко-психопатологічним проявам, факторам ризику та механізмам психологічної дезадаптації в умовах тривалого стресу. Відзначається, що воєнна агресія зумовлює виникнення багаторівневих порушень психічного функціонування особистості – від гострих стресових реакцій та тривожних розладів до поглиблення депресивної симптоматики й розвитку посттравматичних стресових розладів. Науковці розкривають залежність між інтенсивністю травматичного досвіду, пов'язаного з втратою соціальних зв'язків, вимушеним переміщенням та невизначеності перспектив майбутнього і тяжкістю психічних розладів (Осуховська, та ін., 2022). Сучасні підходи до вивчення психологічного стресу наголошують на потребі його комплексного вимірювання, що враховує зовнішні стресові чинники та індивідуальні психофізіологічні реакції, зокрема

клініко-психопатологічні прояви, фактори ризику та механізми психологічної дезадаптації цивільного населення в умовах тривалого стресу (Юрьєва та ін., 2017; Crosswell & Lockwood, 2020).

Згідно з дослідженнями, внутрішньо переміщені особи (ВПО) мають вищий рівень психічного стресу порівняно з мешканцями регіонів, які не зазнали евакуації (Johnson et al., 2022). Серед ВПО – громадян України, які залишаються на території країни, та тих, хто отримав тимчасовий захист за кордоном, також поширені посттравматичні симптоми та психічні розлади (Коваленко та ін., 2021; Ben-Ezra et al., 2023). Результати міжрегіонального дослідження в Україні, Румунії та Молдові засвідчують, що воєнний контекст впливає на психологічний стан як безпосередньо (через близькість до зон бойових дій), так і опосередковано (через накопичення щоденних стресорів). Індивідуальні втрати та досвід небезпеки тільки посилюють цей вплив (Huțul et al., 2022).

Сучасні дослідники виокремлюють феномен щоденного воєнного стресу, який відрізняється від гострої реакції на загрозу тривалістю, повторюваністю та безперервним впливом на повсякденне функціонування людини. Як зазначає С. Бялонович, незначні, але регулярні стресові події – обмежений доступ до ресурсів, порушення звичного ритму життя, перебої з комунікацією та транспортом – формують кумулятивний ефект, що поступово виснажує адаптаційні можливості людини та негативно впливає на психічне здоров'я та соціальну активність населення (Бялонович, 2023; 2024).

У контексті тривалого воєнного стресу особливо вразливими є військовослужбовці, які перебувають у зонах бойових дій. Високий рівень психічного навантаження, зумовлений бойовим стресом, постійною загрозою життю та екстремальними умовами, підвищує ризик розвитку посттравматичного стресового розладу (Блінов, 2018; Кокун та ін., 2017). Наслідки цього стану не обмежуються індивідуальним рівнем функціонування військових, а мають ширший соціально-психологічний характер, поширюючись на їхнє найближче оточення, передусім сім'ю. Родини військовослужбовців доцільно розглядати як цілісну систему, в межах якої наслідки бойового досвіду набувають багаторівневого та

взаємопов'язаного характеру. Зокрема, тривалий вплив загрози життю, втрати побратимів і безпорадність формують посттравматичну симптоматику, що ускладнює подальшу сімейну взаємодію (Hogencamp & Figley, 1983). Ефективність подолання бойового стресу значною мірою визначається особистісними характеристиками військовослужбовця, зокрема рівнем самооцінки, відчуттям внутрішнього контролю, що обумовлює вибір адаптивних стратегій поведінки в екстремальних умовах (Осьодло, 2013).

Водночас участь у бойових діях може мати різноспрямовані психологічні наслідки: поряд із негативними проявами дезадаптації та конфліктності можливе зростання стресостійкості й поглиблення самопізнання. Однак після повернення до мирного життя адаптивні в умовах війни моделі поведінки нерідко стають джерелом міжособистісних труднощів (Юрьєва та ін., 2017).

Повернення зі служби військовослужбовця супроводжується суттєвими змінами сімейних ролей, емоційною напругою та потребою реінтеграції. Нерозв'язані переживання на різних етапах служби можуть знижувати стійкість сім'ї та провокувати конфлікти (Охорона психічного здоров'я в умовах війни, 2017). Тривала відсутність одного з подружжя, підвищена відповідальність за життєві функції родини та постійне очікування небезпеки створюють комплекс психосоціальних стресорів для членів сім'ї, які залишаються вдома (Prakash et al., 2011). Науковці зазначають, що подружні конфлікти у родинах військовослужбовців під час війни зумовлені поєднанням хронічного стресу, емоційної нестабільності та рольового перевантаження, що виникає через тривалу розлуку та потребу виконувати одного з подружжя функції обох (Усік & Кайдалова, 2025).

Окремої уваги заслуговують трансгенераційні наслідки військової травматизації (Нестайко, 2021). Згідно з емпіричними даними, бойовий досвід ветеранів може опосередковано впливати на психологічний стан їхніх дітей через особливості батьківсько-дитячої взаємодії. Так, встановлено підвищений рівень поведінкових порушень у дітей військових, які брали участь бойових діях (Rosenheck & Fontana, 2005). Це вказує на багаторівневий характер впливу воєнної

травми на сімейну систему, який виходить за межі індивідуального досвіду та охоплює міжпоколіннєві зв'язки. У цьому контексті особливо актуальним є питання соціально-психологічної підтримки родин військовослужбовців. Родина виступає не лише середовищем прояву наслідків травми, а й важливим ресурсом відновлення та стабілізації психоемоційного стану як самих військових, так і їхніх близьких. За словами Н. Дідик, системна соціально-психологічна підтримка членів родин військовослужбовців значно впливає на морально-психологічний стан під час виконання завдань у зоні бойових дій, сприяючи підвищенню психологічної стійкості та ефективності діяльності (Дідик, 2018).

У дослідженні науковиці І. Шинкаренко окреслено найпоширеніші тенденції у функціонуванні українських сімей у воєнний період, які проявляються у послабленні захисної функції сім'ї (матеріальної та психологічної), порушенні адаптивних механізмів родини під впливом кризових явищ, ускладненості відносин між батьками та дітьми, труднощах планування майбутнього, а також впливі негативних і травматичних чинників на психічне здоров'я членів родини (Шинкаренко, 2022; Ясточкіна, 2024).

Сім'я для українців є основою духовних цінностей і збереження родинних традицій. Під час російсько-української війни родини зазнають розлуки, втрати близьких і вимушеної міграції, що посилює потребу в емоційній підтримці та взаємодопомозі. Науковиця О. Кляпець розглядає сім'ю як систему, що перебуває в рівновазі, але під впливом змін соціальної ситуації або переживання травматичних подій може втрачати стабільність і входити у стан кризи. Переживання травматичних подій одним із членів сім'ї впливає на всю сімейну систему та може призводити до зростання напруженості, конфліктності, емоційної дистанції й зниження відчуття благополуччя. Визначаються стадії розвитку сімейної кризи – від поверхневої, що проявляється незадоволенням і дрібними конфліктами, до глибокої, коли виникають відчай, безнадійність і втрата сенсу сімейного життя. Важливим є також аналіз різних типів ставлення до кризи, серед яких саме продуктивне ставлення сприяє конструктивному подоланню труднощів. Центральним поняттям є терапевтичний потенціал сім'ї, що включає особистісні

ресурси її членів і здатність сім'ї до кооперації та взаємної підтримки. Завдяки емоційній стабілізації, психологічній підтримці та створенню безпечного сімейного простору сім'я розглядається як важливий ресурс подолання наслідків травматичних подій і відновлення психологічного благополуччя (Кляпець, 2016).

Водночас спостерігається зростання кількості шлюбів серед військовослужбовців, медичних працівників і волонтерів (Громова, 2024b), тоді як статистичні дані вказують на значні зміни у динаміці шлюбів і розлучень під час повномасштабної війни в Україні (2022-2025 рр.), що відображає вплив соціально-економічної нестабільності та психологічного напруження на сімейні відносини. Так, у 2022 році було зареєстровано 222 890 шлюбів та 17 893 розлучення через органи РАЦС. У 2023 році кількість шлюбів зменшилася до 186 051, а розлучення зросли до 24 108. У 2024 році кількість шлюбів знизилася майже до 150 210, тоді як число розлучень продовжувало зростати. У першому півріччі 2025 року зафіксовано 38 671 судове розлучення (Opendatabot, 2023, 2024, 2025).

Ці тенденції можна розглядати як соціально-демографічний індикатор зростання напруженості у подружніх взаєминах в умовах тривалої воєнної кризи. Поряд зі зниженням кількості шлюбів і зростанням розлучень спостерігається також посилення насильницьких форм взаємодії у сім'ї. Зростання рівня домашнього насильства доцільно розглядати як соціально-психологічний індикатор поглиблення кризових явищ у сімейних взаєминах в умовах війни (В Україні різко зросла кількість випадків домашнього насильства, 2024).

В умовах тривалої війни сімейні кризи в українських родинах загострюються та ускладнюються, що проявляється у зростанні тривоги, страху, конфліктності та послабленні емоційної підтримки й згуртованості сім'ї (Столярчук та ін., 2025). Такі кризи мають багатовимірний характер і зумовлені поєднанням зовнішніх чинників (загроза безпеці, міграційні процеси, соціально-економічна нестабільність) і внутрішніх (емоційне виснаження, зниження довіри, перевантаження, вікові кризи членів родини).

Воєнні події суттєво трансформують життєві умови сім'ї, спричиняють емоційне перенавантаження та підвищують додаткові ризики виникнення

конфліктів (Ващенко, 2024a, 2024b, 2024c, 2024d). Чинники подружніх конфліктів доцільно класифікувати за чотирма основними групами: фізіологічні, соціально-економічні, індивідуально-психологічні та соціально-психологічні (рис. 1.2.1).

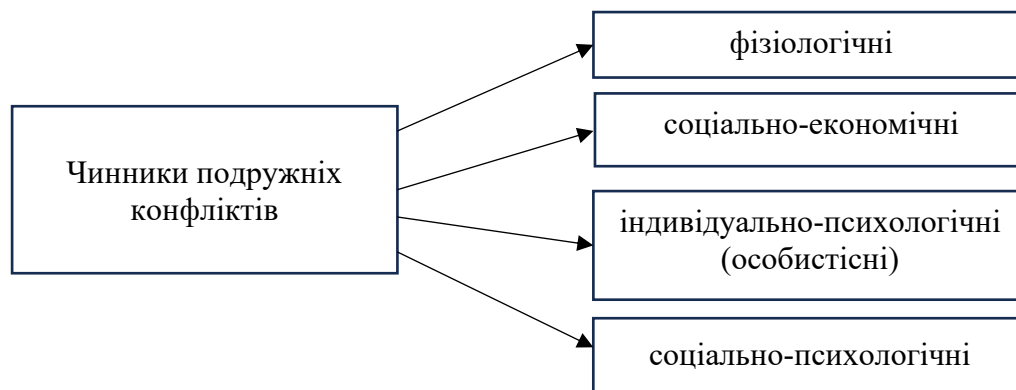


Рис. 1.2.1. Групи чинників подружніх конфліктів

Фізіологічні чинники конфліктів у подружніх стосунках формуються під впливом тривалих стресових ситуацій і небезпечних зовнішніх умов, які негативно позначаються на соматичному й психічному стані особистості. Хронічний стрес загрожує життю та безпеці, спричиняє стійке відчуття напруженості, фізичне виснаження та емоційне вигорання, знижує адаптаційні можливості організму й підвищує дратівливість у міжособистісній взаємодії. Одним із ключових фізіологічних чинників є порушення сну, спричинене зовнішніми обставинами (повітряні тривоги, обстріли, інші надзвичайні події), які перешкоджають повноцінному відпочинку та відновленню. Додатково спостерігаються психосоматичні прояви стресу та перевантаження організму – головний біль, шлунково-кишкові розлади, підвищена стомлюваність, м'язове напруження, які знижують якість повсякденного функціонування людини (Свиридюк & Меліченко, 2023). Фізичні травми, отримані внаслідок воєнних дій, також істотно ускладнюють розподіл ролей і обов'язків у сім'ї, підсилюючи напруження у стосунках.

Війна впливає й на інтимну сферу подружнього життя, що проявляється у зниженні рівня емоційної близькості, сексуального потягу та задоволеності інтимними стосунками (Нагорняк, 2025; Письменний, 2024). Дослідження

вказують на тісний зв'язок між посттравматичними стресовими розладами (ПТСР) та порушеннями подружніх взаємин, зокрема інтимних, що проявляється у підвищенні конфліктності, емоційної відчуженості, а також психологічної й фізичної агресії між партнерами (Taft et al., 2011). Труднощі в сексуальній сфері часто пов'язані з рівнем комунікації, емоційної підтримки, взаєморозуміння, довіри та узгодженістю очікувань партнерів.

До соціально-економічних чинників подружніх конфліктів належать зниження рівня заробітної плати, втрата роботи або стабільного доходу, що порушує звичний спосіб життя родини та підвищує напруженість у взаємодії партнерів (Дитяча бідність: вплив війни на стан домогосподарств з дітьми, 2023). Додатковим джерелом конфліктів виступають розбіжності у поглядах на керування фінансами та розподіл матеріальних ресурсів. Ситуацію ускладнює потреба піклування про хворих родичів або літніх батьків, що вимагає значних фізичних, емоційних і часових ресурсів.

Окремим чинником є роз'єднаність родини через вимушену міграцію, яка змінює структуру сімейних ролей, знижує рівень підтримки та посилює почуття самотності, призводячи до трансформації та перерозподілу сімейних ролей, зниження емоційної близькості у стосунках і зростання напруження у взаємодії (Венгер, 2015; Головніва, 2006; Слюсар, 2023). Такі зміни нерідко супроводжуються порушенням звичних моделей комунікації та потребують адаптації до нових соціальних і побутових умов.

У цьому контексті важливим є дослідження науковців, присвячене вивченню комунікативних проблем подружжя, яке належить до категорії внутрішньо переміщених осіб під час війни в Україні. Автори аналізують внутрішньоособистісні та зовнішні чинники, що впливають на ефективність сімейної комунікації, зокрема психологічна несумісність партнерів, рольові протиріччя між ними, стрес, пов'язаний із вимушеним переселенням, та соціальні умови життя. Результати дослідження вказують на те, що війна та внутрішня міграція погіршують взаєморозуміння подружжя, підвищують ризик конфліктів і знижують задоволеність стосунками. Водночас підкреслюється роль адаптаційних

стратегій та екзистенційної наповненості життя у підтриманні психологічної стійкості й ефективної комунікації між подружжям (Сингаївська & Осауленко, 2021).

До індивідуально-психологічних чинників подружніх конфліктів належать труднощі адаптації до різких життєвих змін, зокрема тривожність, депресивні стани, дратівливість, агресивні прояви та конфліктність як особистісна риса. Підвищена тривожність характеризується постійним очікуванням небезпеки та схильністю до катастрофізації подій. Вона може бути проявом посттравматичного стресового розладу (ПТСР), який характеризується гіперпильністю, внутрішньою напруженістю, очікуванням небезпеки та труднощами емоційної регуляції. Високі показники тривожності, зафіксовані під час тестування, можуть вказувати на наявність посттравматичних симптомів або ризик формування посттравматичного стресового розладу (ПТСР) за умови пережитого травматичного досвіду. Депресивні стани супроводжуються зниженням настрою, втратою інтересу до спільної діяльності, емоційною відстороненістю та зниженням ініціативності. Дослідження демонструють високий рівень поширеності психічних розладів, зокрема депресивної симптоматики, серед дорослого населення, яке пережило воєнні події. Це вказує на довготривалий і масштабний характер психічних наслідків збройних конфліктів навіть після завершення активної фази бойових дій (Norren & Morina, 2019). Такий стан знижує здатність до емпатії та конструктивного розв'язання проблем, сприяє накопиченню невисловлених образ і поглиблює дистанцію між партнерами.

Дратівливість і агресивність як реакції на психічне перевантаження та хронічний стрес можуть проявлятися у різких висловлюваннях, підвищеному тоні спілкування, вербальній чи пасивно-агресивній поведінці. Окремим чинником є конфліктність як стійка особистісна риса одного з партнерів, що проявляється у схильності до суперечок, домінування, ригідності позицій, небажанні йти на компроміс або у прагненні доводити власну правоту за будь-яку ціну.

Соціально-психологічні чинники подружніх конфліктів охоплюють невизначеність майбутнього та різне бачення перспектив розвитку сім'ї,

непорозуміння й ускладнену комунікацію між партнерами. Негативно впливають неефективні форми взаємодії, як-от систематична критика, звинувачення та неповага. Підсилюють тривожність і напруження в стосунках також і шкідливий інформаційний фон – надмірне споживання новин, вплив медіа тощо. Окремо слід виділити поведінку, що підвищує конфліктність: ухвалення одноосібних рішень, надмірна упертість, нездатність досягати компромісу в стосунках. Додатковими чинниками є ціннісні та світоглядні розбіжності щодо подій війни, різне ставлення до питань безпеки (Ващенко, 2024d).

Таким чином, у воєнний період подружні конфлікти набувають системного характеру через підвищений вплив зовнішніх і внутрішніх кризових чинників. До них належать тривалий стрес, пов'язаний із загрозою життя та здоров'я; економічна нестабільність і обмеженість ресурсів; розлука подружжя, внутрішнє переміщення або вимушена еміграція; травматичні переживання, що провокують посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), тривогу та депресивні стани; а також зміна традиційних ролей у сім'ї та порушення звичних моделей взаємодії.

Окрім звичних для мирного часу причин конфліктів, у воєнний період з'являються специфічні зовнішні стресори: постійна тривога за безпеку членів сім'ї, мобілізація одного з партнерів, економічна нестабільність та зміни соціального оточення. Ці чинники підсилюють емоційне напруження й спричиняють підвищену конфліктність через невизначеність майбутнього та обмеження ресурсів, що часто призводить до загострення подружніх конфліктів.

У мирний час подружжя здебільшого конфліктує через внутрішні, особистісні та побутові чинники. Натомість під час війни основними каталізаторами конфліктів стають зовнішні чинники та екстремальні обставини, які загострюють наявні суперечності й створюють нові передумови напруженості.

В умовах повномасштабної війни українські сім'ї зазнають загострення криз, що проявляється у збільшенні подружніх та батьківсько-дитячих конфліктів, послабленні емоційної підтримки, довірливого спілкування та згуртованості сім'ї, а також у зростанні негативних емоційних переживань, насамперед тривоги та страху. Встановлено, що кризи мають багатовимірний характер і визначаються

зовнішніми чинниками війни (порушенням безпеки, мобілізацією, міграційними процесами) та внутрішніми (зокрема, емоційним виснаженням та психологічним навантаженням) (Столярчук та ін., 2025).

Означені вище чинники формують специфічний контекст подружніх конфліктів у воєнний період, що відрізняє їх від конфліктів мирного часу. Відзначимо основні відмінності сімейних конфліктів під час війни:

- 1). Контекстуальна зумовленість конфліктів. На відміну від мирного часу, сімейні конфлікти в умовах війни обумовлюються не лише внутрішньосімейними чинниками і зовнішніми чинниками, характерними для мирного життя, а й специфічними зовнішніми чинниками, що виникають під час війни (загроза життю, вимушене переміщення, економічна нестабільність, інформаційний тиск).
- 2). Зміщення структури причин конфліктів. Якщо у мирний час домінують побутові, рольові та ціннісні суперечності, то в умовах війни провідними стають такі, як-от невизначеність майбутнього; страх мобілізації або втрати близьких; роз'єднаність сім'ї або життя на відстані; фінансові труднощі.
- 3). Зростання ролі зовнішніх факторів у внутрішньосімейній взаємодії. Конфлікти часто є «вторинною реакцією» на зовнішній стрес, а не результатом безпосередніх міжособистісних суперечностей.
- 4). Підвищений рівень психоемоційного напруження. Конфлікти супроводжуються значно вищим рівнем тривожності, страху, депресивних переживань і емоційного виснаження, що знижує здатність до саморегуляції та конструктивного діалогу.
- 5). Порушення комунікації між подружжям. Спостерігається зниження якості емоційної взаємодії: менша відкритість, труднощі у вираженні почуттів, зростання імпульсивності та агресивності у спілкуванні.
- 6). Домінування неконструктивних стратегій поведінки при врегулюванні конфліктів. В умовах хронічного стресу частіше використовуються уникання, примус, психологічні захисні механізми, що ускладнює врегулювання конфліктів.
- 7). Зниження ресурсності особистості. Виснаження психологічних ресурсів (резильєнтності, стресостійкості, емоційного інтелекту) обмежує здатність до конструктивного вирішення конфліктів.
- 8). Амбівалентний вплив війни на подружні взаємини. Війна може як посилювати

конфліктність, так і сприяти згуртуванню пари, актуалізуючи підтримку, взаємодопомогу та переоцінку цінностей. 9). Зміна часової динаміки конфліктів (тривалість – ситуативність). Конфлікти можуть мати більш тривалий, хронічний характер через постійний вплив стресогенних факторів, або навпаки – набувати імпульсивного, ситуативного характеру. 10). Специфіка врегулювання подружніх конфліктів. В умовах війни зростає потреба не лише в оволодінні комунікативних навичок, а й у психологічній підтримці, що сприятиме стабілізації емоційного стану та відновленні ресурсів особистості.

Специфіка сімейних (подружніх) конфліктів в умовах воєнного часу полягає у їхній вираженій контекстуальній зумовленості екстремальними соціально-психологічними чинниками, що суттєво трансформують їх природу, структуру причин і перебіг. На відміну від конфліктів мирного часу, вони значною мірою зумовлюються зовнішніми причинами – військовою загрозою, невизначеністю майбутнього, соціально-економічною нестабільністю, вимушеною роз'єднаністю сім'ї, інтенсивним інформаційним впливом. Це зумовлює підвищення рівня психоемоційного напруження, актуалізацію тривожності, депресивних переживань, емоційного виснаження, агресивності, а також зниження здатності до емоційної саморегуляції та конструктивної комунікації між партнерами.

Водночас встановлено, що сімейні конфлікти в умовах війни мають амбівалентний характер: поряд із посиленням деструктивних тенденцій (ескалація конфліктності, домінування неконструктивних стратегій взаємодії, зниження рівня емоційної підтримки) спостерігається і потенціал до консолідації подружжя, що проявляється у зростанні взаємної підтримки, згуртованості та переосмисленні ціннісно-сміслових орієнтирів. Таким чином, воєнний контекст виступає не лише фактором ризику, але й чинником, що актуалізує внутрішні ресурси подружжя, визначаючи специфіку перебігу та можливості врегулювання сімейних конфліктів.

Водночас дослідники наголошують на виникненні соціально-психологічної адаптації як окремих осіб, так і різних груп і спільнот до наслідків воєнного конфлікту (Васютинський, 2018; Коробка, 2015; Коробка та ін., 2019; Титаренко, 2023). У подружніх стосунках можна простежити перехід від загострення

конфліктів і психологічного виснаження до пошуку нових способів взаємодії, що сприяє подоланню сімейної кризи та формуванню здатності до адаптації. Така динаміка узгоджується з висновками М. Слюсаревського (2025), який, аналізуючи процеси символічної свідомості в українському суспільстві під час війни, зазначає, що початкові реакції редукції та дезорганізації поступово змінюються явищами регенерації та розширеного відтворення.

За цих умов особливо актуальним стає використання цифрових застосунків у сфері ментального здоров'я як інструменту підтримки подружжя, оскільки вони можуть виступати специфічним соціально-психологічним ресурсом для регуляції емоційного стану та поліпшення взаємодії партнерів (Старовойтенко та ін., 2025). Використання цифрових застосунків у сфері ментального здоров'я дає змогу не лише формувати навички конструктивної комунікації, знижувати рівень тривожності й конфліктності, підтримувати емоційну стабільність та підвищувати здатність до взаємної підтримки, але й створює умови для розвитку стресостійкості та підвищення психологічної гнучкості подружжя. Завдяки інтерактивним програмам, психоедукаційним матеріалам і можливості дистанційної взаємодії з фахівцями, цифрові технології сприяють своєчасному отриманню рекомендацій, самоконтролю емоційних реакцій та формуванню безпечного простору для обміну досвідом. У цьому контексті вони розглядаються як важливий інструмент адаптації сім'ї до кризових умов, що забезпечує не лише збереження психологічного благополуччя та зміцнення сімейних відносин, а й підтримує соціальну активність, інтеграцію в нові соціальні середовища та підвищує загальний рівень життєстійкості сімейної системи.

Отже, воєнні події виступають потужним макросоціальним чинником, що зумовлює багаторівневу травматизацію – індивідуальну, сімейну та суспільну. Психологічні наслідки війни проявляються у тривожних і депресивних розладах, симптомах посттравматичного стресового розладу, гіперпильності, агресивності та емоційній нестабільності, що суттєво ускладнює міжособистісну взаємодію подружжя. З огляду на це, сім'я як системне утворення зазнає структурних трансформацій, зокрема порушення рольового балансу, комунікативних патернів і

механізмів взаємної підтримки. Воєнні події інтегруються в систему детермінації подружніх конфліктів, посилюючи як об'єктивні (економічні, міграційні), так і суб'єктивні (особистісні, емоційні) причини конфліктності. Переживання воєнних подій подружжям постає комплексним чинником дестабілізації сімейних взаємин і потребує розроблення концептуальної моделі врегулювання сімейних конфліктів в умовах тривалого стресу.

1.3. Модель врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій

У цьому підрозділі розглянуто модель врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій. Для її розроблення здійснено звернення до сучасних теоретичних підходів у психології стресу, емоційного інтелекту та комунікації, що дають змогу комплексно пояснити механізми виникнення конфліктів і чинники їх врегулювання.

Першою теоретичною моделлю є транзакційна модель стресу Р. Лазаурса та С. Фолкмана (Lazarus & Folkman, 1984). Згідно з цією моделлю, стрес не є властивістю події або виключно реакцією організму, а формується як результат динамічної взаємодії між особистістю та середовищем. Центральним механізмом виступає когнітивна оцінка ситуації, що здійснюється у два етапи: первинна оцінка (primary appraisal) – визначення значущості події для благополуччя особистості (як загрози, втрати або виклику); і вторинна – аналіз наявних ресурсів і можливостей подолання. Інтенсивність стресової реакції визначається співвідношенням вимог ситуації та суб'єктивно сприйнятих ресурсів. Подолання стресу (coping) розглядається як когнітивні та поведінкові зусилля, спрямовані на керування вимогами, що перевищують ресурси особистості. Воно поділяється на два базові типи: проблемно-орієнтований coping – спрямований на зміну ситуації; та емоційно-орієнтований coping – на регуляцію емоційного стану.

У подружніх стосунках партнери можуть по-різному оцінювати воєнні події, сприймаючи їх як загрозу безпеці сім'ї, її стабільності або майбутньому. Різниця у

первинних та вторинних оцінках веде до підвищення емоційної напруги та ескалації конфліктів, що проявляється у конфронтаційних або дистанційованих формах взаємодії.

Для пояснення психологічних ресурсів, які стабілізують подружні стосунки в умовах стресу, застосовано модель емоційного інтелекту Р. Бар-Она (Bar-On, 1997; Носенко & Четверик-Бурчак, 2016). У межах цієї моделі виокремлюють п'ять інтегральних сфер: внутрішньоособистісну, міжособистісну, керування стресом, адаптивність і загальний настрій. У контексті подружніх конфліктів, спричинених воєнними подіями, емоційний інтелект виступає ключовим ресурсом стабілізації. Внутрішньоособистісна сфера забезпечує усвідомлення власних емоцій і саморегуляцію; міжособистісна – розвиток емпатії та розуміння партнера; керування стресом – контроль емоційних реакцій та подолання тривоги; адаптивність – гнучке реагування на зміну обставин; загальний настрій – підтримка позитивного ставлення та буферна функція щодо хронічного стресу. Разом ці ресурси сприяють створенню безпечного комунікативного простору, підтриманню емоційної близькості та конструктивній взаємодії подружжя.

У межах теоретичного аналізу ми звернулися до праці О. Максимовича (2020), який розглядає основні теоретичні моделі комунікації та їх застосування до міжособистісної взаємодії.

Модель комунікації Г. Лассуела (Lasswell, 1948) належить до структурних підходів пояснення комунікативного процесу. Дослідник запропонував лінійну формулу аналізу комунікації, що відображається через послідовність запитань: «Хто? Що повідомляє? Яким каналом? Кому? З яким ефектом?». У контексті подружніх стосунків в умовах воєнних подій модель Г. Лассуела може бути застосована для структурованого аналізу сімейної взаємодії. Зокрема, модель дає змогу дослідити, як індивідуально-психологічні характеристики партнерів впливають на зміст повідомлень, вибрані способи комунікації та їхній психологічний ефект. Водночас лінійний характер моделі обмежує можливість урахування взаємності й динамічності подружньої взаємодії та спричиняє потребу застосування більш системних підходів.

Такою альтернативою стала циркуляційна модель У. Шрамма та Ч. Осгуда (Schramm, 1971), у якій комунікація розглядається як безперервний циклічний процес. На відміну від лінійного підходу, кожен учасник одночасно виконує роль відправника й отримувача повідомлення. Центральними процесами є кодування, декодування та інтерпретація смислів, що підкреслює психологічну природу взаєморозуміння. Застосування цієї моделі для аналізу подружньої взаємодії в умовах війни дає змогу пояснити, яким чином емоційне напруження, тривожність або травматичний досвід можуть змінювати процес інтерпретації повідомлень і спричиняти ескалацію конфлікту. Водночас модель акцентує увагу на значенні рефлексії та взаємної відповідальності партнерів за формування смислів у процесі спілкування.

Наступною є «Стенфордська модель комунікації» (SMCR) Д. Берло, яка використовується для аналізу процесів передавання та сприйняття інформації у міжособистісній взаємодії. Автор запропонував концепцію, яка деталізує процес передавання повідомлення через такі основні складові: джерело, повідомлення, канал та отримувач (Berlo's, 1960). Повідомлення в подружній взаємодії охоплює не лише вербальний зміст, а й невербальні компоненти – інтонацію, міміку, жести, паузи. У кризових умовах зміст повідомлень часто пов'язаний із питаннями безпеки, втрат, матеріальної нестабільності або невизначеності майбутнього, що підвищує емоційну насиченість комунікації.

Канал комунікації у моделі Д. Берло трактується як сукупність органів чуття (слух, зір, дотик тощо), через які передається інформація. У подружніх стосунках воєнного періоду до цього додається специфіка дистанційної взаємодії (телефонний зв'язок, відеозв'язок, текстові повідомлення), що може обмежувати повноту сприйняття емоційних сигналів і створювати додаткові труднощі у взаєморозумінні. Отримувачем у подружній комунікації є партнер, здатний інтерпретувати повідомлення відповідно до власного досвіду, знань, емоційного стану та культурних уявлень. Д. Берло підкреслював, що сприйняття залежить від готовності «почути» співрозмовника.

Ще однією моделлю, що становить науковий інтерес для розгляду проблематики врегулювання сімейних конфліктів в умовах воєнних подій, є модель М. Де Флера (De Fleur, 2018). Вона переосмислює лінійну модель Шенона-Уївера, враховуючи концепцію зворотного зв'язку та ідеї циркуляційної моделі Вестлі-Маклейна. У цьому підході комунікація розглядається як двосторонній циклічний процес, що відбувається під впливом соціального середовища. Ключове значення в моделі М. Де Флера має поняття «шуму» – чинників, які можуть виникати на будь-якому етапі комунікативного процесу та спотворювати передавання й сприйняття інформації. Автор підкреслює, що такі перешкоди не випадкові: вони зумовлені як внутрішніми станами учасників взаємодії, так і зовнішніми соціальними умовами.

У контексті подружніх конфліктів, спричинених воєнними подіями, «шумами» можуть виступати підвищена тривожність, психологічне виснаження, травматичний досвід, соціальна нестабільність та ін. Вони ускладнюють процеси кодування та декодування повідомлень, знижують якість зворотного зв'язку й підвищують ризик виникнення непорозумінь між партнерами. Водночас врахування ролі зворотного зв'язку дає змогу коригувати комунікативні порушення й поступово відновлювати конструктивний діалог.

На основі проведеного теоретичного аналізу було розроблено авторську концептуальну модель врегулювання сімейних конфліктів у контексті переживань подружжям воєнних подій (рис. 1.3.1).

У представленій моделі подружній конфлікт розглядається як результат впливу на стосунки взаємопов'язаних зовнішніх і внутрішніх чинників. До зовнішніх належать соціально-економічні чинники: втрата роботи, фінансова нестабільність, зміна соціального статусу. До внутрішніх – фізіологічні (виснаження, порушення сну, соматичні реакції на стрес), індивідуально-психологічні (підвищений рівень тривожності, емоційна нестабільність, зниження адаптаційних ресурсів) та соціально-психологічні (порушення взаєморозуміння, зниження довіри, утруднення щодо спільного ухвалення рішень).

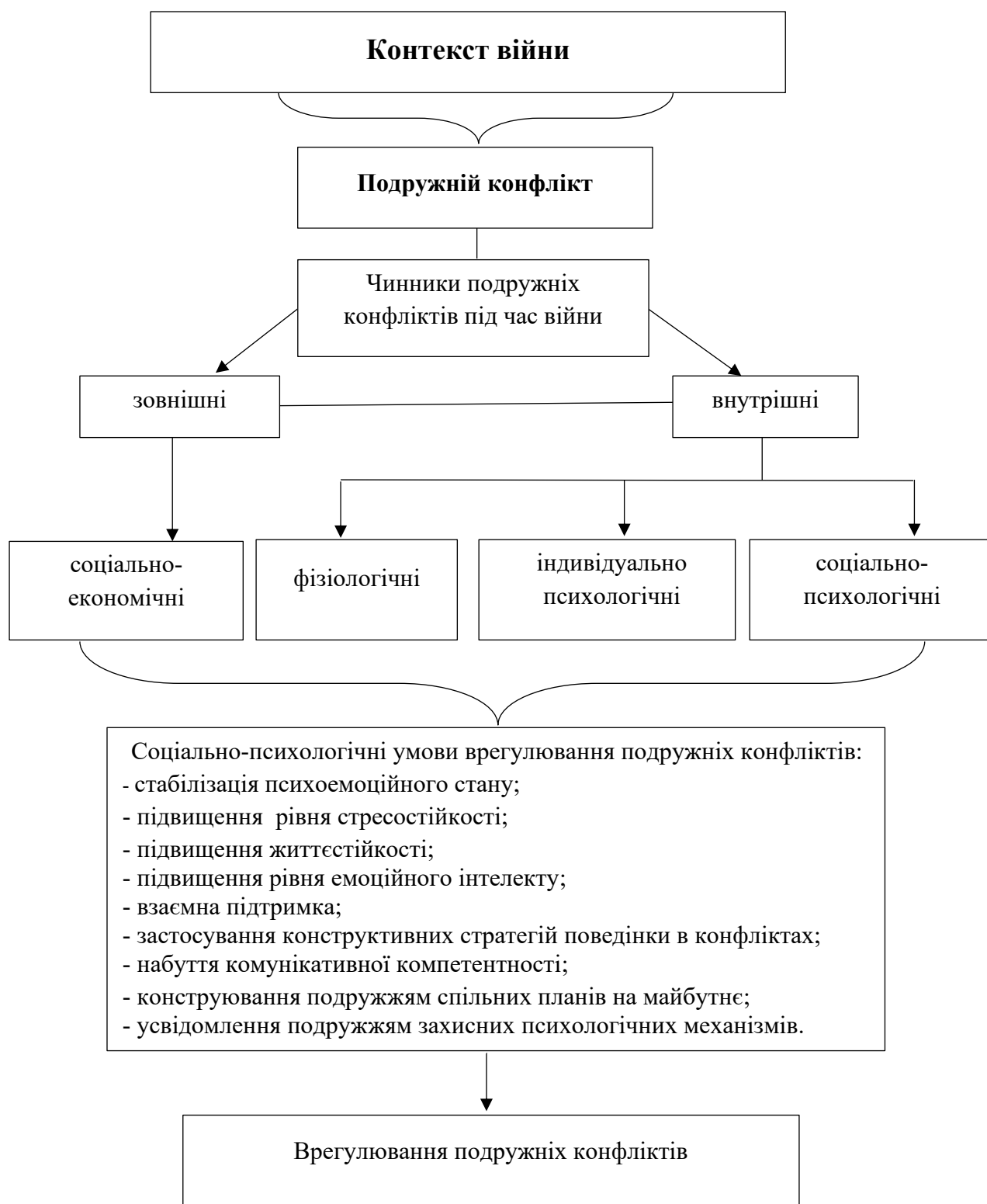


Рис. 1.3.1. Модель врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних з переживанням подружжям воєнних подій

Ключовим елементом розробленої моделі визначено соціально-психологічні умови врегулювання подружніх конфліктів, що забезпечують перехід від

деструктивних форм взаємодії до конструктивного вирішення суперечностей між подружжям, а саме:

- стабілізація психоемоційного стану – зниження рівня тривожності, депресії, агресії та психічного виснаження, які виникають під впливом тривалого стресу;
- підвищення рівня стресостійкості – здатність подружжя зберігати емоційну рівновагу, адекватно реагувати на складні життєві обставини та підтримувати конструктивну взаємодію навіть у кризових ситуаціях;
- особистісне зростання – розвиток самосвідомості, рефлексивності та відповідальності за власні дії, що підвищує здатність подружжя до конструктивного вирішення конфліктів;
- конструювання спільного майбутнього – формування спільної життєвої перспективи подружжя, узгодження цілей, планів і очікувань партнерів, а також вироблення цілісного бачення майбутнього, що сприяє зміцненню подружніх стосунків;
- підвищення рівня емпатії – усвідомлення свого емоційного стану і емоційного стану партнера, здатність до співпереживання, що веде до зниження рівня напруженості у взаєминах, підтриманню емоційної близькості;
- набуття комунікативної компетентності – розвиток навичок ефективного спілкування, зокрема активного слухання, чіткої вербалізації власних почуттів і позицій, а також адекватного реагування на висловлювання партнера, що підвищує якість взаємодії, сприяє конструктивному обміну інформацією, знижує ризик виникнення непорозумінь у подружніх стосунках;
- готовність до компромісу – здатність партнерів враховувати різні позиції, цінності та погляди, шукати баланс між власними інтересами та інтересами іншого, що сприяє досягненню взаємоприйнятних рішень без ескалації конфлікту;
- взаємна підтримка – надання партнерами емоційної, моральної, та фізичної допомоги, а також підтримання інтимної близькості, що сприяє

зміцненню партнерських стосунків, підвищенню психологічної стійкості подружжя та забезпечує стабільність і гармонію у взаєминах;

– усвідомлення подружжям захисних психологічних механізмів – переведення несвідомих реакцій психологічного захисту в свідому площину, що дає змогу партнерам зрозуміти причини своїх емоцій, дій, конфліктної поведінки.

Реалізація зазначених соціально-психологічних умов врегулювання подружніх конфліктів сприятиме зниженню деструктивної взаємодії у сім'ї та підвищенню психологічної стійкості подружжя в умовах війни, а створення атмосфери довіри – сприятиме формуванню психологічно безпечного простору взаємодії, що характеризується відкритістю, прийняттям, впевненістю у надійності партнера і забезпечує підтримання емоційної близькості та спільності життєвих смислів подружжя.

Висновки до розділу 1

У результаті здійсненого теоретичного аналізу уточнено зміст поняття «конфлікт» як складного соціально-психологічного феномену, що виникає внаслідок суперечностей між інтересами, потребами, цінностями та цілями суб'єктів взаємодії. Обґрунтовано, що у соціально-психологічному вимірі конфлікт постає як динамічний процес міжособистісної взаємодії, який включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти і характеризується особливою структурою, стадійністю розвитку та закономірностями перебігу. На основі узагальнення наукових підходів конкретизовано сутність сімейного конфлікту як різновиду міжособистісного конфлікту, що виникає у системі подружніх взаємин унаслідок неузгодженості потреб, цінностей, рольових очікувань і моделей поведінки подружжя. Встановлено, що специфіка сімейних конфліктів зумовлена високим рівнем емоційної залученості учасників, тривалістю взаємодії та значним впливом на психологічний добробут родини.

Теоретично обґрунтовано, що специфіка сімейних конфліктів визначається

взаємодією передумов, умов та безпосередніх причин конфліктної взаємодії. Передумови формують потенційну конфліктність системи сімейних стосунків, умови визначають контекст її актуалізації, тоді як причини виступають безпосередніми чинниками виникнення конфліктної ситуації.

З'ясовано, що виникнення подружніх конфліктів зумовлюється комплексом соціально-психологічних чинників, як-от індивідуально-психологічні особливості партнерів, рівень розвитку комунікативної компетентності суб'єктів взаємодії, неузгодженість рольових очікувань, дефіцит емоційної підтримки, порушення конструктивної взаємодії, а також вплив соціально-економічних умов функціонування сім'ї під час війни. Встановлено, що воєнні події виступають значущим макросоціальним чинником трансформації сімейних взаємин, який зумовлює підвищення рівня психоемоційного напруження, порушення звичного способу життя сім'ї та зниження адаптаційних можливостей її членів. З'ясовано, що вплив воєнного контексту на сімейну взаємодію має амбівалентний характер: з одного боку, він може призводити до зростання конфліктності, емоційної дезадаптації та рольових перевантажень, а з іншого – сприяти мобілізації внутрішніх ресурсів родини, посиленню згуртованості та взаємної підтримки.

Узагальнення наукових підходів до проблеми врегулювання сімейних конфліктів дало змогу встановити, що ефективність подолання сімейних суперечностей значною мірою залежить від сформованості комунікативної та конфліктологічної компетентності подружжя, здатності до емоційної саморегуляції, розвитку емпатії та використання конструктивних стратегій поведінки – співробітництва, компромісу. Встановлено, що важливим ресурсом подолання конфліктів у сім'ї є використання психолого-консультативних і психокорекційних технологій, серед яких особливе значення мають психологічне консультування, медіація та соціально-психологічні тренінги, спрямовані на формування оптимальних моделей взаємодії подружжя.

На основі здійсненого теоретичного аналізу розроблено концептуальну модель врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій. Ключовим елементом розробленої моделі виступають

соціально-психологічні умови врегулювання подружніх конфліктів, які забезпечують перехід від деструктивних форм взаємодії до конструктивного вирішення суперечностей між подружжям, як-от стабілізація психоемоційного стану особистості, підвищення рівня стресостійкості та життєстійкості, розвиток емоційного інтелекту, формування комунікативної компетентності, взаємна підтримка, усвідомлення захисних механізмів, використання конструктивних стратегій поведінки у конфлікті, а також орієнтація подружжя на спільні життєві цілі та перспективи. Запропонована модель створює методологічне підґрунтя для подальшого емпіричного вивчення соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів.

Основні положення цього розділу викладені у публікаціях автора:

Ващенко, О. С. (2024). Соціально-психологічні чинники подружніх конфліктів в умовах війни. *Вісник післядипломної освіти: зб. наук. праць. Серія «Соціальні та поведінкові науки; Управління та адміністрування»*, 28(57), 27–43. [https://doi.org/10.58442/2522-9931-2024-28\(57\)-27-43](https://doi.org/10.58442/2522-9931-2024-28(57)-27-43)

Ващенко, О. С. (2024). Війна і шлюб: причини конфліктів між подружжям. У *Збірнику матеріалів IV Міжнар. наук.-практ. конф. з нагоди відзначення Міжнародного дня прав людини, 5 груд. 2024* (с. 49). Київ: ДНДІ МВС України. https://docs.google.com/document/d/1XxMmDhdtEL7BMvsflbqjA7Lz8Yww7jum/edit?usp=drive_link&ouid=111220562100258165838&rtpof=true&sd=true

Ващенко, О. С. (2024). Конфлікти між подружжям під час війни: соціально-психологічний аспект. У Г. М. Бевз, Л. Г. Бобрової, Г. Б. Бондаренко, В. І. Юрченко (Ред.), *Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності: зб. наук. праць наук.-практ. конф., 10–11 квіт. 2024* (с. 17–19). Київ: Ін-т соц. та політ. психології НАПН України, Ін-т мистецтвознав., фольклорист. та етнол. ім. М. Т. Рильського НАН України. https://www.psyh.kiev.ua/images/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D1%82%D0%B5%D0%B7.%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84.10-11.04.24.pdf

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ УМОВ ВРЕГУЛЮВАННЯ СПРИЧИНЕНИХ ВОЄННИМИ ПОДІЯМИ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ

2.1. Організаційно-методичні засади емпіричного дослідження соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів

У цьому розділі представлено зміст та етапи емпіричного дослідження, яке зосереджено на вивченні соціально-психологічних умов врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій.

У межах дисертаційного дослідження використано інтегрований особистісно-орієнтований підхід до аналізу сімейних конфліктів, який поєднує особистісно-діагностичний підхід до вивчення конфліктності особистості (за Г. Ложкіним, Н. Пов'якель) та особистісно-діалогічний суб'єктний підхід до аналізу і врегулювання конфліктної взаємодії (за О. Кочаряном). Така методологічна інтеграція зумовила добір психодіагностичних методик, спрямованих на багатовимірне вивчення конфліктності, емоційного стану, ресурсів психологічної стійкості та стратегій поведінки особистості у конфліктних ситуаціях.

З позицій особистісно-діагностичного підходу конфліктність розглядається як відносно стійка характеристика особистості, що визначає схильність до конфліктної взаємодії у сімейних стосунках. Відповідно до цього було використано методику діагностики рівня конфліктності особистості Г. Ложкіна та Н. Пов'якель, яка дає змогу кількісно оцінити загальний рівень конфліктності та виявити індивідуальні відмінності у конфліктній поведінці.

Поведінковий вимір конфліктності конкретизується за допомогою опитувальника щодо поведінки особистості в конфліктній ситуації О. Кочаряна, який відповідає особистісно-діалогічному суб'єктному підходу та дає змогу

дослідити переважні стратегії взаємодії у конфлікті як результат суб'єктного вибору та смислового осмислення ситуації.

Згідно з уніфікованим підходом, емоційні стани виступають важливими предикторами ескалації або конструктивного врегулювання сімейних конфліктів. З цією метою застосовано шкалу тривожності А. Бека та шкалу депресії А. Бека, які забезпечують оцінювання рівня емоційної напруженості, внутрішнього дистресу та негативних афективних переживань, що впливають на сприйняття конфліктної ситуації та вибір поведінкових стратегій.

У межах соціально-психологічного аналізу конфліктів агресивність розглядається як чинник деструктивного перебігу сімейної взаємодії. Для її оцінювання використано опитувальник агресивності А. Басса-М. Перрі, що дає змогу диференціювати різні форми агресивних проявів, пов'язаних із конфліктною поведінкою.

Рівень суб'єктивного переживання стресу досліджувався за допомогою шкали сприйнятого стресу PSS-10 Ш. Коена, Т. Камарка та Р. Мермельштейна, яка дає змогу оцінити інтенсивність стресового навантаження як контекстуального чинника сімейних конфліктів.

Відповідно до ресурсного виміру уніфікованого підходу, врегулювання сімейних конфліктів пов'язується зі здатністю особистості зберігати психологічну рівновагу та адаптуватися до складних життєвих обставин. З цією метою використано шкалу резильєнтності К. Коннора та Дж. Девідсона, яка дає змогу оцінити рівень психологічної витривалості та відновлювального потенціалу особистості.

Додатково застосовано тест на визначення стійкості до стресу С. Максименка, Л. Карамушки, Т. Зайчикової, що забезпечує аналіз індивідуальних відмінностей у реагуванні на стресові ситуації.

Здатність до усвідомлення та регуляції емоцій, що є ключовим механізмом діалогічної взаємодії, оцінювалася за допомогою опитувальника емоційного інтелекту Н. Холла. Його використання узгоджується з особистісно-діалогічним

підходом О. Кочаряна, оскільки дає змогу проаналізувати роль емоційної компетентності у конструктивному врегулюванні сімейних конфліктів.

Стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях додатково досліджувалися за допомогою методики «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттена та К. Камерона, яка дає змогу виявити типові моделі реагування та рівень орієнтації особистості на співпрацю, компроміс або протистояння.

У межах дослідження було реалізовано принцип методичної триангуляції, який передбачає інтеграцію кількох взаємодоповнювальних методів збору емпіричної інформації. Такий підхід забезпечує більш об'єктивне та глибоке вивчення досліджуваного явища. Використання комплексу методик зумовлене необхідністю підвищення надійності та валідності результатів, оскільки узгодженість показників, отриманих за допомогою різних інструментів, підвищує точність вимірювань і якість зроблених на їх основі висновків (Mertens & Hesse-Biber, 2012).

Виходячи з зазначених методологічних засад, емпіричне дослідження було сплановане таким чином, щоб забезпечити комплексне вивчення соціально-психологічних умов врегулювання сімейних конфліктів, спричинених воєнними подіями. Для цього дослідження було організовано поетапно, що дало змогу системно реалізувати збір, обробку та аналіз емпіричних даних.

Етапи емпіричного дослідження: підготовчий, основний, формувальний та заключний.

I. Підготовчий етап емпіричного дослідження, до якого віднесено:

- створення опитувальника «Вивчення подружніх конфліктів в умовах війни»;
- добір психодіагностичного інструментарію.

Пілотажне дослідження як етап не було виокремлено, оскільки завдяки застосуванню авторського опитувальника, було отримано результати, які дали змогу, з урахуванням специфіки досліджуваної теми, підібрати валідний та надійний психодіагностичний інструментарій і, таким чином, одразу перейти до основного етапу дослідження.

II. Основний етап емпіричного дослідження. У ході дослідження основний етап було розподілено на два підетапи:

- на першому підетапі здійснювався збір даних за допомогою авторського опитувальника «Вивчення подружніх конфліктів в умовах війни» (N=118);
- на другому підетапі застосовано спеціально підібрані методики для вирішення завдань емпіричного дослідження (N=74);

До того ж проведено статистичну обробку та аналіз одержаних даних, що дало змогу розробити тренінгову програму з урахуванням отриманих результатів. Для математичної обробки емпіричних даних застосовано методи описової та інферентної статистики, зокрема: розрахунок описових статистик (середніх значень, стандартних відхилень), кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена, факторний аналіз (метод варімакс-обертання та нормалізацією Кайзера), кластерний аналіз (метод k-середніх) – для групування спостережень у кластери за схожістю ознак. Статистична обробка здійснювалася за допомогою програмних пакетів IBM SPSS Statistics (версія 27) та Microsoft Excel.

III. Формувальний етап емпіричного дослідження (N=54). У ході якого здійснено:

- утворення основної та контрольної груп;
- розробку та апробацію тренінгової програми врегулювання сімейних (подружніх) конфліктів;
- проведення психодіагностичного дослідження в основній та контрольній групах (перший зріз);
- проведення тренінгово-розвивальної роботи в основній групі;
- повторне психодіагностичне дослідження в основній та контрольній групах (другий зріз);

IV. Заклучний етап дослідження, що включав:

- інтерпретацію отриманих результатів;
- розробку методичних рекомендацій щодо впровадження тренінгової програми врегулювання подружніх конфліктів в умовах воєнних подій.

– математичну обробку результатів, що передбачала аналіз емпіричних даних із застосуванням методів математичної статистики, зокрема Н-критерія Краскела–Уолліса, U-критерія Манна–Уїтні, Т-критерія Вілкоксона (Navarro, 2016).

Загальна вибірка на всіх етапах дослідження становила 246 респондентів:

– на першому підетапі основного етапу – 118 осіб, серед яких 30 чоловіків (25,4%) та 88 жінок (74,6%) віком від 18 до 69 років, що перебувають у подружніх стосунках. До вибірки увійшли волонтери-лікарі українсько-ізраїльської благодійної організації «ФРІДА», члени релігійної громади Київської Церкви Христа, а також респонденти, які надали згоду на участь у дослідженні через соціальну «мережу Facebook». Опитування проводилося в онлайн-форматі у період з травня по липень 2024 року;

– на другому підетапі основного емпіричного дослідження вибірка становила 74 особи, з яких 16 чоловіків (21,6%) та 58 жінок (78,4%), віком від 26 до 60 років, які перебувають у подружніх стосунках. Дослідження проводилося у період з жовтня 2024 року до січня 2025 року;

– на формувальному етапі дослідження вибірка складала 54 респонденти, які були розподілені на дві групи: основна група – 26 осіб (7 чоловіків та 19 жінок); контрольна група – 28 осіб (7 чоловіків та 21 жінка). Даний етап дослідження проводився у період з січня до квітня 2025 року.

Зазначимо, що на сьогодні спостерігається брак психодіагностичних інструментів, розроблених з урахуванням впливу воєнних подій на життя родин, які дають змогу комплексно оцінити емоційні, комунікативні та поведінкові реакції подружжя, а також вивчити соціально-психологічні умови врегулювання сімейних конфліктів. З огляду на обмежену кількість валідних та адаптованих методик, що дають змогу досліджувати специфіку подружніх конфліктів в умовах воєнного часу, було розроблено авторський опитувальник «Вивчення подружніх конфліктів в умовах війни» (Ващенко, 2024b).

Метою створення опитувальника було виявлення впливу воєнних подій на динаміку подружніх конфліктів, визначення потреби у взаємній підтримці та розкриття соціально-психологічних умов врегулювання сімейних конфліктів.

Опитувальник складається з 27 пунктів, частина з яких має закриту, частина – відкриту форми (див. Додаток А). Це дає змогу не лише кількісно проаналізувати дані, а й виявити якісні особливості подружніх взаємин в умовах війни. Питання розподілені на кілька тематичних блоків:

- соціально-демографічні характеристики (пункти 1–8): передбачають збір інформації про стать, вік, освіту, тривалість шлюбу, місце проживання респондентів;

- вплив воєнних подій на сім'ю та шлюбні стосунки (9–13 пункти), питання спрямовані на з'ясування змін у подружніх стосунках до та після початку війни;

- рівень конфліктності у подружжі (14–16 пункти) – виявляють наявність конфліктів, їх інтенсивність, причини та зв'язок із внутрішніми і зовнішніми обставинами (наявність дітей, стрес, роз'єднаність сім'ї тощо);

- психоемоційна підтримка і комунікація (17–22 пункти) – аналізується потреба у підтримці, зміни у стилі спілкування, частоті обговорення почуттів, проблем та спільних планів на життя;

- умови врегулювання конфліктів та особистісні риси респондентів, які розкривають конфліктність у взаємодії (23–26 пункти) – визначаються стратегії вирішення конфліктів, їх врегулювання, а також суб'єктивні уявлення респондентів про конфліктність як особистісну рису;

- готовність до участі у подальшій роботі над гармонізацією подружніх стосунків (27 пункт) – оцінюється бажання респондентів взяти участь у тренінгу, спрямованого на врегулювання подружніх конфліктів та стабілізацію психоемоційного стану учасників тренінгово-розвивальної роботи.

Опитувальник містить як кількісні запитання (із варіантами відповідей або шкалою оцінювання), так і якісні (відкриті) запитання.

За результатами опитування визначено, що воєнні події трансформують психологічний стан особистості та міжособистісну взаємодію в сімейному середовищі, що впливає на зміну рівня конфліктності між подружжям. Серед психологічних чинників, які сприяють загостренню подружніх конфліктів в умовах війни, було зазначено такі: підвищений рівень тривожності, емоційне виснаження,

депресивні стани, апатія, невизначеність щодо майбутнього, зниження життєстійкості, зниження рівня емоційної підтримки, зростання агресивності, не вміння керувати емоціями та використання деструктивних захисних механізмів. Ці психологічні зміни призводять до підвищення імпульсивності у спілкуванні, неконструктивних стратегій поведінки в конфлікті та зниження здатності до ефективного діалогу між подружжям. Відсутність належної емоційної підтримки, яка раніше сприяла стабільності та життєстійкості у сімейних стосунках, посилює відчуття самотності й ізоляції, що стає додатковим джерелом міжособистісної напруги та конфліктності (рис. 2.1.1). Основні результати, отримані за допомогою авторського опитувальника, подано нижче.



Рис. 2.1.1. Психологічні чинники конфліктів подружжя

Таким чином, зазначені вище чинники подружніх конфліктів вказують на те, що вплив воєнних подій не лише трансформує внутрішній психологічний стан особистості, а й безпосередньо модифікує структуру та динаміку взаємин подружжя.

З метою емпіричного дослідження соціально-психологічних умов

врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів у наступному підрозділі дисертації обґрунтовується доцільність добору низки психодіагностичних методик, які дають змогу комплексно вивчити індивідуально-психологічні особливості особистості та її поведінку у подружніх конфліктах в умовах війни.

2.2. Показники, індикатори та інструментарій емпіричного дослідження

У межах емпіричного дослідження було застосовано стандартизовані та валідні психодіагностичні методики, спрямовані на виявлення ключових індикаторів конфліктної взаємодії в подружніх стосунках.

Зокрема, використовувалися такі інструменти: авторський опитувальник щодо впливу війни на подружні стосунки (Ващенко, 2024b), методика діагностики рівня конфліктності Г. Ложкіна, Н. Пов'якель (Ложкін & Пов'якель 2006); методика визначення рівня конфліктності особистості «Опитувальник щодо поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна (Федоренко, 2022); шкала тривожності А. Бека (Beck et al., 1988); шкала депресії А. Бека (Агаєв та ін., 2016); шкала резильєнтності К. Коннора, Дж. Девідсона (Кокун, & Мельничук, 2023; Кокун, 2022); опитувальник агресивності А. Басса-М. Перрі (Пророк, 2018); шкала сприйнятого стресу PSS-10 Ш. Коена, Т. Камарка, Р. Мермельштейна (Вельдбрехт & Тавровецька, 2022); опитувальник емоційного інтелекту Н. Холла (Кокун та ін., 2023); методика «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттен, К. Камерона (Горленко та ін., 2021; Whetten & Cameron, 2023); тест на визначення стійкості до стресу С. Максименко, Л. Карамушки, Т. Зайчикової (Карамушка та ін., 2023); модель подолання стресу BASICPh (Lahad & Lakin, 2015; Гершанов, n.d.).

Отже, критеріальну базу емпіричного дослідження представлено системою взаємопов'язаних критеріїв: особистісно-конфліктологічного (рівень конфліктності та схильність до конфліктної взаємодії), емоційного (тривожність, депресивність, інтенсивність негативних переживань), афективно-деструктивного

(рівень і форми агресивності), поведінкового (стратегії поведінки у конфлікті, конструктивність взаємодії), стресово-адаптаційного (рівень сприйнятого стресу, стресостійкість) та ресурсно-регулятивного (резильєнтність, емоційний інтелект і здатність до саморегуляції), які операціоналізовані через відповідні показники та валідні психодіагностичні методики, що забезпечило комплексне вивчення особистісних, емоційних, поведінкових і ресурсних аспектів сімейних конфліктів в умовах воєнного контексту.

Подальший виклад присвячено опису застосованих психодіагностичних методик та процедур інтерпретації отриманих результатів.

Методика діагностики рівня конфліктності особистості Г. Ложкіна, Н. Пов'якель (Ложкін & Пов'якель, 2006) спрямована на виявлення загального рівня конфліктності індивіда та дає змогу оцінити схильність до конфліктної поведінки у міжособистісних стосунках.

Опитувальник містить 14 запитань, кожне з яких має три варіанти відповідей (а, б, в). Кожна відповідь оцінюється за трибальною шкалою (табл. 2.2.1).

Таблиця 2.2.1

Оцінка відповідей респондентів

№ питання	бали для відповідей	№ питання	бали для відповідей	№ питання	бали для відповідей
1	а)1,б)2,в)3	6	а)2,б)3,в)1	11	а)2,б)1,в)3
2	а)3,б)2,в)1	7	а)3,б)2,в)1	12	а)3,б)2,в)1
3	а)1,б)3,в)2	8	а)3,б)2,в)1	13	а)2,б)1,в)3
4	а)3,б)2,в)1	9	а)2,б)1,в)3	14	а)1,б)2,в)3
5	а)3,б)2,в)1	10	а)3,б)1,в)2		

Підрахунок результатів здійснювався за допомогою таблиці «Рівень особистісної конфліктності», в якій зазначена сумарна кількість набраних балів відповідає рівню особистісної конфліктності (табл. 2.2.2).

Таблиця 2.2.2

Рівень особистісної конфліктності (за Г. Ложкіним, Н. Пов'якель)

Сума балів	Рівні особистісної конфліктності
14 – 17	1 – дуже низький
18 – 20	2 – низький
21 – 23	3 – нижче середнього
24 – 26	4 – трохи нижче середнього
27 – 29	5 – середній
30 – 32	6 – трохи вище середнього
33 – 35	7 – вище середнього
36 – 38	8 – високий
39 – 42	9 – дуже високий

Розподіл результатів вибірки показав, що більш доцільно розглядати три рівні конфліктності: «низький», «середній», «високий», замість дев'яти представлених авторами, тому дев'ять груп було поєднано у три, що дало змогу визначити більш змістовно полярні характеристики досліджуваних груп, сума балів і рівні особистісної конфліктності представлено в таблиці 2.2.3.

Таблиця 2.2.3

Три рівня особистісної конфліктності

Сума балів	Рівень особистісної конфліктності
14 – 23	низький
24 – 32	середній
33 – 42	високий

До того ж нами було застосовано опитувальник «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» (О. Кочаряна) (Федоренко, 2007), який включає низку шкал, спрямованих на виявлення психологічних чинників конфліктності подружжя.

Зокрема, шкала «Неконструктивні установки на шлюб» (НУ) дає змогу виявити установки, що ведуть до дезінтеграції сімейної системи та ускладнюють процес реконструкції подружніх стосунків. Шкала «Депресії» (Д) відображає три

основні типи депресивних станів: класичну депресію, що характеризується загальмованістю, зниженням інтелектуальної активності; астенічну, що проявляється у відчутті слабкості, втоми, млявості; апатичну депресію, що супроводжується емоційним відстороненням і байдужістю. За допомогою шкали «Протективні механізми» (ПМ) діагностуються індивідуально-захисні патерни поведінки особистості, зокрема – витіснення, заперечення труднощів, регресія, реактивне утворення. Ці механізми вказують на неусвідомлення особистістю психотравмуючої інформації. Шкала «Дефензивні механізми» (ДМ) відображає інші форми психологічного захисту, що включають викривлене сприйняття травмуючих подій через механізми раціоналізації, інтелектуалізації, ізоляції тощо. Шкала «Агресії» (А) дає змогу оцінити рівень як прямої фізичної, так і опосередкованої агресії особистості. Шкала «Соматизації тривоги» (СТ) визначає психосоматичні прояви тривожності, зокрема головний біль, біль у ділянці серця чи шлунку, а також загальне зниження самопочуття. Шкала «Фіксація на психотравмі» (Ф) спрямована на діагностику тенденції до «застрягання» особистості на психотравмуючих переживаннях.

Діагностична процедура за даною методикою полягала в тому, що досліджуваним пропонувалося надати відповіді на 89 пунктів опитувальника. Для цього було застосовано опитування, де кожне твердження оцінювалось за допомогою варіантів відповіді: «так» – у разі згоди, або «ні» – у разі незгоди з запропонованим твердженням.

За кількістю набраних балів визначається ступінь вираженості показників, спрямованих на виявлення особистісних і психологічних чинників конфліктності. Після цього «сірі» бали переводилися у стени (табл. 2.2.4).

Таблиця 2.2.4

Переведення сирих балів у стени

Бал	Т – бали						
	НУ	Д	ПМ	ДМ	А	СТ	Ф
0	20	20	23	31	30	34	29

Бал	Т – бали						
	НУ	Д	ПМ	ДМ	А	СТ	Ф
1	31	24	27	36	33	40	35
2	36	29	31	41	37	45	41
3	41	33	36	46	40	50	47
4	47	37	40	51	44	55	53
5	52	42	45	59	47	60	59
6	58	46	49	61	51	66	65
7	63	50	54	66	54	71	71
8	68	55	58	70	58	76	77
9	74	59	62	75	61		
10	79	64	67	80	65		
11	84	68	71	85	68		
12	90	72	76	90	72		
13			80		75		
14					79		

Переведення «сирих» балів у стени дає змогу інтерпретувати отримані результати, розподіляючи досліджуваних на три групи залежно від суми набраних балів за кожною шкалою: менше ніж 30 стенив – низькі показники; 30–70 стенив – середні; понад 70 – високі показники. Зазначимо, що ми не розглядали показники «середні з тенденцією до низьких» та «середні з тенденцією до високих», що дало змогу більш змістовно дослідити полярні характеристики особистості.

У дослідженні було застосовано шкалу тривоги Бека – один із валідних психодіагностичних інструментів для вимірювання рівня тривожності. Оригінальна назва методики – Beck Anxiety Inventory (BAI). Наукові дослідження підтверджують її високу надійність, яка виявляється у значній кореляції з показниками вираженості та інтенсивності тривожних розладів (Beck et al., 1988).

Методика включає 21 твердження, більшість з яких базуються на діагностичних критеріях панічних розладів згідно з класифікацією DSM-III-R. Респонденти оцінюють, наскільки їх турбують зазначені в методиці симптоми за

чотирибальною шкалою, де: 0 – «симптом зовсім не турбує»; 1 – «злегка турбує»; 2 – «середньо турбує»; 3 – «дуже турбує».

Твердження розкривають як фізіологічні прояви тривоги, так і когнітивні компоненти. Інтерпретація результатів: 0–7 балів – мінімальний рівень тривоги; 8–15 – помірний; 16–25 – середній; 30–63 – високий рівень тривоги.

Окрім того, нами було застосовано шкалу депресії Бека (Beck Depression Inventory, BDI). Дана шкала є одним із найвідоміших та найнадійніших інструментів психодіагностики депресивних станів. Вона дає змогу оцінити вираженість депресивної симптоматики в осіб різного віку. Методика містить 21 запитання, кожне з яких має чотири варіанти відповіді, що відповідають різним рівням інтенсивності симптомів. Оцінювання базується на суб'єктивному сприйнятті респондентом свого емоційного стану. Шкала охоплює когнітивні, афективні, соматичні та поведінкові прояви депресії. Респонденти оцінюють, наскільки їх турбують зазначені симптоми за чотирибальною шкалою, де: «а» – 0 балів; «б» – 1 бал; «в» – 2 бали; «г» – 3 бали. Ступінь депресії визначається кількістю балів: 0–4 бали – депресія відсутня; 5–7 балів – легкий ступінь депресії; 8–15 балів – середній ступінь депресії; 16 і більше балів – високий рівень депресії. Завдяки високій чутливості до вимірювання та специфічності, BDI широко використовується в клінічній психології, психіатрії та наукових дослідженнях, зокрема для: первинного скринінгу депресивних розладів; оцінки динаміки психоемоційного стану; вивчення ефективності психологічних інтервенцій (Агаєв та ін., 2016).

Для оцінки рівня психологічної стійкості (резильєнтності) було використано скорочений варіант шкали резильєнтності Коннора-Девідсона-10 (Кокун & Мельничук, 2020). CD-RISC-10 є короткою формою повної 25-пунктної шкали і включає 10 інформативних тверджень, що найбільш надійно відображають рівень резильєнтності особистості. Відповіді респондентів оцінюються за п'ятибальною шкалою Лайкерта від «повністю невірно» – «0» балів до «вірно майже у всіх випадках» – «4» бали. Результатом є загальний кількісний показник резильєнтності, що визначається за сумою балів усіх тверджень. Чим вищий

показник, тим вищий рівень психологічної стійкості особистості. Для інтерпретації індивідуальних результатів використано нормативні діапазони, встановлені за результатами Всеукраїнського опитування «Твоя життєстійкість в умовах війни» (Коkun, 2022).

Для вимірювання рівня агресії використовувався «Опитувальник рівня агресивності» А. Басса-М. Перрі, поданий у посібнику «Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи» (2018). Методика має трифакторну структуру, що дає змогу оцінити агресивність за трьома основними шкалами: «фізична агресія», «гнів» і «ворожість», які формують інтегральний показник агресивності. Відповіді респондентів оцінюються за п'ятибальною шкалою Лайкерта, а саме: «згодний» – 1 бал, «швидше не згодний» – 2 бали, «не можу визначити» – 3 бали, «швидше згодний» – 4 бали, «згодний» – 5 балів. Всі пункти інтерпретуються у прямих значеннях (табл. 2.2.5).

Таблиця 2.2.5

Нормативні значення рівня агресивності чоловіків та жінок

Шкала	Чоловіки М	Чоловіки Σ	Жінки М	Жінки Σ
Фізична агресія	26,49	6,22	21,53	6,49
Гнів	20,29	5,67	22,62	5,66
Ворожість	22,08	5,21	22,81	5,66
Загальний показник	68,85	13,15	66,97	13,44

Адаптованість трифакторної моделі узгоджується з теоретичними положеннями концепції агресії, запропонованої А. Бассом та М. Перрі, відповідно до якої агресія складається з трьох компонентів: когнітивний компонент – «ворожість», пов'язаний із суб'єктивним переживанням несправедливості, обмеження можливостей та незадоволення потреб; афективний компонент – «гнів», включає фізіологічне збудження та підготовку до агресивних дій; інструментальний компонент – «фізична агресія», виражається у схильності до застосування сили у міжособистісній взаємодії. Результати були підтверджені

кореляцією між самозвітом про агресивність та фактичними проявами агресивно-наси́льницької поведінки, що вказує на високий рівень валідності методики.

Для дослідження рівня сприйнятого стресу застосовано шкалу сприйнятого стресу (Perceived Stress Scale, PSS-10), яка була розроблена американськими вченими Ш. Коеном, Т. Камарком та Р. Мермельштейном (Cohen et al., 1983; Вельдбрехт & Тавровецька, 2022) для оцінки сприйняття індивідом стресогенності різних життєвих ситуацій. Шкала PSS-10 вимірює рівень суб'єктивного сприйняття стресу за останній місяць життя особистості, включаючи його непередбачуваність, неконтрольованість та перевантаженість, що оцінюються самим респондентом. Інструкцією опитувальника передбачається оцінка респондентом відчуття переживання стресу протягом останнього місяця. При цьому використовуються такі оцінки ситуації як «ніколи», «майже ніколи», «іноді», «досить часто», «дуже часто». Опитувальник складається з 10 запитань. Інтерпретація результатів відбувається на основі сирих балів (табл. 2.2.6). Бали варіюються від 0 до 40. Чим вищі бали – тим вищий рівень сприйманого стресу.

Таблиця 2.2.6

Оцінка вираженості сприйнятого стресу (на основі «сирих» балів)

Кількість балів	Рівень сприйнятого стресу	Ознака
0 – 13	Низький	Слабо сприйнятий стрес
14 – 26	Помірний	Помірно сприйнятий стрес
27 – 40	Високий	Сильно сприйнятий стрес

Для дослідження рівня емоційного інтелекту використано методику вивчення рівня емоційного інтелекту Н. Холла. Методика спрямована на оцінку здатності особистості розпізнавати емоційні відносини, інтегровані в соціальну взаємодію, а також керувати власною емоційною сферою в процесі ухвалення рішень. Методика складається з 30 тверджень і включає п'ять основних шкал: шкала 1 – «Емоційна обізнаність»; шкала 2 – «Управління своїми емоціями»; шкала 3 – «Самотивація»; шкала 4 – «Емпатія»; шкала 5 – «Розпізнавання емоцій інших людей». За шкалами вираховується сума балів з урахуванням знаку відповіді («+» або «-»). Чим більшою є сума балів зі знаком «+», тим більшою є вимірювана

ознака. Обробка та інтерпретація результатів: 14 і більше балів – високий рівень емоційного інтелекту; 8–3 – середній рівень; 7 і менше – низький рівень емоційного інтелекту. Інтегративна оцінка рівня емоційного інтелекту з урахуванням домінуючого знаку визначається за такими кількісними показниками: 70 і більше балів – високий рівень емоційного інтелекту; 40–69 балів – середній; 39 і менше балів – низький рівень емоційного інтелекту (Кокун та ін., 2023).

Для виявлення особистісних переваг у виборі стилю врегулювання подружніх конфліктів було застосовано методику «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттен, К. Камерон (Горленко та ін., 2021; Cameron & Whetten, 2013). Ця методика дає змогу визначити домінуючі стратегії реагування в конфліктних ситуаціях.

Респондентам було запропоновано оцінити 20 тверджень за шкалою: «ніколи» – 1 бал; «іноді» – 2 бали; «завжди» – 3 бали. Результати розраховуються із застосуванням ключ-таблиці для відповідей (табл. 2.2.7).

Таблиця 2.2.7

Ключ-таблиця для відповідей

Примус		Пристосування		Компроміс		Уникання		Співпраця	
пункт	бал	пункт	бал	пункт	бал	пункт	бал	пункт	бал
1		2		3		4		5	
6		7		8		9		10	
11		12		13		14		15	
16		17		18		19		20	
Разом		Разом		Разом		Разом		Разом	

За допомогою методики визначається п'ять основних стратегій поведінки в конфлікті подружжя. «Примус» – дана стратегія характеризується суперництвом, тиском, прагненням досягти мети без урахування інтересів партнера. Ефективна у ситуаціях, що потребують швидких рішень і впевненості в правильності власної позиції. «Пристосування» – полягає у поступці власними інтересами на користь іншої сторони. «Уникнення» – стратегія виявляється у запереченні або ігноруванні самого факту конфлікту. «Компроміс» – дає змогу частково задовольнити інтереси

обох сторін за рахунок взаємних поступок. «Співпраця» – стратегія, що спрямована на спільний пошук рішень, які повністю задовольняють потреби обох учасників конфлікту.

На етапі формувального дослідження нами було застосовано, поряд із зазначеними вище методиками, «Тест стійкості до стресу» (С. Максименко, Л. Карамушка, Т. Зайчикова) (Карамушка, та ін., 2023), розроблений для оцінки рівня стресостійкості особистості, зокрема у контексті подружніх стосунків. Ця методика є широко використовуваним інструментом, особливо в дослідженнях, пов'язаних із психічним вигоранням, адаптацією до стресових умов та емоційним здоров'ям осіб. Методика складається з 18 запитань. Відповіді респондентів оцінюються таким чином: «рідко» – 1 бал, «іноді» – 2 бали, «часто» – 3 бали. Підрахунок результатів здійснюється за сумою набраних балів, що відповідає рівню стійкості до стресу (табл. 2.2.8).

Таблиця 2.2.8

**Рівні стійкості особистості до стресу
(С. Максименко, Л. Карамушка, Т. Зайчикова)**

Сума балів	Рівень стійкості до стресу
43 – 54	низький
31 – 42	середній
18 – 30	високий

Інтерпретація результатів: низький рівень стресостійкості – особа має труднощі з подоланням стресових ситуацій, що може негативно позначатися на її емоційному стані. Такі особи часто відчують занепокоєння та тривогу, що впливають на їх загальний психологічний стан. Середній рівень стресостійкості – особа має відносно стабільну здатність до протистояння стресовим ситуаціям, однак у критичних умовах може відчувати труднощі. Людина може впоратися з менш складними ситуаціями, але потребує підтримки або додаткових ресурсів у випадку серйозних стресових навантажень. Високий рівень стресостійкості – особа може долати стресові ситуації, зберігаючи продуктивність та емоційну рівновагу.

Такі особи здатні швидко адаптуватися до змін та підтримувати психологічну стійкість навіть у складних обставинах. Чим меншою є сума одержаних балів, тим вищою є стійкість особистості до стресу.

До того ж у ході формувального етапу дослідження була використана модель подолання стресу BASICPh в основній групі, що дало змогу досліджуваним усвідомити власні адаптаційні можливості в екстремальних умовах. Ця модель, розроблена Мулі Лахадом (Lahad & Leykin, 2015), вказує на наявність внутрішніх ресурсів особистості, які забезпечують її здатність протистояти катастрофічним подіям і зберігати психічну рівновагу навіть у надзвичайно складних обставинах. Респондентам пропонують відповісти на запитання. Відповіді фіксуються у таблиці (табл.2.2.9).

Таблиця 2.2.9

Бланк для відповідей для моделі подолання стресу BASICPh

В (віра, цінності)		А (емоції)		S (соціальні зв'язки)		I (уява, творчість)		С (когніції)		Ph (тіло)	
1		2		3		4		5		6	
7		8		9		10		11		12	
13		14		15		16		17		18	
19		20		21		22		23		24	
25		26		27		28		29		30	
31		32		33		34		35		36	
Разом		Разом		Разом		Разом		Разом		Разом	

Варіанти відповідей: «0» – ніколи не користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією; «1» – я рідко користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією; «2» – я іноді користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією; «3» – я періодично користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією; «4» – я часто користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією; «5» – я майже завжди користуюся цим способом, щоб впоратися з ситуацією; «6» – я завжди користуюся цим способом, щоб впоратися зі складною ситуацією.

BASIC Ph охоплює шість основних каналів (стратегій) подолання кризових ситуацій, кожна з яких позначена першою літерою відповідного англійського слова:

B – Belief (віра): означає систему цінностей, світоглядних переконань, духовних і моральних орієнтирів. Віра може мати релігійний, культурний, політичний чи особистісний характер і забезпечує людині відчуття сенсу, стабільності та надії в умовах невизначеності.

A – Affect (афект): визначає активне усвідомлення, виявлення та переживання емоцій. Це може проявлятися через плач, сміх, щирі розмови, написання текстів, мистецьку діяльність тощо, що дає змогу зменшити емоційне напруження й сприяє психологічному відновленню особистості.

S – Social (соціальна взаємодія): увага акцентується на важливості соціальної підтримки та приналежності до спільноти. Залучення до комунікації з близькими, участь у волонтерських ініціативах чи професійна психологічна допомога, є ключовими елементами цієї стратегії.

I – Imagination (уява): розкриває важливість творчості, фантазії, інтуїції та символічного усвідомлення дійсності як способу втечі від травмивної реальності. Включення гри, мистецької самореалізації, мрій і уявних сценаріїв допомагають створити простір для внутрішньої стабілізації особистості.

C – Cognition (когніція): акцентує увагу на логічному, аналітичному мисленні, здатність особистості до осмислення ситуації, планування дій, та прийняття раціональних рішень. Когнітивна стратегія забезпечує відчуття контролю та передбачуваності поведінки.

Ph – Physiology (фізіологія): вказує на залучення людиною тілесного досвіду, сенсорної активності та фізичної дії. Це може бути заняття спортом, прогулянка, фізична праця, медитація. Ця стратегія сприяє відновленню тілесної саморегуляції.

Як показує практика, люди в умовах кризи зрідка обмежуються якоюсь однією стратегією, найчастіше застосовується їх комбінація, що дає змогу підтримати внутрішню рівновагу.

Після опису підібраних методик та обґрунтування їх використання як інструментарію для вивчення соціально-психологічних умов врегулювання сімейних конфліктів, спричинених воєнними подіями, переходимо до представлення результатів емпіричного дослідження. У підрозділі 2.3 подано аналіз зібраних даних, виявлено статистичні тенденції та здійснено інтерпретацію отриманих результатів відповідно до поставлених завдань дослідження.

2.3. Обговорення результатів емпіричного дослідження

За допомогою авторського опитувальника «Вивчення подружніх конфліктів в умовах війни» було отримано такі результати. За відповідями респондентів, 63 особи (53,4%) зазначили відсутність впливу воєнних подій на їхні подружні конфлікти, 39 осіб (33,0%) підтвердили наявність впливу війни на інтенсивність та характер конфліктів, а 16 осіб (13,6%) вказали, що оцінити такий вплив їм важко.

На запитання щодо динаміки подружніх стосунків у період війни, отримано такі результати: у 10 осіб (8,5%) стосунки значно покращилися, у 53 респондентів (44,9%) – покращилися; у 34 осіб (28,8%) залишилися без змін; у 12 осіб (10,2%) – погіршилися; у 3 респондентів (2,5%) – значно погіршилися; у 1 особи (0,9%) стосунки в парі наблизилися до розлучення; 5 осіб (4,2%) не змогли відповісти на це запитання. Отримані результати вказують на неоднорідний вплив воєнних подій на подружні взаємини. Значна частина опитуваних відзначає позитивні зміни у стосунках. Водночас частина респондентів повідомляє про погіршення подружніх взаємин, що пов'язано з підвищеним рівнем стресу, емоційного напруження та соціально-психологічними труднощами, спричиненими війною.

З-поміж причин, які зумовлюють подружні конфлікти під час воєнних подій, респонденти найчастіше відзначали такі: відчуття стресу, перенавантаження та напруження (19,66%), невизначеність майбутнього (19,66%), втому та емоційне вигорання (12,8%), зниження рівня фінансового забезпечення (9,4%), роздратованість і злість (9,4%), а також відчуття тривоги (8,54%). Серед інших причин вказано на: роз'єднаність сім'ї та стосунки на відстані (7,69%), розбіжності

у поглядах на події та ситуації в умовах війни (7,69%), побутові труднощі в сім'ї (6,83%), негативний вплив мас-медіа (телебачення, інтернет, радіо) (5,98%), страх перед мобілізацією (5,12%), хвилювання за рідних і друзів (4,27 %), різні підходи до виховання дітей (4,27 %), неможливість повноцінного відпочинку (4,27%). До менш поширених причин респонденти віднесли ускладнене піклування за хворими родичами (2,56%), різні уявлення подружжя щодо майбутніх планів (2,56%), відчуття депресії та апатії (2,56 %), дисгармонію в інтимних стосунках (2,56%). Окремо зазначалися такі причини, як соціальна активність одного з партнерів (волонтерська діяльність), що ускладнює виконання сімейних обов'язків (1,71%), наявність залежності (зокрема від алкоголізму) (1,71%), а також розбіжності у поглядах на безпеку в умовах воєнних загроз (1,71%) (рис. 2.3.1.).



Рис. 2.3.1. Чинники подружніх конфліктів в умовах війни (у відсотках)

Проаналізувавши відповіді респондентів, чинники подружніх конфліктів в умовах війни було віднесено до двох основних груп: зовнішніх та внутрішніх (Столярчук, та ін., 2025; Ващенко, 2024b).

До зовнішніх чинників подружніх конфліктів належать: невизначеність планів на майбутнє (Коробка, 2024; Громова, 2022a; Костюк & Бойчук, 2024); зниження рівня доходу сім'ї, втрата роботи, житла чи інших значущих ресурсів

унаслідок війни, що викликає глибокі емоційні переживання; вимушена роз'єднаність сім'ї, що супроводжується відчуттям самотності та ізоляції; фізична або психологічна дистанційованість, яка знижує рівень емоційної інтимності; постійний негативний інформаційний потік у медіа, що підвищує рівень тривоги й страху та може призводити до інформаційного травмування (Найдьонова та ін., 2024); неможливість відпочинку у звичних місцях дозвілля, які до війни мали особливе значення для подружжя.

До внутрішніх чинників подружніх конфліктів належать зниження здатності до саморегуляції, що проявляється у відчутті стресу, напруги, перевантаженості, втоми та емоційному вигоранні, підвищеній тривожності, хвилюванні за рідних і друзів, роздратованості та злості, а також у депресивних станах та апатії. Окремим джерелом конфлікту виступають розбіжності у поглядах подружжя на виховання дітей. Варто зазначити, що респонденти наголошували: наявність дітей може підвищувати рівень конфліктності у шлюбі. Додатковими чинниками є розбіжності у цінностях, життєвих пріоритетах та способах оцінювання ризиків, що в умовах реальної небезпеки стають джерелом непорозумінь між партнерами.

Серед чинників конфліктності було також виокремлено страх мобілізації чоловіків, який викликає широкий спектр емоцій – від тривоги й роздратованості до агресивності. Додатковим джерелом непорозумінь, як зазначають респонденти, може стати підвищена соціальна активність одного з партнерів (наприклад, волонтерська діяльність), яка знижує рівень його участі у виконанні сімейних обов'язків. Важливим чинником деструктивної взаємодії між подружжям є вживання психоактивних речовин, яке може спричиняти агресивну поведінку, підвищену дратівливість, емоційну нестабільність або, навпаки, емоційну відстороненість і байдужість до сімейних обов'язків. Такі прояви призводять до зниження рівня емоційної підтримки між партнерами, погіршення комунікації та загального зниження якості подружніх взаємин. Науковці також наголошують на існуванні тісного й різностороннього взаємозв'язку між пережитими травматичними подіями та розвитком хімічних залежностей або розладів, пов'язаних із зловживанням психоактивних речовин. Травматичний досвід може

бути одним із чинників формування адиктивної поведінки (Аталієва, 2020; Балабанова & Байда, 2021).

Результати дослідження також дали змогу оцінити рівень потреби партнерів у психологічній та емоційній взаємопідтримці. Більшість респондентів зазначили, що відчують потребу в емоційній підтримці з боку партнера. Частина опитаних вказала, що така підтримка необхідна їм лише іноді, залежно від життєвих обставин та ситуацій. Водночас деякі з учасників дослідження повідомили про відсутність потреби в емоційній підтримці з боку партнера.

Отримані результати щодо обговорення з партнером власних почуттів і переживань вказують на різний рівень емоційної відкритості у взаєминах. Значна частина респондентів зазначила, що почала частіше обговорювати з партнером свої емоційні переживання. Частина опитаних повідомила, що звертається до таких розмов лише епізодично.

Результати дослідження щодо планування подружжям спільного майбутнього вказують на різну інтенсивність обговорення цього питання серед партнерів. Значна частина респондентів зазначила, що часто обговорює з партнером питання, пов'язані зі спільним майбутнім. Досить велика кількість опитаних повідомила, що звертається до таких розмов лише інколи. Частина респондентів вказала, що обговорює плани на майбутнє рідко, а окремі учасники дослідження зазначили, що ніколи не порушують цієї теми у спілкуванні з партнером.

Особливу увагу в дослідженні було приділено визначенню конфліктності як особистісної риси характеру партнерів. Отримані результати вказують на те, що частина респондентів відзначає конфліктність як характерну ознаку поведінки свого партнера. Водночас переважна більшість опитаних заперечує наявність цієї риси у свого партнера. Деякі учасники дослідження вагалися з відповіддю, що підкреслює складність однозначної оцінки цієї характеристики.

Щодо самооцінки власної конфліктності, частина респондентів визнала, що ця риса притаманна їхній поведінці. Разом із тим більшість опитаних вважає, що конфліктність не є властивою для них особистісною характеристикою. Окрема

група учасників дослідження зазначила, що їм було складно дати однозначну відповідь на запитання.

За результатами опитування визначено, що ефективними засобами врегулювання подружніх конфліктів, зумовлених воєнними подіями, є: підвищення рівня комунікативної компетентності; можливість відкрито обговорювати власні почуття та емоції; застосування діалогу як основного способу взаємодії. Серед конструктивних стратегій вирішення сімейного конфлікту респонденти виокремили: готовність до компромісу при відстоюванні різних позицій, цінностей і поглядів, взаємну підтримку, створення атмосфери довіри у подружніх стосунках.

З метою оцінки рівня конфліктності учасників емпіричного дослідження було використано методику «Діагностика рівня конфліктності особистості», що дає змогу визначити індивідуальні особливості схильності до подружніх конфліктів (Ложкін & Пов'якель, 2007). Отримані результати засвідчують про такий розподіл респондентів за рівнями конфліктності: низький рівень конфліктності – у 8 осіб (10,8%); середній рівень конфліктності зафіксовано у 54 респондентів (73%); високий рівень конфліктності було виявлено у 12 осіб (16,2%) (рис. 2.3.2.).

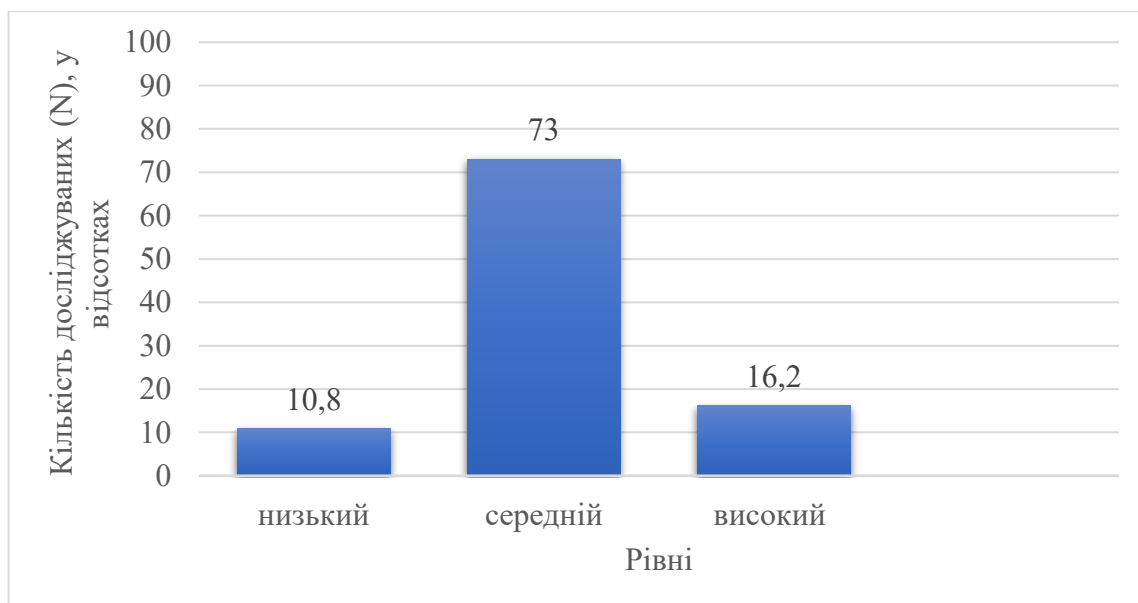


Рис. 2.3.2. Рівень конфліктності особистості (за Г. Ложкіним, Н. Пов'якель, у відсотках)

Отримані результати вказують на те, що більшість респондентів демонструють середній рівень конфліктності – 54 особи (73%). Низький рівень конфліктності характерний для 8 учасників опитування (10,8%), тоді як високий рівень конфліктності зафіксовано у 12 респондентів (16,2%). Такі результати вказують на переважання помірної схильності подружніх пар до виникнення конфліктів. Описові статистики рівня конфліктності особистості: середнє значення показника конфліктності становить 28,55 бала, при допустимому діапазоні від 21 до 37 балів, середньоквадратичне відхилення – 3,80, коефіцієнт варіації – 13,3%, що вказує на середній рівень варіативності одержаних результатів (табл. 2.3.1).

Таблиця 2.3.1

Описові статистики рівня конфліктності особистості
(за Г. Ложкіним, Н. Пов'якель)

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Конфліктність особистості	74	21,00	37,00	28,55	3,80
N валідних (за списком)	74				

Аналіз показників вказує на переважання середнього рівня конфліктності серед учасників дослідження, що відображає помірну схильність до подружніх конфліктів та наявність індивідуальних відмінностей у поведінкових реакціях респондентів.

Окрім цього, для дослідження подружніх конфліктів було застосовано опитувальник «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна, що включає шкали спрямовані на виявлення психологічних чинників конфлікту між подружжям. За шкалою «Неконструктивні установки на шлюб» було отримано такі результати: низькі показники щодо неконструктивних установок на шлюб виявлено у 2 осіб (2,7%) вибірки; середні показники зафіксовано у 71 респондента (95,9%); високі показники зафіксовано у 1 особи (1,4%) (рис.2.3.3).

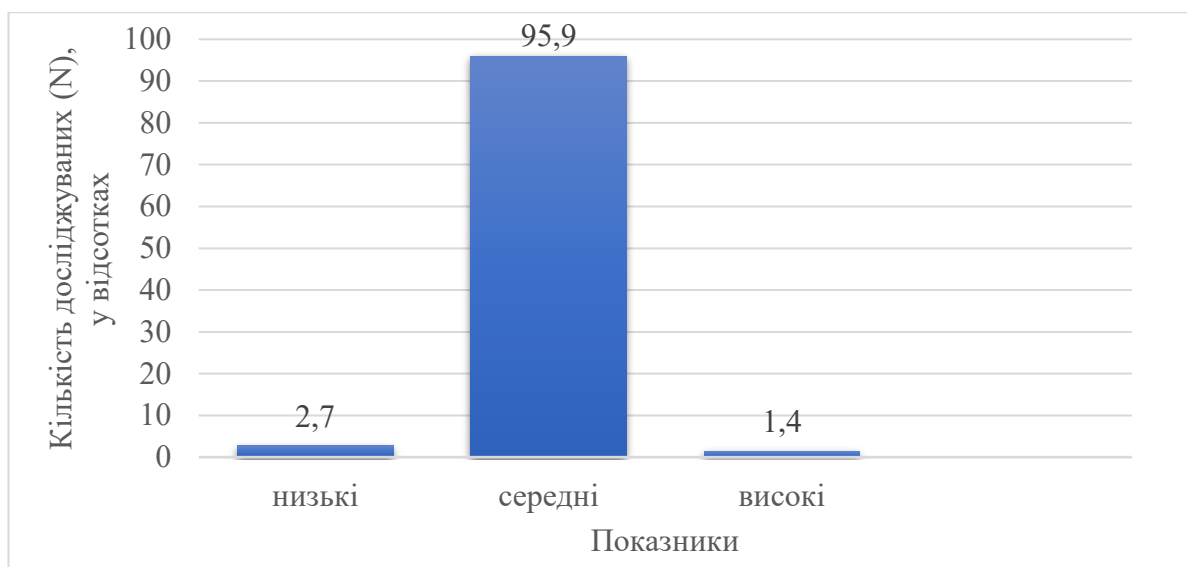


Рис. 2.3.3. Показники за шкалою «Неконструктивні установки на шлюб» (за О. Кочаряном, у відсотках)

Низькі показники неконструктивних установок на шлюб виявлено у 2 осіб (2,7%). Досліджувані, які мають низькі показники неконструктивних установок на шлюб характеризуються зрілими поглядами на стосунки, схильні до конструктивного вирішення проблем та володіють гнучкими моделями поведінки для врегулювання подружніх конфліктів. Середні показники виявлено у 71 респондента (95,9%), що вказує на те, що у переважної частини респондентів визначається наявність неконструктивних установок на шлюб, та вказує на існування неадаптивних переконань або емоційно негативних очікувань щодо шлюбних стосунків, що можуть виявлятися у сімейних конфліктах. Високі показники неконструктивних установок на шлюб зафіксовано в однієї особи, що засвідчує про поодинокі випадки значної схильності до негативних установок у досліджуваній вибірці.

Результати описової статистики показників неконструктивних установок на шлюб є такими: середнє значення показника становить 42,6 бала, при допустимому діапазоні від 20 до 74 балів, середньоквадратичне відхилення становить 10,06. Коефіцієнт варіації дорівнює 23,6%, що вказує на середній рівень варіативності отриманих результатів (табл. 2.3.2).

Таблиця 2.3.2

**Описові статистики за шкалою «Неконструктивні установки на шлюб
(за О. Кочаряном)»**

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Неконструктивні установки на шлюб	74	20,00	74,00	42,6	10,06
N валідних (за списком)	74				

Виявлені показники вказують на наявність певних внутрішніх суперечностей у ставленні до шлюбних взаємин, що поєднують як елементи конструктивної взаємодії, так і схильність до деструктивних моделей поведінки у подружжя.

Результати отримані за шкалою «Депресія» є такими: низькі показники виявлено у 13 осіб (17,6%), тоді як у переважної більшості респондентів – 61 особи (82,4%) показники мають середні значення. Високих показників депресії серед учасників дослідження зафіксовано не було (рис. 2.3.4).

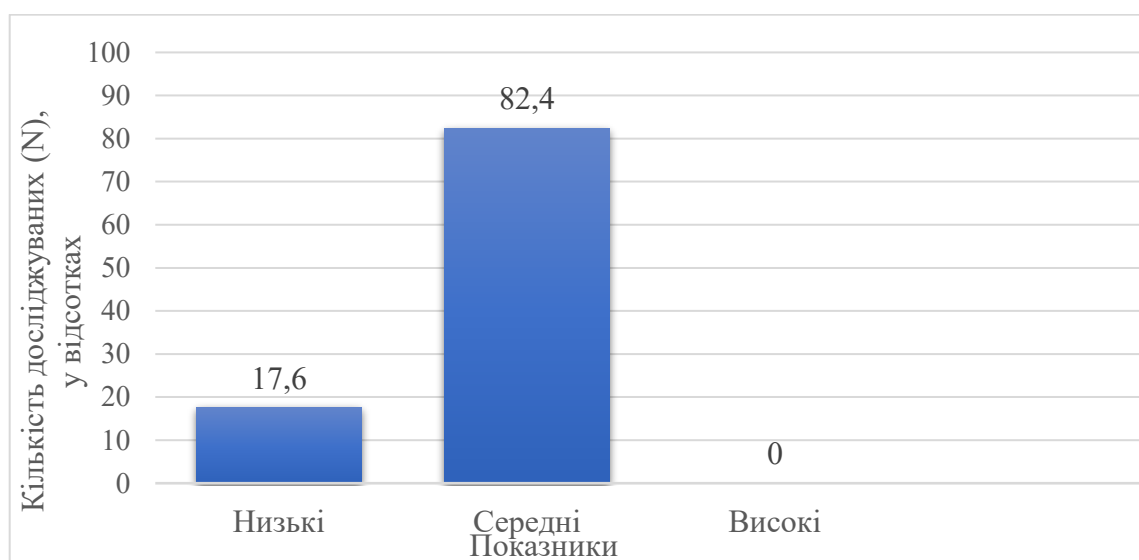


Рис.2.3.4. Показники за шкалою «Депресія» (за О. Кочаряном, у відсотках)

Для переважної більшості респондентів, а саме 61 особи (82,4%) характерні середні показники депресивних проявів, що вказує на наявність емоційного виснаження та загального напруження, зокрема в умовах воєнного стану. Низькі показники депресії зафіксовано у 13 осіб (17,6%), що вказує на відносно більшу емоційну стійкість і здатність до збереження психічної рівноваги попри наявність зовнішніх стресогенних чинників, порівняно з респондентами попередньої групи.

Щодо описових статистик, то середнє значення показника депресії у вибірці становить 44,62 бала при допустимому діапазоні від 20 до 68 балів, середньоквадратичне відхилення дорівнює 12,56, коефіцієнт варіації – 28,1%, що відображає високий рівень варіативності результатів (табл.2.3.3).

Таблиця 2.3.3

Описові статистики за шкалою «Депресія» за О. Кочаряном

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Депресія	74	20,00	68,00	44,62	12,56
N валідних (за списком)	74				

Отримані дані вказують на те, що середній показник депресивних проявів у респондентів є вираженим, при цьому висока варіативність результатів вказує на індивідуальні відмінності. Дані демонструють, що в умовах воєнних подій подружжя переживають депресивні прояви з різною інтенсивністю – від відносно помірних до високих.

За шкалою «Протективних механізмів» отримано такі результати: низькі показники виявлено у 3 респондентів (4,1%); середні показники зафіксовано у 71 респондента (95,9%); високих показників за цією шкалою не виявлено (рис.2.3.5).

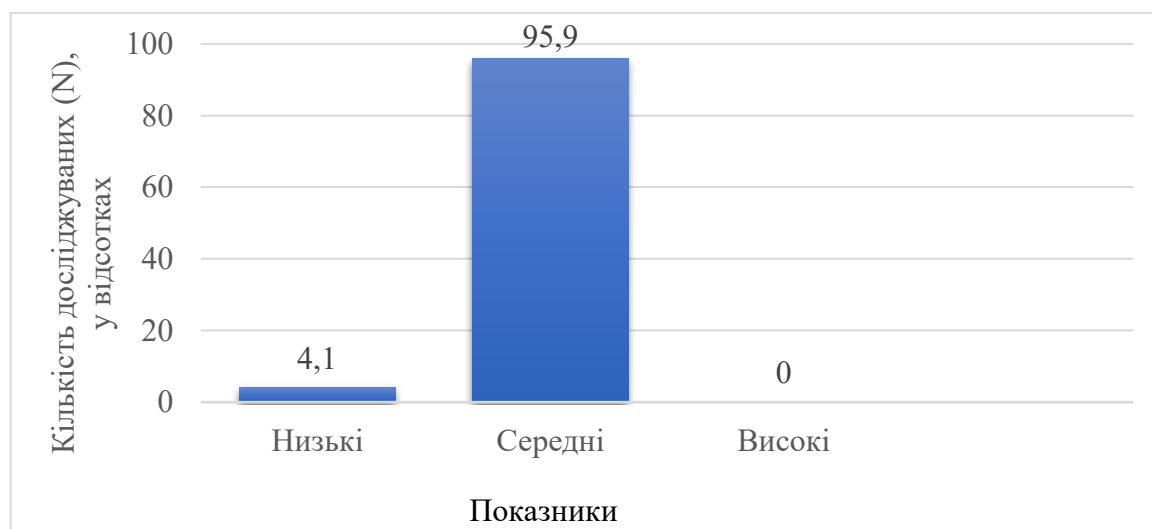


Рис. 2.3.5. Показники за шкалою «Протективні механізми» (за О. Кочаряном, у відсотках)

Низькі показники протективних механізмів було зафіксовано у трьох

респондентів (4,1%), що вказує на високий рівень усвідомленої ними власних емоційних переживань. У переважної більшості опитуваних, а саме у 71 особи (95,9 %), виявлено середні значення цього показника, що вказує на те, що застосування захисних механізмів не веде до достатнього усвідомлення проблем і, внаслідок цього, конструктивне вирішення подружніх конфліктів може бути ускладнено. Середнє значення показника протективних механізмів по даній вибірці становить 41,26 бала при допустимому діапазоні від 23 до 58 балів, середньоквадратичне відхилення дорівнює 7,60, коефіцієнт варіації – 18,4%, що вказує на середній рівень варіативності одержаних результатів (таб.2.3.4).

Таблиця 2.3.4

Описові статистики за шкалою «Протективні механізми»

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Протективні механізми	74	23,00	58,00	41,26	7,6
N валідних (за списком)	74				

Отримані результати дають підстави стверджувати про те, що в умовах війни подружні пари застосовують захисні механізми для врегулювання сімейних конфліктів різної інтенсивності.

За шкалою «Дефензивні механізми» отримано такі результати: низьких показників за цією шкалою не виявлено; середні виявлено у 73 респондентів (98,6%); високий було визначено у 1 особи (1,4%) (рис. 2.3.6).

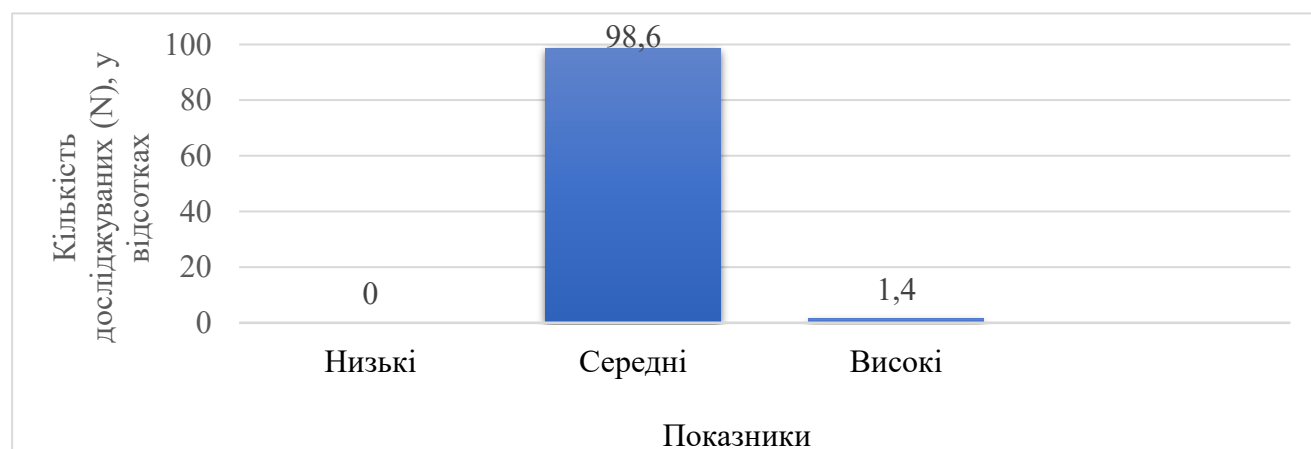


Рис. 2.3.6. Показники за шкалою «Дефензивні механізми» (за О. Кочаряном, у відсотках)

Результати дослідження вказують на те, що переважна більшість респондентів – 73 особи (98,6%) мають середні показники за шкалою дефензивних механізмів. Такі результати вказують на те, що досліджуваним притаманні неусвідомлені захисні реакції, які дають змогу частково знижувати емоційну напругу та підтримувати внутрішню стабільність у стресових умовах, зокрема в ситуації подружнього конфлікту. Високий показник прояву дефензивних механізмів, виявлений у одного респондента (1,4 % вибірки), вказує на його значну психоемоційну напруженість та схильність до інтенсивного використання даного механізму в ситуації конфлікту.

Середнє значення показника дефензивних механізмів у вибірці становить 45,03 бала при допустимому діапазоні від 31 до 70 балів, середньоквадратичне відхилення дорівнює 10,11, коефіцієнт варіації – 22,4%, що відображає середній рівень варіативності результатів за даним показником (табл. 2.3.5).

Таблиця 2.3.5

Описові статистики за шкалою «Дефензивні механізми» за О. Кочаряном

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Дефензивні механізми	74	31,00	70,00	45,03	10,11
N валідних (за списком)	74				

Переважання середнього показника дефензивних механізмів засвідчує про помірний ступінь використання захисних механізмів учасниками дослідження.

У конфліктах подружжя, особливо в ситуаціях, пов'язаних із переживанням воєнних подій, респонденти схильні неусвідомлено застосовувати захисні механізми для зниження емоційної напруги та збереження внутрішньої стабільності. Ці механізми можуть виявлятися як у формі уникнення гострих тем, раціоналізації поведінки партнера чи власних дій, так і в схильності до емоційного дистанціювання. Водночас, помірна інтенсивність цих проявів може мати як адаптивний, так і дезадаптивний характер – з одного боку, допомагаючи тимчасово

зменшити конфліктну напругу, а з іншого, ускладнюючи процес відкритого обговорення проблем та пошук конструктивних шляхів їх врегулювання.

За шкалою «Агресія» в ході емпіричного дослідження отримано такі результати: низьких показників не зафіксовано; у 72 респондентів (97,3 %) зафіксовано середні значення, тоді як у 2 осіб (2,7 %) виявлено високі показники агресії (рис. 2.3.7).

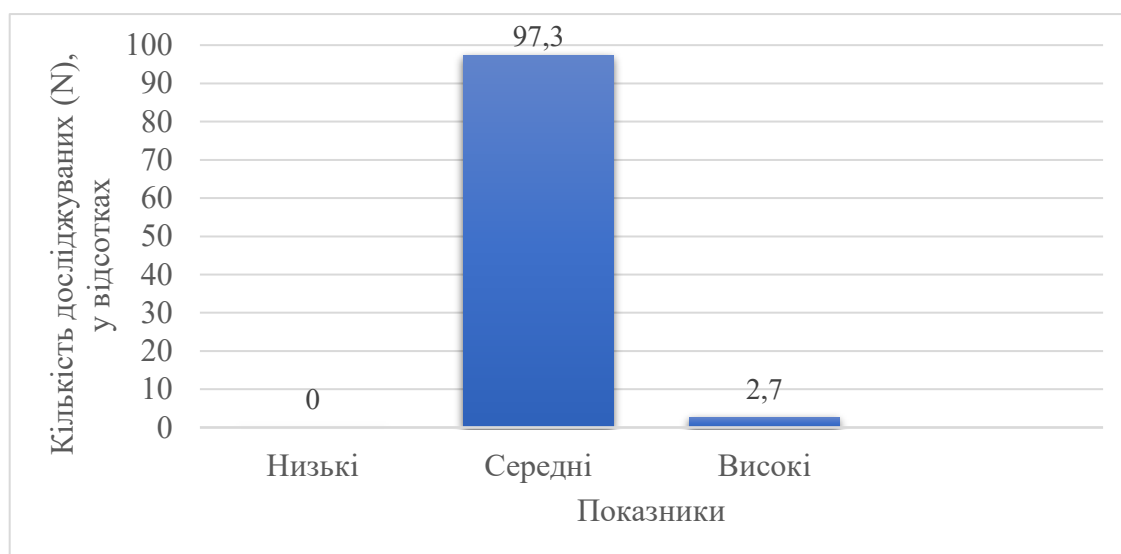


Рис. 2.3.7. Показники за шкалою «Агресія» (за О. Кочаряном, у відсотках)

Переважає більшість респондентів, а саме 72 особи (97,3 %) характеризується помірним рівнем агресії, що проявляється у вербальних конфліктах, роздратуванні та внутрішній напрузі. В умовах воєнних загроз та соціальної нестабільності такі показники можуть розглядатися як адаптивна реакція. Проте, за відсутності відповідних навичок саморегуляції, помірна агресія може трансформуватися в деструктивні форми подружньої взаємодії. Високий показник агресії, виявлений у 2 осіб (2,7 %), що вказує на підвищену емоційну напругу та потенційну загрозу стабільності їхнім подружнім стосункам.

Середнє значення показника агресії у вибірці становить 46,43 бала при допустимому діапазоні від 30 до 72 балів, середньоквадратичне відхилення дорівнює 9,99; коефіцієнт варіації – 21,5%, що вказує на середній рівень варіативності результатів за цим показником (табл.2.3.6).

Таблиця 2.3.6

Описові статистики за шкалою «Агресія» за О. Кочаряном

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Агресія	74	30,00	72,00	46,43	9,99
N валідних (за списком)	74				

Результати дослідження вказують на те, що респонденти здебільшого характеризуються помірним рівнем агресивності. Середній рівень варіативності показників вказує на відносну однорідність вибірки, хоча спостерігаються індивідуальні відмінності в інтенсивності прояву агресії. У контексті подружніх стосунків в умовах війни така особливість може зумовлювати різну динаміку конфліктних ситуацій – від помірних суперечностей до більш загострених проявів подружніх конфліктів.

За шкалою «Соматизація тривоги» отримано такі результати: низьких показників не зафіксовано; середні визначено у 67 респондентів (90,5 %), у 7 осіб (9,5 %) виявлено високі показники соматизації тривоги (рис. 2.3.8).

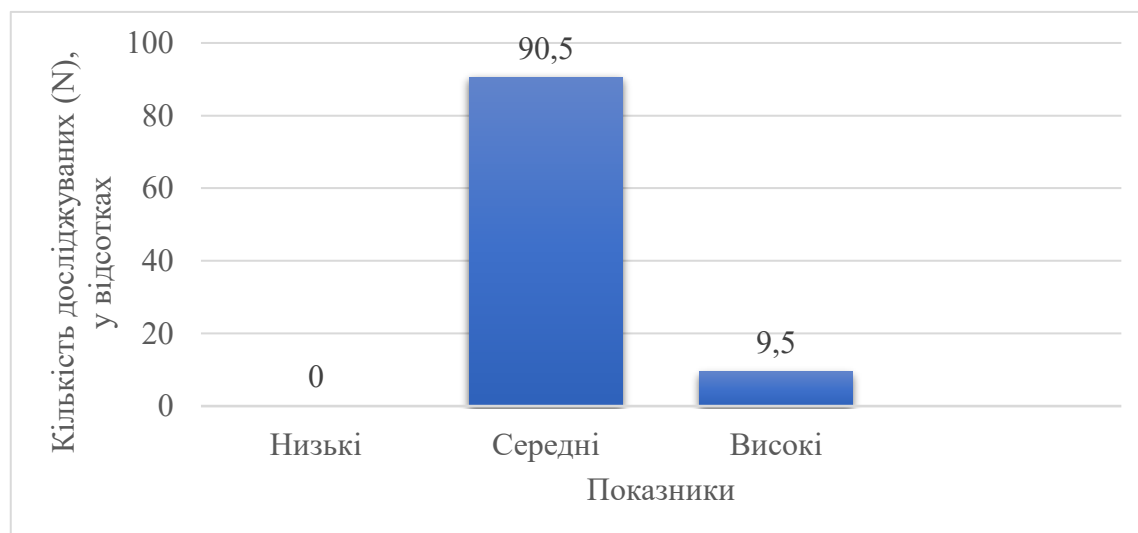


Рис. 2.3.8. Показники шкали «Соматизація тривоги» (за О. Кочаряном, у відсотках)

Середні показники соматизації тривоги вказують на наявність у досліджуваних виражених психосоматичних реакцій на стрес. Високі показники

соматизації тривоги виявлено у 7 осіб (9,5%) вказує на значну інтенсивність психосоматичних симптомів серед респондентів, та підвищену вразливість організму до стресових факторів. Описові статистики за шкалою «Соматизація тривоги»: середнє значення показника у вибірці становить 52,74 бали при допустимому діапазоні від 34 до 76 балів, середньоквадратичне відхилення дорівнює 9,60; коефіцієнт варіації – 18,2%, що відображає середній рівень варіативності одержаних результатів (табл. 2.3.7).

Таблиця 2.3.7

Описові статистики за шкалою «Соматизації тривоги» за О. Кочаряном

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Соматизація тривоги	74	34,00	76,00	52,74	9,60
N валідних (за списком)	74				

Середній рівень варіативності показників вказує на відносну однорідність вибірки.

За шкалою «Фіксації на психотравмі» отримано такі результати: низькі показники зафіксовано у 4 респондентів (5,4 %); середні визначено у 70 осіб (94,6 %); високих показників за цією шкалою не виявлено (рис. 2.3.9).

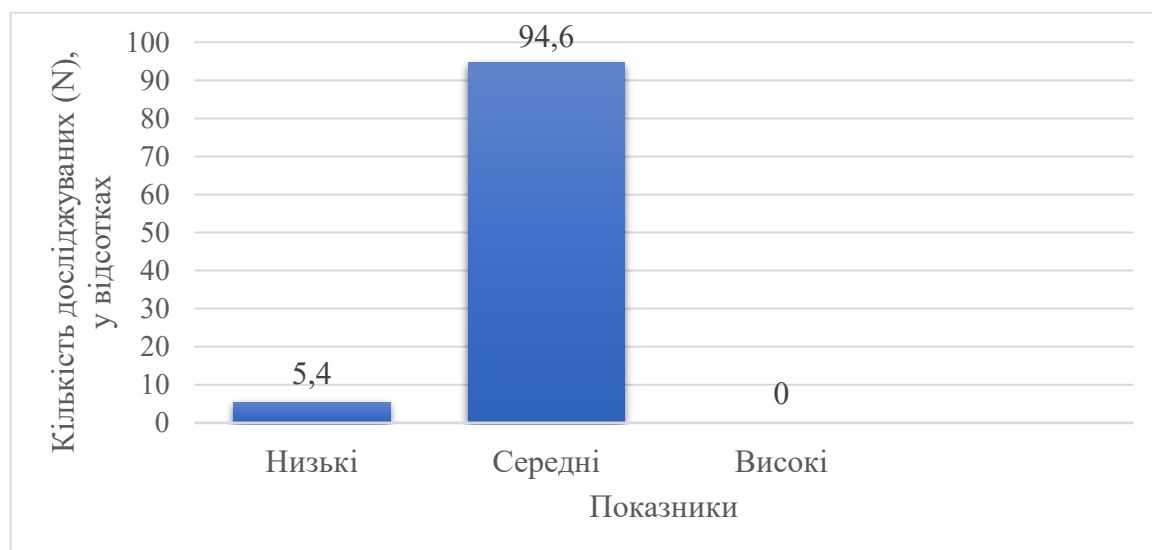


Рис. 2.3.9. Показники за шкалою «Фіксації на психотравмі» (за О. Кочаряном, у відсотках)

Отримані результати вказують на те, що у більшості респондентів – середні показники фіксації на психотравмі та помірна схильність до зосередження на травматичних переживаннях. Низькі показники вказують на відносну емоційну стійкість досліджуваних. Відсутність високих показників за цією шкалою вказує на відсутність вираженої схильності до надмірної фіксації на травматичних переживаннях у досліджуваних. Середнє значення показника фіксації на психотравмі по вибірці становить 43,68 бала при допустимому діапазоні від 29 до 65 балів, середньоквадратичне відхилення дорівнює 8,61, коефіцієнт варіації – 19,7%, що відображає середній рівень варіативності результатів за цією шкалою (табл. 2.3.8).

Таблиця 2.3.8

Описові статистики за шкалою «Фіксації на психотравмі» за О. Кочаряном

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Фіксація на психотравмі	74	29,00	65,00	43,68	8,61
N валідних (за списком)	74				

Середній показник фіксації на психотравмі у більшості респондентів перебуває в межах помірних значень – подружні пари зберігають здатність до емоційної регуляції та конструктивного врегулювання сімейних конфліктів попри вплив на них стресових і травматичних чинників.

Результати діагностичного вимірювання поведінки особистості в конфліктних ситуаціях за методикою О. Кочаряна вказують на те, що в умовах переживання подружжям воєнних загроз, їхні стосунки характеризуються середніми показниками вияву неконструктивних установок на шлюб, депресивних проявів, агресії та соматизації тривоги. У більшості респондентів спостерігається помірний вияв захисних механізмів, що вказує на потенціал для формування та розвитку конструктивних стратегій врегулювання сімейних конфліктів. Середня варіативність показників вказує на неоднорідність вибірки та підтверджує необхідність застосування індивідуального підходу до надання психологічної підтримки подружнім парам, що переживають воєнні події.

З метою оцінки емоційного стану респондентів застосовано шкалу тривоги по Беку (BAI), що дає змогу визначити вираженість у них симптомів тривоги. За результатами дослідження, у 6 осіб (8,1 %) рівень тривоги відповідав нормі. Низький рівень було зафіксовано у 15 респондентів (20,3 %), середній у 26 осіб (35,1 %), високий рівень тривоги у 27 осіб (36,5 %) (рис. 2.3.10).

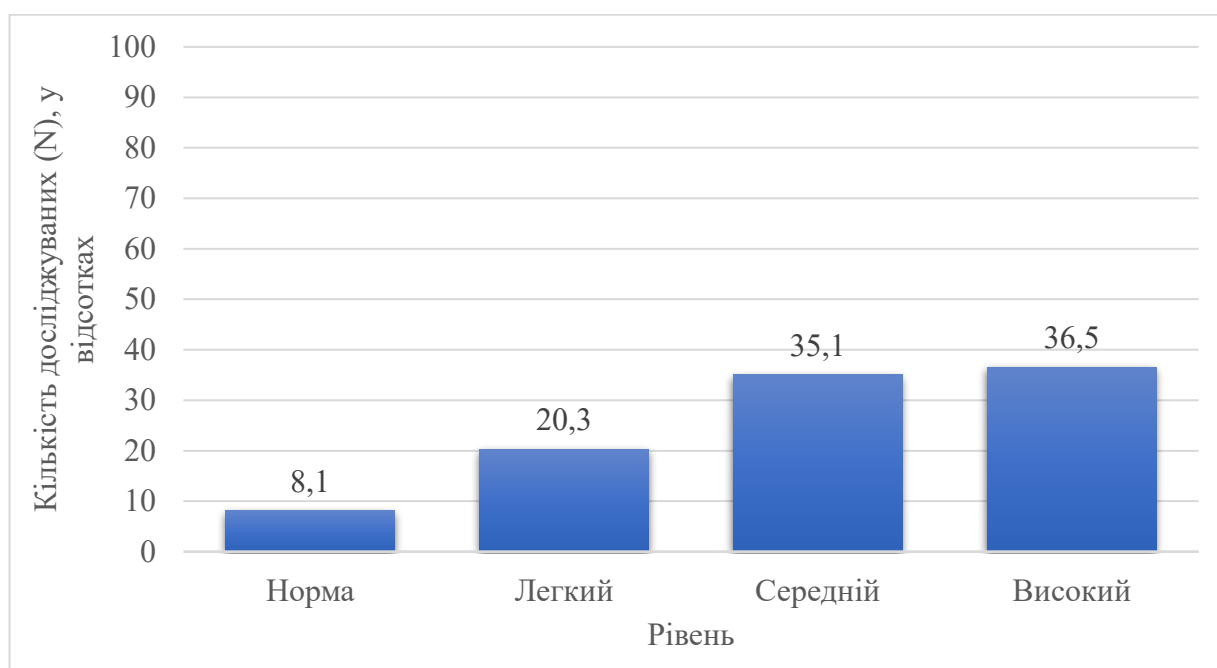


Рис. 2.3.10. Рівні тривоги по Беку (у відсотках)

У результаті дослідження встановлено, що лише у незначної частини респондентів рівень тривоги перебуває в межах норми. Для дещо більшої групи характерним є легкий рівень тривоги, що вказує на наявність психологічного напруження. Водночас, у значної кількості учасників дослідження визначено середній рівень тривоги, що вказує на зростання емоційної вразливості. Найбільша частина вибірки характеризується високим рівнем тривоги. За даними описових статистик значення показника за шкалою тривоги варіювалися від 1 до 45 балів. Середнє значення становить 17,00 балів при середньоквадратичному відхиленні 10,62. Розрахований коефіцієнт варіації становить 62,5%, що вказує на високу варіативність результатів дослідження (табл.2.3.9).

Таблиця 2.3.9

Описові статистики рівня тривоги по Беку

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Тривога	74	1,00	45,00	17,00	10,62
N валідних (за списком)	74				

Результати описових статистик за шкалою тривоги Бека вказують на значну варіативність рівнів тривоги серед респондентів, що розкриває різний ступінь прояву емоційного напруження досліджуваних. Така неоднорідність показників відображає нестійкий емоційний стан респондентів, що зумовлено індивідуальними особливостями, попереднім досвідом подолання труднощів, а також різним рівнем психологічної адаптації до зовнішніх стресогенних чинників.

Для визначення наявності та ступеня вияву депресивних симптомів у досліджуваних було застосовано шкалу депресії Бека (BDI). За даною методикою відсутність депресивних проявів зафіксовано у 2 респондентів (2,7%). Легкий ступінь депресивних проявів виявлено у 12 респондентів (16,2%). Середній рівень визначено у 30 респондентів (40,5%), стільки ж, 30 осіб (40,5%), характеризуються високим ступенем депресивних проявів (рис. 2.3.11).

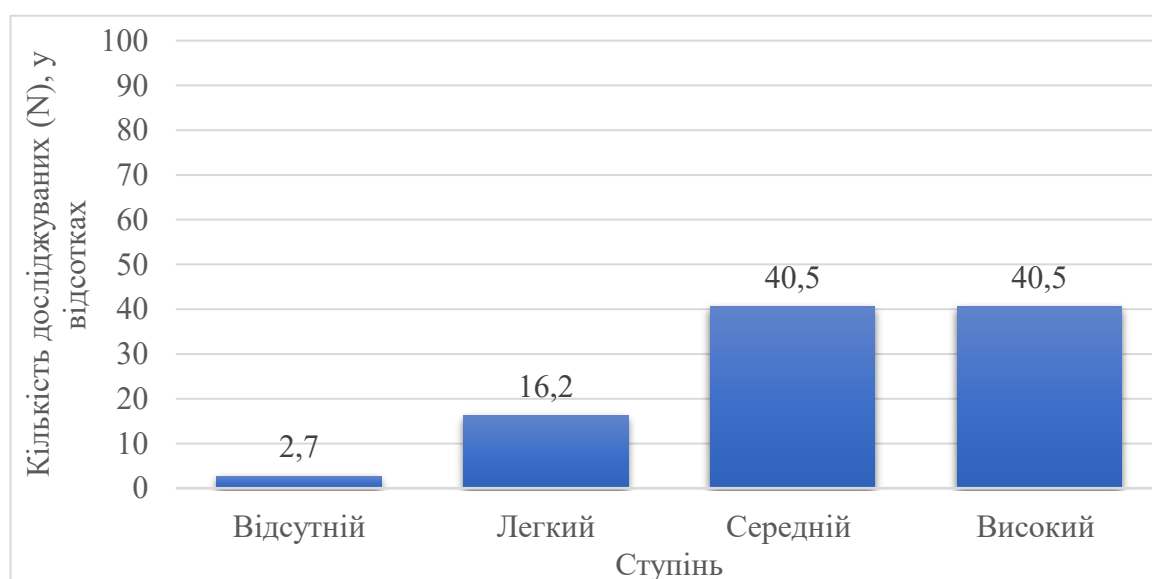


Рис. 2.3.11. Ступінь депресії за Беком (у відсотках)

Одержані результати вказують на те, що значна частина респондентів мають депресивні симптоми різного ступеня прояву. У більшості учасників дослідження визначено середній або високий ступінь депресії. У частини респондентів спостерігаються легкі депресивні прояви, тоді як у поодиноких осіб – відсутні ознаки депресії. За описовими статистиками показник депресії варіювався в межах від 1 до 49 балів. Середнє значення становить 14,82 бала. Стандартне відхилення 8,22. Коефіцієнт варіації – 8,22%, що вказує на відносну однорідність результатів (табл. 2.3.10).

Таблиця 2.3.10

Описові статистики шкали депресії за Беком

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Депресія	74	1,00	49,00	14,82	8,22
N валідних (за списком)	74				

Показник депресії у досліджуваній групі характеризується високою варіативністю, що вказує на наявність у респондентів різного ступеня вияву показників депресії.

У межах дослідження для вивчення рівня психологічної стійкості особистості до стресових, кризових та проблемних ситуацій було застосовано шкалу резильєнтності Коннора-Девідсона-10 (CD-RISC-10). Ця методика дає змогу оцінити здатність індивіда до ефективної адаптації в складних життєвих обставинах, а також виявити внутрішні ресурси для подолання утруднень.

За результатами дослідження, 14 респондентів (18,9%) має низький рівень резильєнтності, а ще 14 осіб (18,9%) – рівень нижчий за середній, що відображає їхню підвищену вразливість до психоемоційних навантажень. Середній рівень резильєнтності виявлено у 23 учасників (31,1%), що засвідчує наявність у них потенціалу для подальшої адаптації. У 13 респондентів (17,6%) зафіксовано рівень резильєнтності, вищий за середній, у 10 осіб (13,5%) - високий рівень (рис. 2.3.12).

Виявлено, що у значної частини респондентів зафіксовано знижений рівень

резильєнтності, що вказує на підвищену психоемоційну вразливість та обмежені ресурси адаптації в умовах тривалого стресу. У частини учасників зафіксовано середній рівень резильєнтності. Водночас у меншій групі респондентів виявлено підвищений та високий рівні резильєнтності, що демонструє їхню підвищену стресостійкість, ефективну саморегуляцію та здатність до конструктивного подолання психоемоційних труднощів.

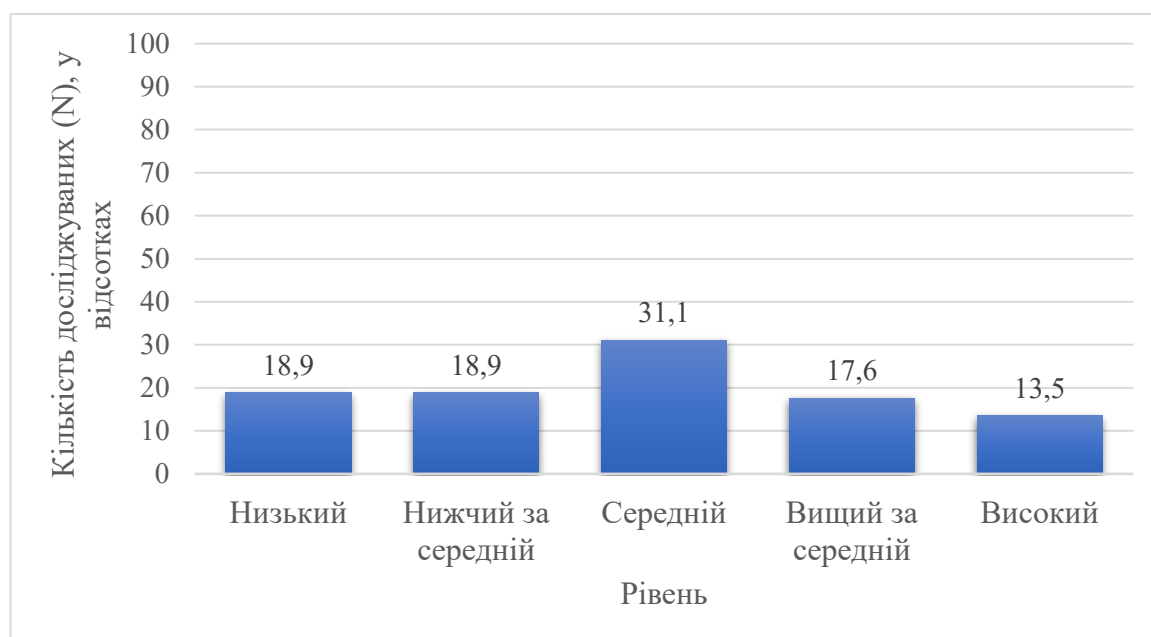


Рис. 2.3.12. Рівні резильєнтності (за Коннором-Девідсоном, у відсотках)

За результатами описових статистик, середній бал за шкалою резильєнтності становив 22,04, при мінімальному значенні 5 та максимальному 38 балів. Середньоквадратичне відхилення становить 7,15, а коефіцієнт варіації – 32,5%, що вказує на високу варіативність резильєнтності серед учасників дослідження (табл. 2.3.11).

Таблиця 2.3.11

Описові статистики шкали резильєнтності за Коннором-Девідсоном

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Резильєнтність	74	5,00	38,00	22,04	7,15
N валідних (за списком)	74				

Отримані результати вказують на те, що рівень резильєнтності у досліджуваних є досить різномірним. Серед респондентів можна виокремити як тих, хто має низькі показники психологічної стійкості, так і тих, у кого вона проявляється на високому рівні. Це вказує на значні індивідуальні відмінності у здатності особистості долати наслідки воєнних подій та адаптуватися до стресових обставин, що є важливим для визначення соціально-психологічних умов врегулювання сімейних конфліктів у період воєнних подій.

Опитувальник рівня агресивності А. Басса-М. Перрі дав змогу оцінити рівень агресивності за кількома шкалами («Фізична агресія», «Гнів», «Ворожість») як у чоловіків, так і у жінок.

За шкалою рівня фізичної агресії серед жінок, у 18 (31,0%) виявлено низький рівень; у 37 (63,8%) – середній; у 3 (5,2%) – високий рівень фізичної агресії (рис.2.3.13).

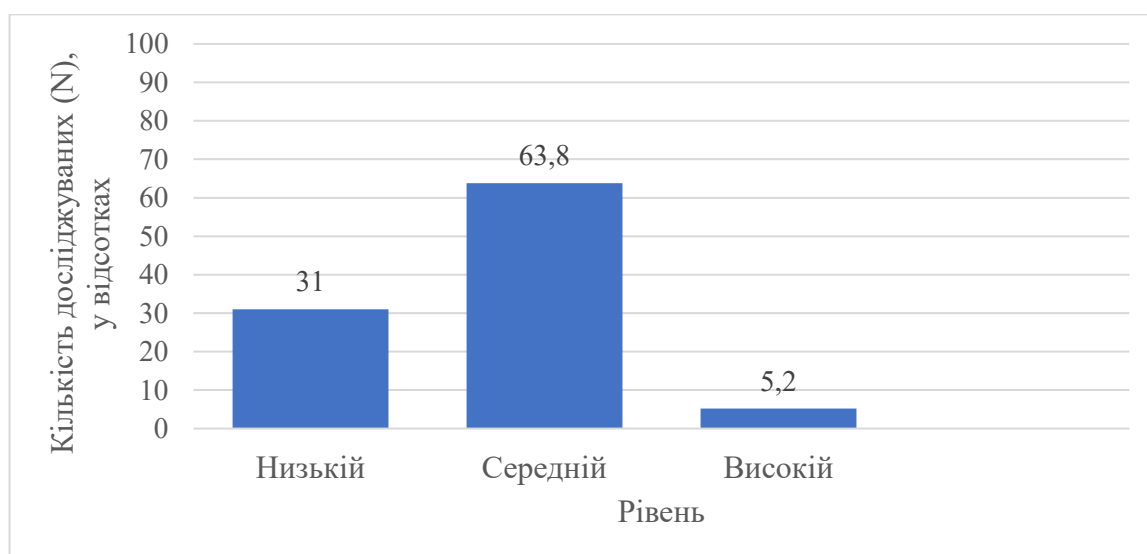


Рис. 2.3.13. Показники фізичної агресії у жінок (за А. Бассом-М. Перрі, у відсотках)

Аналіз результатів за шкалою фізичної агресії вказує на те, що серед жінок найчастіше виявляються показники, що засвідчують їх адаптивну реакцію на зовнішні стресові фактори. У значної кількості жінок визначаються показники, які відображають стриманість у поведінкових проявах. Високі показники за шкалою фізичної агресії виявляються меншою мірою, порівняно з середніми та низькими

показниками. За даними описових статистик показник фізичної агресії серед жінок коливається у межах від 10 до 34 балів, середнє значення становить 19,19 бала, середньоквадратичне відхилення 5,22. Коефіцієнт варіації становить 27,2%, що вказує на високу варіативність результатів за цією шкалою (табл.2 3.12).

Таблиця 2.3.12

Описові статистики шкали фізичної агресії у жінок

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Фізична агресія	58	10,00	34,00	19,1897	5,22295
N валідних (за списком)	58				

Результати дослідження вказують на те, що рівень фізичної агресії серед жінок характеризується значною варіабельністю. Це вказує на індивідуальні відмінності у здатності жінок контролювати власні агресивні прояви.

Водночас в ході дослідження проаналізовано показники рівня гніву в жіночій вибірці: у 11 респонденток (19,0%) зафіксовано низькі показники; у 47 (81,0%) – середні; високих показників за цією шкалою не зафіксовано (рис. 2.3.14).

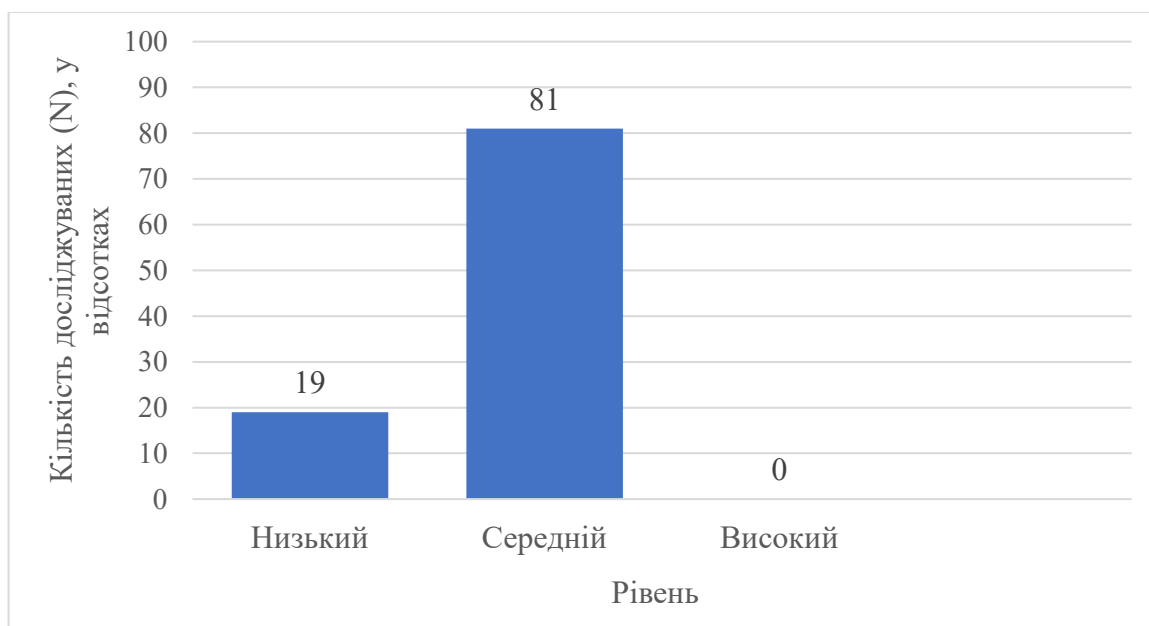


Рис. 2.3.14. Показники за шкалою гніву у жінок (за А. Бассом-М. Перрі, у відсотках)

Для частини респонденток характерним є низький рівень гніву, тоді як у переважної більшості учасниць зафіксовано середній рівень, високий рівень гніву – не виявлено. Результати описових статистик вказують на те, що показники рівня

гніву серед жінок варіювалися в діапазоні від 11 до 28 балів, середнє значення становило 20,60 бала, середньоквадратичне відхилення сягає 4,37, коефіцієнт варіації дорівнює 21,2%, що вказує на середню варіативність одержаних за шкалою гніву результатів (табл. 2.3.13).

Таблиця 2.3.13

Описові статистики шкали гніву у жінок

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Гнів	58	11,00	28,00	20,60	4,37
N валідних (за списком)	58				

Такі результати вказують на помірну вираженість гніву у жінок. Розподіл показників є достатньо однорідним, що вказує на стабільність емоційних реакцій в досліджуваній групі жінок та відсутність у них інтенсивних проявів гніву.

За шкалою рівня ворожості у жіночій вибірці отримано такі результати: 31 особа (53,4%) – низькі бали; у 25 осіб (43,1%) – середні бали; у 2 жінок (3,5%) – високі бали ворожості (рис. 2.3.15).

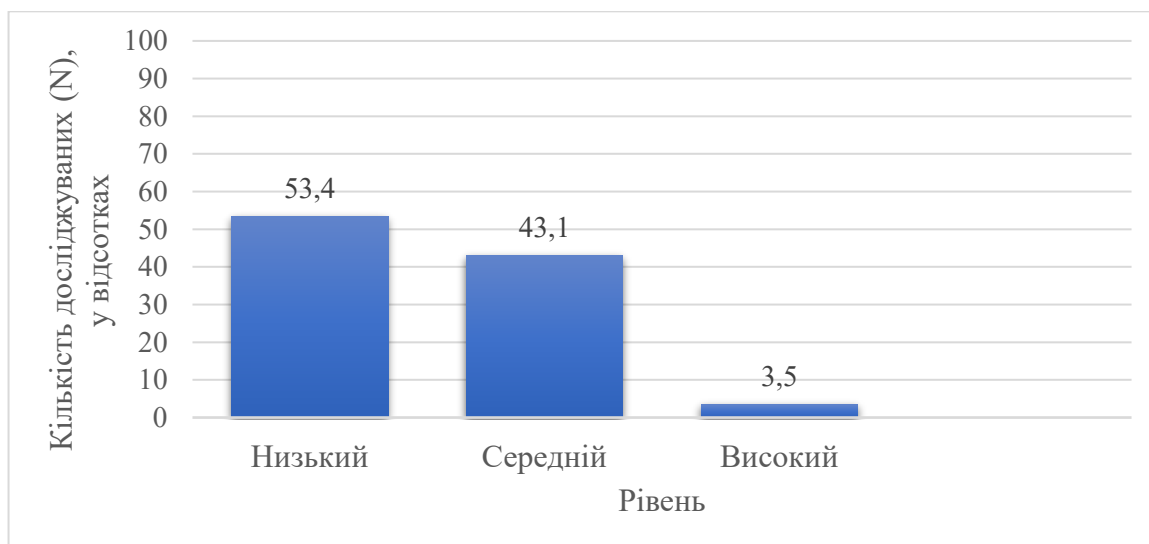


Рис. 2.3.15. Показники за шкалою ворожості у жінок (за А. Бассом-М. Перрі, у відсотках)

У більшості жінок виявлено низький рівень ворожості, що вказує на їхню здатність до емоційного самоконтролю в умовах конфлікту. У 43,1% досліджуваних зафіксовано середні показники ворожості, що вказує на адаптацію

жінок до тривалого психоемоційного тиску. Високі показники ворожості виявлено лише у 2 осіб (3,5%), що вказує на поодинокі випадки проявів ворожості серед досліджуваних жінок. Описові статистики за шкалою ворожості у жінок: мінімальні значення показника – 8 балів, максимальні – 31 бал. Середнє значення становить 17,84 бала при середньоквадратичному відхиленні 6,08, коефіцієнт варіації дорівнює 34,8%, що вказує на високу варіативність за шкалою ворожості у жіночій вибірці (табл.2.3.14).

Таблиця 2.3.14

Описові статистики шкали ворожості у жінок

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Ворожість	58	8,00	31,00	17,84	6,08
N валідних (за списком)	58				

Показники ворожості серед учасниць дослідження виявилися неоднорідними, що вказує на індивідуальні відмінності у способах реагування жінок на сімейний конфлікт.

Аналіз загального показника агресивності у жінок засвідчив, що для більшості респонденток характерним є середній рівень вираженості агресивності. У частини учасниць зафіксовано низький рівень агресивності, тоді як високий рівень виявляється найменше (рис. 2.3.16).

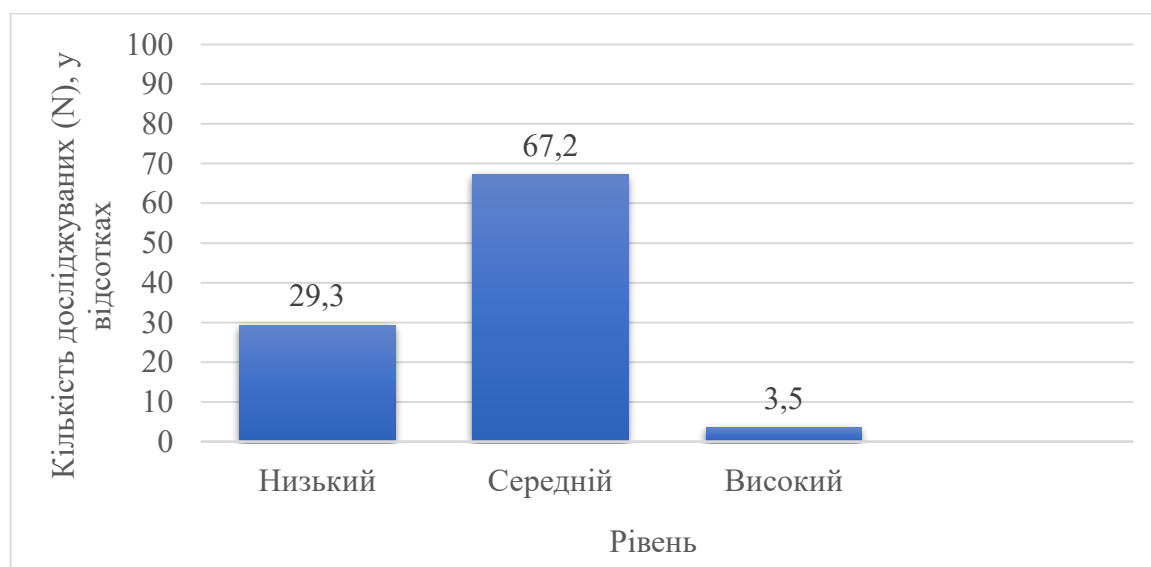


Рис. 2.3.16. Загальні показники за шкалою агресивності у жінок (за А. Бассом-М. Перрі, у відсотках)

Аналіз отриманих даних вказує на неоднорідність жіночої вибірки за рівнем агресивності. У вибірці переважають середні показники, які є характерними для більшості учасниць дослідження. Низький рівень агресивності спостерігається у меншій частині вибірки, тоді як високий зафіксовано лише в поодиноких випадках. Описові статистики загального показника агресивності у жінок: розмах від 33 до 86 балів, середнє значення загального показника склало 57,64 бала, середньоквадратичне відхилення дорівнює 11,30. Розрахований коефіцієнт варіації дорівнює 19,6%, що вказує на середню варіативність цього показника у жіночій вибірці (табл. 2.3.15).

Таблиця 2.3.15

Описові статистики загальних показників агресивності у жінок

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Загальний показник агресивності	58	33,00	86,00	57,64	11,3
N валідних (за списком)	58				

Варіативність розподілу одержаних даних вказує на наявність помірних індивідуальних відмінностей у вияві загальних показників агресивності у жінок. Загалом отримані результати вказують на певну емоційну стабільність учасниць дослідження.

Узагальнюючи одержані результати щодо вивчення агресивності у жінок, зазначимо, що для більшості учасниць дослідження притаманні середня інтенсивність вияву фізичної агресії, гніву, ворожості та загального показника агресивності. Отримані результати вказують на помірну вираженість агресивних проявів та відносну емоційну стабільність жінок.

Розглянемо показники агресивності за шкалою фізичної агресії у чоловіків. Низькі показники фізичної агресії виявлено у 8 осіб (50%), середні показники у 8 респондентів (50%). Високих показників фізичної агресії у чоловіків не виявлено (рис. 2.3.17).

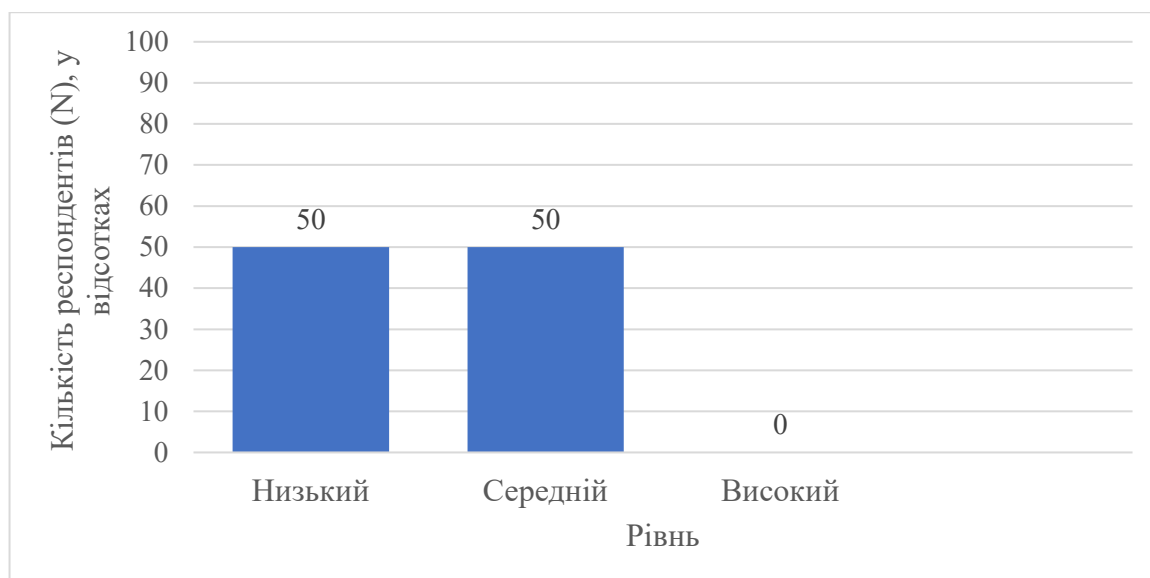


Рис. 2.3.17. Показники за шкалою фізичної агресії у чоловіків (за А. Бассом-М. Перрі, у відсотках)

У досліджуваних чоловіків низький та середній рівні фізичної агресії представлені в однаковій мірі. Описові статистики показника фізичної агресії у чоловіків варіювалися в діапазоні від 12 до 30 балів, середнє значення показника фізичної агресії – 20,75 бала, середньоквадратичне відхилення становить 5,77. Коефіцієнт варіації дорівнює 27,8%, що відображає високу варіативність показників у чоловічій вибірці (табл.2.3.16).

Таблиця 2.3.16

Описові статистики шкали фізичної агресії у чоловіків

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Фізична агресія	16	12,00	30,00	20,75	5,77
N валідних (за списком)	16				

Описові статистики шкали фізичної агресії у чоловіків вказують на різну інтенсивність фізичної агресії.

За шкалою гніву у чоловіків виявлено: низькі показники у 5 респондентів (31,2%), середні – у 8 (50,0%), високі показники у 3 (18,8%) респондентів (рис. 2.3.18).

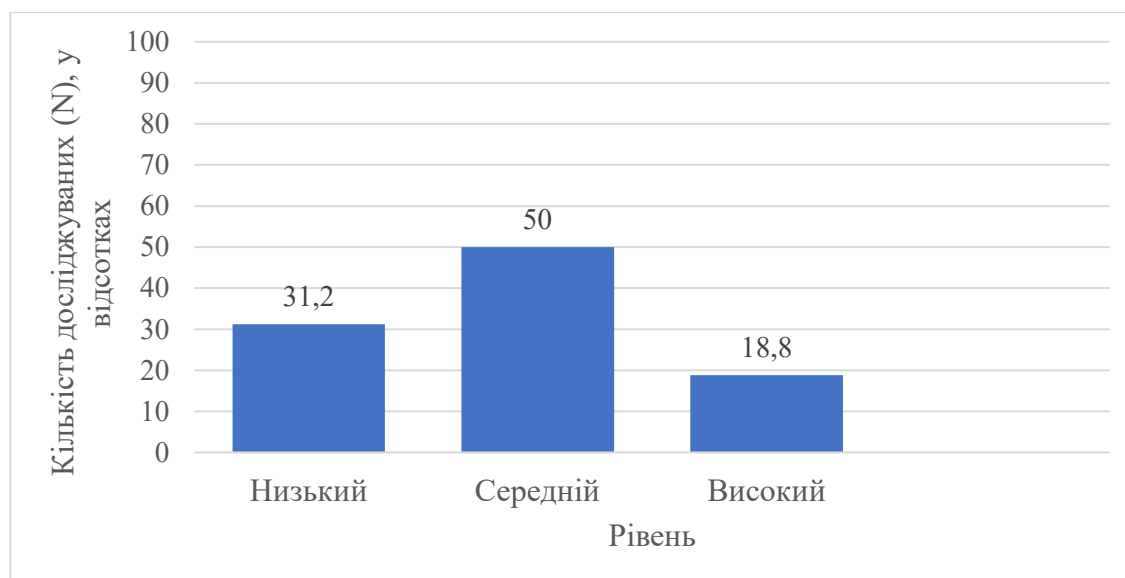


Рис. 2.3.18. Показники за шкалою гніву у чоловіків (за А. Бассом-М. Перрі, у відсотках)

Можна зазначити, що більшість учасників дослідження характеризується середніми показниками гніву, меншою мірою це стосується низьких і високих показників. Описові статистики за шкалою гніву серед чоловіків: розмах – від 11 до 30 балів, середнє значення становило 19,31 бала, середньоквадратичне відхилення – 5,95. Коефіцієнт варіації дорівнює 30,8 %, що відображає високу варіативність результатів у чоловічій вибірці (табл.2.3.17).

Таблиця 2.3.17

Описові статистики шкали гніву у чоловіків

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Гнів	16	11,00	30,00	19,31	5,95
N валідних (за списком)	16				

Одержані результати вказують на значну варіативність показника за шкалою гніву – від помірної до високої агресивності, що вказує на різний ступінь емоційного реагування у сімейному конфлікті.

Щодо результатів дослідження, одержаних за шкалою ворожості у чоловіків, то низькі показники виявлено у 8 респондентів (50%), середні – так само у 8 осіб

(50%). Високих показників ворожості у чоловіків досліджуваної групи не зафіксовано (рис. 2.3.19).

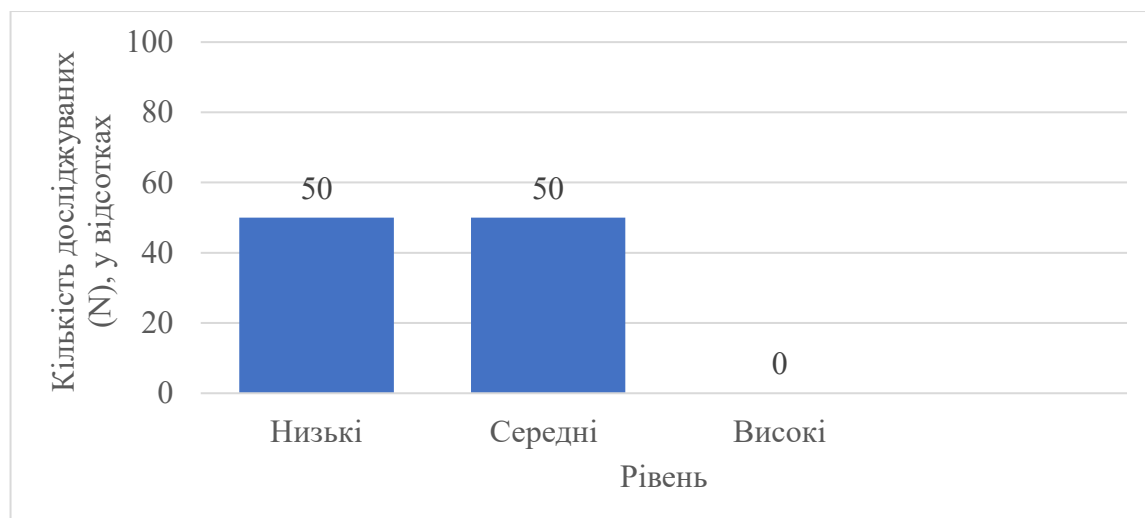


Рис. 2.3.19. Показники за шкалою ворожості у чоловіків (за А. Бассом-М. Перрі, у відсотках)

Описові статистики за шкалою ворожості у чоловіків: результати варіювалися від 8 до 27 балів, середнє значення показника дорівнює 18,0 балів, а середньоквадратичне відхилення – 6,25. Коефіцієнт варіації складає 34,7%, що вказує на високу варіативність результатів за цією шкалою у вибірці чоловіків (табл. 2.3.18).

Таблиця 2.3.18

Описові статистики шкали ворожості у чоловіків

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Ворожість	16	8,00	27,00	18,0000	6,25033
N валідних (за списком)	16				

Результати дослідження вказують на значну варіативність показників у чоловічій вибірці.

За загальними показниками рівня агресивності серед чоловіків отримано такі результати: у 5 осіб (31,3 %) – низькі показники; у 10 респондентів (62,5 %) – середні; у 1 особи (6,2 %) – високий показник (рис. 2.3.20).

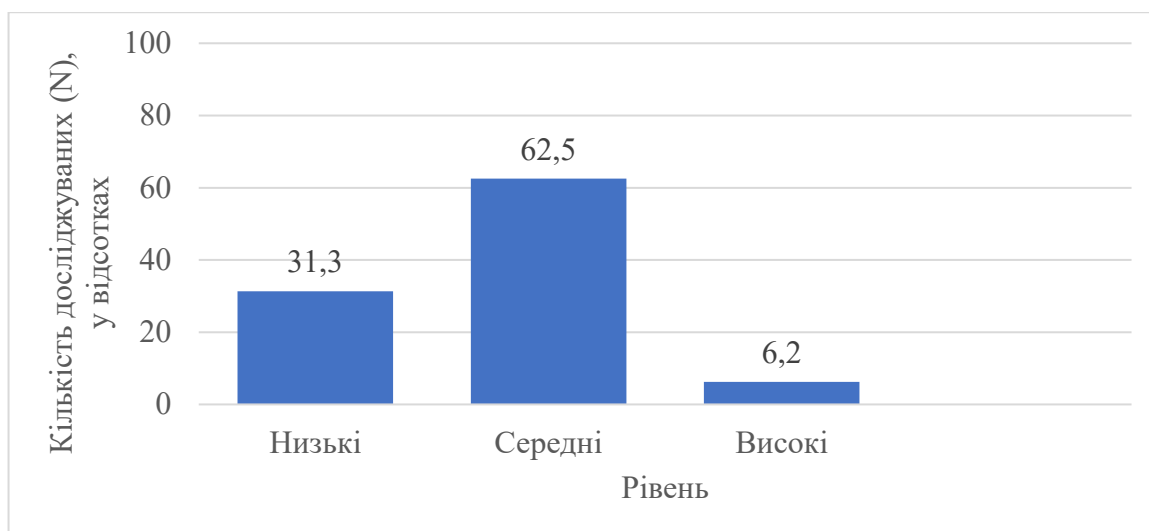


Рис. 2.3.20. Загальні показники рівня агресивності у чоловіків (за А. Бассом-М. Перрі, у відсотках)

Результати дослідження вказують на високу варіативність показників агресивності у чоловічій вибірці. Переважна більшість респондентів демонструє середній рівень агресивності, частина – низький, найменша частина – високий. Отримані дані вказують на загальну тенденцію до помірного прояву агресивності серед чоловіків із незначною кількістю виражених відхилень. Описові статистики загального показника агресивності у чоловіків: діапазон – від 32 до 84 балів, середнє значення показника – 58,06 бала, середньоквадратичне відхилення – 15,41. Коефіцієнт варіації дорівнює 26,5%, що відображає високу варіативність одержаних результатів у (табл. 2.3.19).

Таблиця 2.3.19

**Описові статистики за шкалою загального показника агресивності
у чоловіків**

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Загальний показник агресивності	16	32,00	84,00	58,0625	15,40766
N валідних (за списком)	16				

Аналіз результатів дає підстави стверджувати, що загальний показник агресивності відзначається варіативністю: від низьких до високих значень.

Показники варіюють у достатньо широкому діапазоні, що вказує на їх неоднорідність.

Узагальнені результати дослідження агресивності серед чоловіків засвідчують, що показники фізичної агресії та ворожості переважно відносяться до низького та середнього рівнів, що вказує на відносну стабільність і помірність поведінкових та когнітивних проявів агресії у досліджуваних. Водночас показники за шкалою гніву характеризуються більшою варіативністю, що відображає різний ступінь емоційної стабільності респондентів.

Для визначення рівня стресового навантаження, яке суб'єктивно переживається особистістю, у дослідженні було використано шкалу сприйнятого стресу (Perceived Stress Scale, PSS-10). Цей психодіагностичний інструмент дає змогу оцінити, якою мірою респонденти сприймають події власного життя протягом останнього місяця як непередбачувані, неконтрольовані та перевантажені стресовими чинниками. Шкала спрямована на виявлення суб'єктивного відчуття напруження та рівня психологічного стресу, що виникає у повсякденному житті.

За результатами дослідження встановлено, що низький рівень сприйнятого стресу властивий 1 особі (1,4%), середній рівень – 65 респондентам (87,8%), високий рівень – 8 особам (10,8%), що взяли участь у дослідженні (рис. 2.3.21).

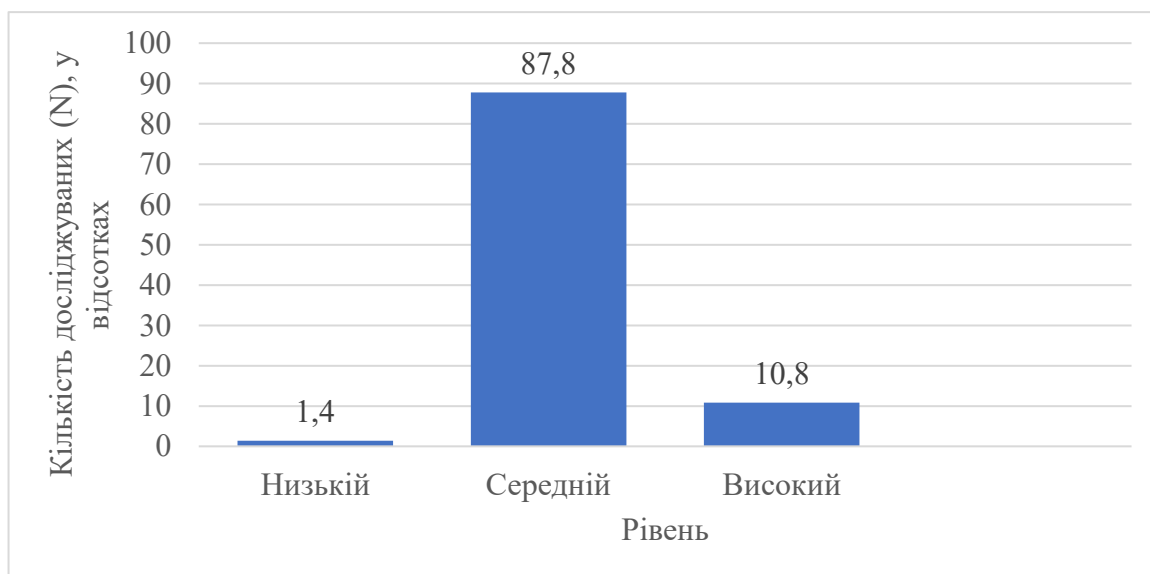


Рис. 2.3.21. Рівень сприйнятого стресу, у відсотках (%)

Переважна більшість учасників продемонструвала середній рівень сприйнятого стресу, частина респондентів виявили високий рівень стресу, що може вказувати на недостатню здатність респондентів до емоційної саморегуляції. Дані описових статистик вказують на те, що значення показника сприйнятого стресу варіювалися від 10 до 33 балів, середнє значення показника становило 22,80 бала, середньоквадратичне відхилення – 3,71. Коефіцієнт варіації дорівнює 16,3%, що означає середню варіативність одержаних результатів (табл. 2.3.20).

Таблиця 2.3.20

Описові статистики шкали сприйнятого стресу

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Сприйнятий стрес	74	10,00	33,00	22,80	3,71
N валідних (за списком)	74				

Результати дослідження, одержані за шкалою сприйнятого стресу вказують на переважання у респондентів середнього рівня суб'єктивного відчуття стресу. Такий рівень стресового навантаження вказує на те, що більшість досліджуваних здатні долати повсякденні труднощі, однак здебільшого перебувають у стані підвищеної емоційної напруги. Водночас, респонденти з високим рівнем сприйняття стресу мають знижену здатність до емоційної саморегуляції або перебувають під травмівним впливом зовнішніх чинників.

Методика вивчення рівня емоційного інтелекту Н. Холла дає змогу виявити специфіку емоційного інтелекту за допомогою п'яти шкал: шкали «емоційна обізнаність», шкали «управління своїми емоціями», шкали «самотивація», шкали «емпатія», шкали «розпізнавання емоцій інших людей».

Розглянемо одержані результати більш докладно. За шкалою емоційної обізнаності отримано такі результати: у 17 респондентів (23%) визначено низький рівень емоційної обізнаності; у 30 осіб (40,5%) – середній рівень; у 27 респондентів (36,5%) визначено високий рівень емоційної обізнаності (рис. 2.3.22).

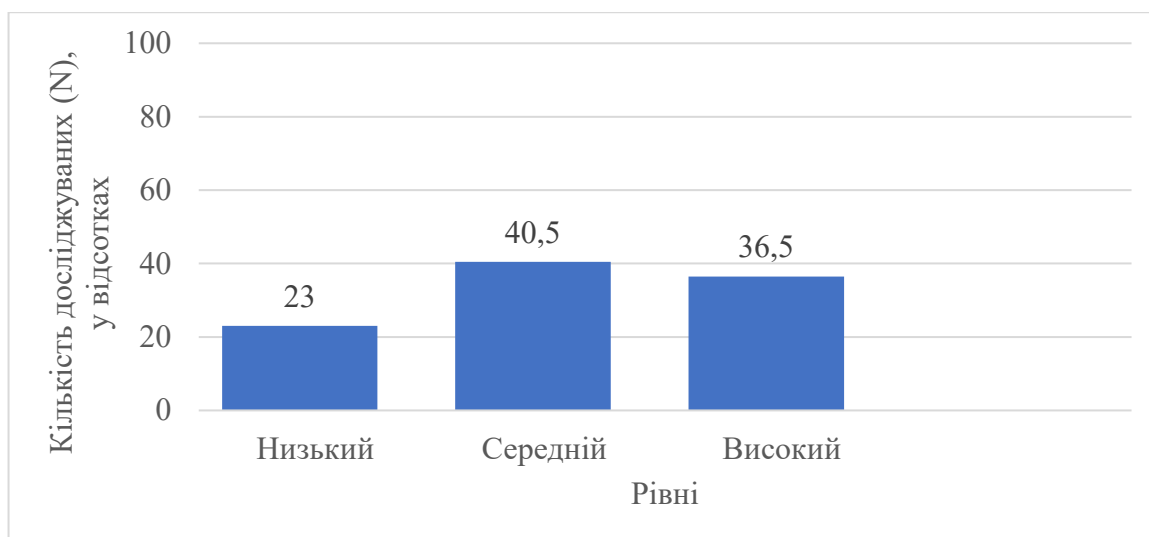


Рис. 2.3.22. Рівень емоційної обізнаності (у відсотках)

Результати дослідження вказують, що середній рівень емоційної обізнаності притаманний 30 респондентам (40,5%). Високий рівень виявлено у 27 респондентів (36,5%), що вказує на сформовану здатність розпізнавати власні емоційні стани. У 17 учасників дослідження (23%) зафіксовано низький рівень емоційної обізнаності. Описові статистики емоційної обізнаності: діапазон оцінки складає від -3 до $+18$ балів, середнє значення становило 10,62 бала, середньоквадратичне відхилення – 5,04. Коефіцієнт варіації складає 47,4%, що відображає високу варіативність показника емоційної обізнаності (табл. 2.3.21).

Таблиця 2.3.21

Описові статистики рівня емоційної обізнаності

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Емоційна обізнаність	74	$-3,00$	18,00	10,62	5,04
N валідних (за списком)	74				

Аналіз описових статистик вказує, що показник емоційної обізнаності респондентів варіюється у досить широкому діапазоні значень. У середньому учасники дослідження демонструють достатній розвиток здатності розпізнавати та усвідомлювати емоції, разом з тим простежується суттєва індивідуальна варіативність показників.

За шкалою управління емоціями встановлено її низький рівень у 59 респондентів (79,7%). Середній рівень за цією шкалою – у 15 учасників дослідження (20,3%). Показників, що відносяться до високого рівня управління своїми емоціями, не виявлено (рис. 2.3.23).

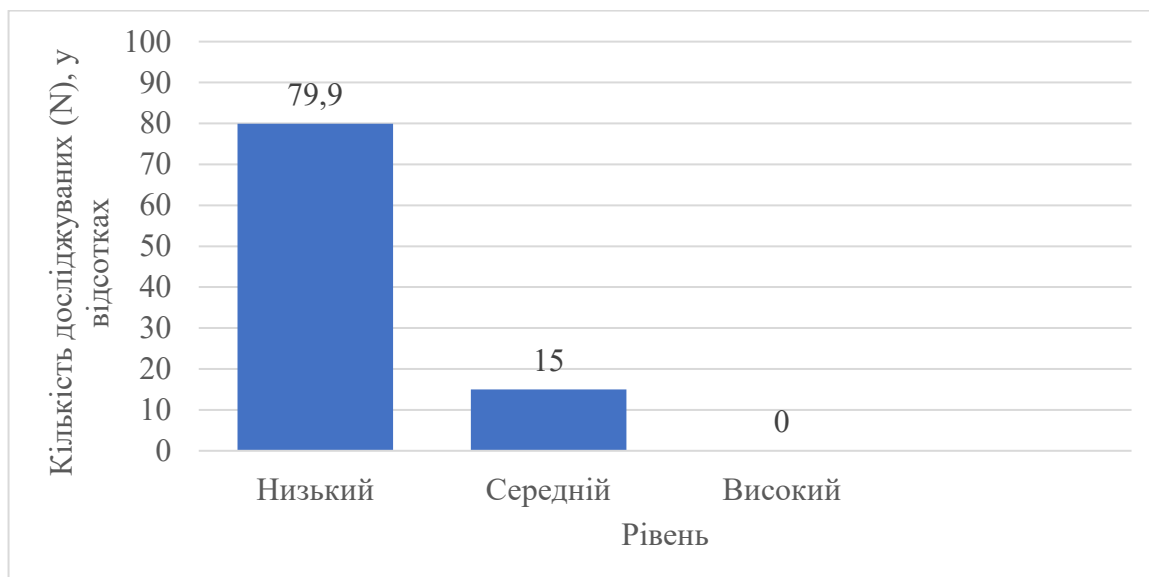


Рис. 2.3.23 Рівень управління своїми емоціями (у відсотках)

Отримані результати вказують на те, що більшість респондентів відчувають труднощі в управлінні своїми емоціями. Середній рівень управління своїми емоціями зафіксовано у меншій частини респондентів. Високого рівня за цією шкалою не встановлено, що засвідчує про необхідність розвитку у досліджуваних навичок ефективної емоційної саморегуляції. Описові статистики щодо рівня управління своїми емоціями вказують на те, що одержані за цим показником результати варіюють в діапазоні від -14 до $+13$ балів, середнє значення показника становить $0,76$ бала, середньоквадратичне відхилення – $7,38$. Обчислений коефіцієнт варіації перевищує в даному випадку 900% , що відображає надзвичайно високу мінливість показників за цією шкалою (табл. 2.3.22). Зазначимо, що надмірно високий коефіцієнт варіації шкали «управління своїми емоціями» пов'язаний із середнім значенням цього показника, близьким до нуля, веде до математичного зростання середньоквадратичного відхилення до дуже високих значень, тому показники за цією шкалою будемо інтерпретувати обережно.

Таблиця 2.3.22

Описові статистики за шкалою управління своїми емоціями

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Управління своїми емоціями	74	-14,00	13,00	,7568	7,38160
N валідних (за списком)	74				

Аналіз одержаних результатів вказує на те, що більшість респондентів має труднощі в управлінні власними емоціями, що ускладнює процес емоційної саморегуляції в умовах підвищеного стресу, зокрема під час воєнних подій та в ситуаціях подружнього конфлікту. У частини учасників дослідження відзначається відносна вища, порівняно з іншими, здатність до емоційного контролю, що вказує на сформованість в них навичок адаптації до створених умов. Водночас високого рівня здатності до управління своїми емоціями у досліджуваних не зафіксовано, що вказує на необхідність запровадження цілеспрямованої психологічної підтримки та розвитку навичок конструктивного емоційного реагування.

За шкалою самомотивації одержано такі результати: у 37 респондентів (50%) – низький рівень; у 32 (43,2%) – середній рівень; у 5 (6,8%) визначено високий рівень самомотивації (рис. 2.3.24).

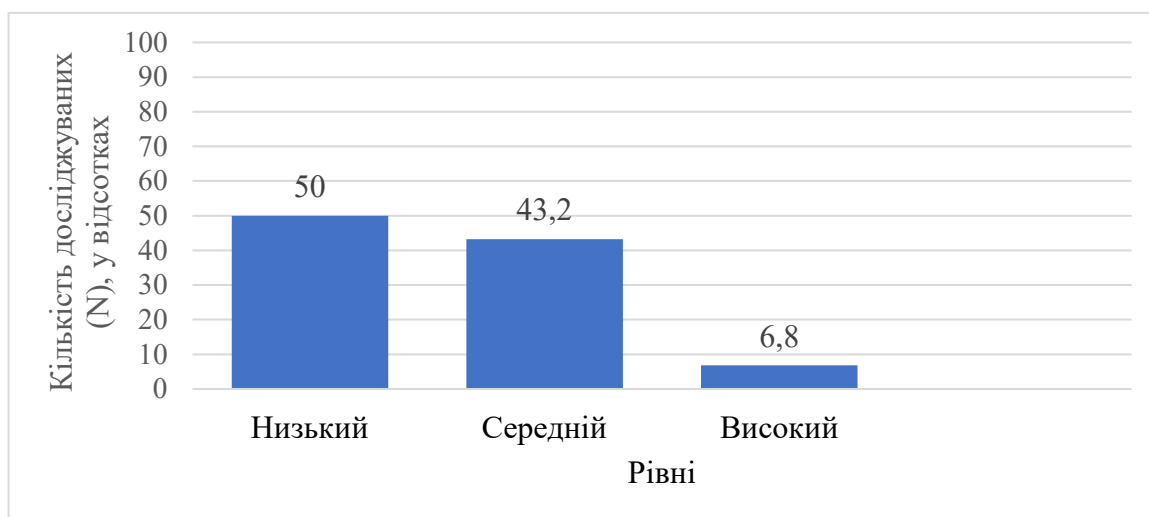


Рис. 2.3.24. Рівень самомотивації (у відсотках)

Результати дослідження вказують на те, що у половини респондентів встановлено низький рівень самомотивації, що вказує на зниження внутрішніх ресурсів та стимулів до дій. У значної частини респондентів відзначається середній

рівень самотивації. Високий рівень самотивації встановлено лише у невеликої кількості респондентів. Узагалі результати дослідження вказують на недостатньо високий рівень внутрішньої мотивації у досліджуваних, що вказує на обмеженість особистісних мотиваційних ресурсів та неспроможність підтримувати цілеспрямовану активність у складних життєвих обставинах. Описові статистики шкали самотивації: діапазон значень – від $-12,00$ до $+17,00$ балів. Середнє значення показника самотивації становить $6,12$ бала, середньоквадратичне відхилення – $6,44$. Коефіцієнт варіації понад $105,17\%$, що відображає високу варіативність показників у даній вибірці (табл. 2.3.23).

Таблиця 2.3.23

Описові статистики за шкалою самотивації

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Самотивація	74	$-12,00$	$17,00$	$6,1216$	$6,43823$
N валідних (за списком)	74				

Описові статистики вказують на значну варіативність показників самотивації по даній вибірці. Відзначається наявність як низького, середнього, так і високого рівнів самотивації, що вказує на неоднорідність вияву цього показника серед учасників дослідження.

За шкалою емпатії було отримано такі результати: у 17 респондентів (23%) визначено низький рівень; у 30 осіб ($40,5\%$) – середній рівень; у 27 учасників ($36,5\%$) – високий рівень емпатії (рис. 2.3.25).

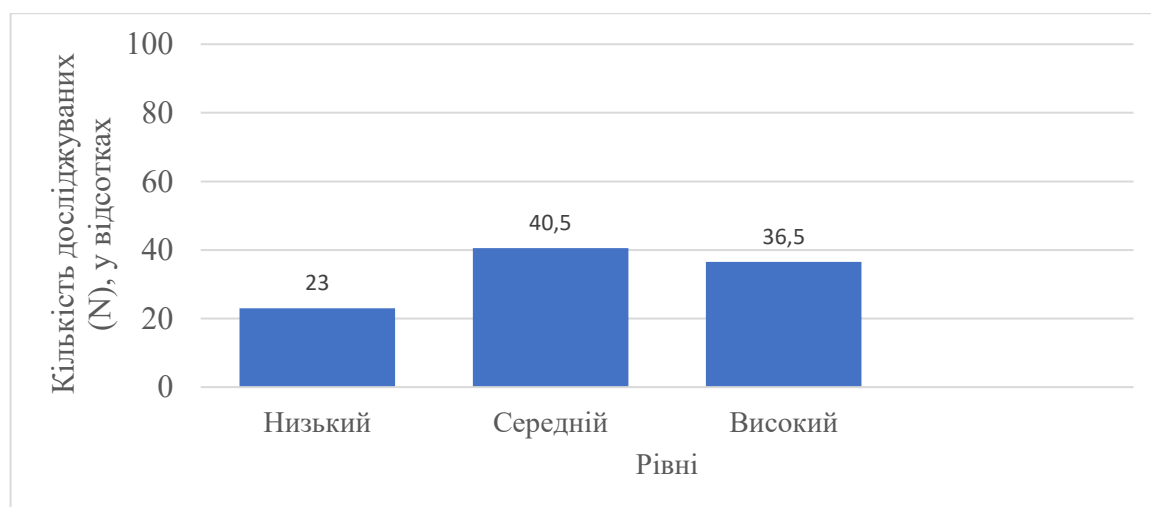


Рис. 2.3.25. Рівень емпатії (у відсотках)

Зазначимо, що за шкалою емпатії у більшості досліджуваних визначено середній або високий її рівень. Такі результати вказують на здатність респондентів до емоційного співпереживання та розуміння інших; низькі показники емпатії вказують на емоційне виснаження досліджуваних. За показниками описових статистик за шкалою емпатії визначено: діапазон значень – від $-9,00$ до $+18,00$ балів; середнє значення показника емпатії становило $10,32$ бала, середньоквадратичне відхилення – $4,79$. Коефіцієнт варіації дорівнює $46,34\%$, що вказує на високу варіативність показників по досліджуваній вибірці (табл. 2.3.24).

Таблиця 2.3.24

Описові статистики за шкалою емпатії

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Емпатія	74	- 9,00	18,00	10,32	4,79
N валідних (за списком)	74				

Результати описових статистик вказують на те, що рівень емпатії варіює у широкому діапазоні, що відображає значну індивідуальну різноманітність у здатності досліджуваних до співпереживання. Загалом по вибірці переважають середні та високі показники рівня емпатії, які вказують на достатньо високий рівень розвитку емоційної чутливості.

В ході емпіричного дослідження встановлено, що за шкалою розпізнавання емоцій інших людей у 23 респондентів (31%) визначено низький рівень; у 38 осіб ($51,4\%$) – середній; у 13 респондентів ($17,6\%$) – високий рівень (рис. 2.3.26).

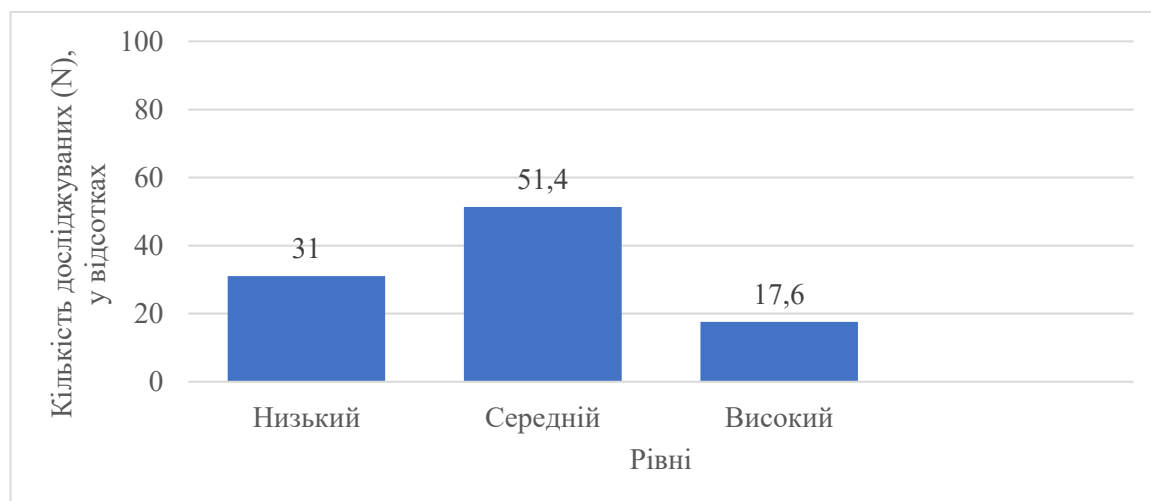


Рис. 2.3.26. Рівень розпізнавання емоцій інших людей (у відсотках)

Описові статистики за шкалою розпізнавання емоцій інших людей вказують на те, що величина цього показника варіює в діапазоні від -14 до $+18$ балів, середнє значення становить $8,18$ бала, а середньоквадратичне відхилення дорівнює $5,88$. Коефіцієнт варіації становить $71,93\%$, що вказує на високу варіативність показників за цією шкалою в експериментальній вибірці (табл. 2.3.25).

Таблиця 2.3.25

Описові статистики за шкалою розпізнавання емоцій інших людей

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Розпізнавання емоцій інших людей	74	- 14,00	18,00	8,18	5,88
N валідних (за списком)	74				

Одержані дані свідчать про наявність суттєвих індивідуальних відмінностей за цією шкалою та має важливе значення при аналізі подружньої взаємодії. Така варіативність може бути зумовлена різними когнітивними стилями, рівнем емпатії та попереднім досвідом соціальної комунікації, що визначає здатність партнерів адекватно інтерпретувати емоції.

За шкалою загального рівня емоційного інтелекту встановлено, що 42 респонденти ($56,8\%$) мають низький рівень прояву емоційного інтелекту, 28 осіб ($37,8\%$) – середній рівень, 4 особи ($5,4\%$) – високий рівень за означеною шкалою (рис. 2.3.27).

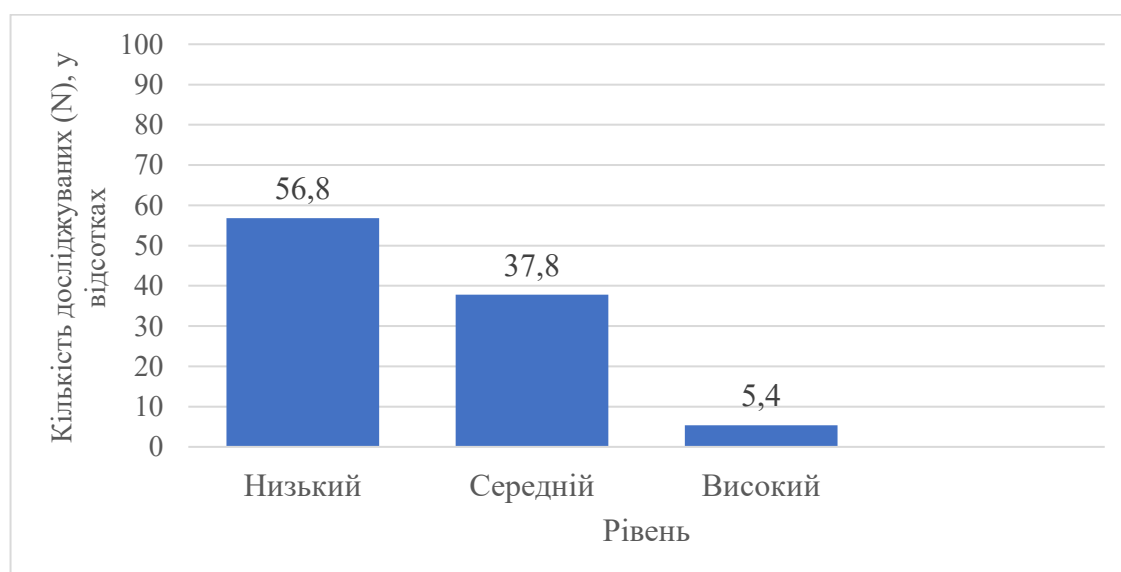


Рис. 2.3.27. Загальний рівень емоційного інтелекту (у відсотках)

Результати дослідження засвідчують, що у більшості респондентів виявлено низький рівень емоційного інтелекту, меншою мірою у учасників дослідження встановлено середній рівень емоційного інтелекту, тоді як високий його рівень зафіксовано лише у незначній кількості досліджуваних. Отримані дані вказують на недостатню сформованість емоційного інтелекту у досліджуваних, що може впливати на ефективність емоційної саморегуляції та конструктивність у взаємодії подружжя. Описові статистики загального рівня емоційного інтелекту: діапазон значень – від -16 до $+78$ балів. Середнє значення показника дорівнює $34,86$ бала, середньоквадратичне відхилення – $22,28$. Коефіцієнт варіації становить $63,93\%$, що вказує про високу варіативність показника загального рівня емоційного інтелекту у вибірці (табл. 2.3.26).

Таблиця 2.3.26

Описові статистики загального рівня емоційного інтелекту

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Загальний рівень емоційного інтелекту	74	$-16,00$	$78,00$	$34,86$	$22,28$
N валідних (за списком)	74				

Описові статистики загального рівня емоційного інтелекту вказують на високу варіативність цього показника, що відображає неоднорідність вибірки та виражені індивідуальні відмінності респондентів щодо їх здатності до розпізнавання, усвідомлення, та регуляції емоцій. Результати вивчення загального рівня емоційного інтелекту вказують на те, що більшість респондентів характеризується недостатньо розвиненими емоційними компетентностями, що виявляється через утруднене розпізнавання, вираження та регуляцію власних емоцій. Разом із тим, у частини учасників діагностовано середній або високий рівень розвитку емоційного інтелекту, що вказує на здатність досліджуваних до конструктивної взаємодії. Відзначено про значну індивідуальну варіативність результатів дослідження, що вказує на необхідність розвитку емоційних компетентностей для підвищення ефективності міжособистісної взаємодії та врегулювання подружніх конфліктів.

У межах емпіричного дослідження було застосовано методику «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттен, К. Камерон, яка призначена для оцінки п'яти основних стилів реагування особистості в конфліктних ситуаціях, як-от примус, уникнення, пристосування, компроміс і співпраця (Горленко та ін., 2021; Whetten, Cameron, 2023).

Описові статистики за результатами оцінки стратегії «примус»: діапазон оцінок – від 6 до 12 балів, середнє значення – 8,81 бала, середньоквадратичне відхилення становить 1,44. Коефіцієнт варіації дорівнює 16,34%, що відображає середній рівень варіативності результатів та вказує на помірну варіативність оцінки респондентами стратегії «примус». Описові статистики за результатами оцінки стратегії «пристосування»: діапазон оцінок становить від 6 до 12 балів, середнє значення – 9,18 бала, середньоквадратичне відхилення становить 0,91. Коефіцієнт варіації становить 9,94%, що вказує на низький рівень варіативності щодо одержаних результатів оцінки стратегії «пристосування». Описові статистики за результатами оцінки стратегії «компроміс»: діапазон оцінок від 6 до 12 балів, середнє значення дорівнює 9,74 бала, середньоквадратичне відхилення становить 1,48. Коефіцієнт варіації – 15,20%, що вказує на помірну варіативність оцінки стратегії «компромісу». Описові статистики за результатами оцінки стратегії «уникнення»: діапазон оцінок від 6 до 12 балів, середнє значення – 8,20 бала, середньоквадратичне відхилення становить 1,62, коефіцієнт варіації – 19,77%, що вказує на середню варіативність оцінки стратегії «уникнення». Описові статистики за результатами оцінки стратегії «співпраця»: діапазон оцінок від 6 до 12 балів, середнє значення – 10,28 бала, середньоквадратичне відхилення становить 1,41, коефіцієнт варіації – 13,71%, що вказує на середню варіативність оцінки стратегії «співпраця» (табл. 2.3.27).

Таблиця 2.3.27

**Описові статистики оцінки стратегії боротьби з конфліктами
за Д. Веттен, К. Камерон**

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Примус	74	6,00	12,00	8,8108	1,43990

	N	Мінімум	Максимум	Середнє	Середньоквадратичне відхилення
Пристосування	74	6,00	12,00	9,1757	,91199
Компроміс	74	6,00	12,00	9,7432	1,48103
Уникнення	74	5,00	12,00	8,2027	1,62160
Співпраця	74	6,00	12,00	10,2838	1,40956
N валідних (за списком)	74				

Отримані дані вказують на те, що найбільш вираженою стратегією поведінки при вирішенні конфліктів серед досліджуваних є стратегія співпраці. Результати вказують на високу орієнтацію досліджуваних на взаємодію, врахування інтересів обох сторін і спільний пошук рішення в конфліктних ситуаціях. Досліджувані віддають перевагу відкритому діалогу та конструктивному співробітництву.

На другому місці за вираженістю – стратегія компромісу. Одержані результати підтверджують готовність респондентів до взаємних поступок у процесі вирішення конфліктів. Спостерігається тенденція до досягнення балансу інтересів сторін.

Щодо стратегії пристосування для врегулювання конфлікту, то отримані дані розкривають готовність респондентів певною мірою враховувати інтереси іншої сторони і поступатися власною позицією. Низький рівень варіативності оцінки пристосування вказує на відносну однорідність вияву цієї стратегії для врегулювання конфлікту.

Особливістю застосування досліджуваними стратегії примусу для врегулювання конфлікту є те, що вона виявилася поширеною, проте не домінуючою, оскільки подружжя демонструє гнучкість у виборі способів реагування на конфліктні ситуації.

Стратегія уникнення конфліктів є найменш поширеним серед досліджуваних, які перебувають у подружніх стосунках. Результати вказують на застосування досліджуваними позиції відсторонення або ігнорування конфлікту. Помірковане використання цієї стратегії поведінки може вказувати на намагання подружжя не загострювати конфлікти в емоційно нестабільних ситуаціях, що відбуваються під впливом воєнних подій.

За результатами кореляційного аналізу (Ващенко, 2025a; 2025b), проведеного за допомогою методу рангової кореляції Спірмена, встановлено наявність статистично значущих зв'язків між такими вимірюваними показниками: показником тривоги (за шкалою Бека) та показниками поведінки особистості в конфліктних ситуаціях (за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна), а саме: шкалами депресії, соматизації тривоги, агресії, фіксації на психотравмі, дефензивних механізмів психологічного захисту; шкалою сприйнятого стресу (PSS-10); показниками емоційного інтелекту (за методикою «Визначення рівня емоційного інтелекту» Н. Холла).

Встановлено сильний позитивний кореляційний зв'язок між показниками тривоги і депресії ($r = 0,746$, $p \leq 0,01$), а також між показниками тривоги та соматизованої тривоги ($r = 0,701$, $p \leq 0,01$), що вказує на високий рівень взаємозв'язку показників прояву психоемоційного стану особистості. Помірні позитивні кореляції виявлено між показниками тривоги та агресії ($r = 0,469$, $p \leq 0,01$), фіксації на психотравмі ($r = 0,450$, $p \leq 0,01$), дефензивних механізмів ($r = 0,314$, $p \leq 0,01$), сприйнятого стресу ($r = ,542$, $p \leq 0,01$), стратегії пристосування ($r = 0,239$, $p \leq 0,05$).

Помірний негативний кореляційний зв'язок встановлено між показниками тривоги та показниками емоційної регуляції: управління емоціями ($r = -0,627$, $p \leq 0,01$), самомотивація ($r = -0,478$, $p \leq 0,01$), загальний рівень емоційного інтелекту ($r = -0,414$, $p \leq 0,01$) (див. Додаток Б, табл. 1–2).

У ході емпіричного дослідження було визначено кореляційні зв'язки між показником депресії (за методикою Бека) та показником тривоги (за методикою А. Бека), показниками поведінки особистості в конфліктних ситуаціях (за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна), а також показниками емоційного інтелекту (за методикою «Визначення рівня емоційного інтелекту» Н. Холла).

Результати кореляційного аналізу вказують на сильний позитивний кореляційний зв'язок між показниками депресії (за методикою А. Бека) та тривоги ($r = 0,756$, $p \leq 0,01$) і депресії (за методикою Кочаряна) ($r = 0,676$, $p \leq 0,01$), а також

показником соматизації тривоги ($r = 0,575, p \leq 0,01$). Помірні позитивні зв'язки встановлено між показниками депресії і агресії ($r = 0,424, p \leq 0,01$), фіксації на психотравмі ($r = 0,424, p \leq 0,01$), дефензивних механізмів ($r = 0,313, p \leq 0,01$) і протективних механізмів ($r = 0,236, p \leq 0,05$). Водночас показник депресії має помірні негативні кореляційні зв'язки з показниками управління емоціями ($r = -0,607, p \leq 0,01$), самомотивації ($r = -0,439, p \leq 0,01$) та загального рівня емоційного інтелекту ($r = -0,377, p \leq 0,01$).

Результати аналізу вказують на те, що депресивні прояви тісно пов'язані з рівнем тривоги та соматизацією тривоги. Підвищення депресії супроводжується активізацією агресії, фіксацією на психотравмі та використанням захисних стратегій, що відображає реактивні та адаптивні поведінкові механізми в конфліктних ситуаціях. Водночас показник депресії має негативний взаємозв'язок із показниками емоційного інтелекту, включно з управління власними емоціями, самомотивацією та інтеграційним рівнем емоційного інтелекту. Це вказує на те, що підвищений рівень депресії негативно впливає на здатність респондентів ефективно регулювати емоційні стани, підтримувати внутрішню мотивацію та загальний рівень емоційної компетентності (див. Додаток Б, табл. 3).

Було визначено кореляційний зв'язок між показником резильєнтності (CD – RISC-10) і показником депресії (за шкалою А. Бека), показником тривоги (за шкалою А. Бека), показниками емоційного інтелекту (за методикою «Визначення рівня емоційного інтелекту» Н. Холла).

Показник резильєнтності має сильний позитивний взаємозв'язок з показниками самомотивації ($r = 0,660, p \leq 0,01$), управління емоціями ($r = 0,612, p \leq 0,01$) та загального рівня емоційного інтелекту ($r = 0,587, p \leq 0,01$). Помірні позитивні кореляції встановлено між показниками емоційної обізнаності ($r = 0,349, p \leq 0,01$) та здатності розпізнавати емоції інших людей ($r = 0,306, p \leq 0,01$). Слабкий позитивний зв'язок виявлено з показником емпатії ($r = 0,234, p \leq 0,05$). Зафіксовано помірні негативні кореляційні зв'язки між показниками резильєнтності і тривоги ($r = -0,549, p \leq 0,01$), депресії ($r = -0,533, p \leq 0,01$) та соматизації тривоги ($r = -0,318, p \leq 0,01$).

Результати кореляційного аналізу вказують на те, що підвищення рівня резильєнтності пов'язано з розвитком самомотивації, управління емоціями та загальним рівнем емоційного інтелекту, емоційною обізнаністю, здатністю розпізнавати емоції інших людей, емпатією. Водночас зниження резильєнтності супроводжується підвищенням тривоги, депресивних проявів та соматизації тривоги (див. Додаток Б, табл. 4).

За допомогою кореляційного аналізу у жіночій вибірці досліджуваних встановлено наявність статистично значущих взаємозв'язків між показниками рівня агресивності: гніву, фізичної агресії та ворожості (за методикою А. Басса-М. Перрі) та показником конфліктності (за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна, Н. Пов'якель), особливостями поведінки особистості в конфліктній ситуації (за опитувальником О. Кочаряна «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації») та стратегіями поведінки у конфлікті (за методикою Д. Веттена, К. Камерона «Стратегія боротьби з конфліктами»).

Так, показник фізичної агресії має помірний позитивний кореляційний зв'язок з показником агресії (за методикою Кочаряна) ($r = 0,482$; $p \leq 0,01$), слабкий позитивний зв'язок із показником соматизації тривоги ($r = 0,303$; $p \leq 0,05$) та слабкий позитивний зв'язок зі стратегією примусу ($r = 0,260$; $p \leq 0,05$). Показник гніву має помірний позитивний зв'язок із показниками особистісної конфліктності ($r = 0,364$; $p \leq 0,01$), депресії ($r = 0,343$; $p \leq 0,01$), соматизації тривоги ($r = 0,417$; $p \leq 0,01$), агресії за О. Кочаряном ($r = 0,450$; $p \leq 0,01$), фіксації на психотравмі ($r = 0,460$; $p \leq 0,01$), а також слабкий позитивний зв'язок зі стратегією примусу ($r = 0,287$; $p \leq 0,05$). Показник ворожості має помірний позитивний кореляційний зв'язок із показниками депресії ($r = 0,383$; $p \leq 0,01$), дефензивних механізмів ($r = 0,346$; $p \leq 0,01$), протективних механізмів ($r = 0,281$; $p \leq 0,05$), а також слабкий позитивний зв'язок з показником фіксації на психотравмі ($r = 0,495$; $p \leq 0,01$) та зі стратегією примусу ($r = 0,301$; $p \leq 0,05$). Загальний показник агресивності в жіночій вибірці має помірний позитивний зв'язок з показниками депресії ($r = 0,365$; $p \leq 0,01$), соматизації тривоги ($r = 0,389$; $p \leq 0,01$), агресії за методикою О. Кочаряна ($r = 0,541$; $p \leq 0,01$), протективних механізмів ($r = 0,367$; $p \leq 0,01$), фіксації на

психотравмі ($r = 0,507$; $p \leq 0,01$) та стратегії примусу ($r = 0,396$; $p \leq 0,01$), а також слабкий позитивний зв'язок з показником особистісної конфліктності ($r = 0,267$; $p \leq 0,05$).

Показники агресивності у жінок мають кореляційні зв'язки з підвищеною емоційною напруженістю та специфікою поведінки у конфліктних ситуаціях. Фізична агресія корелює із соматизацією тривоги та використанням стратегії примусу. Гнів має кореляційні зв'язки з конфліктністю, депресивними проявами, тривожністю та фіксацією на психотравмі. Ворожість корелює з депресивними станами, застосуванням захисних механізмів та схильністю до фіксації на травматичному досвіді. Загальний показник агресивності в жіночій вибірці корелює з рівнем депресії, соматизацією тривоги, агресією за методикою О. Кочаряна, фіксацією на психотравмі, використанням захисних механізмів, стратегією примусу та особистісною конфліктністю (див. Додаток Б, табл. 5–6).

За допомогою кореляційного аналізу у чоловічій вибірці досліджуваних встановлено наявність статистично значущих взаємозв'язків між показниками рівня агресивності, а саме: гніву, фізичної агресії та ворожості (за методикою А. Басса-М. Перрі) та показниками конфліктності (за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна, Н. Пов'якель), особливостями поведінки особистості в конфліктних ситуаціях (за опитувальником О. Кочаряна «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації») та стратегіями поведінки у конфлікті (за методикою Д. Веттена, К. Камерона «Стратегія боротьби з конфліктами»).

Так, показник фізичної агресії має сильний позитивний зв'язок з показником агресії за методикою О. Кочаряна ($r = 0,651$; $p \leq 0,01$), а також помірні позитивні зв'язки з показниками конфліктності ($r = 0,577$; $p \leq 0,05$), дефензивних механізмів ($r = 0,541$; $p \leq 0,05$) та стратегії примусу ($r = 0,513$; $p \leq 0,05$). Показник гніву має сильний позитивний зв'язок з показниками дефензивних механізмів ($r = 0,765$; $p \leq 0,01$) та депресії ($r = 0,753$; $p \leq 0,01$), а також помірний позитивний зв'язок з показником агресії за методикою О. Кочаряна ($r = 0,605$; $p \leq 0,05$). Показник ворожості має сильні позитивні зв'язки з показниками дефензивних механізмів

($r = 0,706$; $p \leq 0,01$) та агресії за методикою О. Кочаряна ($r = 0,653$; $p \leq 0,01$), а також помірний позитивний зв'язок із показником конфліктності ($r = 0,569$; $p \leq 0,05$). Загальний показник агресивності у чоловічій вибірці характеризується сильними позитивними кореляційними зв'язками з показниками дефензивних механізмів ($r = 0,804$; $p \leq 0,01$) та агресії за методикою О. Кочаряна ($r = 0,750$; $p \leq 0,01$), а також помірними позитивними зв'язками з показниками депресії ($r = 0,565$; $p \leq 0,05$) та конфліктності ($r = 0,551$; $p \leq 0,05$) (Ващенко, 2025с).

Отримані результати показують на тісний кореляційний зв'язок між фізичною агресією у чоловіків з конфліктністю, дефензивними механізмами та стратегією примусу. Високі коефіцієнти кореляції зафіксовано між показниками агресивності та дефензивних механізмів, що відображає тенденцію до мобілізації психологічного захисту в умовах міжособистісної напруги та конфліктної взаємодії. Показник гніву корелює з показниками депресивних переживань та підвищеною вираженістю захисних реакцій, що вказує на афективний стан, пов'язаний із внутрішньою дезорганізацією та емоційною нестабільністю, а також агресією. Показник ворожості пов'язаний з показниками дефензивних механізмів, агресії за методикою О. Кочаряна та конфліктності. Показник загального рівня агресивності корелює з депресивними проявами, конфліктністю та використанням дефензивних механізмів, що дає змогу розглядати агресивність як комплексний психологічний симптом, що вказує на емоційне напруження та застосування особистістю неадаптивних стратегій реагування у конфлікті (див. Додаток Б, табл. 7–8).

Результати кореляційного аналізу, засвідчили про наявність низки статистично значущих взаємозв'язків між рівнем сприйнятого стресу (виміряним за методикою «Шкала сприйнятого стресу» PSS-10) та показниками тривоги (за методикою А. Бека), депресії (за методикою А. Бека), поведінки особистості в конфліктних ситуаціях (за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна), емоційного інтелекту (за методикою «Визначення рівня емоційного інтелекту» Н. Холла), а також стратегій поведінки в

конфліктних ситуаціях (за методикою «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттена, К. Камерона).

Встановлено, що показник сприйнятого стресу має помірний позитивний кореляційний зв'язок з показниками тривоги ($r = 0,542$; $p \leq 0,01$), депресії ($r = 0,368$; $p \leq 0,01$), соматизації тривоги ($r = 0,372$; $p \leq 0,01$) та стратегії пристосування ($r = 0,311$; $p \leq 0,01$). Виявлено також слабкий, але значущий позитивний зв'язок з показником агресії ($r = 0,247$; $p \leq 0,05$). Водночас встановлено помірний негативний кореляційний зв'язок з показником управління емоціями ($r = -0,393$; $p \leq 0,01$) та самомотивації ($r = -0,312$; $p \leq 0,01$), а також слабкий негативний зв'язок з показником загального рівня емоційного інтелекту ($r = -0,263$; $p \leq 0,05$).

Отримані результати вказують на те, що показник сприйнятого стресу пов'язаний з емоційними характеристиками особистості та особливостями її поведінки у конфліктних ситуаціях, а саме: підвищеною тривогою, депресивними проявами та соматизацією тривоги, а також зі стратегією пристосування та агресією. Водночас простежуються негативні кореляції між рівнем стресу та загальним показником емоційного інтелекту особистості, зокрема управління емоціями й самомотивацією (див. Додаток Б, табл. 9).

Результати кореляційного аналізу засвідчують також про наявність статистично значущого взаємозв'язку між показниками емоційного інтелекту (за методикою «Визначення рівня емоційного інтелекту» Н. Холла) та показниками поведінки особистості в конфліктних ситуаціях (за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна) і показниками стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях (за методикою «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттена, К. Камерона).

За результатами кореляційного аналізу встановлено, що показник емоційної обізнаності на рівні статистичної тенденції має помірний позитивний зв'язок зі стратегією співпраці ($r = 0,352$; $p \leq 0,01$). Показник управління емоціями має сильний негативний зв'язок із показником депресії ($r = -0,659$; $p \leq 0,01$), помірний негативний зв'язок із показником соматизації тривоги ($r = -0,353$; $p \leq 0,01$) та показником агресії ($r = -0,482$; $p \leq 0,01$), а також слабкий негативний зв'язок із

показником протективних механізмів ($r = -0,234$; $p \leq 0,05$) та показником фіксації на психотравмі ($r = -0,374$; $p \leq 0,01$). До того ж встановлено, що показник самомотивації має помірний негативний зв'язок з показником депресії ($r = -0,556$; $p \leq 0,01$), слабкий негативний зв'язок із показником соматизації тривоги ($r = -0,311$; $p \leq 0,01$) та показником агресії ($r = -0,281$; $p \leq 0,05$), а також слабкий позитивний зв'язок із стратегією співпраці ($r = 0,240$; $p \leq 0,05$). Показник емпатії має слабкий позитивний зв'язок зі стратегією співпраці ($r = 0,270$; $p \leq 0,05$). Показник розпізнавання емоцій інших людей має слабкий негативний зв'язок зі стратегією співпраці ($r = -0,313$; $p \leq 0,01$), слабкий позитивний зв'язок зі стратегією пристосування ($r = 0,324$; $p \leq 0,05$), стратегією примусу ($r = 0,280$; $p \leq 0,05$) та стратегією уникнення ($r = 0,266$; $p \leq 0,05$). Визначено, що показник загального рівня емоційного інтелекту має слабкі негативні зв'язки з показниками неконструктивної установки на шлюб ($r = -0,234$; $p \leq 0,05$), депресії ($r = -0,451$; $p \leq 0,01$), агресії ($r = -0,271$; $p \leq 0,05$) та протективних механізмів ($r = -0,246$; $p \leq 0,05$), а також слабкий позитивний кореляційний зв'язок зі стратегією співпраці ($r = 0,284$; $p \leq 0,05$) (див. Додаток Б, табл. 10).

Отримані за допомогою кореляційного аналізу дані, засвідчили про наявність статистично значущого взаємозв'язку між показниками конфліктності (за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна, Н. Пов'якель), показниками стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях (за методикою «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттена, К. Камерона) і показниками поведінки в конфліктних ситуаціях (за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна).

Так, показник особистісної конфліктності має статистично значущий, слабкий позитивний зв'язок зі стратегією пристосування ($r = 0,243$; $p \leq 0,05$), слабкий негативний зв'язок зі стратегією примусу ($r = -0,272$; $p \leq 0,05$) та помірний негативний зв'язок зі стратегією уникнення ($r = -0,432$; $p \leq 0,05$). Показник неконструктивної установки на шлюб вказує на слабкий негативний зв'язок зі стратегією компромісу ($r = -0,238$; $p \leq 0,05$). Високий рівень особистісної конфліктності пов'язується із застосуванням особистістю стратегій примусу та

уникнення у конфліктних ситуаціях і меншим застосуванням пристосувальних стратегій поведінки у конфлікті. Показник неконструктивної установки на шлюб пов'язаний із меншим застосуванням особистістю компромісних стратегій поведінки, що може ускладнювати конструктивне вирішення конфліктів подружжя (див. Додаток Б, табл. 11).

Після проведення кореляційного аналізу, результати якого дали змогу виявити значущі взаємозв'язки між показниками, що визначають соціально-психологічні умови врегулювання подружніх конфліктів, було здійснено факторний аналіз (Ващенко, 2025е). На основі множинних кореляцій між змінними, факторний аналіз дає змогу виокремити латентні фактори, які відображають структурні зв'язки між показниками, що розкривають специфіку подружніх конфліктів.

Для виявлення основних факторів, що визначають поведінку подружніх пар у конфліктних ситуаціях, застосовано метод головних компонент із Варімакс-обертанням та нормалізацією Кайзера. Це дало змогу виокремити неочевидні зв'язки між показниками та визначити фактори, які розкривають специфіку поведінки особистості у конфлікті (див. Додаток В, табл. 1–3).

Факторизація показників, що характеризують рівень конфліктності особистості, її емоційні характеристики, механізми психологічного захисту та стратегії поведінки у конфлікті, дала змогу визначити компоненту структурну досліджуваних змінних (табл. 2.3.28; 2.3.29; рис. 2.3.28).

Таблиця 2.3.28

Обернена матриця компонентів ^a

Показники	Компонент		
	1	2	3
Депресія	,812		
Соматизація тривоги	,701		
Фіксація на психотравмі	,682		
Агресія	,663		–,329
Дефензивні механізми	,653		
Конфліктність особистості		,796	
Уникнення		–,699	–,377
Пристосування		–,534	

Показники	Компонент		
	1	2	3
Примус		,395	
Компроміс			,763
Співпраця			,705
Неконструктивні установки на шлюб		,394	-,487
Протективні механізми			-,317

Примітки: метод виділення факторів: метод головних компонент; метод обертання: Варімакс з нормалізацією Кайзера; «а» – обертання зійшлося за 5 ітерацій.

Таблиця 2.3.29

Матриця перетворення компонентів

Компонент	1	2	3
1	,876	,295	-,380
2	,455	-,766	,454
3	,157	,571	,806

Примітки: метод виділення факторів: метод головних компонент. метод обертання: Варімакс з нормалізацією Кайзера.

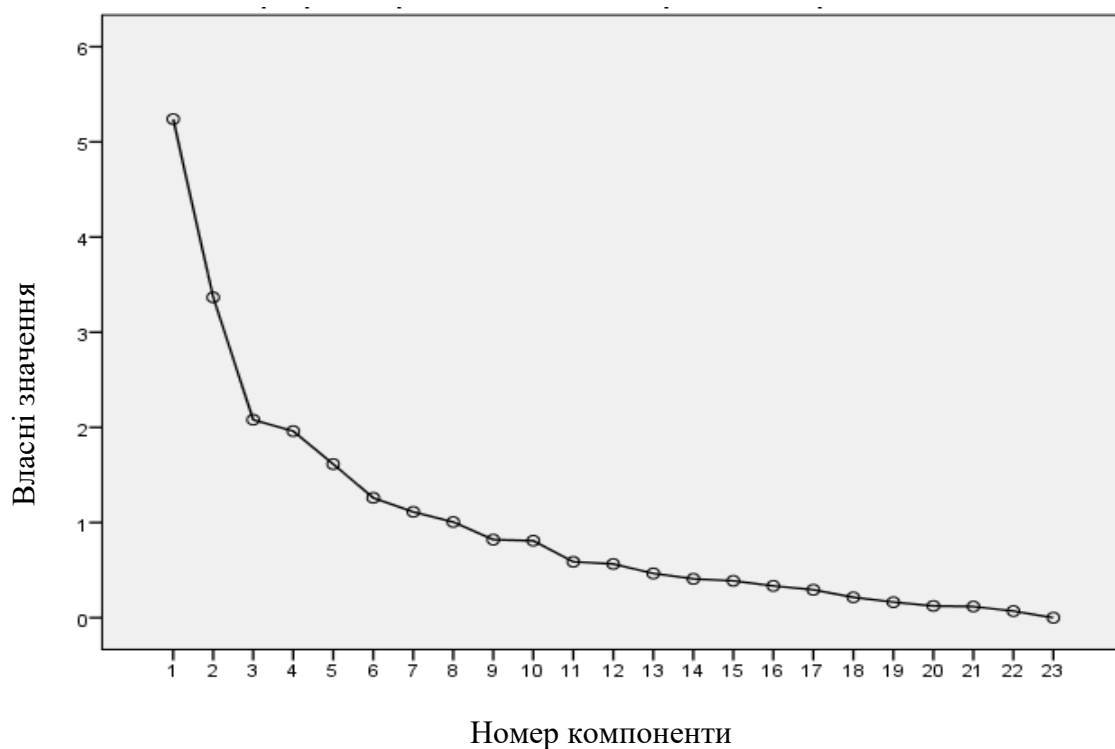


Рис. 2.3.28. Діаграма «каменистого осипу» (scree plot)

Аналіз власних значень компонентів та діаграма «каменистого осипу» (scree plot) дали змогу визначити три основні фактори. Перший фактор – «Негативний

психологічний стан особистості» (внесок у сукупну дисперсію 20,209%) характеризується поєднанням компонентів, що відображають психоемоційні та психосоматичні реакції особистості під час подружніх конфліктів: «депресія» – факторне навантаження (ФН) дорівнює 0,812, «соматизація тривоги» (ФН=0,701), «фіксація на психотравм» і (ФН=0,682), «агресія» (ФН=0,663), «дефензивні механізми» (ФН=0,653). Найвищий рівень факторного навантаження має змінна «депресія», що визначає її провідне значення в структурі цього фактора. Високі значення «соматизації тривоги» та «фіксації на психотравмі» вказують на те, що негативний психологічний стан особистості поєднується з емоційними переживаннями та схильністю до «застрягання» на травматичних подіях. Високі факторні навантаження змінних «агресії» та «дефензивних механізмів» вказують на те, що такий стан супроводжується підвищеною агресивністю та використанням особистістю захисних стратегій поведінки. Загалом цей фактор відображає комплекс негативних психоемоційних проявів, які ускладнюють конструктивну взаємодію подружніх пар у ситуації конфлікту.

Другий фактор – «Непродуктивна поведінка особистості в конфлікті» (внесок у сукупну дисперсію 15,122%) включає такі компоненти: «конфліктність особистості» (ФН=0,796), «уникнення» конфлікту (ФН=-0,699), «пристосування» (ФН=-0,534), «примус» (ФН=0,395). Найвище значення факторних навантажень має змінна «конфліктність особистості», що підкреслює її домінування у структурі цього фактора та вказує на переважання у особистості ознак, пов'язаних із підвищеною чутливістю до суперечностей та схильністю до ініціювання або загострення конфліктів. Негативні факторні навантаження змінних «уникнення» та «пристосування» вказують на низьку ймовірність використання пасивних або компромісних стратегій поведінки досліджуваних у конфлікті. Позитивне факторне навантаження змінної «примус» вказує на схильність особистості до застосування тиску чи домінування у міжособистісних стосунках. Загалом цей фактор відображає активну, проте не завжди конструктивну поведінку в конфлікті, яка часто супроводжується наполегливістю, прагненням контролю, іноді – агресивними реакціями.

Третій фактор – «Продуктивна поведінка особистості в конфлікті» (внесок у сукупну дисперсію 14,023%) об'єднує змінні: «компроміс» ($\Phi H=0,763$), «співпраця» ($\Phi H=0,705$), «неконструктивні установки на шлюб» ($\Phi H=-0,487$) та «протективні механізми» ($\Phi H=-0,317$). Найвищі факторні навантаження мають змінні «компроміс» та «співпраця», що підкреслює їхню провідну роль у структурі цього фактора та вказує на застосування особистістю конструктивних стратегій взаємодії в конфлікті. Негативні факторні навантаження змінних «неконструктивні установки на шлюб» та «протективні механізми» вказують на обернений зв'язок із продуктивною поведінкою особистості. Загалом третій фактор відображає адаптивний стиль поведінки особистості в конфлікті, що ґрунтується на емоційній зрілості, відкритості до діалогу та здатності знаходити баланс між власними потребами й інтересами партнера.

Для виявлення типів респондентів за психологічними характеристиками, що впливають на конфліктність подружжя, було застосовано кластерний аналіз методом k -середніх із виділенням трьох кластерів (Petrenko & Vashchenko, 2025). Статистичну значущість відмінностей між кластерами перевірено за допомогою Н-критерію Краскела–Уолліса, Т-критерію Вілкоксона та U-критерій Манна–Уїтні, що дало змогу оцінити достовірність міжгрупових відмінностей за такими показниками: «конфліктність особистості», «неконструктивні установки на шлюб», «депресія», «протективні та дефензивні механізми», «агресія», «соматизація тривоги» та «фіксація на психотравмі». Дані щодо конфліктності особистості отримано завдяки використанню методик «Оцінка конфліктності особистості» (Г. Ложкін & Н. Пов'якель) та «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» (О. Кочарян) (табл. 2.3.30).

Таблиця 2.3.30

Початкові центри кластерів (усереднені показники)

Показник	Кластер		
	1	2	3
Конфліктність особистості	32,00	30,00	28,00
Неконструктивні установки на шлюб	74,00	41,00	20,00

Показник	Кластер		
	1	2	3
Депресія	64,00	21,00	50,00
Протективні механізми	58,00	36,00	40,00
Дефензивні механізми	66,00	36,00	59,00
Агресія	65,00	40,00	45,00
Соматизація тривоги	50,00	34,00	76,00
Фіксація на психотравмі	53,00	41,00	53,00

Для визначення кінцевих центрів кластерів використано ітераційну процедуру, що передбачала їх поетапне уточнення на основі схожості об'єктів (див. Додаток Г, табл. 1–14). У таблиці 2.3.31 подано хронологію ітерацій та зміни центрів кластерів під час процедури кластеризації. Аналіз динаміки змін засвідчив, що на початкових етапах координати центрів зазнавали коливань, однак із кожною наступною ітерацією стабілізувалися. На п'ятій ітерації зміни центрів стали нульовими, що свідчить про досягнення сходимості алгоритму та стабільність кластерного розподілу.

Таблиця 2.3.31

Хронологія ітерацій та зміни центрів кластерів ^а

Ітерація	Зміна центрів кластерів		
	1	2	3
1	29,078	20,515	27,550
2	2,934	,690	1,639
3	2,790	,920	1,881
4	,000	1,569	1,434
5	,000	,000	,000

Примітка: а. – сходимість досягнута завдяки зміні центрів кластерів; максимальна зміна абсолютної координати для будь-якого центра: ,000; поточна ітерація – 5; мінімальна відстань між початковими центрами: 61,351.

Алгоритм завершив роботу на п'ятій ітерації, коли зміни координат усіх центрів кластерів становили 0,000. Мінімальна відстань між початковими центрами (61,351) забезпечила їх достатню розбіжність і запобігла передчасному злиттю кластерів. Отримані результати підтверджують високу якість кластеризації, її надійність і внутрішню однорідність сформованих груп.

У результаті кластерного аналізу визначено належність кожного респондента до одного з трьох кластерів, а також обчислено відстані до центрів кластерів, що дало змогу оцінити ступінь типовості кожного спостереження. Розподіл респондентів є таким: кластер 1 – «деструктивний тип» – 11 осіб (14,9%); кластер 2 – «адаптивний тип» – 32 особи (43,2%); кластер 3 – «латентно-конфліктний тип» – 31 особа (41,9%).

Дані, наведені в таблиці 2.3.32, відображають відстані між центрами кластерів після завершення кластеризації. Вони є ключовим показником для оцінки дискретності кластерів, тобто визначають, наскільки чітко відрізняються між собою виділені групи.

Таблиця 2.3.32

Відстань між кінцевими центрами кластерів

Кластер	1	2	3
1		40,518	23,463
2	40,518		25,581
3	23,463	25,581	

Міжкластерні відстані підтверджують чіткість розмежування груп. Найбільшу відстань зафіксовано між кластерами 1 і 2 (40,518), що вказує на їх максимальну психологічність відмінність. Найменша відстань між кластером 1 і 3 (23,463) свідчить про їх часткову подібність, зокрема за показниками тривожності та емоційної напруженості. Відстань між кластерами 2 і 3 є помірною (25,581), що відображає проміжний характер третього типу. Загалом ці показники підтверджують обґрунтованість кластерної моделі та наявність якісних відмінностей між групами.

У таблиці 2.3.33 наведено усереднені значення (центри) психологічних показників для кожного з трьох кластерів після досягнення сходимості. Ці показники відображають типові риси респондентів, що дало змогу виокремити їх психологічний профіль.

Таблиця 2.3.33

Кінцеві центри кластерів: психологічний профіль респондентів

Показник	Кластер		
	1	2	3
Конфліктність особистості	29,36	27,84	29,00
Неконструктивні установки на шлюб	55,09	42,41	38,39
Депресія	56,45	33,56	51,84
Протективні механізми	46,82	39,50	41,10
Дефензивні механізми	51,27	39,91	48,10
Агресія	61,27	40,06	47,74
Соматизація тривоги	60,82	46,50	56,32
Фіксація на психотравмі	49,18	38,38	47,19

Кластер 1 – «деструктивний тип», респонденти характеризуються високими рівнями агресії (61,27), депресії (56,45), соматизації тривоги (60,82), неконструктивних установок на шлюб (55,09), дефензивних механізмів (51,27), фіксації на психотравмі (49,18), протективних механізмів (46,82), конфліктності особистості (29,36). Для представників цього кластера властиві емоційна нестабільність, підвищена конфліктність, неконструктивні установки на шлюб, а також активне використання захисних протективних механізмів, що вказує на прагнення знизити психологічний дискомфорт. Підвищена конфліктність особистості вказує на схильність до суперечливих реакцій у взаємодії з партнером. Загалом психологічний профіль представників цієї групи свідчить про недостатній розвиток адаптаційних ресурсів особистості і її схильність до деструктивних моделей взаємодії.

Кластер 2 – «адаптивний тип», що характеризується найнижчими показниками за більшістю досліджуваних змінних: соматизації тривоги (46,50), неконструктивних установок на шлюб (42,41), агресії (40,06), дефензивних механізмів (39,91), протективних механізмів (39,50), фіксації на психотравмі (38,38), депресії (33,56), конфліктності особистості (27,84). Респондентам цієї групи притаманні емоційна стабільність, низький рівень агресії та конфліктності, а також ефективні механізми психологічної адаптації. Вони демонструють високий рівень резильєнтності та емоційного інтелекту, що забезпечує конструктивну

взаємодію та здатність до регуляції емоцій у стресових умовах.

Кластер 3 – «латентно-конфліктний тип» характеризується підвищеними рівнями соматизації тривоги (56,32), депресії (51,84), фіксації на психотравмі (47,19) за відносно помірних показників агресії (47,74) та неконструктивних установок на шлюб (38,39), дефензивних механізмів (48,10), протективних механізмів (41,10), порівняно з другим кластером. Респонденти демонструють проміжні рівні резильєнтності та емоційного інтелекту, нижчі за адаптивний кластер, але вищі за деструктивний. Психологічний профіль цієї групи відображає внутрішню напруженість, емоційну амбівалентність і прихований конфліктний потенціал.

Перевірка статистичної значущості відмінностей між виокремленими кластерами здійснювалася із застосуванням непараметричних критеріїв, що є доцільним з огляду на характер змінних та можливе відхилення розподілів від нормального. Зокрема, для оцінювання загальних міжгрупових відмінностей використовувався Н-критерій Краскела–Уолліса, а для уточнення структури відмінностей – парні порівняння за допомогою U-критерію Манна–Уїтні.

Результати аналізу засвідчили наявність статистично значущих відмінностей між кластерами за показниками тривоги та депресії ($p \leq 0,001$). Подальше парне порівняння встановило, що респонденти першого та третього кластерів характеризуються достовірно вищими рівнями тривожності та депресивних проявів порівняно з другим кластером ($p \leq 0,001$), тоді як відмінності між першим і третім кластерами мають менш виражений характер, що свідчить про їх відносну близькість за емоційно-негативними станами.

Статистично значущі відмінності також зафіксовано за показниками агресії ($p \leq 0,05$ – $0,001$). За результатами парних порівнянь встановлено, що респонденти першого кластера демонструють достовірно вищі рівні агресивних проявів порівняно з другим ($p \leq 0,001$) і третім ($p \leq 0,05$) кластерами. Водночас другий кластер характеризується найнижчими значеннями агресії ($p \leq 0,001$), тоді як третій займає проміжне положення, що підтверджує його латентно-конфліктний характер. За показником сприйнятого стресу також виявлено статистично значущі

міжгрупові відмінності. Зокрема, респонденти другого кластера мають достовірно нижчий рівень стресу порівняно з першим ($p \leq 0,05$) та третім ($p \leq 0,01$), що узгоджується з їх загальною психологічною характеристикою як найбільш адаптивної групи.

Узагальнюючи результати статистичного аналізу, встановлено, що другий кластер («адаптивний тип») характеризується найсприятливішим психологічним профілем: низькими рівнями агресії, стресу, тривожності та депресії. Перший кластер («деструктивний тип») визначає протилежну тенденцію – максимальну вираженість деструктивних емоційно-поведінкових проявів і мінімальні адаптаційні ресурси. Третій кластер («латентно-конфліктний тип») займає проміжне положення, поєднуючи підвищену емоційну напруженість із відносно помірними зовнішніми проявами конфліктності. Отже, застосування комплексу непараметричних критеріїв дало змогу не лише підтвердити статистичну значущість відмінностей між кластерами, але й деталізувати їх психологічний зміст, що підвищує валідність запропонованої типології подружньої взаємодії.

Проведений статистичний аналіз підтвердив достовірність виділених кластерів, забезпечив розмежування респондентів за психологічними характеристиками та дав змогу визначити три типи подружніх взаємин, що суттєво різняться за психоемоційним станом, конфліктною поведінкою, рівнем агресивності.

Підсумовуючи, доцільно зазначити, що комплексний аналіз одержаних результатів узгоджується з підходом науковця В. Малхазова (2025), який обґрунтовує доцільність застосування в емпіричному дослідженні кореляційно-факторно-кластерного аналізу для уточнення взаємозв'язків між вимірюваними показниками, побудови факторної структури та типологізації даних для більш точного окреслення поведінкових моделей особистості.

Таким чином, результати емпіричного дослідження дали змогу розкрити соціально-психологічні умови врегулювання подружніх конфліктів, що забезпечують перехід від деструктивних форм взаємодії до конструктивного вирішення суперечностей між подружжям. Такими умовами визначено:

стабілізацію психоемоційного стану особистості, підвищення рівня стресостійкості та життєстійкості, розвиток емоційного інтелекту, формування комунікативної компетентності, усвідомлення захисних механізмів, взаємну підтримку, використання конструктивних стратегій поведінки у конфлікті. Одержані результати стали підґрунтям для розробки та апробації тренінгової програми врегулювання сімейних (подружніх) конфліктів, спрямованої на інтеграцію травматичного досвіду особистості, планування її майбутнього, розвиток психологічної стійкості, емоційної і комунікативної компетентності та застосування подружжям конструктивних стратегій взаємодії.

Висновки до розділу 2

У другому розділі представлено результати емпіричного дослідження соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів. Обґрунтовано та реалізовано інтегрований особистісно-орієнтований підхід до дослідження сімейних конфліктів, який поєднує особистісно-діагностичний та суб'єктно-діалогічний виміри, що забезпечило концептуальну цілісність аналізу конфліктної взаємодії подружжя в умовах війни.

Розроблено та впроваджено програму емпіричного дослідження, яка складається з підготовчого, основного, формувального та заключного етапів, що дало змогу системно здійснити збір, обробку та інтерпретацію одержаних даних. Сформовано валідний і надійний психодіагностичний інструментарій, що забезпечив багатовимірне вивчення конфліктності, емоційних станів, рівня стресу, агресивності, емоційного інтелекту та резильєнтності особистості як ключових предикторів конфліктної взаємодії подружжя.

Розроблено авторський опитувальник «Вивчення подружніх конфліктів в умовах війни», який дав змогу виявити специфіку трансформації подружніх взаємин під впливом воєнних подій та доповнив стандартизовані методики новими кількісними і якісними даними. Встановлено, що воєнні події виступають потужним контекстуальним чинником трансформації подружніх взаємин,

зумовлюючи як їх консолідацію, так і дестабілізацію залежно від індивідуально-психологічних та соціальних умов. Виокремлено чинники подружніх конфліктів в умовах війни, які класифіковано на зовнішні (соціально-економічні, інформаційні, ситуаційні) та внутрішні (емоційно-особистісні, когнітивні, поведінкові).

Визначено критерії та виявлено показники вивчення соціально-психологічних умов врегулювання сімейних конфліктів під час війни: особистісно-конфліктологічний (рівень конфліктності та схильність до конфліктної взаємодії), емоційний (тривожність, депресивність, інтенсивність негативних переживань), афективно-деструктивний (рівень і форми агресивності), поведінковий (стратегії поведінки у конфлікті, конструктивність взаємодії), стресово-адаптаційний (рівень сприйнятого стресу, стресостійкість) та ресурсно-регулятивний (резильєнтність, емоційний інтелект і здатність до саморегуляції), що забезпечило комплексне вивчення особистісних, емоційних, поведінкових і ресурсних аспектів сімейних конфліктів в умовах воєнного контексту.

Виявлено статистично значущі взаємозв'язки між показниками конфліктності, рівнем тривоги, ступенем депресії, рівнем резильєнтності, рівнем сприйнятого стресу, рівнем агресивності та показниками емоційного інтелекту з формами поведінки особистості в конфліктних ситуаціях. Встановлено, що підвищені показники рівня тривоги та депресії корелюють з більш високими показниками схильності до агресивних реакцій, соматизації тривоги, фіксації на психотравмі та застосування дефензивних механізмів. Показники резильєнтності мають обернені кореляції з тривожністю та депресією, водночас вони позитивно корелюють з показниками емоційного інтелекту, включно із здатністю до самоконтролю, управління емоціями, самомотивації, емпатії та розпізнавання емоцій інших людей. Встановлено також позитивну кореляцію емоційного інтелекту зі стратегіями конструктивної взаємодії, як-от співпраця, компроміс та пристосування. Водночас показники емоційного інтелекту та його складових негативно корелюють із показниками депресії, агресії, соматизації тривоги, фіксації на психотравмі та застосуванням особистістю захисних стратегій поведінки. Розкрито, що показники агресивності і ворожості мають гендерні

відмінності: для чоловіків характерна перевага зовнішньо-активних поведінкових реакцій, схильність до відкритої конфліктності та фізичних або вербальних форм агресії; тоді як у жінок агресивність частіше набуває внутрішнього, емоційно-напруженого характеру та виявляється у використанні захисних стратегій поведінки. Виявлено, що показник сприйнятого стресу має позитивний кореляційний зв'язок із показниками депресії, агресії, соматизації тривоги та стратегією пристосування, тоді як із показниками емоційного інтелекту і його складовими спостерігається негативний (обернений) зв'язок.

Отримані результати вказують на те, що зниження рівня резильєнтності та стресостійкості, а також домінування неконструктивних стратегій поведінки у конфлікті (уникання, примус), деструктивні захисні механізми негативно впливають на ефективність подружньої взаємодії; натомість високий рівень емоційного інтелекту виступає значущим ресурсом конструктивного врегулювання подружніх конфліктів і забезпечує підвищення якості комунікації між партнерами.

У результаті проведеного факторного аналізу визначено три основні фактори, що розкривають особливості поведінки особистості у подружніх конфліктах. Перший фактор: «Негативний психологічний стан особистості» – відображає високий рівень емоційного напруження, психоемоційних та психосоматичних реакцій особистості, що вказує на її деструктивну поведінку під час конфліктів. Другий фактор: «Непродуктивна поведінка особистості в конфлікті» – розкриває активну, але неефективну поведінку особистості, зумовлену підвищеною конфліктністю, схильністю до застосування стратегії примусу. Третій фактор: «Продуктивна поведінка особистості в конфлікті» – відображає адаптивні стратегії подолання особистістю сімейних конфліктів (співпраця, компроміс) для збереження подружніх стосунків.

За результатами кластерного аналізу встановлено три типи респондентів – «деструктивний», «адаптивний» та «латентно-конфліктний», які відрізняються рівнем конфліктності, емоційної компетентності, стресостійкості та здатності до конструктивного діалогу. «Деструктивний» тип: респонденти характеризуються високим рівнем депресії, агресії, тривожності, неконструктивних установок на

шлюб та активним використанням захисних механізмів, що вказує на конфліктну модель їхньої взаємодії; «адаптивний» тип: респонденти вирізняються високим рівнем резильєнтності, емоційного інтелекту, регуляції емоцій, що визначає конструктивну модель взаємодії у конфлікті; «латентно-конфліктний» тип: респонденти відзначаються середнім рівнем агресії та середніми показниками неконструктивних установок на шлюб, високим рівнем тривожності та депресії, що вказує на наявність у них психоемоційної напруги у взаємодії як індикатора потенційного сімейного конфлікту.

Результати емпіричного дослідження стали підґрунтям для розробки та апробації тренінгової програми врегулювання сімейних (подружніх) конфліктів, спрямованої на інтеграцію травматичного досвіду особистості, планування її майбутнього, розвиток психологічної стійкості, емоційної і комунікативної компетентності та застосування подружжям конструктивних стратегій взаємодії.

Основні положення цього розділу викладені у публікаціях автора:

Ващенко, О. С. (2024). Дослідження соціально- психологічних причин розгортання подружніх конфліктів під час війни. *Вісник Львівського університету*, 21, 24–31. <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.4>

Ващенко, О. С. (2025). Соціально-психологічний аспект врегулювання подружніх конфліктів в умовах війни: емпіричне дослідження. *Věda a perspektivy*, 9(52), 120–128. <https://perspectives.pp.ua/index.php/vp/article/view/29050/29008>

Ващенко, О. С. (2025). Кореляційні зв'язки психічних станів: дослідження впливу воєнних стресорів на психологічне благополуччя подружжя. У *Збірнику матеріалів наукових доповідей V Міжнар. наук.-практ. конф. присвячена 80-м роковинам від дня смерті провідного науковця та засновника ун-ту Володимира Івановича Вернадського, 26 берез. 2025* (с. 292–294). Київ : Таврійський національний ун-т імені В. І. Вернадського. <https://doi.org/10.36059/978-966-397-502-3-74>

Ващенко, О. С. (2025). Факторна структура конфліктної поведінки особистості в подружніх взаєминах. У *Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах воєнного стану: матеріали XIX Міжнар. наук.-практ. конф., 30 трав. 2025* (с. 61–63). Київ : ДЗВО «УМО». <http://umo.edu.ua/materiali-konferencij-nimp>

Ващенко, О. С. (2025). Статеворольові особливості вияву агресивності у подружніх конфліктах. У О. Т. Плетка (Упоряд.), *Гендерна рівноважність учасників освітнього процесу: реалії та перспективи: матеріали II Круглого столу, 30 верес. 2025* (с. 8–10). Київ : ІСПП НАПН України. <https://ispp.org.ua/2025/12/11/genderna-rivnovazhnist-uchasnykiv-osvitnogo-proczesu-realiiii-ta-perspektyvy-materialy-ii-kruglogo-stolu-vid-30-veresnya-2025-roku/>

Petrenko, I. V., & Vashchenko, O. S. (2025). Cluster analysis as a tool for developing a psycho-corrective program for married couples in extreme situations. *Promising scientific researches of Eurasian scholars '2025: Materials of the International scientific conference, Seattle, September 2025* (pp. 266–272). ProConference; KindleDP. (Series «SW-US conference proceedings»). <https://www.proconference.org/index.php/usc/issue/view/usc33-00>

Особистий внесок здобувача. У публікації, написаної у співавторстві, здобутком авторки дисертації є виклад результатів експериментального дослідження, а також опис, аналіз та інтерпретація емпіричних даних.

РОЗДІЛ 3

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ВРЕГУЛЮВАННЯ СПРИЧИНЕНИХ ВОЄННИМИ ПОДІЯМИ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ

3.1. Розробка тренінгової програми врегулювання сімейних (подружніх) конфліктів та її апробація

У контексті воєнних подій подружні взаємини зазнають впливу низки специфічних психологічних чинників, що істотно ускладнюють взаємодію між партнерами та підвищують рівень конфліктності у шлюбі. У конфліктних ситуаціях відбувається зміщення змісту та джерел протиріч: поряд із традиційними міжособистісними труднощами виникають нові причини, зумовлені безпосереднім впливом воєнних подій, хронічним стресом та нестабільністю життєвих умов. Сукупність зазначених чинників формує специфічний психологічний фон, який знижує здатність подружжя до емоційної саморегуляції, ускладнює конструктивне спілкування та обмежує можливості ефективного врегулювання конфліктів у сімейних стосунках.

Результати констатувального етапу дослідження емпірично підтвердили наявність негативних тенденцій у подружній взаємодії в умовах війни. Зокрема, діагностичне обстеження показало підвищення рівня емоційної напруги, загострення конфліктності та агресивних проявів, а також посилення тривожно-депресивних реакцій, що безпосередньо позначається на характері подружніх стосунків. Отримані дані дали змогу виокремити три типи кластерів респондентів – деструктивний, адаптивний та латентно-конфліктний, які відрізняються рівнем емоційної компетентності, конфліктності, стресостійкості та здатності до конструктивного діалогу. Саме ці емпіричні результати зумовили необхідність розроблення та апробації спеціальної тренінгової програми, спрямованої на врегулювання подружніх конфліктів у контексті воєнних подій.

Побудова тренінгової програми ґрунтувалася на інтеграції сучасних психологічних підходів, зокрема моделі соціально-психологічної реабілітації

особистості Т. Титаренко (2019) та теорії сімейних систем М. Боуена (Bowen & Kerr, 1988). У межах моделі Т. Титаренко реабілітація розглядається як поетапний процес відновлення психологічного здоров'я, що передбачає розвиток ключових внутрішніх ресурсів особистості, активізацію її здатності до життєтворення та формування адаптивних стратегій реагування на тривале інтенсивне стресове навантаження. Теорія сімейних систем М. Боуена забезпечила цілісне розуміння механізмів подружньої взаємодії в умовах воєнних стресорів; її основні положення надали можливість пояснити зниження здатності партнерів до емоційної саморегуляції під впливом екстремальних обставин, зокрема війни, а також окреслити роль сімейної системи у підтриманні або, навпаки, посиленні психологічної напруги.

Інтеграція зазначених підходів створила теоретичне підґрунтя для розроблення тренінгової програми, спрямованої на зміцнення як індивідуальних, так і подружніх ресурсів, підвищення адаптаційного потенціалу особистості в кризових умовах стресового навантаження.

Метою тренінгової програми є оптимізація соціально-психологічних умов врегулювання подружніх конфліктів, зумовлених впливом воєнних подій (Ващенко, 2025d).

Завдання тренінгової програми включали: поглиблення розуміння подружніми парами природи та динаміки конфліктів у контексті воєнного періоду; зниження рівня тривожності, агресивності та депресивних проявів; розвиток ефективної міжособистісної комунікації та асертивного висловлювання власних потреб; підвищення рівня емоційного інтелекту та здатності до саморегуляції; мінімізацію впливу стресових факторів на подружні взаємини; застосування наративних технік для безпечного опрацювання травматичного досвіду; підвищення резильєнтності як здатності до відновлення в умовах тривалого кризового навантаження; аналіз та трансформацію стилів реагування у конфліктних ситуаціях з метою формування конструктивних моделей поведінки; виявлення та зменшення впливу психологічних захисних механізмів, що перешкоджають ефективній комунікації та емоційній взаємодії; а також

усвідомлення та активізацію індивідуальних ресурсних каналів відновлення для підтримки психоемоційної рівноваги.

Принципи реалізації програми. Розроблення та впровадження програми здійснювалося з дотриманням низки базових принципів, що забезпечують її методологічну та етичну коректність: 1). Методологічна обґрунтованість – використання теоретичних моделей і доказових психологічних підходів, які забезпечують наукову валідність змісту та методів програми. 2). Добровільність – участь подружніх пар або одного представника з подружжя у програмі ґрунтувалася на усвідомленому рішенні без будь-якого зовнішнього тиску. 3). Створення безпечного середовища – забезпечення умов психологічної захищеності, прийняття та підтримки, необхідних для відкритої комунікації. 4) Конфіденційність – гарантія нерозголошення особистої інформації та результатів діагностичних процедур. 5). Ресурсна орієнтація – акцент на виявленні та посиленні внутрішніх і міжособистісних ресурсів. 6). Поетапність – послідовна організація тренінгового впливу з урахуванням динаміки психологічного стану учасників. 7). Адаптивність змісту тренінгової програми – забезпечення гнучкого коригування програми відповідно до індивідуальних потреб учасників, рівня їхньої психологічної готовності та актуального емоційного стану.

Основні етапи реалізації програми. Структура програми передбачала поетапний процес роботи, що забезпечував її цілісність і системність.

1. Моделювальний етап – розроблення моделі програми, визначення її цілей та завдань.

2. Організаційний етап – планування структури занять, добір учасників, визначення формату роботи (груповий/індивідуальний), підготовка матеріально-технічного забезпечення.

3. Методичний етап – добір психокорекційних технік, вправ, діагностичних інструментів; розроблення інформаційних та практичних матеріалів (див. табл. 3.1.1).

Таблиця 3.1.1.

Загальна структура тренінгової програми «Соціально-психологічне врегулювання подружніх конфліктів, спричинених воєнними подіями»

Номер сесії	Зміст роботи	Кількість годин
Сесія 1	Вступ: знайомство, обговорення організаційних питань, правил групи та очікувань від тренінгової програми. Основна частина: «Конфлікт» та його вплив на стосунки подружжя. «Пошук ресурсів: модель BASIC Ph». Вправи: «Конфлікт-сканер», «Світлофор напруження». Завершення: рефлексія учасників.	2
Сесія 2	Вступ: привітання. Основна частина: «Психоемоційна рівновага в екстремальних умовах війни: профілактика тривожності та депресії». Вправа: «Приймаю себе таким/такою, як є». Завершення: рефлексія учасників.	2
Сесія 3	Вступ: привітання. Основна частина: «Емоційний інтелект та його роль у стосунках подружжя в умовах війни. Модель “Колесо емоцій Плутчика”». Вправа: «Сфотографуй себе різним(ою)». Завершення: рефлексія учасників.	2
Сесія 4	Вступ: привітання. Основна частина: «Стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях та психологічні захисні механізми». Вправа: «Мій стратегічний спадок». Завершення: рефлексія учасників.	2
Сесія 5	Вступ: привітання. Основна частина: «Управління гнівом. Драбина гніву. Асертивне спілкування». Вправа: «Я хочу сказати». Завершення: рефлексія учасників.	2
Сесія 6	Вступ: привітання. Основна частина: «Вплив стресу на подружні стосунки». Вправа: «Чотири стихії». Завершення: рефлексія учасників.	2
Сесія 7	Вступ: привітання. Основна частина: наративна техніка «Моя історія війни». Завершення: рефлексія учасників.	2
Сесія 8	Вступ: привітання. Основна частина: «Життестійкість в умовах війни». Вправи: «Самооцінка», «Перевтілення». Завершення: рефлексія учасників.	2
Сесія 9	Вступ: привітання. Основна частина: наративна техніка «Лист собі через рік». Завершення: рефлексія учасників.	2
Сесія 10	Вступ: привітання. Основна частина: «Пошук ресурсів: модель BASIC Ph». Завершення: аналіз та підсумкова рефлексія після проведеного тренінгу.	2
Загалом:		20

4. Діагностичний етап (до та після тренінгу) – проведення первинного психологічного обстеження; після завершення програми – повторна діагностика для оцінювання динаміки та ефективності впливу.

5. Використані методики: «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна, Н. Пов'якель; запитальник «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» (О. Кочаряна); шкала тривожності А. Бека; шкала депресії А. Бека; шкала сприйнятого стресу PSS-10; опитувальник рівня агресивності А. Басса-М. Перрі; визначення рівня емоційного інтелекту Н. Холла; шкала резильєнтності К. Коннора та Дж. Девідсона; тест «Стійкість до стресу» (С. Максименко, Л. Карамушка, Т. Зайчикова); методика «Стратегія боротьби з конфліктами» (Д. Веттен, К. Камерон).

6. Інформаційно-корекційний етап – реалізовувався у формі спеціально розробленого тренінгу, спрямованого на інтеграцію теоретичних знань із практичною діяльністю щодо формування навичок врегулювання подружніх конфліктів, зумовлених впливом воєнних подій. На цьому етапі забезпечувалося формування необхідного теоретико-практичного підґрунтя та його застосування у системі корекційних вправ, що сприяло усвідомленню учасниками власних емоційних станів, розвитку конструктивних способів міжособистісної взаємодії та підвищенню здатності до ефективного подолання конфліктних ситуацій.

У межах тренінгової програми поєднувалося ознайомлення учасників із відповідними теоретичними положеннями та цілеспрямоване застосування корекційних методик, орієнтованих на розвиток емоційної саморефлексії, формування конструктивних стратегій взаємодії та навичок регуляції конфліктної поведінки. Також у дослідженні застосовувалися наративні техніки, спрямовані на опрацювання травматичного досвіду в часовій перспективі. Техніка «Моя історія війни» (Jayawickreme et al., 2021) сприяла вербалізації та смисловій інтеграції пережитих подій. Техніка «Лист собі через рік» була орієнтована на конструювання образу майбутнього як внутрішнього психологічного ресурсу та активізацію суб'єктності, що узгоджується з емпіричними даними про прогностичну цінність наративних процесів для психологічного добробуту та ресурсною моделлю

BASIC Ph (Lahad & Leykin, 2013).

7. Аналітичний етап – передбачав обробку емпіричних даних із застосуванням методів математичної статистики, зокрема Т-критерію Вілкоксона, що забезпечило об'єктивність і наукову верифікованість отриманих результатів. Статистичні розрахунки здійснювалися за допомогою програмних пакетів IBM SPSS Statistics (версія 27) та Microsoft Excel.

Розроблена тренінгова програма була впроваджена з урахуванням результатів кластерного аналізу, проведеного на основному етапі дослідження, у ході якого були виокремлені три типи респондентів: деструктивний, адаптивний та латентно-конфліктний (Вашенко, 2025a; Petrenko & Vashchenko, 2025).

Для представників кластера, визначеного як «деструктивний тип», характерними є високі показники тривожності, депресивності, агресивності, наявність неконструктивних установок на шлюб, домінування захисних психологічних механізмів, а також низькі рівні резильєнтності й емоційного інтелекту. Сукупність зазначених характеристик відображає підвищену емоційну нестабільність, схильність до деструктивних форм подружньої взаємодії та значне психоемоційне напруження. Відповідно, формувальний етап тренінгової програми був спрямований на комплексне опрацювання цих проблемних проявів.

Тренінгова робота з представниками цього кластера була спрямована передусім на зниження емоційної напруги та розвиток навичок психоемоційної саморегуляції, усвідомлення впливу тривалого стресового навантаження на когнітивні й емоційні процеси та профілактику тривожних і депресивних реакцій. Значну увагу було приділено розвитку емоційного інтелекту.

Робота охоплювала формування вмінь розпізнавати й інтерпретувати власні емоційні стани, а також розуміти емоції партнера. Це сприяло зменшенню кількості непорозумінь у подружній взаємодії та формуванню більш підтримувального стилю спілкування. Методики, спрямовані на розвиток навичок управління гнівом та асертивного спілкування, формували здатність до безпечного й контрольованого вираження власних почуттів і потреб, що має особливе значення для осіб із підвищеною емоційною нестабільністю. Застосування дихальних та релаксаційних

вправ допомогло зменшити психофізіологічне напруження та соматичні прояви тривоги. Використання наративних методів забезпечувало безпечне опрацювання травматичного досвіду, зменшувало його емоційну значущість та сприяло інтеграції у цілісну життєву історію, що відновлювало відчуття внутрішнього контролю та знижувало надмірну емоційну реактивність.

Окремим напрямом роботи була підтримка учасників у подоланні тривожності щодо майбутнього та підвищенні їхньої здатності ефективно справлятися зі стресовими впливами. Завершальний етап, реалізований на основі моделі BASIC Ph, був спрямований на усвідомлення та актуалізацію індивідуальних ресурсів, необхідних для побудови особистих стратегій психологічного відновлення та зміцнення адаптивних можливостей.

Для представників другого кластера, визначеного як «адаптивний тип», характерними є низькі рівні конфліктності, агресивності, депресивних і тривожних проявів, а також добре розвинені навички емоційної саморегуляції, емпатії, комунікативної гнучкості та взаємної підтримки у кризових ситуаціях. Оскільки психологічний профіль цієї групи вже містить сформовані ресурсні якості, основний акцент тренінгової роботи був спрямований не на корекцію деструктивних тенденцій, а на закріплення й подальший розвиток наявних адаптивних стратегій, зміцнення внутрішнього потенціалу та підтримання готовності до конструктивного функціонування в умовах невизначеності.

На початковому етапі сесії коригувальні дії були зорієнтовані на формування безпечного групового середовища та усвідомлення природи конфліктів, що сприяло рефлексії власних моделей поведінки, зміцненню згуртованості та взаємної підтримки. Значне місце відведено розвитку емоційного інтелекту та емпатії: учасники поглиблювали емоційну чутливість, удосконалювали навички емпатійного слухання та вчилися зберігати якісну комунікацію в умовах підвищеного стресу. Сесії були присвячені опрацюванню травматичного досвіду за допомогою наративних методів, що дали змогу інтегрувати воєнні події у власну життєву історію, підтримувати відкритість у взаєминах і зберігати емоційну близькість у подружжі. Важливим напрямом роботи стало формування

толерантності до невизначеності. Використання наративних технік, зокрема спрямованих на позитивне прогнозування та фіксацію перспективних життєвих орієнтирів, допомагало структурувати індивідуальні й сімейні пріоритети та підтримувати відчуття контролю над власним життям.

Завершальний етап був зосереджений на систематизації ресурсів відповідно до моделі BASIC Ph, що надало можливість актуалізувати когнітивні, емоційні, соціальні та духовно-сміслові ресурси, необхідні для збереження стійкості до зовнішніх стресових впливів. Тренінгова програма для представників другого кластера виконувала профілактично-підтримувальну функцію та була спрямована на збереження психологічної рівноваги, гармонізацію подружньої взаємодії та зміцнення внутрішніх ресурсів у контексті сучасних воєнних викликів.

Для представників третього кластера, визначеного як «латентно-конфліктний тип», характерними є середні показники конфліктності, тривожності, агресії та депресії, а також помірний рівень емоційного інтелекту та резильєнтності. У взаємодії таких пар простежується приховане емоційне напруження, тенденція до внутрішнього дистанціювання та уникання відкритого вираження емоцій. Зовнішня видимість стабільності поєднується з невирішеними суперечностями та внутрішнім невдоволенням, яке зберігається у латентній формі. Психологічний профіль цього кластера підкреслює потребу в актуалізації прихованих емоційних переживань, формуванні навичок відкритої комунікації, зниженні психоемоційної напруги та опануванні конструктивних моделей взаємодії.

З огляду на це зміст формувального етапу експерименту адаптовано до специфічних труднощів латентно-конфліктних пар. Наступні тренінгові сесії були спрямовані на дослідження типових патернів реагування у конфліктних ситуаціях та опанування конструктивних способів розв'язання суперечностей. У межах цих занять учасники вчилися розпізнавати власні реакції на напруження, формувати більш адаптивні моделі поведінки та ефективніше вибудовувати діалог.

Робота, спрямована на розвиток уміння керувати гнівом та асертивно висловлювати свої почуття, сприяла формуванню навичок відкритого, контрольованого й безпечного й конструктивного вираження емоцій, що є

особливо важливим для пар, схильних до прихованого накопичення напруження. Важливим компонентом стало опанування технік саморегуляції, а саме: дихальних, релаксаційних та інших вправ, спрямованих на зниження психофізіологічного напруження та підтримання емоційної стабільності. Паралельно застосовувалися нарративні методи опрацювання травматичного досвіду, що створювали безпечний простір для вербалізації переживань і сприяли інтеграції складного життєвого досвіду у цілісний нарратив, що знижувало емоційну закритість і сприяло відновленню довіри. Окрему увагу було присвячено розвитку толерантності до невизначеності та здатності формувати реалістичні й водночас конструктивні прогнози майбутнього.

Завершальним етапом став аналіз і систематизація особистісних ресурсів відповідно до моделі BASIC Ph, що надало можливість актуалізувати когнітивні, емоційні, соціальні й духовно-сміслові ресурси, які підтримують стійкість пари перед зовнішніми стресогенними впливами. Тренінгова програма для представників третього кластера була спрямована на зниження прихованої напруги, розвиток відкритого діалогу та підвищення емоційної грамотності. Її зміст був адаптований до специфічних потреб латентно-конфліктних пар, що сприяло поступовому покращенню якості взаємодії та формуванню більш стійких моделей подружньої поведінки в умовах воєнного стресу.

У межах формувального етапу дослідження розроблена програма була застосована до всіх кластерних груп з урахуванням специфічних психологічних характеристик та особливостей перебігу подружньої взаємодії. Зміст і структура програми були диференційовані відповідно до виявлених типологічних відмінностей учасників, що забезпечило її адаптивність до потреб кожної групи. Програма створює передумови для позитивних змін у представників трьох кластерів, оскільки її змістові компоненти відповідають виявленим особливостям і спрямовані на розвиток психологічних ресурсів, оптимізацію подружньої взаємодії та зниження впливу стресогенних чинників воєнного часу.

3.2. Аналіз ефективності тренінгової програми врегулювання сімейних конфліктів, спричинених воєнними подіями

Дослідження проводилося з січня по квітень 2025 року. Загальна вибірка становила 54 респонденти, серед яких було сформовано дві групи: експериментальну (основну) – 26 осіб (7 чоловіків та 19 жінок); контрольну – 28 осіб (7 чоловіків та 21 жінка). У дослідженні взяли участь 40 жінок (74,1 %) та 14 чоловіків (25,9 %) віком від 26 до 60 років. Для аналізу змін показників, зумовлених впровадженням тренінгової програми, застосовувався Т-критерій Вілкоксона для пов'язаних вибірок. Ефективність роботи оцінювалася шляхом порівняння результатів, отриманих до та після її проведення, в експериментальній та контрольній групах. Рівень конфліктності в експериментальній вибірці визначався за відповідними методиками, а статистична значущість змін оцінювалася на основі кількості позитивних, негативних і співпадаючих рангів між показниками (табл. 3.2.1).

Таблиця 3.2.1

Динаміка показників конфліктності в експериментальній групі за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна та Н. Пов'якель, поведінка особистості в конфліктних ситуаціях за методикою «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна до та після застосування тренінгової програми

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т-Вілкоксона)	Рівень асимптотичної значущості (двосторонній)
Конфліктність	11 ^a	10 ^b	5 ^c	12,59	9,25	138,50	92,50	-,803 ^d	,422
Неконструктивні установки на шлюб	14 ^a	7 ^b	5 ^c	9,36	14,29	131,00	100,00	-,544 ^d	,587
Депресія	19 ^a	6 ^b	1 ^c	14,53	8,17	276,00	49,00	-3,064 ^d	,002
Протективні механізми	9 ^a	12 ^b	5 ^c	12,83	9,63	115,50	115,50	,000 ^f	1,000
Дефензивні механізми	15 ^a	4 ^b	7 ^c	10,63	7,63	159,50	30,50	-2,620 ^d	,009

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т-Вілкоксона)	Рівень асимптотичної значущості (двосторонній)
Агресія	13 ^a	8 ^b	5 ^c	11,62	10,00	151,00	80,00	-,240 ^d	,215
Соматизація тривоги	11 ^a	8 ^b	7 ^c	10,32	9,56	113,50	76,50	-,767 ^d	,443
Фіксація на психотравмі	9 ^a	13 ^b	4 ^c	11,83	11,27	106,50	146,50	-,695 ^e	,487

Примітки: а – величина показника *після* < величини показника *до* застосування тренінгової програми; b– величина показника *після* > величини показника *до* застосування тренінгової програми; с – величина показника *після* = величині показника *до* застосування тренінгової програми; d – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на позитивних рангах; e– підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на негативних рангах; f– підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на рівності сум позитивних та негативних рангів.

Результати статистичного аналізу за Т-критерієм Вілкоксона вказують, що у результаті впровадження тренінгової програми в експериментальній групі досліджуваних встановлено позитивний зсув у таких вимірювальних показниках: депресія ($T = -3,064$ при $p = 0,002$), дефензивні механізми ($T = -2,620$ при $p = 0,009$). Не виявлено статистично значущого позитивного зсуву у показниках: конфліктність ($T = -0,803$ при $p = 0,422$), неконструктивні установки на шлюб ($T = -0,544$ при $p = 0,587$), протективні механізми ($T = 0,000$ при $p = 1,000$), агресія ($T = -1,240$ при $p = 0,215$), соматизація тривоги ($T = -0,767$ при $p = 0,443$) та фіксація на психотравмі ($T = -0,695$ при $p = 0,487$) (рис. 3.2.1). Отримані результати дають змогу оцінити вплив тренінгової програми на динаміку поведінкових характеристик учасників.

Встановлено, що в контрольній групі динаміка показників депресії також відповідає позитивній тенденції, виявленій в експериментальній групі (див. Додаток Д, табл. 1).

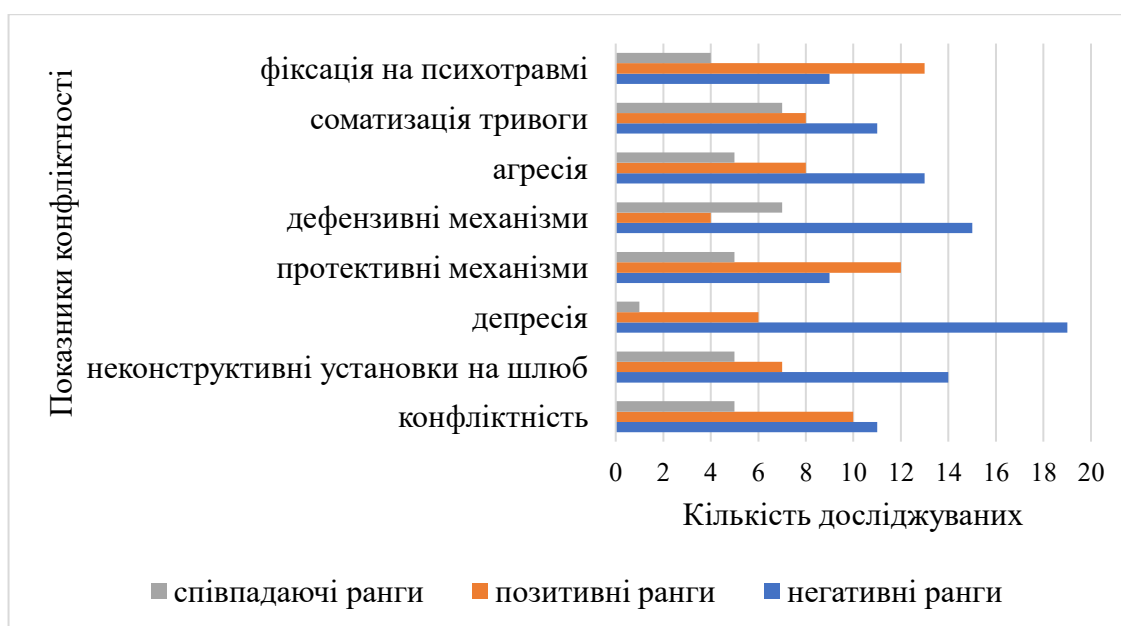


Рис. 3.2.1. Динаміка показників конфліктності учасників експериментальної групи у результаті застосування тренінгової програми (за Т-критерієм Вілкоксона)

Проаналізовано динаміку показників тривожності, депресії, резильєнтності, сприйнятого стресу та стійкості до стресу в експериментальній групі. Порівняння результатів до та після впровадження тренінгової програми здійснювалося за Т-критерієм Вілкоксона з визначенням позитивних, негативних і співпадаючих рангів (табл. 3.2.2).

Таблиця 3.2.2

Динаміка показників тривожності, депресії за шкалами А. Бека, резильєнтності за шкалою Коннора–Девідсона-10, сприйнятого стресу та стійкості до стресу в експериментальній групі до та після застосування тренінгової програми

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т – Вілкоксона)	Рівень асимптот значущості (двосторонній)
Тривога	17 ^a	7 ^b	2 ^c	13,71	9,57	233,00	67,00	-2,373 ^d	,018
Депресія	21 ^a	3 ^b	6 ^c	12,55	12,17	263,50	36,50	-3,245 ^d	,001
Резильєнтність	9 ^a	15 ^b	2 ^c	13,39	11,97	120,50	179,50	-,844 ^e	,398
Рівень сприйнятого стресу	13 ^a	10 ^b	3 ^c	11,69	12,40	152,00	124,00	-,428 ^d	,669
Стійкість до стресу	15 ^a	8 ^b	3 ^c	12,07	11,88	181,00	95,00	-1,316 ^d	,188

Примітки: а – величина показника після < величини показника до застосування тренінгової

програми; b – величина показника *після* > величини показника *до* застосування тренінгової програми; c – величина показника *після* = величині показника *до* застосування тренінгової програми; d – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на позитивних рангах; e – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на негативних рангах.

Результати статистичного аналізу за Т-критерієм Вілкоксона в експериментальній групі показують наявність статистично значущого позитивного зсуву за показниками «тривога» ($T = -2,373$ при $p = 0,018$) та «депресія» ($T = -3,245$ при $p = 0,001$). Водночас за показниками «резильєнтності» ($T = -0,844$ при $p = 0,398$), «рівень сприйнятого стресу» ($T = -0,428$ при $p = 0,669$) та «стійкість до стресу» ($T = -1,316$ при $p = 0,188$) статистично значущих змін не виявлено, що вказує на відсутність позитивного зсуву за зазначеними параметрами (рис. 3.2.2). Результати статистичного аналізу за Т-критерієм Вілкоксона в експериментальній групі засвідчили статистично значуще зниження рівня тривожності та депресії після впровадження тренінгової програми. У контрольній групі відзначено позитивну динаміку показника депресії (див. Додаток Д, табл. 2).

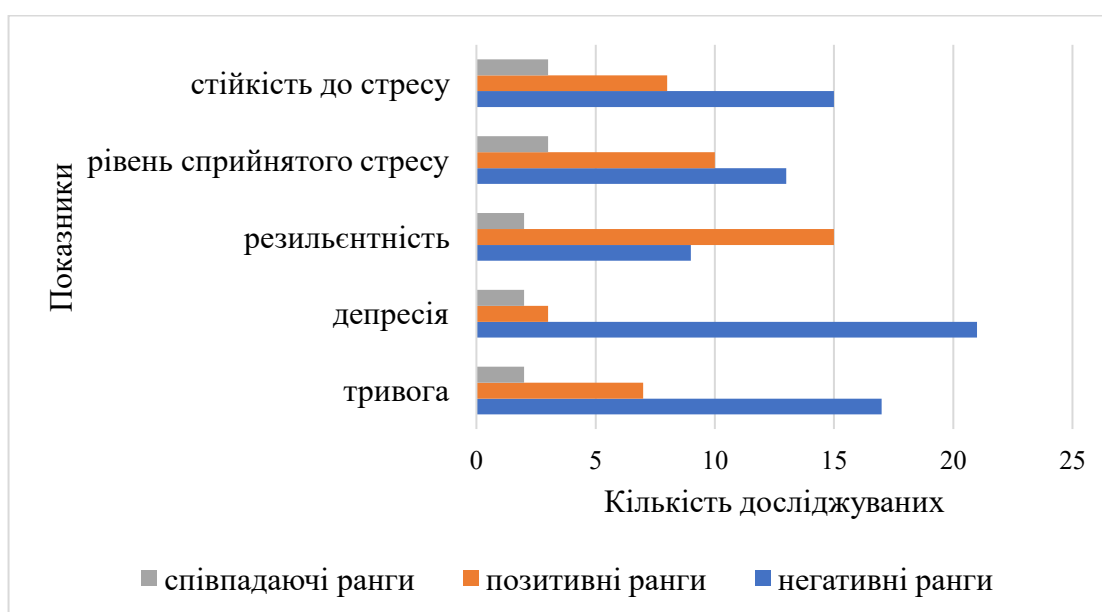


Рис. 3.2.2. Динаміка показників тривожності та депресії за А. Беком, резильєнтності, стійкості та сприйнятого стресу в експериментальній групі внаслідок застосування тренінгової програми (за Т-критерієм Вілкоксона)

Проаналізовано показники агресивності в експериментальній групі шляхом порівняння результатів до та після впровадження тренінгової програми з використанням Т-критерію Вілкоксона (табл. 3.2.3).

Таблиця 3.2.3

**Динаміка показників агресивності в експериментальній групі за
опитувальником «Рівень агресивності» А. Басса-М. Перрі
до та після застосування тренінгової програми**

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (T – Вілкоксона)	Рівень асимітотичної значущості (двосторонній)
Фізична агресія	13 ^a	10 ^b	3 ^c	13,00	10,70	169,00	107,00	-,946 ^d	,344
Гнів	16 ^a	6 ^b	4 ^c	11,72	10,92	187,50	65,50	-1,990 ^d	,047
Ворожість	12 ^a	8 ^b	6 ^c	10,58	10,38	127,00	83,00	-,824 ^d	,410
Загал. рівень агресивності	16 ^a	8 ^b	2 ^c	14,00	9,50	224,00	76,00	-2,116 ^d	,034

Примітки: а – величина показника *після* < величини показника *до* застосування тренінгової програми; b – величина показника *після* > величини показника *до* застосування тренінгової програми; c – величина показника *після* = величині показника *до* застосування тренінгової програми; d – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на позитивних рангах.

Встановлено статистично значущий позитивний зсув у таких показниках агресивності: гнів (T = –1,990 при p = 0,047) та загальний рівень агресії (T = –2,116 при p = 0,034). Змін не зафіксовано за показниками фізичної агресії (T = –0,946 при p = 0,344) та ворожості (T = –0,824 при p = 0,410) (див. рис. 3.2.3). У контрольній групі динаміка показників агресивності не виявила статистично значущих змін за всіма параметрами (див. Додаток Д, табл. 3).

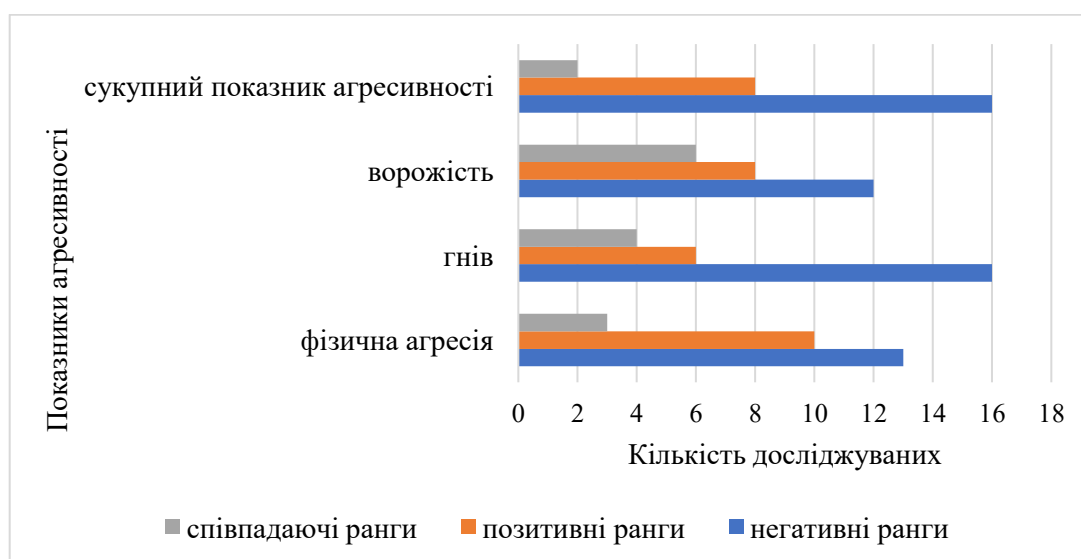


Рис. 3.2.3 Динаміка показників агресивності в експериментальній групі за опитувальником «Рівень агресивності» А. Басса-М. Перрі внаслідок застосування

тренінгової програми (за Т-критерієм Вілкоксона)

Проаналізовано показники емоційного інтелекту в експериментальній групі шляхом порівняння результатів до та після впровадження тренінгової програми з використанням Т-критерію Вілкоксона (табл. 3.2.4).

Таблиця 3.2.4

Динаміка показників рівня емоційного інтелекту в експериментальній групі за методикою «Визначення рівня емоційного інтелекту» Н. Холла до та після застосування тренінгової програми

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т – Вілкоксона)	Рівень асимптотичної значущості (двосторонній)
Емоційна обізнаність	6 ^a	16 ^b	4 ^c	13,92	10,59	83,50	169,50	-1,401 ^d	,161
Управл. своїми емоціям	9 ^a	16 ^b	1 ^c	13,50	12,72	121,50	203,50	-1,106 ^d	,269
Самомотивація	9 ^a	15 ^b	2 ^c	12,33	12,60	111,00	189,00	-1,117 ^d	,264
Емпатія	10 ^a	10 ^b	6 ^c	10,00	11,00	100,00	110,00	-0,188 ^d	,851
Розпізн.емоц. інш. людей	6 ^a	19 ^b	1 ^c	11,67	13,42	70,00	255,00	-2,495 ^d	,013
Інтегр. рів. емоц. інтел.	6 ^a	18 ^b	2 ^c	13,25	12,25	79,50	220,50	-2,015 ^d	,044

Примітки: а – величина показника *після* < величини показника *до* застосування тренінгової програми; б– величина показника *після* > величини показника *до* застосування тренінгової програми; с– величина показника *після* = величині показника *до* застосування тренінгової програми; d– підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на негативних рангах.

В експериментальній групі за результатами Т-критерію Вілкоксона зафіксовано статистично значущі позитивні зміни за показниками розпізнавання емоцій інших людей ($T = -2,495$ при $p = 0,013$) та інтеграційний рівень емоційного інтелекту ($T = -2,015$ при $p = 0,044$). За іншими параметрами – емоційна обізнаність ($T = -1,401$ при $p = 0,161$), управління своїми емоціями ($T = -1,106$ при $p = 0,269$), самомотивація ($T = -1,117$ при $p = 0,264$) та емпатія ($T = -0,188$ при $p = 0,851$) – статистично значущих змін не виявлено, що підтверджує відсутність достовірного зсуву (рис. 3.2.4).

У контрольній групі динаміка показників емоційного інтелекту не виявила позитивних змін. Статистично достовірне зниження спостерігалось лише за

показником «емоційна обізнаність» ($T = -3,281$ при $p = 0,001$), що може характеризувати тенденцію до емоційної «замороженості» учасників контрольної групи (див. Додаток Д, табл. 4).

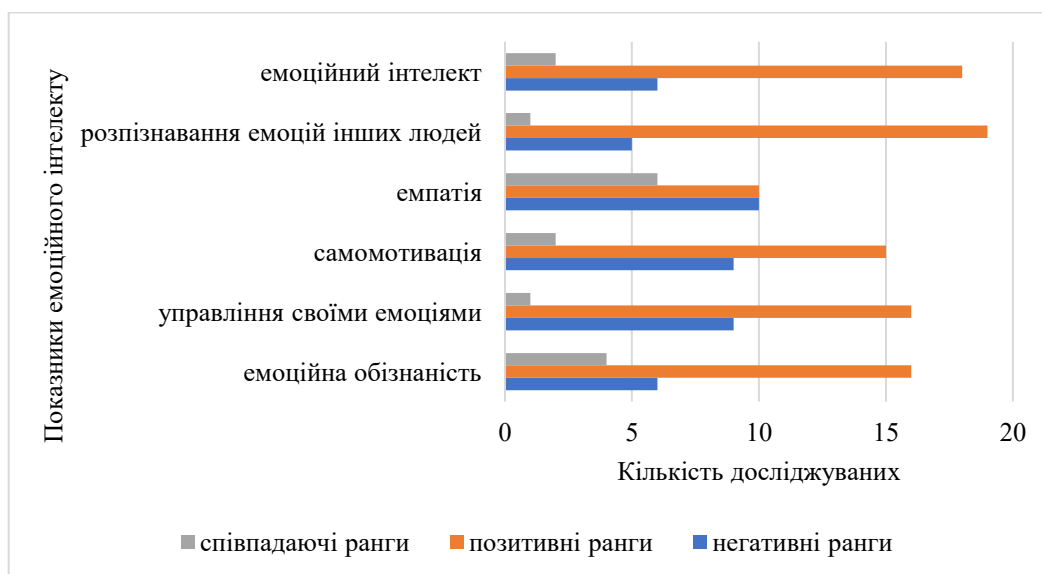


Рис. 3.2.4. Динаміка показників емоційного інтелекту в експериментальній групі за методикою «Визначення рівня емоційного інтелекту» Н. Холла внаслідок застосування тренінгової програми (за Т-критерієм Вілкоксона)

Результати аналізу показників стратегій подолання конфліктів за методикою «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттена, К. Камерона та показників ресурсних каналів відновлення за методикою «BASIC Ph» в експериментальній групі, здійсненого за допомогою Т-критерія Вілкоксона, не зафіксували статистично значущих змін між показниками до та після впровадження тренінгової програми ($p > 0,05$). Отримані дані підтверджують відсутність достовірної динаміки за досліджуваними параметрами (див. Додаток Д, табл. 5, 6, 7).

Результати дослідження демонструють наявність позитивних змін у психоемоційному стані та поведінкових характеристиках учасників експериментальної групи, тоді як у контрольній групі простежуються окремі коливання, що не мають прямого зв'язку з впливом тренінгової програми.

Отримані дані становлять підґрунтя для розробки та надання методичних рекомендацій щодо практичного впровадження тренінгової програми, які подано у наступному підрозділі.

3.3. Методичні рекомендації впровадження тренінгової програми щодо врегулювання подружніх конфліктів в умовах воєнних подій

Згідно з моделлю соціально-психологічної реабілітації Т. Титаренко (2017), психологічна допомога подружжю в умовах тривалого стресового впливу повинна бути спрямована на поетапне відновлення внутрішніх ресурсів особистості. Це включає формування стійкого самоприйняття, розвиток самоефективності, удосконалення комунікативної компетентності та переосмислення ціннісно-смислових орієнтацій подружнього життя, що у сукупності сприяє зниженню внутрішньої напруги.

Теоретичною основою тренінгової програми є положення когнітивно-поведінкової психології, гуманістичного підходу та системної теорії сім'ї М. Боуена (Bowen & Kerr, 1988). Відповідно до цієї теорії сім'я розглядається як цілісна емоційна система, де зміни у психологічному функціонуванні одного з її членів неминуче відображаються на динаміці всієї родини. Такий підхід забезпечує комплексне розуміння механізмів подружньої взаємодії й обґрунтовує необхідність роботи як з індивідуальними ресурсами партнерів, так і з характером їхніх взаємних емоційних зв'язків.

У процесі врегулювання подружніх конфліктів, пов'язаних із переживанням воєнних подій, доцільним є застосування як індивідуальних, так і групових форм психологічної допомоги. Особливо ефективними виявляються спеціально організовані малі групи, які створюють безпечний простір для відкритого емоційного вираження, розвитку навичок емпатійного слухання та формування взаємної підтримки учасників.

Участь у тренінговій програмі можлива як для одного з членів подружжя, так і для подружньої пари загалом. Водночас з методичної точки зору найбільш ефективною є спільна участь обох партнерів, оскільки вона забезпечує: отримання узгодженої інформації; можливість спільного опрацювання тематичних блоків тренінгу; виконання індивідуальних і парних завдань у взаємодії; створення умов для безпечного обговорення чутливих і конфліктних питань за підтримки ведучого

програми.

Особливу увагу доцільно приділяти домашнім завданням, які мають бути чітко структурованими, посильними за обсягом і не потребувати значних часових витрат. Такий підхід дає змогу запобігти перевантаженню учасників, підтримувати їхню мотивацію та забезпечувати сталість позитивних змін у подружній взаємодії.

Важливим структурним компонентом методичних рекомендацій є діагностичний етап, який рекомендується реалізовувати до початку та після завершення тренінгової програми. Первинна діагностика спрямована на визначення вихідного рівня соціально-психологічних характеристик подружньої взаємодії та виявлення актуальних проблемних зон як на індивідуальному, так і на парному рівнях. Повторна діагностика дає змогу оцінити динаміку змін та ефективність застосованих психологічних впливів.

Методично обґрунтованим є надання учасникам індивідуалізованого зворотного зв'язку за результатами кожного діагностичного зрізу. Такий підхід сприяє підвищенню рівня психологічної усвідомленості, кращому розумінню власних емоційно-поведінкових реакцій та особливостей міжособистісної взаємодії. Результати діагностики доцільно використовувати як основу для подальшого консультативного аналізу, групового обговорення та стимулювання саморефлексії.

У результаті проведеного дослідження встановлено, що подружні конфлікти в умовах воєнних подій здебільшого мають емоційно напружений характер та супроводжуються деструктивними формами комунікації, зниженням рівня емпатії, зростанням тривоги, депресивності, агресивності, емоційного відчуження між партнерами. Одним із провідних чинників загострення конфліктності виступає підвищений рівень психоемоційного стресу. У зв'язку з цим розроблено та запропоновано методичні рекомендації щодо впровадження тренінгової програми «Врегулювання подружніх конфліктів в умовах воєнних подій», які наведені нижче.

Актуалізація досвіду подружніх конфліктів як чинник розвитку рефлексії.
Залучення учасників до аналізу власного досвіду конфліктів та їхнього впливу на

сімейний мікроклімат сприяє усвідомленню індивідуальних реакцій на конфліктні ситуації, підвищенню рівня рефлексії та формуванню готовності до змін.

Метод оцінки конфліктності в подружжі передбачає індивідуальне самооцінювання кожним із партнерів рівня власної конфліктності, а також оцінювання рівня конфліктності іншого з подружжя у відсотковому вираженні (від 0 % до 100 %). Подальше порівняння отриманих результатів у межах подружньої пари та їх обговорення сприяє виявленню розбіжностей у сприйнятті конфліктної взаємодії, усвідомленню «сліпих зон» у власних емоційно-поведінкових реакціях, простеженню тенденцій до недооцінювання або переоцінювання інтенсивності конфліктності. Така робота формує підґрунтя для розвитку рефлексії та побудови конструктивного діалогу між партнерами.

Ефективним інструментом поглибленої актуалізації є вправа «Світлофор напруження», яка може застосовуватися як у груповому форматі, так і у вигляді індивідуального або парного завдання. Створення карти зон напруження («зеленої», «жовтої» та «червоної») дає змогу структуровано ідентифікувати ранні вербальні та невербальні маркери емоційного дискомфорту.

У процесі виконання вправи доцільно орієнтувати учасників не лише на усвідомлення власних сигналів напруження, а й на розпізнавання відповідних проявів у партнера. Такий підхід сприяє розвитку емпатії, підвищенню чутливості до емоційного стану іншого та формуванню навичок своєчасного реагування на зміну емоційного фону у подружній взаємодії.

Профілактика тривожності та депресивних станів. Тривожні та депресивні стани можуть суттєво ускладнювати подружню взаємодію. Тривожність супроводжується відчуттям небезпеки, фізичним напруженням та нав'язливими думками, тоді як депресивні стани характеризуються емоційним виснаженням, зниженням мотивації та труднощами з концентрацією. У процесі психологічної роботи важливо пояснювати подружжю, що подібні реакції є природною відповіддю психіки на тривале перевантаження. Особливе значення має формування доброзичливого та приймаючого ставлення до власних стресових реакцій і реакцій партнера. Учасникам тренінгу доцільно пояснювати, що втома,

зниження темпу, розсіяність або потреба в усамітненні є природними наслідками психоемоційного перенавантаження, а не проявами байдужості чи небажання підтримувати стосунки. Такий підхід знижує рівень взаємних звинувачень і сприяє збереженню емоційної близькості.

Формування емоційного сприйняття та розвиток емоційної компетентності. Емоційний інтелект є одним із ключових психологічних чинників ефективної взаємодії подружніх пар, оскільки він забезпечує усвідомлення власних емоційних станів, розпізнавання емоцій партнера та здатність до конструктивного емоційного реагування у міжособистісних ситуаціях. Низький рівень емоційного інтелекту може призводити до непорозумінь, емоційного відсторонення або конфліктної поведінки. Важливо пояснювати учасникам, що труднощі у вербалізації та диференціації емоцій не є ознакою особистісної некомпетентності чи небажання підтримувати партнера, а потребують цілеспрямованого розвитку.

Одним із методичних орієнтирів є робота над усвідомленням власних емоцій та «Колесом емоцій» Р. Плутчика, що дає змогу структурувати переживання за типом, інтенсивністю та відтінком емоційного стану. Практика диференціації емоцій сприяє розумінню подружжям відмінностей між короткотривалими психічними реакціями (емоціями), стійкішими усвідомленими переживаннями (почуттями) та тривалими емоційними станами (настроями), які безпосередньо впливають на поведінку та міжособистісне сприйняття.

Одним із важливих напрямів тренінгової роботи є розвиток емоційної усвідомленості подружжя. Для цього доцільно використовувати вправи, спрямовані на розпізнавання та вербалізацію власних емоційних станів, а також на формування навичок емпатійного слухання. Зокрема, ефективними є вправи з використанням фотоколажів для ідентифікації та демонстрації емоцій, які сприяють кращому розумінню внутрішніх переживань партнера.

Формування навичок саморегуляції та зниження впливу стресу. Воєнні події супроводжуються підвищеним рівнем психоемоційного напруження, що проявляється у тривожності, емоційній нестабільності та фізіологічному

виснаженні. У подружніх стосунках такі стани можуть виявлятися у формі дратівливості, зниження емпатії, труднощів у спілкуванні, зростання конфліктності або емоційного відсторонення.

Механізми стресу. Особливу увагу доцільно приділяти поясненню процесів тривалої активації симпатичної нервової системи та її ролі у загостренні конфліктів. Хронічний стрес пов'язаний із порушенням здатності до самоконтролю, зниженням толерантності до фрустрації та звуженням когнітивної гнучкості, що ускладнює конструктивне вирішення конфліктних ситуацій.

Усвідомлення тілесних і емоційних реакцій. Одним із ключових методичних орієнтирів є розвиток навичок розпізнавання ранніх сигналів психоемоційного перевантаження: зміни ритму дихання, підвищене м'язове напруження, порушення концентрації уваги або соматичний дискомфорт. Усвідомлення цих проявів створює основу для своєчасного застосування технік саморегуляції, що сприяє зниженню інтенсивності стресу та запобігає його перенесенню у сферу подружніх взаємин.

Концепція «вікна толерантності». Цей підхід описує індивідуальний діапазон емоційних станів, у межах якого людина здатна зберігати рівновагу та підтримувати конструктивну поведінку. Для розширення цього діапазону доцільно застосовувати техніки саморегуляції: дихальні вправи, практики заземлення, усвідомлене фокусування на моменті «тут і тепер».

Застосування техніки саморегуляції «Чотири стихії» доцільно розглядати як універсальний інструмент стабілізації психофізіологічного стану (Гершанов, n.d). Він поєднує різні види вправ, спрямованих на відновлення внутрішньої рівноваги та зниження впливу стресу: «Повітря» – дихальні вправи для відновлення ритму дихання та зниження рівня фізіологічної активації; «Вода» – практики розслаблення, що активізують парасимпатичну нервову систему та сприяють формуванню реакції відновлення; «Земля» – вправи на заземлення, які допомагають відновити відчуття опори, тілесної стабільності та контролю над реальністю; «Вогонь» – техніки концентрації уваги, спрямовані на подолання когнітивного звуження, розширення сприйняття та відновлення мисленнєвої

активності.

Тілесно орієнтовані практики. Науковиця О.Скнар підкреслює, що регулярне відпрацювання таких технік у стабільному стані створює основу для їх ефективного використання в умовах підвищеного стресу, оскільки це дає змогу особистості отримати важливу внутрішню підтримку та відновити психофізіологічну рівновагу (Скнар, 2022). Додатково рекомендується сприяти формуванню індивідуальних ресурсів емоційного відновлення, до яких доцільно віднести короткі паузи та практики зниження темпу, помірну фізичну активність, залучення до невеликих приємних занять, а також обмеження надмірного використання цифрових пристроїв. Стабілізація психологічного стану є важливою складовою психологічної допомоги в умовах воєнних подій (Гусев & Цибух, 2022).

Усвідомлення стратегій поведінки у конфлікті. Конфлікт у подружніх стосунках є об'єктивно неминучим елементом спільного життя, однак його наслідки значною мірою визначаються здатністю партнерів усвідомлювати власні моделі реагування та свідомо обирати адаптивні поведінкові стратегії. Усвідомлення стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях є важливою складовою психологічної грамотності подружжя.

Доцільним є ознайомлення учасників тренінгу з базовими стратегіями поведінки у конфлікті: суперництвом, пристосуванням, компромісом, уникненням та співпрацею. Важливо підкреслювати, що жодна зі стратегій не є однозначно «негативною» чи «позитивною», адже їх ефективність залежить від контексту взаємодії, значущості ситуації та емоційного стану партнерів. Усвідомлення власної домінуючої стратегії зменшує автоматизм реагування та підвищує відповідальність за власну поведінку у конфліктних ситуаціях.

Окрему увагу слід приділяти аналізу психічних захисних механізмів, що супроводжують конфліктну взаємодію подружжя. У стосунках можуть актуалізуватися як дефензивні, так і протективні механізми психологічного захисту (за О. Кочаряном). Усвідомлення цих механізмів сприяє зниженню взаємних звинувачень і поглибленню розуміння джерел напруження (Федоренко, 2007; Титаренко, 2009; Стуліка & Бабкіна, 2021).

Важливим методичним завданням є ознайомлення подружніх пар із моделями можливих результатів конфлікту: «виграв–виграв», «виграв–програв», «програв–виграв» та «програв–програв». Аналіз цих моделей допомагає оцінювати не лише короткострокові, але й довгострокові наслідки обраної стратегії. Особливий акцент доцільно робити на розвитку орієнтації на модель «виграв–виграв», яка передбачає врахування потреб обох партнерів та сприяє зміцненню довіри й стабільності подружніх стосунків.

Формування навичок конструктивної комунікації та управління гнівом. Окрему увагу в тренінгу приділено формуванню навичок конструктивної комунікації. У практичній роботі доцільним є використання техніки Ненасильницької комунікації М. Розенберга, яка сприяє розвитку здатності відкрито висловлювати власні потреби, не вдаючись до звинувачень чи агресії. Використання цієї техніки формує атмосферу взаємної поваги та підтримки між партнерами (Rosenberg, 2015).

Робота з подружжям повинна включати навчання моделям конструктивної комунікації: активне слухання, «я-повідомлення» – є ефективним засобом регуляції конфліктної взаємодії, оскільки зосереджують увагу на власних переживаннях і потребах, знижуючи рівень звинувачень і захисних реакцій. На відміну від «ти-повідомлень», які часто сприймаються як напад, «я-повідомлення» сприяють збереженню психологічної безпеки, підвищенню емпатії та готовності до діалогу, що є важливими умовами конструктивного врегулювання конфлікту.

Асертивний спосіб поведінки – це стиль взаємодії, який дає змогу учаснику конфлікту чітко висловлювати свої думки, потреби та межі без страху, невпевненості, напруги, іронії або сарказму. Така поведінка допомагає відстоювати свої права та інтереси, не порушуючи прав іншої сторони, і сприяє конструктивному вирішенню конфліктів. Основні форми асертивної поведінки в конфлікті включають: асертивна суперечка – аргументоване висловлення своєї точки зору при зіткненні думок без агресії та образ; асертивний захист прав – чітке і спокійне відстоювання власних прав та інтересів; асертивне прохання – здатність просити про допомогу або зміну поведінки іншого без тиску, маніпуляцій чи

вимогливості; асертивна відмова – уміння сказати «ні» так, щоб не образити співрозмовника і не порушити власних меж. Асертивна поведінка знижує емоційну напругу у конфлікті, підвищує ефективність комунікації та сприяє пошуку взаємовигідних рішень (Ємельяненко та ін., 2003).

У методичній роботі важливо формувати уявлення про гнів як нормативну емоційну реакцію, наголошуючи, що деструктивність зумовлюється не самою емоцією, а способами її вираження. Завдання психологічної допомоги полягає у переході від імпульсивних або пригнічених форм реагування до усвідомлених і конструктивних.

Ефективним методичним інструментом є використання концепції «Драбини гніву» Р. Кемпбелла, яка ілюструє поетапний перехід від незрілих способів вираження гніву до зрілих та адаптивних. На нижчих щаблях розміщуються непрямі або руйнівні форми реагування (пасивна агресія, сарказм, ігнорування), тоді як на верхньому щаблі відбувається усвідомлене конструктивне висловлювання емоцій (Campbell, 1995).

Робота з переживанням воєнних подій. В умовах воєнного часу важливим аспектом психологічної роботи є також опрацювання травматичного досвіду. З цією метою може використовуватися наративна практика «Моя історія війни». Ця практика дає змогу учасникам структурувати пережиті події, усвідомити власні емоційні реакції та знайти внутрішні ресурси для подолання труднощів. Обговорення пережитого досвіду сприяє зниженню внутрішнього психологічного напруження та підвищенню рівня емоційної підтримки між партнерами.

Розвиток життєстійкості особистості та зміцнення стабільності подружніх стосунків в умовах війни. Доцільним є формування в учасників тренінгової програми уявлення про життєстійкість (Чиханцова, 2021), не як про фіксовану рису характеру, а як про динамічну систему внутрішніх і зовнішніх ресурсів, що можуть розвиватися та зміцнюватися впродовж життєвого досвіду. Особливу увагу рекомендується приділяти усвідомленню того, що в умовах війни допустимими є різні стратегії реагування – від тимчасового прийняття обставин до активної мобілізації зусиль для подолання труднощів. Такий підхід сприяє

зниженню внутрішнього тиску та підвищенню психологічної гнучкості як адаптаційних стратегій особистості в умовах війни.

Центральним методичним орієнтиром тренінгової роботи є розвиток основних складових життєстійкості: включеності, контролю та прийняття виклику (Титаренко & Ларіна, 2009), формування якої передбачає підтримку здатності учасників залишатися емоційно залученими у власне життя та подружні стосунки, зберігати відчуття сенсу й значущості взаємодії з партнером, а також розвиток емоційної стійкості як важливої умови подолання наслідків травматичних переживань (Малхазов, 2022). Розвиток відчуття контролю спрямований на усвідомлення сфер, у яких особистість може впливати на події, власні реакції та якість комунікації, навіть за умов обмежених зовнішніх можливостей. Прийняття виклику як складової життєстійкості сприяє переосмисленню труднощів не лише як джерела загроз, а й як потенційного простору для особистісного зростання та зміцнення взаємин.

Корекційно-розвивальні вправи, спрямовані на розвиток оптимізму, стресостійкості та психологічної гнучкості, доцільно використовувати як засіб актуалізації внутрішніх ресурсів учасників. Зокрема, вправа «Самооцінка» сприяє формуванню позитивного ставлення до себе, підвищенню впевненості у власних можливостях і зниженню надмірної самокритики. Усвідомлення власних сильних сторін допомагає учасникам ефективніше спиратися на внутрішні ресурси у складних життєвих ситуаціях і зберігати стабільнішу позицію у подружній взаємодії.

Вправа «Перевтілення», яка ґрунтується на використанні метафоричного мислення, є доцільною для поглиблення саморефлексії та усвідомлення актуального психоемоційного стану. Метафоричне самовираження дає змогу безпечним способом виявляти приховані переживання, потреби та внутрішні ресурси, що є особливо важливим в умовах війни, коли вербалізація емоцій може бути ускладненою. Як зазначають сучасні українські науковиці О. Вознесенська, М. Сидоркіна, арт-терапевтичні та метафоричні техніки виявляються ефективним методом психологічної підтримки. Вони поєднують ресурсний характер,

використання символічної мови, залучення тілесних процесів у творчій діяльності та створення безпечного терапевтичного простору, де клієнт відчуває емоційну близькість, розуміння та прийняття через створені образи. Використання метафоричних методів дає змогу відновлювати внутрішні ресурси особистості та формувати нові, одночасно працюючи з тілесними, емоційними та образними аспектами переживання травматичних подій. Такі підходи сприяють розвитку психологічної гнучкості, розширенню репертуару адаптивних реакцій, вивільненню та усвідомленню інтенсивних почуттів, переосмисленню травматичного досвіду та виробленню нових конструктивних життєвих стратегій, що підтримують посттравматичний розвиток особистості (Вознесенська, 2015; Сидоркіна, 2015).

Окремим напрямом методичних рекомендацій є формування доброзичливого ставлення до власних обмежень і тимчасового зниження життєвої активності. Учасникам доцільно пояснювати, що втома, зниження мотивації або потреба в уповільненні темпу життя є природними наслідками тривалого стресового впливу, а не проявами особистісної неспроможності. Переосмислення цих станів як сигналів про необхідність відновлення знижує ризик самозвинувачення та сприяє більш дбайливому ставленню до себе і партнера.

Формування позитивного ставлення до невизначеності. Важливою складовою тренінгової програми є формування психологічної стійкості подружжя. У цьому контексті доцільно використовувати вправи, спрямовані на розвиток навичок саморегуляції, позитивного мислення та формування позитивного ставлення до невизначеності. Такі вправи сприятимуть зниженню рівня тривожності та підвищенню адаптації до складних життєвих обставин. Дослідження науковців засвідчують, що підвищення рівня толерантності до невизначеності виступає ключовим чинником стабілізації подружніх стосунків у роз'єднаних родинах під час війни в Україні. Високий рівень невизначеності, пов'язаний із примусовим роз'єднанням сімей, обмеженістю інформації та нестабільністю обставин, ускладнює узгодження рішень і підтримання емоційної близькості між партнерами (Громова, 2022а; Костюк & Бойчук, 2021).

Центральним методичним орієнтиром тренінгової роботи є розвиток когнітивної гнучкості та усвідомлення доступних внутрішніх і зовнішніх ресурсів, які можуть слугувати опорою в умовах невизначеності. Доцільно спрямовувати увагу учасників на розширення можливих варіантів бачення майбутнього, формування більш реалістичних і багатовимірних уявлень про перспективи життя та подружніх стосунків. Особливого значення набуває розвиток відкритої й підтримувальної комунікації в парі, що дає змогу узгоджувати очікування, ділитися переживаннями та знижувати рівень взаємної емоційної напруги.

Наративна техніка «Лист собі через рік» виконує функцію формування конструктивного образу майбутнього, що знижує інтенсивність тривожних очікувань і підвищує відчуття суб'єктивного контролю. Написання листа сприяє усвідомленню особистих і подружніх ресурсів, актуалізації цінностей та зміцненню мотивації до спільного подолання труднощів. Важливо акцентувати увагу учасників на тому, що прогнозування майбутнього в межах цієї вправи не має на меті створення жорстких планів або ідеалізованих сценаріїв. Натомість воно спрямоване на формування внутрішньої готовності до змін, прийняття невизначеності як невід'ємної складової життєвого процесу та розвиток здатності бачити можливості навіть за умов обмеженої передбачуваності.

Практичні аспекти актуалізації особистісних ресурсів учасників у завершальній сесії тренінгу. Завершальна тренінгова зустріч відіграє важливу роль у структурі тренінгової програми, оскільки вона спрямована на інтеграцію отриманого досвіду, узагальнення засвоєних знань і навичок, а також усвідомлення учасниками особистісних змін, що відбулися впродовж усієї тренінгової роботи. У зв'язку з цим під час її проведення доцільно використовувати модель BASIC Ph як концептуальну основу для усвідомлення учасниками власних ресурсних можливостей. Відповідно до цієї моделі кожна людина володіє унікальним поєднанням шести базових каналів подолання стресу: віри та цінностей, емоційного вираження, соціальних зв'язків, уяви й творчості, когнітивних стратегій та фізичної активності. Науковця О. Радзімовська (2022) зазначає про те, що пошук, збереження та актуалізація внутрішніх ресурсів є ключовими умовами

адаптації та відновлення особистості в складних життєвих обставинах.

Важливо також сприяти перенесенню набутого тренінгового досвіду у повсякденне життя. З цією метою доцільно обговорювати можливості практичного застосування отриманих знань і навичок у реальних життєвих ситуаціях, зокрема у подружніх взаєминах та сімейному спілкуванні.

Завершальний етап зустрічі, присвячений підсумковій рефлексії, доцільно використовувати для інтеграції всього тренінгового процесу. Учасникам рекомендується надати можливість осмислити, які теми, вправи та інструменти виявилися для них найбільш цінними, які навички вони планують застосовувати надалі, а також як змінилося їхнє ставлення до себе, власного досвіду та власних можливостей.

Практичні аспекти поєднання тренінгової програми з іншими формами психологічної підтримки. У межах даного дослідження основним інструментом психологічного впливу виступає розроблена тренінгова програма, спрямована на розвиток емоційної усвідомленості, формування конструктивних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях та зміцнення взаємної підтримки між партнерами. Водночас ефективність врегулювання подружніх конфліктів у складних соціально-психологічних умовах значно підвищується за умови поєднання тренінгової роботи з іншими формами психологічної допомоги.

До таких форм належать: психоосвітні семінари, спрямовані на підвищення психологічної обізнаності подружніх пар щодо впливу воєнного стресу на емоційний стан та характер міжособистісної взаємодії у сім'ї; медіаційні практики (Гусєв, 2021), які забезпечують конструктивне посередництво у вирішенні конфліктів та сприяють зниженню рівня напруження між партнерами; групи психологічної підтримки, що створюють простір для взаємної емпатії, обміну досвідом та формування відчуття спільності.

Інтеграція тренінгової програми з психоосвітніми семінарами, медіаційними практиками та групами психологічної підтримки створює комплексну систему допомоги подружнім парам, що забезпечує ефективніше врегулювання конфліктів і сприяє підвищенню психологічної стійкості сім'ї в умовах воєнного стресу.

Висновки до 3 розділу

Теоретично обґрунтовано та розроблено тренінгову програму врегулювання спричинених війсьними подіями сімейних конфліктів, яка базується на інтеграції моделі соціально-психологічної реабілітації особистості та теорії сімейних систем, що забезпечує системний вплив як на індивідуальні, так і на міжособистісні ресурси подружжя.

Зазначено, що запропонована тренінгова програма має комплексний характер і спрямована на створення соціально-психологічних умов врегулювання подружніх конфліктів, які забезпечують перехід від деструктивних форм взаємодії до конструктивного вирішення суперечностей між подружжям, як-от стабілізація психоемоційного стану, підвищення рівня стресостійкості, підвищення життєстійкості, підвищення рівня емоційного інтелекту, взаємна підтримка, набуття комунікативної компетентності, застосування конструктивних стратегій поведінки в конфліктах, конструювання спільних планів на майбутнє, усвідомлення захисних механізмів.

Встановлено, що впровадження тренінгової програми сприяє статистично значущому зниженню рівнів тривожності та депресії, зменшенню проявів гніву та загального рівня агресії, а також зниженню вираженості дефензивних психологічних механізмів у досліджуваних експериментальної групи. Виявлено позитивну динаміку розвитку емоційного інтелекту, зокрема здатності до розпізнавання емоцій інших людей та загального рівня емоційної компетентності, що свідчить про підвищення якості міжособистісної взаємодії. Водночас встановлено відсутність статистично значущих змін за показниками резильєнтності, рівня сприйнятого стресу, стратегій поведінки у конфлікті, що вказує на необхідність більш тривалого або інтенсивного психологічного впливу для їхньої трансформації.

З'ясовано, що частина позитивних змін спостерігається також у контрольній групі досліджуваних, що свідчить про наявність загальних адаптаційних тенденцій у контексті тривалого переживання подружжям воєнних подій.

Визначено, що розроблена тренінгова програма є ефективним соціально-психологічним засобом оптимізації психоемоційного стану подружжя та покращення окремих аспектів подружньої взаємодії в умовах війни, однак потребує подальшого вдосконалення з урахуванням тривалості коригувального впливу та специфіки різних груп респондентів.

Основні положення цього розділу викладені у публікаціях автора:

Ващенко, О. С. (2025). Тренінгова програма «Врегулювання подружніх конфліктів в умовах війни»: зміст, структура, процедура проведення. *Психологія та соціальна робота*, 2, 32–43.
<https://journals.onu.in.ua/index.php/psy/article/view/305/289>;
<https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.2.3>

ВИСНОВКИ

У дисертаційній роботі представлено результати теоретичного узагальнення та емпіричного вивчення актуальної наукової проблеми виявлення соціально-психологічних умов врегулювання спричинених воєнними подіями сімейних конфліктів. Отримані результати дослідження дають підстави сформулювати такі загальні висновки.

1. Уточнено сутність сімейного конфлікту як складного соціально-психологічного феномену, що виникає в системі подружніх взаємин унаслідок неузгодженості потреб, цінностей, рольових очікувань і стратегій поведінки. Обґрунтовано, що у соціально-психологічному вимірі конфлікт постає як динамічний процес міжособистісної взаємодії, який включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти і характеризується особливою структурою, стадійністю розвитку та закономірностями перебігу. Встановлено, що специфіка сімейних конфліктів визначається високим рівнем емоційної залученості партнерів, тривалістю взаємодії та значним впливом на психологічний добробут родини. Теоретично обґрунтовано, що специфіка сімейних конфліктів визначається взаємодією передумов, умов та безпосередніх причин конфліктної взаємодії. Передумови формують потенційну конфліктність у системі сімейних відносин, умови визначають контекст її актуалізації, тоді як причини виступають безпосередніми чинниками виникнення конфлікту.

2. Встановлено, що воєнні події виступають значущим контекстуальним макросоціальним чинником трансформації сімейних взаємин, який зумовлює підвищення рівня психоемоційного напруження, порушення звичного способу життя сім'ї та зниження адаптаційних ресурсів подружжя. З'ясовано також, що вплив воєнного контексту на сімейну взаємодію має амбівалентний характер: з одного боку, він може призводити до зростання конфліктності, емоційної дезадаптації та рольових перевантажень, а з іншого – сприяти мобілізації внутрішніх ресурсів родини, посиленню згуртованості та взаємної підтримки.

3. Розроблено концептуальну модель врегулювання сімейних конфліктів, пов'язаних із переживанням подружжям воєнних подій. Ключовим елементом розробленої моделі виступають соціально-психологічні умови врегулювання подружніх конфліктів, як-от стабілізація психоемоційного стану, підвищення рівня стресостійкості, підвищення життєстійкості, підвищення рівня емоційного інтелекту, взаємна підтримка, набуття комунікативної компетентності, застосування конструктивних стратегій поведінки в конфліктах, конструювання спільних планів на майбутнє, усвідомлення захисних механізмів, які забезпечують перехід від деструктивних форм взаємодії до конструктивного вирішення суперечностей між подружжям.

4. За результатами емпіричного дослідження виокремлено систему чинників подружніх конфліктів в умовах війни, які класифіковано як зовнішні (соціально-економічні, інформаційні, ситуаційні) і внутрішні (емоційно-особистісні, когнітивні, поведінкові). Встановлено, що ключову роль у виникненні та перебігу сімейних конфліктів відіграють рівень емоційного інтелекту, стресостійкість, резильєнтність, а також сформованість комунікативної компетентності подружжя.

Виявлено статистично значущі взаємозв'язки між показниками конфліктності, рівнем тривоги, ступенем депресії, рівнем резильєнтності, рівнем сприйнятого стресу, рівнем агресивності та показниками емоційного інтелекту з формами поведінки особистості в конфліктних ситуаціях.

Встановлено, що підвищені показники рівня тривоги та депресії корелюють з більш високими показниками схильності до агресивних реакцій, соматизації тривоги, фіксації на психотравмі та застосування дефензивних механізмів. Показники резильєнтності мають обернені кореляції з тривожністю та депресією, водночас вони позитивно корелюють з показниками емоційного інтелекту, включно із здатністю до самоконтролю, управління емоціями, самомотивації, емпатії та розпізнавання емоцій інших людей. Виявлено також позитивну кореляцію емоційного інтелекту зі стратегіями конструктивної взаємодії, як-от співпраця, компроміс та пристосування. Водночас показники емоційного інтелекту та його складових негативно корелюють із показниками депресії, агресії,

соматизації тривоги, фіксації на психотравмі та застосуванням особистістю захисних стратегій поведінки. Встановлено, що показник сприйнятого стресу має позитивний кореляційний зв'язок із показниками депресії, агресії, соматизації тривоги та стратегією пристосування, тоді як із показниками емоційного інтелекту і його складовими спостерігається негативний (обернений) зв'язок.

Отримані результати вказують на те, що зниження рівня резильєнтності та стресостійкості, а також домінування неконструктивних стратегій поведінки у конфлікті (уникання, примус), деструктивні захисні механізми негативно впливають на ефективність подружньої взаємодії; натомість високий рівень емоційного інтелекту виступає значущим ресурсом конструктивного врегулювання подружніх конфліктів і забезпечує підвищення якості комунікації між партнерами.

Розкрито, що показники агресивності і ворожості мають гендерні відмінності: для чоловіків характерна перевага зовнішньо-активних поведінкових реакцій, схильність до відкритої конфліктності та фізичних або вербальних форм агресії; тоді як у жінок агресивність частіше набуває внутрішнього, емоційно-напруженого характеру та виявляється у використанні захисних стратегій поведінки.

Визначено структурні компоненти конфліктної поведінки особистості, що репрезентовані трьома факторами: «негативний психологічний стан особистості», «непродуктивна поведінка в конфлікті» та «продуктивна поведінка в конфлікті». Перший фактор – «негативний психологічний стан особистості» – відображає високий рівень емоційного напруження, психоемоційних та психосоматичних реакцій особистості, що вказує на її деструктивну поведінку під час конфліктів. Другий фактор – «непродуктивна поведінка особистості в конфлікті» – розкриває активну, але неефективну поведінку особистості, зумовлену підвищеною конфліктністю, схильністю до застосування стратегії примусу. Третій фактор – «продуктивна поведінка особистості в конфлікті» – відображає адаптивні стратегії подолання особистістю сімейних конфліктів (співпраця, компроміс) для збереження подружніх стосунків.

Встановлено три типи кластерів респондентів – «деструктивний», «адаптивний» та «латентно-конфліктний», які відрізняються рівнем емоційної компетентності, конфліктності, стресостійкості та здатності до конструктивного діалогу. Респонденти «деструктивного» типу характеризуються високим рівнем депресії, агресії, тривожності, неконструктивних установок на шлюб та активним використанням захисних механізмів, що вказує на конфліктну модель їхньої взаємодії; «адаптивного» типу – вирізняються високим рівнем резильєнтності, емоційного інтелекту, регуляції емоцій, що визначає конструктивну модель взаємодії у конфлікті; «латентно-конфліктного» типу – відзначаються середнім рівнем агресії та середніми показниками неконструктивних установок на шлюб, високим рівнем тривожності та депресії, що вказує на наявність у них психоемоційної напруги у взаємодії як індикатора потенційного сімейного конфлікту.

5. Розроблено та апробовано тренінгову програму врегулювання сімейних конфліктів. Зазначено, що запропонована тренінгова програма має комплексний характер і спрямована на створення соціально-психологічних умов врегулювання подружніх конфліктів, які забезпечують перехід від деструктивних форм взаємодії до конструктивного вирішення суперечностей між подружжям.

Встановлено, що впровадження тренінгової програми сприяє статистично значущому зниженню рівнів тривожності та депресії, зменшенню проявів гніву та загального рівня агресії, а також зниженню вираженості дефензивних психологічних механізмів у досліджуваних експериментальної групи. Виявлено позитивну динаміку розвитку емоційного інтелекту, зокрема здатності до розпізнавання емоцій інших людей та загального рівня емоційної компетентності, що свідчить про підвищення якості міжособистісної взаємодії. Водночас встановлено відсутність статистично значущих змін за показниками резильєнтності, рівня сприйнятого стресу, стратегій поведінки у конфлікті, що вказує на необхідність удосконалення тренінгової програми із урахуванням її тривалості, інтенсивності та диференціації за групами респондентів.

Результати дослідження дали підстави для вироблення рекомендацій з використання тренінгової програми в діяльності психологічних служб, центрів соціальної допомоги, сімейного консультування з метою профілактики та врегулювання подружніх конфліктів під час війни.

Таким чином, результати дисертаційного дослідження підтверджують досягнення поставленої мети та розв'язання визначених завдань, а також відкривають перспективи подальших наукових досліджень проблеми врегулювання сімейних конфліктів у кризових соціальних умовах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агаєв, Н. А., Кокун, О. М., Пішко, І. О., Лозінська, Н. С., Остапчук, В. В., Ткаченко, В. В. (2016). *Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців*. Київ : НДЦ ГП ЗСУ.
https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/107163/1/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA%20%D0%9D%D0%9F%D0%A1_16.pdf
2. Алексєєнко, Т. Ф. (2018). Проблема цінностей в інтерпретації конфлікту батьків та дітей у теорії поколінь. *Педагогіка і психологія*, 3, 68–76.
<https://is.gd/xIyKDU>
3. Аталієва, А. О. (2021). *Взаємодія стресу та особистісних факторів при хімічній залежності*. (Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.04). Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна. Харків.
<https://psychology.karazin.ua/news2021/arefatalieva.pdf>
4. Балабанова, Л. М., Байда, М. С. (2021). Попередження хімічної залежності серед військовослужбовців Національної гвардії України. *Честь і закон*, 2(77), 25–34.
5. Балахтар, В., Волошина, Ю. (2022). Конфліктологічна компетентність подружжя у розв'язанні сімейних конфліктів. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія: зб. наук. праць*, 1(20), 46–54.
<https://doi.org/10.18372/2411-264X.20.16916>
6. Берлач, А. І., Кондрюкова, В. В., Криволапчук, В. О., Поліщук, О. Г. (2010). *Конфліктологія*. (2-ге, доп.). Одеса : ОДУВС.
7. Бєвз, Г. М., Бєброва, Л. Г., Каніболоцька, М. С. (2024). Особливості ієрархічної структури цінностей сучасної української сім'ї. У Г. М. Бєвз, Л. Г. Бєбрової, Г. Б. Бондаренко, В. І. Юрченко (Ред.), *Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності: зб. наук. праць наук.-практ. конф., 10–11 квіт. 2024* (с. 12–17). Київ : Ін-т соц. та політ. психології НАПН України, Ін-т мистецтвознав., фольклорист. та етнол. ім. М. Т. Рильського НАН України.
<https://www.psych.kiev.ua/images/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D>

[0%B8%D0%BA_%D1%82%D0%B5%D0%B7.%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84.10-11.04.24.pdf](#)

8. Блінов, О. А. (2018). Бойовий стрес та результати його емпіричного дослідження. *Психологічний часопис: зб. наук. праць*, 2(12), 9–22. <https://er.kai.edu.ua/server/api/core/bitstreams/08940a3e-b04c-4f6b-a6f1-b4efcdcf7037/content>

9. Бондаревська, І. О., Монська, А. О. (2014). Емоційні чинники задоволеності шлюбом у чоловіків і жінок. *Актуальні проблеми психології. Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія*, т. 1, 40, 111–115. <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v1/i40/26.pdf>

10. Бондаровська, В. (2005). Стадії розвитку сім'ї. Види сімейних конфліктів. У Т. Гончаренко (Упоряд.), *Психологічна допомога сім'ї* (с. 12–15). Київ : Вид. дім «Шкіл. світ»: Вид. Л. Галіцина.

11. Бужинська, С. М., Губанова, О. В. (2020). Сімейні конфлікти: причини виникнення та засоби психологічної допомоги. У *Сімейна політика в Україні: проблеми і перспективи розвитку: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.* (с. 135–137). Київ. <https://doi.org/10.36074/24.07.2020.v2.40>

12. Буленко, Т. В. (2010). Соціально-психологічні основи функціонування сучасної молодшої сім'ї. *Науковий вісник ВДУ ім. Лесі Українки*, 9.

13. Бялонович, С. (2024). Теоретико-методологічні засади дослідження щоденного воєнного стресу та створення «Української шкали щоденних стресорів війни». *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*, 19, 3–10. <https://doi.org/10.30970/PS.2024.19.1>

14. Бялонович, С. В. (2023). Щоденні стресори війни: концептуальні засади конструювання опитувальника. У *Актуальні проблеми психології малих груп в умовах війни та повоєнного часу: матеріали наук. конф.* (с. 13–16). Київ : Національна академія педагогічних наук України, Ін-т соціальної та політичної психології. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/737011/1/2023-Actual-problems-of-small-group-psychology.pdf>

15. Васильченко, О. М. (2016). Сучасні підходи до дослідження сім'ї у

психології. *Правничий вісник Університету «КРОК»*, 24, 221–228.
<https://dspace.krok.edu.ua/items/4bc61045-fe79-4d37-8b46-a0fa3f9e5799>

16. Васютинський, В. (2017). Індивідуальні і колективні стратегії адаптації мешканців міських громад до життя в період воєнного конфлікту. *Проблеми політичної психології*, 5(19), 43–52. http://nbuv.gov.ua/UJRN/pppr_2017_5_7

17. Ващенко, І. В. & Кондрацька, Л. В. (2011). Фактори, що сприяють виникненню сімейних конфліктів. *Проблеми сучасної психології*, 12, 142–158.
<https://repro-health.com.ua/index.php/2227-6246/article/view/161133>

18. Ващенко, І. В., Кондрацька, Л. В. (2005). Особливості сімейних взаємин у сучасних подружніх парах. *Наука і освіта*, 3–4, 13–17.
<http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/4494/1/4.pdf>

19. Ващенко, О. С. (2024а). Війна і шлюб: причини конфліктів між подружжям. У *Збірнику матеріалів IV Міжнар. наук.-практ. конф. з нагоди відзначення Міжнародного дня прав людини, 5 груд. 2024* (с. 49). Київ : ДНДІ МВС України. https://docs.google.com/document/d/1XxMmDhdtEL7BMvsflbqjA7Lz8Yww7jum/edit?usp=drive_link&ouid=111220562100258165838&rtpof=true&sd=true

20. Ващенко, О. С. (2024b). Дослідження соціально-психологічних причин розгортання подружніх конфліктів під час війни. *Вісник Львівського університету*, 21, 24–31. <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.4>

21. Ващенко, О. С. (2024с). Конфлікти між подружжям під час війни: соціально-психологічний аспект. У Г. М. Бевз, Л. Г. Бобрової, Г. Б. Бондаренко, В. І. Юрченко (Ред.), *Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності: зб. наук. праць наук.-практ. конф., 10–11 квіт. 2024с* (с. 17–19). Київ : Ін-т соц. та політ. психології НАПН України, Ін-т мистецтвознав., фольклорист. та етнол. ім. М. Т. Рильського НАН України.
https://www.psyh.kiev.ua/images/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D1%82%D0%B5%D0%B7.%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84.10-11.04.24.pdf

22. Ващенко, О. С. (2025а). Кореляційні зв'язки психічних станів: дослідження впливу воєнних стресорів на психологічне благополуччя подружжя.

У Збірнику матеріалів наукових доповідей V Міжнар. наук.-практ. конф. присвячена 80-м роковинам від дня смерті провідного науковця та засновника ун-ту Володимира Івановича Вернадського, 26 берез. 2025 (с. 292–294). Київ : Таврійський національний ун-т імені В. І. Вернадського.
<https://doi.org/10.36059/978-966-397-502-3-74>

23. Ващенко, О. С. (2025b). Соціально-психологічний аспект врегулювання подружніх конфліктів в умовах війни: емпіричне дослідження. *Věda a perspektivy*, 9(52), 120–128. <https://perspectives.pp.ua/index.php/vp/article/view/29050/29008>

24. Ващенко, О. С. (2024d). Соціально-психологічні чинники подружніх конфліктів в умовах війни. *Вісник післядипломної освіти: зб. наук. праць. Серія «Соціальні та поведінкові науки; Управління та адміністрування»*, 28(57), 27–43. [https://doi.org/10.58442/2522-9931-2024-28\(57\)-27-43](https://doi.org/10.58442/2522-9931-2024-28(57)-27-43)

25. Ващенко, О. С. (2025c). Статеворольові особливості вияву агресивності у подружніх конфліктах. У О. Т. Плетка (Упоряд.), *Гендерна рівноважність учасників освітнього процесу: реалії та перспективи: матеріали II Круглого столу*, 30 верес. 2025 (с. 8–10). Київ : ІСПП НАПН України. <https://ispp.org.ua/2025/12/11/genderna-rivnovazhnist-uchasnykiv-osvitnogo-proczesu-realiiii-ta-perspektyvy-materialy-ii-kruglogo-stolu-vid-30-veresnya-2025-roku/>

26. Ващенко, О. С. (2025d). Тренінгова програма «Врегулювання подружніх конфліктів в умовах війни»: зміст, структура, процедура проведення. *Психологія та соціальна робота*, 2, 32–43. <https://journals.onu.in.ua/index.php/psy/article/view/305/289>;
<https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.2.3>

27. Ващенко, О. С. (2025e). Факторна структура конфліктної поведінки особистості в подружніх взаєминах. У *Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах воєнного стану: матеріали XIX Міжнар. наук.-практ. конф.*, 30 трав. 2025 (с. 61–63). Київ : ДЗВО «УМО». <http://umo.edu.ua/materiali-konferencij-nimp>

28. Вельдбрехт, О. О., & Тавровецька, Н. І. (2022). Шкала сприйнятого стресу (PSS-10): апробація та апробація в умовах війни. *Журнал сучасної психології*,

(2), 16–27. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-2>

29. Венгер, Г. С. (2015). Психологічні особливості рольових стосунків у дистантних сім'ях. У С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої (Ред.), *Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного ун-ту імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*, 27, 103–116.

<http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/bitstream/handle/123456789/1714/Problemy-suchasnoi-psykholohii-Vyp.%2027.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

30. Вінс, В., Кобільник, С. (2022). Роль емоційного інтелекту у вирішенні сімейних конфліктів. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*, 5, 53-57.

<https://chasopys-ppp.dp.ua/index.php/chasopys/article/view/302>

31. Вознесенська, О. Л. (2015). Можливості арт-терапії в подоланні психічної травми. *Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій: зб. ст. (с. 98)*. Київ : Ін-т соц. та політ. психології НАПН України; Пред-во Польської академії наук у м. Києві; Соц.-психол. метод. реабілітац. центр.

<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/9833/1/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%B0%20%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96.pdf>

32. Гарькавець, С. О., Волченко, Л. П. (2020). *Конфлікти в освітньому середовищі: діагностика та практика вирішення*. Харків : Друкарня Мадрид.

33. Гарькавець, С. О., Полукетова, К. О. (2018). Проблема соціальних конфліктів, психологічні наслідки та шляхи подолання. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського нац. ун-ту ім. В. Даля*, 3(47), 110–117. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp_2018_3%281%29__17

34. Гершанов, О. *Основи роботи з травмою*. (Ред.). <https://rm.coe.int/ptsd-ukr/1680a0a10b>

35. Головнева, І. В. (2006). Зміна традиційних внутрісімейних ролей: нові моделі поведінки та конфлікти. *Практична психологія та соціальна робота*, 4, 12–16.

36. Горленко, В. М., Марухина, І. В., Панок, В. Г., Предко, В. В., Рибалка, В. В., Романовська, Д. Д., & Сосновенко, Н. В. (Ред.). (2021). *Психологічний супровід формування демократичних засад та профілактики і розв'язання конфліктів у закладах освіти*. Київ : Ніка-Центр. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/729197/1/psycholog-suprovid.pdf>

37. Горностай, П. П. (2007). *Особистість і роль: рольовий підхід в соціальній психології особистості*. Київ : Інтерпрес ЛТД. <http://gorn.kiev.ua/publ52.htm>

38. Горностай, П. (2018). Колективна травма як проблема соціальної та політичної психології. *Проблеми політичної психології*, 21(1), 54–68. <https://politpsy.org/index.php/popp/article/view/5>

39. Громова, Г. М. (2022а). *Толерантність до невизначеності як чинник трансформації травматичного досвіду особистості*. (Дис. д-ра філософії: 053). Інститут соціальної та політичної психології. Київ. <https://ispp.org.ua/2022/07/05/gromova-g-m-tolerantnist-do-neviznachenosti-yak-chinnik-transformaciii-travmatichnogo-dosvidu-osobistosti-disertaciya/>

40. Громова, О. П. (2024b). Українське подружжя у період російсько-української війни (на прикладі виставки «кохайтеся, чорнобріві...». У Г. М. Бевз, Л. Г. Бобрової, Г. Б. Бондаренко, В. І. Юрченко (Ред.), *Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності: зб. наук. праць наук.-практ. конф., 10–11 квіт. 2024b*(с. 23–26). Київ : Ін-т соц. та політ. психології НАПН України, Ін-т мистецтвознав., фольклорист. та етнол. ім. М. Т. Рильського НАН України.

https://www.psych.kiev.ua/images/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D1%82%D0%B5%D0%B7.%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84.10-11.04.24.pdf

41. Губеладзе, І. Г. (2018). Родина в умовах війни: проблеми та перспективи єднання. У. І. Г. Губеладзе та ін. (Ред.), *Сімейна політика в Україні: проблеми і перспективі розвитку: матеріали Всеук. наук.-практ. конф.* (с 33-37). Київ.

<https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2020/06/4.4.018-konf.pdf#page=33>

42. Гусєв, А. І. (2020). Комунікативні технології врегулювання соціальних конфліктів у соціальній та політичній сферах. У А. І. Гусєв (наук. ред.), *Комунікативні технології інформаційного суспільства* (розд. 2.1) (с. 24–43). Кропивницький : Національна академія пед. наук України, Ін-т соціальної та політичної психології. <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/GusevMonogr2020-maket.pdf>

43. Гусєв, А. І. (2021). Медіація в українській школі: від інновації до повсякденної практики. *Teach Peace! Миротворча освіта для Нової української школи*: зб. ст. (с. 79–92). Дніпро. <https://www.ziviler-friedensdienst.org/sites/default/files/media/file/2024/doc-3elteach-peace-ukr.pdf>

44. Гусєв, А. І., Цибух, Ю. Л. М. (2022). Стабілізація психічного стану здобувачів вищої освіти в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2, 60-64. <https://dspace.uzhnu.edu.ua/items/176a31fe-6a84-4965-abd0-7bae74abb4d4>

45. Дідик, Н. Ф. (2018). Соціально-психологічна підтримка членів родин військовослужбовців як чинник впливу на морально-психологічний стан бійця під час виконання завдань у зоні АТО. *Український психологічний журнал*, 1, 41–56. <https://is.gd/haAbKi>

46. Довгань, Н. О. (2019). Конфліктна взаємодія поколінь: соціокультурне балансування. *Психологічні науки: проблеми і здобутки* : зб. наук. праць, 1/2(13/14), 41–60. https://kymu.edu.ua/upload/pdf_files/zbirnyk_zmist_3.pdf

47. Довгань, Н. О. (2020). *Психологія соціокультурної взаємодії поколінь*. Київ : Талком. <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2021/03/dovgan-mono.pdf>

48. Дуткевич, Т. В. (2005). *Конфліктологія з основами психології управління*. Київ : Центр навч. літ-ри. https://library.udpu.edu.ua/library_files/417896.pdf

49. Зозуль, Т. В. (2016). Психологічні чинники конфліктів у молодій сім'ї. *Вісник Харківського національного педагогічного ун-ту імені Г. С. Сковороди. Психологія*, 47(58), 65. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2014_47_9

50. Ємельяненко, Л. М., Петюх, В. М., Торгова, Л. В., & Гриненко, А. М. (2003). *Конфліктологія*. Київ : КНЕУ.

https://www.ebk.net.ua/Book/psychology/yemelyanenko_konfliktolohiya/part1/106.htm

51. Єременко, Л. В. (2018). *Конфліктологія*. Мелітополь : ФОП Одрог Т. В. https://elar.tsatu.edu.ua/bitstream/123456789/10029/1/1-rozdil-posibnyk_yeremenko.pdf

52. Іванова-Коріневська, Ю. О., Хомич, Г. О (2022). Емпатія у подружніх взаєминах як психологічний чинник збереження шлюбу. *Перспективи розвитку сучасної психології: зб. наук. праць*, 10, 60–67.

53. Карамушка, Л. М., Креденцер, О. В., Терещенко, К. В., Лагодзінська, В. І., Івкін, В. М., Ковальчук, О. С. (2023). *Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій*. Л. М. Карамушка (Ред.). Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України. <https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/56142>

54. Капустюк, О. М. (2016). Суб'єкт сімейних відносин та його індивідуальний особистий простір. *Актуальні проблеми психології*, 9(9), 250–258. <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v9/i9/34.pdf>

55. Кляпець, О. (2006). Феномен емоційного вигорання в сім'ї. *Соціальна психологія*, 4, 168-176.

56. Кляпець, О. Я. (2016). Терапевтичний потенціал сім'ї як чинник виходу її з кризи, зумовленої переживанням травматичних подій. *Особистість у соціальному, віковому та клінічному вимірі сучасного життя*, (с. 186-194). https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/107180/1/%D0%9A%D0%BB%D1%8F%D0%BF%D0%B5%D1%86%D1%8C_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F_%D0%9B%D1%83%D1%86%D1%8C%D0%BA.pdf

57. Коваленко, Н. В., Осуховська, О. С., Хаустова, О. О. (2021). Структурований феноменологічний аналіз розладів психіки та поведінки у внутрішньо переміщених осіб. In *Scientific trends: modern challenges: collective monograph*. (1, pp. 107-114). California, USA : GS publishing services Sherman Oaks. <https://doi.org/10.51587/9781-7364-13302-2021-003>

58. Кокун, О. М., Мельничук, Т. І. (2023). *Резилієнс-довідник*. Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734632/1/%D0%94%D0%BE%D0%B2%D1%96%D0%B4%D0%BD%D0%B8%D0%BA.pdf> ISBN 978-617-7745-24-1

59. Кокун, О. М., Пішко, І. О., Лозінська, Н. С. (2017). Стресогенні чинники бойової діяльності, що зумовлюють виникнення у військовослужбовців посттравматичних стресових розладів. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 22, 143–150.

60. Кокун, О. М., Пішко, І. О., Лозінська, Н. С., Олійник, В. О. (2023). *Психодіагностика лідерських якостей військовослужбовців*. Київ : ТОВ «7БЦ». <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/735409/1/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%20%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA%20%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B4%D1%96%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D1%85%20%D1%8F%D0%BA%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%B9.pdf>

61. Кокун, О. М. (2022). *Всеукраїнське опитування «Твоя життєстійкість в умовах війни»*. Київ : Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/731505/1/%D0%9F%D1%80%D0%B5%D0%BF%D1%80%D1%96%D0%BD%D1%82_%D0%9A%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BD.pdf

62. Коробка, І. М. (2024). *Толерантність до невизначеності як психологічний ресурс суб'єктивного благополуччя молоді*. (Дис. д-ра філософії: 053). Інститут соціальної та політичної психології. Київ. https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2024/11/dis_korobkaim.pdf

63. Коробка, Л. М. (2015). Соціально-психологічна адаптація спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту: теоретичні засади дослідження. *Актуальні*

проблеми соціології, психології, педагогіки, 4, 76–82.

<https://files01.core.ac.uk/download/pdf/77241531.pdf>

64. Коробка, Л. М., Васютинський, В. О., Вінков, В. Ю., та ін. (Ред.). (2019). *Спільнота в умовах воєнного конфлікту: психологічні стратегії адаптації*. Кропивницький : Імекс-ЛТД. <https://www.ispp.org.ua/wp-content/uploads/Static/KorobkaSpilnotaMonograph.pdf>

65. Костюк О. І., Бойчук О. С. (2024). Толерантність до невизначеності як чинник стабілізації подружніх стосунків у роз'єднаних родинах під час війни в Україні. Г. М. Бевз, Л. Г. Бобрової, Г. Б. Бондаренко, В. І. Юрченко (Ред.), *Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності: зб. наук. праць наук.-практ. конф., 10–11 квіт. 2024* (с. 83–85). Київ : Ін-т соц. та політ. психології НАПН України, Ін-т мистецтвознав., фольклорист. та етнол. ім. М. Т. Рильського НАН України.

https://www.psyh.kiev.ua/images/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D1%82%D0%B5%D0%B7.%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84.10-11.04.24.pdf

66. Котлова, Л. О. Проблема конфліктності в молодій сім'ї в період первинної адаптації. (2014). *Наукові записки Вінницького державного педагогічного ун-ту імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія*, 41, 391–396. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nzvdpu_pp_2014_41_92

67. Кочарян, Г. С. (2000). *Сексуальні дисфункції та трансформації поведінки*. Харків : Академія сексологічних досліджень. https://www.researchgate.net/profile/Garnik-Kocharyan/publication/375450318_SEXUAL_DYSFUNCTIONS_AND_TRANSFORMATIONS_OF_BEHAVIOR/links/654a86e4b86a1d521bc2411c/SEXUAL-DYSFUNCTIONS-AND-TRANSFORMATIONS-OF-BEHAVIOR.pdf (російською).

68. Кочубейник, О. М. (2023). *Надзвичайна ситуація як соціальна конструкція*. Кропивницький : ІмексЛТД. <https://psy-lpr.at.ua/Materials/2022-Final/KochubeynikMonogr2023maket.pdf>

69. Кравченко, А. В., Тверезовська, Н. Т. (2015). Виникнення і попередження конфліктів у молодого подружжя. *Науковий вісник Національного ун-ту біоресурсів і природокористування України. Серія: Педагогіка, психологія, філософія*, 220, 253–258. http://nbuv.gov.ua/UJRN/nv nau_ped_2015_220_41
70. Крамченкова, В. О., & Чепелєва, Н. І. (2022). Подружні конфліктогени як ознака сімейної кризи на різних етапах життєвого циклу сім'ї. *Науковий вісник Ужгородського національного ун-ту. Серія: Психологія*, 1, 47–51. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.9>
71. Крикуненко, І. (2020). Жорсткий карантин. За місяць самоізоляції в Україні вдвічі зросла кількість скарг на домашнє насильство. *Новое время*, 15. <https://nv.ua/ukr/ukraine/events/karantin-v-ukrajini-prinis-sumni-152naslidki-vipadkidomashnogo-nasilstva-pochastishali-vdvichinovini-ukrajini-50083885.html>
72. Лазоренко, Б. П. (2022). Стратегії здорового способу життя комбатантів і волонтерів в умовах війни. *Проблеми політичної психології*, 26, 108–120. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol26-Year2022-108>
73. Ложкін, Г. В., Пов'якель, Н. І. (2006). *Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика*. Київ : ВД «Професіонал».
<https://epkmoodle.znu.edu.ua/mod/resource/view.php?id=36682&forceview=1>
74. Ляльчук, Г. Д. (2015). Зміна відношення батьків до різних сторін сімейного життя як одна з передумов деструкції родинних зв'язків у сім'ях трудових мігрантів. *Київський науково-педагогічний вісник*, 4(04), 59–66.
75. Максимович, О. В. (2020). Соціологічні та психологічні моделі комунікації: можливості та обмеження застосування в дослідженнях міжкультурної взаємодії в умовах прикордоння. *Український соціум*, 1(72), 62–82. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Usoc_2020_1_6
76. Малхазов, О. (2025). Кореляційно-факторно-кластерне моделювання як інструмент прогнозування соціальних змін. *Проблеми політичної психології: зб. наук. праць*, 17(31), 9-24. <https://politpsy.org/index.php/popp/article/view/198>
77. Малхазов, О.Р., (2022). *Розвиток емоційної стійкості осіб, що переживають наслідки травматичних подій*. Імекс-ЛТД.

<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/733174/1/Malkhazov%20O.R.%20Development%20of%20emotional%20resilience-monograph-2022.pdf>

78. Мушкевич, М. І., Федоренко, Р. П., Магдисюк, Л. І., Дучимінська, Т. І. (2018). *Психологія молодой сім'ї*. Луцьк : Вежа-Друк.

<https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/16682/3/%d0%9c%d0%9e%d0%9b%d0%9e%d0%94%d0%90%20%d0%a1%d0%86%d0%9c%27%d0%af.pdf>

79. Найдьонова, Л., Григоровська, Л., Губеладзе, І., Найдьонов, М., Умеренкова, Н., & Дятел, Ю. Н. (2024). Психологічні параметри медіатравматизації: результати фокус-групових досліджень. *Проблеми політичної психології*, 15 (29), 73-95. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol15-Year2024-153>

80. Нагорняк, Ю. (2025). Модель впливу чинників війни на рівень сексуального благополуччя пари. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 1(77), 568–575. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-77-568-575>

81. Нестайко, І. (2021). Вплив воєнних конфліктів на психіку людини (польський досвід). У *Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: зб. тез I Міжнар. наук. конф. до 35 роковин аварії на Чорнобильській АЕС, 22-23 квіт. 2021* (с. 44-46). Тернопіль : ФОП Паляниця В. А. https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/35063/2/MCTD_2021_Nestaiko_I-The_influence_of_military_44-46.pdf

82. Носенко, Е. Л., Четверик-Бурчак, А. Г. (2016). *Курс лекцій з дисципліни «Теорія емоційного інтелекту» із завданнями для самоконтролю*. Дніпропетровськ. https://www.dkpp.com.ua/wp-content/uploads/2020/03/nosenko_chetveryk_burchak-.pdf

83. Осуховська, О. С., Хаустова, О. О., Синіцька, Т. В., Салдень, В. І., Здорик, І. Ф. (2022). Актуальні питання психічного здоров'я населення України в умовах воєнних дій. У *Modern scientific strategies of development: collective monograph* (с. 157-169). <https://doi.org/10.51587/9781-7364-13395-2022-008-157-169>

84. Осьодло, В. І. (2013). Особистісні чинники подолання стресових ситуацій в особливих умовах. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 14(1), 243–253. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2013_14%281%29_33

85. Павлюк, М. М., Архипенко, Н. (2018). Особливості подружніх конфліктів та їх наслідки. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Т. XI, 18, 209–226.
<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/715423/1/%D0%9F%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D1%8E%D0%BA2-%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD.pdf>
86. Панок, В. Г. (2023). Психологічні дослідження в умовах війни: проблеми та завдання. *Вісник НАПН України*, 5(1), 1-12.
<https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/view/374>
87. Пашко, Т. А. (2017). Психологічні особливості змін у самосвідомості мирного населення зони АТО. У В. С. Курило, С. В. Савченко, О. Л. Караман (Ред.), *Гібридна війна на Сході України в міждисциплінарному вимірі: витоки, реалії, перспективи реінтеграції* (с. 215-222). Старобільськ : ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка».
<https://dspace.luguniv.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/1755/Gibridna%20vii na.PDF?sequence=1&isAllowed=y>
88. Пірен, М. І. (1997). *Основи конфліктології*. Київ.
89. Петренко, І. В. (2018). Специфіка комунікативно-технологічного врегулювання соціальних конфліктів в освітньому середовищі. *Науковий вісник Херсонського державного ун-ту*, 5, 199-205.
<https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/92>
90. Петренко, І. В. (2020). Соціальний конфлікт та його врегулювання у процесах розвитку суспільства У Г. М. Бевз, І. В. Петренко (Ред.), *Соціальний конфлікт: інноваційні комунікативні технології врегулювання* (розд. 1) (с. 8-46). Київ : Національна академія пед. наук України, Ін-т соціальної та політичної психології.
<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/722660/1/PetrenkoBevzPosibnik2020maket.pdf>

91. Письменний, С. О. (2024). Вплив війни на сексуальне життя подружніх пар. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*, 35(74), 5, 88–94. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.5/14>
92. Потапчук, Є. М. (2020). *Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером: довідник сімейного психолога*. Хмельницький : Вид-во «PolyLux design & print». <https://elar.khmnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/2345e2ff-26a4-4308-b7f9-8615443190bc/content>
93. Примуш, М. В. (2006). *Конфліктологія* (с. 218). Київ : ВД «Професіонал».
94. Пророк Н. (Ред.). (2018). *Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи* (Т. 1). ОБСЄ. <https://emed.library.gov.ua/wp-content/uploads/tainacan-items/8476/45036/Osnovy-reabilitatsiynoi-psykholohii.-T.-1.pdf>
95. Радзімовська, О. В. (2022). Психологічні ресурси людини: пошук, збереження, відновлення та актуалізація. *Перспективи розвитку сучасної психології: зб. наук. праць*, 10, 60-67.
96. Рішко, Л. (2011). Вплив рольових очікувань на характер спілкування подружжя. *Науковий вісник Ужгородського національного ун-ту. Серія: Педагогіка. Соціальна робота*, 23, 147-149. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2011_23_54
97. Розіна, І. В., Мунтян, Н. В. (2021). Психологічні особливості конфліктів в молодій сім'ї під час пандемії. У *Актуальні проблеми сучасної психології: матеріали II Всеукр. наук. інтернет-конф., 15 жовт. 2021* (с. 144-152). Одеса. <http://dspace.pdpu.edu.ua/handle/123456789/13127>
98. Свиридюк, В., Меліченко, Т. (2023). Стреси воєнного часу та їх вплив на психосоматичний стан людини. У Л. Котлова, С. Дмитрієва, С. Максимець (Ред.), *Актуальні питання розвитку особистості: сучасність, інновації, перспективи: зб. наук. праць за матеріалами Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф., 25 квіт. 2023* (с. 248-252). Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка. <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/123456789/15458/1/%D0%92%D0%B8%D0%B>

[A%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%D0%BF%D0%BB%D0%B0%D1%82%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B8%20Just%20Class%20%D0%B2%20%D0%BE%D1%81%D0%B2%D1%96%D1%82%D0%BD%D1%96%D0%B9%20%D0%B4%D1%96%D1%8F%D0%B%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96.pdf](#)

99. Сидоркіна, М. Ю. (2015). Методологічні засади арт-терапії в роботі з переживанням важкої втрати. *Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій*: зб. ст. (с. 111). Київ : Ін-т соц. та політ. психології НАПН України; Пред-во Польської академії наук у м. Києві; Соц.-психол. метод. реабілітац. центр.

<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/9833/1/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%B0%20%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96.pdf>

100. Сингаївська, І. В., Лукаш, Ю. С. (2021). Психологічна допомога при вирішенні подружніх конфліктів. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 1(61), 251-257. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2021-61-251-257>

101. Сингаївська, І. В., Осауленко, Н. А, (2023). Особливості комунікативних проблем в шлюбних партнерських стосунках переселенців під час війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 3(71), 125-134. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-71-125-134>

102. Сичова, В.В., Вакуленко, С.М. (2024). Концептуальні підходи до реінтеграції ветеранів російсько-української війни та їх сімей. Соціальні технології: актуальні проблеми та практики, (102). <https://doi.org/10.32782/2707-9147.2024.102.12>

103. Сіверс, З. Ф. (2012). Психологічний контекст феномену пізнання та когнітивного бар'єра в умовах утрудненої взаємодії. *Наукові студії із соціальної та політичної психології* : зб. ст., 30(33), 193–200.

104. Скнар, О. М. (2019). Взаємодія в сім'ї та розвитку громадянської компетентності молоді: основні поняття дослідження. *Проблеми політичної психології*, 8, 74-88. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol22-Year2019-35>
105. Скнар, О. М. (2021). Засоби арттерапії як інструмент налагодження взаємодії в сім'ї. *Простір арт-терапії*, 1(29), 74–89.
106. Скнар, О. (2022). Особливості психологічного супроводу клієнтів на початкових етапах війни в Україні. *Простір арттерапії: місце особистості в часи суспільних трансформацій: XIX Міжнар. міждисциплін. наук.-практ. конф.* <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/732350/1/%D0%A1%D0%BA%D0%BD%D0%B0%D1%80-%D0%B0%D1%80%D1%82-%D1%83-%D0%B2%D1%96%D0%B9%D0%BD%D1%962022.pdf>
107. Слюсар, Л.(2023). Українська сім'я в умовах війни. Демографія та соціальна економіка. № 2 (52). С.3 – 20. DOI: <https://doi.org/10.15407/dse2023.02.003>
108. Слюсаревський, М. М. (2022). Соціально-психологічний стан українського суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення: нагальні виклики і відповіді: наукова доповідь на засіданні Президії НАПН України. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 6, 85–92. http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnanu_2022_6_14
109. Слюсаревський, М. (2025). Динаміка уявлень українців про національні символи як відображення опору російській агресії. *Інсайт: Психологічні виміри суспільства*, 13, 374-407. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-13-16>
110. Старовойтенко, О., Слюсаревський, М., Чорна, Л. (2025). Ментальне здоров'я: критерії оцінювання цифрових застосунків як фасилітативних засобів психоедукації населення. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*, 13, 485–518. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2025-13-20>
111. Столярчук, О. А., Сергєєнкова, О. П., & Власенко, І. А. (2025). Особливості переживання українцями сімейних криз в умовах війни. *Перспективи та інновації науки. Серія «Психологія»*, 6(52), 1538–1549. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-6\(52\)-1538-1549](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-6(52)-1538-1549)

112. Столярчук, О. А. (2015). *Психологія сучасної сім'ї*. Кременчук : ПП Щербатих О. В.

https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_IL.pdf

113. Стуліка, О., & Бабкіна, А. (2021). Психологічні механізми особистісного реагування в ситуації невизначеності. *Молодий вчений*, 3(91), 193-198. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2021-3-91-42>

114. Терещенко. М. (2014). Самодопомога у вирішенні сімейних конфліктів. *Вісник Інституту розвитку дитини. Серія: Філософія, педагогіка, психологія*, 31, 163-169. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vird_2014_31_33

115. Титаренко, Т. М., Дворник, М. С., Климчук, В. О., та ін. (Ред.). (2019). *Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій*. Кропивницький : Імекс-ЛТД. <https://is.gd/d1Z8AN>

116. Титаренко, Т. М., Кляпець, О. Я. (2007). *Запобігання емоційному вигоранню в сім'ї як фактор гармонізації сімейних взаємин*. Київ : Міленіум. <https://is.gd/cO7Hkr>

117. Титаренко, Т. М., Ларіна, Т. О. (2009). *Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека*. Київ : Марич В. М. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/9065/1/Zhiznestoykost_lichnosti.pdf

118. Титаренко, Т. М. (2009). *Захисні механізми психіки людини* (с. 122-129). Науково-дослідний центр. <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/2561>

119. Титаренко, Т. М. (2018). *Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації*. Кропивницький : Імекс-ЛТД. <https://is.gd/2ZV7U4>

120. Титаренко, Т. М. (2023). Воєнна повсякденність: як розширити вікно можливостей для самовідновлення. У *Актуальні проблеми охорони психічного здоров'я українського народу у воєнний і повоєнний час: наукова доп. на методологічному семінарі, 16 листоп. 2023, Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 5(2), 1-5. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5224>

121. Титаренко, Т. М. (2019). Технології відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах війни: комплексний підхід. Наукові студії із

соціальної та політичної психології, 44(47), 54-62 https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2020/03/Nsspp_2019_4346.pdf#page=54

122. Ткачук, Т. А., Іщенко, А. С. (2017). Психологічні особливості взаємодії подружжя у конфліктних ситуаціях. *Молодий вчений*, 5, 227-230. http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_5_55

123. Туриніна, О. Л. (2018) Діагностика та психологічні шляхи розв'язання конфліктів у молодих подружніх парах. *Психологія*. http://medpsychology.pp.ua/rozvyazannya_konflikti

124. Усик, Д. Б., & Кайдалова, А. В. (2025). Дослідження соціально-психологічних чинників подружніх конфліктів у сім'ях військовослужбовців під час війни. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*, 2, 30–45. <https://doi.org/10.32782/psyspu/2025.2.30>

125. Федоренко, Р. П. (2007). *Психологія молодої сім'ї і сімейна криза*. Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки. <https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/6652/3/Fedorenko.pdf>

126. Федоренко, Р. П. (2022). *Психологічний аналіз подружніх взаємин на різних стадіях функціонування сім'ї*. Луцьк : Вежа-Друк. <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/21448>

127. Хараджи, М. В., Шаровара, О. Г. (2022). Соціально психологічні особливості сімейних конфліктів у процесі розлучення. *Перспективи та інновації науки*, 9(14), 665-675. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-9\(14\)-665-675](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-9(14)-665-675)

128. Хлопоніна, Н. Є. (2007). *Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування*. [Діс. канд. психол. наук, Київський національний університет імені Тараса Шевченка]. Академічні тексти України. <https://uacademic.info/ua/document/0407U002925>

129. Хоржевська, І. М., Рижкова, І. О. (2021). Особливості протікання конфліктів в молодих сім'ях. *Габітус*, 31, 156-162. <http://habitus.od.ua/journals/2021/31-2021/27.pdf>

130. Чиханцова, О. (2021). Психологічні основи життестійкості особистості. Київ : Талком.

https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/727629/2/%D0%9C%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D1%96%D1%8F_%D0%A7%D0%B8%D1%85%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%BE%D0%B2%D0%B0.pdf

131. Шатило, В. Й. (2013). Соціальні чинники та психологічні передумови виникнення сімейних конфліктів. *Сімейна медицина*, 5, 118-125. http://nbuv.gov.ua/UJRN/simmed_2013_5_34 (російською).

132. Шатило, В. Й., Діденко, С. В., Свиридчук, В. З., Яворський, П. В. (2011). Психологічні чинники та передумови виникнення сімейних конфліктів. *Україна. Здоров'я нації*, 3, 92-104. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uzn_2011_3_18

133. Шевченко, В., Оганян, А. (2016). Захисні механізми психіки та їх взаємозв'язок з формами агресивної поведінки. *Науковий вісник*, 1, 235-239 <https://docs.academia.vn.ua/handle/123456789/987?show=full>

134. Шинкаренко, І. (2022). Сім'я в умовах війни: психологічні, психосоціальні та психопатологічні проблеми. *Науковий вісник*, 2, 550-557. <https://visnik.dduvs.edu.ua/index.php/visnyk/article/view/866>

135. Шутяк, І. А. (2022). Методи врегулювання конфліктів та запобігання їм. *Теорія та практика управління соціальними системами*, 2, 37-41. <https://www.moderntechno.de/index.php/meit/article/view/meit22-02-013/4880>

136. Юр'єва, Л. М., Носов, С. Г., Мамчур, А. І., Ніколенко, А. Є., Огоренко, В. В., Дукельський, А. А., Шустерман, Т. І., Єрчкова, Н. А. (2017). *Діагностика, корекція та профілактика кризових станів в учасників військових конфліктів. Нова ідеологія. Дніпро. ISBN 978-617-7068-41-8* <https://repo.dma.dp.ua/4091/1/%D0%AE%D1%80%D1%8C%D0%B5%D0%B2%D0%B0%20%D0%9B.%D0%9D.%2C%20%D1%82%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D1%8F%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D1%82%D0%B8%D0%BF%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%B8%D0%B8.pdf>

137. Ясточкіна, І. А. (2024). Українська сім'я в умовах війни. У Г. М. Бевз, Л. Г. Бобрової, Г. Б. Бондаренко, В. І. Юрченко (Ред.), *Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності: зб. наук. праць наук.-*

прат. конф., 10–11 квіт. 2024 (с. 83-85). Київ : Ін-т соц. та політ. психології НАПН України, Ін-т мистецтвознав., фольклорист. та етнол. ім. М. Т. Рильського НАН України.

https://www.psyh.kiev.ua/images/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D1%82%D0%B5%D0%B7.%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84.10-11.04.24.pdf

138. Adler, A. (1954). *Understanding human nature* (W. B. Wolfe, Trans.). Fawcett. (Original work published 1927). <https://dn790002.ca.archive.org/0/items/in.ernet.dli.2015.126777/2015.126777.Understanding-Human-Nature.pdf>

139. Bandura, A. (1973). *Aggression: a social learning analysis*. Prentice-Hall. https://openlibrary.org/books/OL16850387M/Aggression?utm_source=chatgpt.com

140. Bar-On, R. (1997). *Emotional intelligence Inventory (EQ-i)*. Toronto, Canada : Multi-Health System.

141. Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. *Journal of consulting and clinical psychology*, 56(6), 893-897.

142. Becker, G. (1976). *The Economic Approach to Human Behavior*. Chicago : University of Chicago Press.

143. Ben-Ezra, M., Goodwin, R., Leshem, E., & Hamama-Raz, Y. (2023). PTSD symptoms among civilians being displaced inside and outside Ukraine during the 2022 Russian invasion. *Psychiatry Research*, 320, 115011. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.115011>

144. Berkowitz, L. (1962). *Aggression: A social psychological analysis*. New York, McGraw-Hill. <https://archive.org/details/aggressionsocial00berk>

145. Berlo's SMCR Model of Communication. (2018). Businessstopia. <https://www.businessstopia.net/communication/berlo-model-communication>

146. Bowen, M., Kerr, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. New York : Norton.

147. Buss, A. H. (1961). *The psychology of aggression*. Wiley.
https://openlibrary.org/works/OL3956524W/The_psychology_of_aggression?utm_source=chatgpt.com
148. Campbell, R. (1995). *How to Really Love Your Angry Child*. Tyndale House.
https://www.goodreads.com/book/show/198058.How_to_Really_Love_Your_Angry_Child?utm_source=chatgpt.com
149. Cohen, S., Kamarck, T., Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385–396.
<https://doi.org/10.2307/2136404>
150. Coser, L. A. (1956). *The Functions of Social Conflict*. New York : Free Press.
https://www.academia.edu/34831422/The_functions_of_social_conflict_Lewis_Coser
151. Crosswell, A. D. & Lockwood, K. G. (2020). Best Practices for Stress Measurement: How to Measure Psychological Stress in Health Research. *Health Psychology Open*, 7, 2. <https://doi.org/10.1177/2055102920933072>
152. Dahrendorf, R. (1959). *Class and Class Conflict in Industrial Society*. Stanford : Stanford University Press.
<https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1381155>
153. *De Fleur Model of Communication*. (2018). Businessstopia.
<https://www.businessstopia.net/communication/de-fleur-model-communication>
154. Dollard, J., Doob, L., Miller, N., Mowrer, O., & Sears, R. (1939). *Frustration and aggression*. New Haven, Pub. for the Institute of human relations by Yale University Press; London, H. Milford, Oxford University Press.
<https://archive.org/details/frustrationaggre00doll>
155. Duan, L., Zhu, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *Psychiatry*, 7(4), 300-302. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30073-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30073-0)
156. Goel, P. (2023). *Family conflict and its effect on children*. The Times of India. <https://timesofindia.indiatimes.com/blogs/voices/family-conflict-and-its-effect-on-children>

157. Haletska, I., Klimanska, M., Perun, M. (2020). COVID-19, Lockdown and family life in a new reality. *Psychological Journal*, 6(9), 40–57. <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.9.4>
158. Hamblen, J., & Schnurr, P. (n.d.). *Mental health aspects of prolonged combat stress in civilians*. U.S. Department of Veterans Affairs, National Center for PTSD. https://www.ptsd.va.gov/professional/treat/specific/combat_stress_civilian.asp?utm_source=chatgpt.com
159. Hegel, G. W. F. (1988). *Phänomenologie des Geistes*. Hamburg : Meiner. https://www.deutschestextarchiv.de/hegel_phaenomenologie_1807
160. Hogencamp, V. E., & Figley, C. R. (1983). War: Bringing the battle home. In V. E. Hogencamp, & C. R. Figley (Eds.), *Coping with catastrophe* (pp. 148–165). Brunner/Mazel.
161. Homans, G. C. (1961). *Social Behavior: Its Elementary Forms*. New York : Harcourt, Brace.
162. Hoppen, T. H., & Morina, N. (2019). The prevalence of PTSD and major depression in the global population of adult war survivors: A meta-analytically informed estimate in absolute numbers. *European Journal of Psychotraumatology*, 10(1), 1578637. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1578637>
163. Horney, K. (1937). *The neurotic personality of our time*. Norton. <https://archive.org/details/neuroticpersonal00horn>
164. Hubeladze, I. H. (2016). Psychological peculiarities of maintaining a family relationship in conditions of military conflict. *Проблеми політичної психології: зб. наук. праць*, 4(18), 15-23. <https://politpsy.org/index.php/popp/issue/view/6/6>
165. Huțul, T.-D., Karner-Huțuleac, A., & Huțul, A. (2022). Anxiety, war exposure trauma and the mediating role of daily stressors in Romanian and Ukrainian civilians. *Research Square*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-2025954/v1>
166. Freud, S. (1962). *The ego and the id*. W. W. Norton. (Original work published 1923)/ <https://archive.org/details/egoid00freu>

167. Fromm, E. (1941). *Escape from freedom*. Farrar & Rinehart.
<https://archive.org/details/escapefromfreedo00from>
168. Jawaid, A., Gomolka, M., Timmer, A. (2022). Neuroscience of trauma and the Russian invasion of Ukraine. *National Library of Medicine*, 6(6), 748-749.
<https://doi.org/10.1038/s41562-022-01344-4>
169. Jayawickreme, E., Infurna, F. J., Alajak, K., et al. (2021). Post-traumatic growth as positive personality change: Challenges, opportunities, and recommendations. *Journal of Personality*, 89(1), 145-165. <https://doi.org/10.1111/jopy.12591>
170. Johnson, R. J., Antonaccio, O., Bochkovar, K., & Hobfoll, S. E. (2022). War trauma and posttraumatic stress disorder among civilians in Ukraine: A comparison of urban residents and internally displaced persons. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 57(9), 1807–1816. <https://doi.org/10.1007/s00127-021-02176-9>
171. Kratochvíl, S. (2009). *Manželská a párová terapie*. Praha : Portál.
https://www.mlp.cz/katalog/titul/manzelska-a-parova-terapie/2817945?utm_source=chatgpt.com
172. Krech, D., & Crutchfield, R. S. (1948). *Theory and problems of social psychology*. McGraw-Hill.
<https://scholar.google.com/scholar?q=Theory+and+Problems+of+Social+Psychology+Krech+Crutchfield+1948>
173. Lahad, M., Leykin, D. (2015). *The Integrative Model of Resiliency – The «BASIC Ph» Model, or What Do We Know about Survival?* (pp. 71-91). London, UK and Philadelphia, USA: Jessica Kingsley. <https://doi.org/10.3233/978-1-61499-490-9-71>
174. Lasswell, H. D. (1948). The structure and function of communication in society. In L. Bryson (Ed.), *The communication of ideas* (pp. 37-51). New York : Harper and Row.
175. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York : Springer.
176. Le Bon, G. (1895). *The crowd: A study of the popular mind*.
<https://archive.org/details/crowdstudyofpopu00lebo>

177. Lorenz, K. (1966). *On aggression*. English; German.
<https://archive.org/details/onaggression00lore>
178. Mayes, I. (2010). Nonviolent Communication: Tools and Talking-Points for Practicing the Person-Centered Approach. *The Person-Centered Journal*, 17(1-2), 90-99.
179. McDougall, W. (1908). *An introduction to social psychology*. Methuen.
[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:An_introduction_to_social_psychology_\(IA_introductiontosocialpsychology00mcdougall\)](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:An_introduction_to_social_psychology_(IA_introductiontosocialpsychology00mcdougall))
180. Mead, G. H. (1934). *Mind, self & society from the standpoint of a social behaviorist*. University of Chicago Press.
https://openlibrary.org/books/OL18873928M/Mind_self_society?utm_source=chatgpt.com
181. Mertens, D. M. & Hesse-Biber, S. (2012). Triangulation and mixed methods research: Provocative positions. *Journal of Mixed Methods Research*, 6(2), 75-79.
<https://doi.org/10.1177/1558689812437100>
182. Moreno, J. L. (1953). *Who shall survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy and sociodrama*. Washington, DC : Nervous and Mental Disease Publishing Co.
https://openlibrary.org/works/OL37796684W/Who_shall_survive_Foundations_of_sociometry_group Psychotherapy_and_sociodrama?utm_source=chatgpt.com
183. Navarro, D. *Learning statistics with R: A tutorial for psychology students and other beginners (Version 0.6)*. University of New South Wales.
<https://learningstatisticswithr.com/lsr-0.6.pdf>
184. North, D. (1990). *Institutions, Institutional Change and Economic Performance*. Cambridge : Cambridge University Press.
185. Opendatabot. (2023). *Marriages and divorces in Ukraine of 2023*.
<https://opendatabot.ua/en/analytics/marriages-divorces-2023>
186. Opendatabot. (2024). *Marriages and divorces in Ukraine, first half of 2024*.
<https://opendatabot.ua/en/analytics/marriages-divorces-2024-6>
187. Opendatabot. (2025). *Divorces in Ukraine, first half of 2025*.
<https://opendatabot.ua/en/analytics/divorces-2025>

188. Petrenko, I. V., & Vashchenko, O. S. (2025). Cluster analysis as a tool for developing a psycho-corrective program for married couples in extreme situations. *Promising scientific researches of Eurasian scholars '2025: Materials of the International scientific conference, Seattle, September 2025* (pp. 266–272). ProConference; KindleDP. (Series «SW-US conference proceedings»).
<https://www.proconference.org/index.php/usc/issue/view/usc33-00>
189. Perry, H. (1982). *The Psychiatric Theories of Harry Stack Sullivan: A Comprehensive Overview*. New York : W.W. Norton & Company.
190. Prakas, J., Bavdekar, R. D, Josh, S. B. (2011). The Woes of Waiting Wives: Psychosocial Battle at Homefront. *National Library of Medicine*, 67(1), 58-63.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4920615/>
191. Rosenberg, M. B. (2015). *Nonviolent communication: A language of life*. (3rd ed.). PuddleDancer Press.
192. Rosenheck, R., & Fontana, A. (2005). Transgenerational effects of abusive violence on the children of Vietnam combat veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 18(3), 245–256. <https://doi.org/10.1023/A:1024445416821>
193. Savchenko, O., Kovalkova, T., Lovka, O., Boychuk, O., Kostikova, O. (2022). Choice of conflict resolution strategies in negative emotional states. *SHS Web of Conferences*.
https://www.shs-conferences.org/articles/shsconf/abs/2022/20/shsconf_erp2022_01003/shsconf_erp2022_01003.html
194. Sartre, J.-P. (1943). *L'être et le néant: Essai d'ontologie phénoménologique*. Paris : Gallimard.
195. Schramm, W. (1971). The Nature of Communication between Humans. In W. Schramm, & D. F. Roberts (Eds.), *The Process and Effects of Mass Communication* (pp. 3-516). Urbana, IL : University of Illinois Press.
<https://ru.scribd.com/doc/165478227/Schramm-1971-the-Nature-of-Communication-Between-Humans>
196. Shibutani, T. (1974). *Society and personality: an interactionist approach to social psychology*. Prentice-Hall.

https://books.google.com/books/about/Society_and_Personality.html?id=M7ruzgEACA-AJ

197. Sighele, S. (1901). *La foule criminelle*. (2nd ed.). F. Alcan.
https://openlibrary.org/books/OL23415456M/La_foule_criminelle

198. Simmel, G. (1969). *Conflict and the web of group affiliations*. Open Library.
https://openlibrary.org/works/OL35668400W/Conflict_and_The_Web_of_Group-Affiliations

199. Snoubar, Y., & Duman, N. (2016). Impact of Wars and Conflicts on Women and Children in Middle East: Health, Psychological, Educational and Social Crisis. *European Journal of Social Science Education and Research*, 3, 202–206.

200. Snoubar, Y., & Duman, N. (2015). Using Social Holistic Approach in Working with Children who are in the War Zone. *Mediterranean Journal of Social Sciences MCSER Publishing*, 231-237.

201. Sullivan H. S. (2012). *Interpersonal Theory of Psychiatry*. Taylor & Francis Group.

202. Taft, C. T., Watkins, L. E., Stafford, J., Street, A. E., & Monson, C. M. (2011). Posttraumatic stress disorder and intimate relationship problems: A meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(1), 22–33.
<https://doi.org/10.1037/a0022196>

203. Thomas, K. W., Kilmann, R. H. (1974). *Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument*. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t02326-000>

204. Whetten, D., Cameron, K. (2023). *Developing Management Skills*. Global Edition. Harlow : Pearson Education Limited.

205. *Захист і підтримка ментального здоров'я українців в умовах воєнного стану: виклики і відповіді*. (2024). В. Г. Кремень (Ред.), В. Г. Панок, С. Д. Максименко, М. М. Слюсаревський, Л. І. Прохоренко, Н. В. Чепелева, Т. І. Куліш, С. Л. Чуніхіна, І. Г. Губеладзе, І. І. Ткачук, Н. А. Ярмола. Київ.
<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/743861/1/%D0%92.%20%D0%93.%20%D0%9F%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%BA%2C%20%D0%A1.%20%D0%94.%20%D0%9C%D0%B0%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%>

[BE%2C%20%D0%9C.%20%D0%9C.%20%D0%A1%D0%BB%D1%8E%D1%81%D0%B0%D1%80%D0%B5%D0%B2%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B0%20%D1%96%D0%BD.%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D1%84._2024.pdf](#)

206. *Охорона психічного здоров'я в умовах війни.* (2017). Т. Семигіна, І. Павленко, Є. Овсяннікова та ін. (пер. з англ.). Київ : Наш формат.
<https://is.gd/yn61LT>

ДОДАТКИ

Додаток А

Опитувальник «Вивчення подружніх конфліктів під час війни»

1. Ім'я (прізвище за бажанням)
2. Стать
3. Контактний номер телефону
4. Ваш вік
5. Освіта
6. Скільки років у шлюбі?
7. Ваше місце перебування?
8. Ваш чоловік/дружина несли військову службу, або зараз є військовими?
9. Чи роз'єднала війна Вашу родину?
10. Якщо Ваша сім'я була/зараз роз'єднана через війну, чи вплинуло це на Ваші сімейні стосунки?
 11. Чи вплинули воєнні події на рівень конфліктності у Вашій сім'ї?
 12. Якщо «так», то зазначте яким саме був цей вплив?
 13. Наші подружні стосунки з початку війни...
 14. Чи впливає наявність дітей на рівень конфліктності у Ваших стосунках з чоловіком/дружиною?
 15. Що саме вплинуло на конфліктність у Ваших стосунках під час війни? (розгорнута відповідь)
 16. На ваш погляд, з приводу чого найчастіше відбуваються конфлікти між вами під час війни?
 17. Чи відчуваєте Ви більшу потребу у підтримці партнера під час війни?
 18. Наскільки змінилося Ваше спілкування з партнером під час війни?
 19. На Вашу думку, конфлікт між подружжям під час війни – це...
 20. Чи стали ви частіше обговорювати свої почуття та переживання з партнером під час війни?
 21. Як часто ви обговорюєте з партнером спільні плани на майбутнє під час війни?

22. Чи змінилися ваші спільні цілі з початком війни?

23. Яким чином Ви вирішуєте конфлікти в сім'ї під час війни найчастіше?
(розгорнута відповідь)

24. Як Ви вважаєте, чи є конфліктність особистісною рисою Вашого партнера?

25. Як Ви вважаєте, чи є конфліктність Вашою особистісною рисою?

26. На Вашу думку, врегулювання конфлікту між подружжям під час війни – це...

27. Чи є у Вас бажання взяти участь в тренінговій програмі, що спрямована на врегулюванням конфліктів між подружжя

Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками тривоги за методикою А. Бека, показниками поведінки в конфліктних ситуаціях за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна, методикою «Стратегія боротьби з конфліктами» та показником конфліктності за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна, Н. Пов'якель

Тривога			
Ро Спірмена	конфліктність особистості	Коефіцієнт кореляції	- ,021
		знач. (двостороння)	,858
	неконструктивні установки на шлюб	Коефіцієнт кореляції	,091
		знач. (двостороння)	,442
	депресія	Коефіцієнт кореляції	,746**
		знач. (двостороння)	,000
	протективні механізми	Коефіцієнт кореляції	,224
		знач. (двостороння)	,055
	дефензивні механізми	Коефіцієнт кореляції	,314**
		знач. (двостороння)	,006
	агресія	Коефіцієнт кореляції	,469**
		знач. (двостороння)	,000
	соматизація тривоги	Коефіцієнт кореляції	,701**
		знач. (двостороння)	,000
	фіксація на психотравмі	Коефіцієнт кореляції	,450**
		знач. (двостороння)	,000
	примус	Коефіцієнт кореляції	,138
		знач. (двостороння)	,240
	пристосування	Коефіцієнт кореляції	,239*
		знач. (двостороння)	,040
	компроміс	Коефіцієнт кореляції	,060
		знач. (двостороння)	,612
	уникнення	Коефіцієнт кореляції	,018
		знач. (двостороння)	,877
	співпраця	Коефіцієнт кореляції	,001
		знач. (двостороння)	,994
	N		74

Примітки: *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння). **. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння).

Таблиця 2

Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками тривоги за методикою А. Бека, показником депресії за методикою А. Бека, показниками поведінки в конфліктних ситуаціях за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна, шкалою сприйнятого стресу PSS-10, між показниками резильєнтності, показниками емоційного інтелекту за методикою «Визначення рівня емоційного інтелекту» Н. Холла

			Тривога	Емоц. обізнан.	Управл. своїми емоц.	Самомотивація	Емпатія	Розп. емоц. ін. люд.	Інтег. рівень емоц. Інтел.
Ро Спірмена	тривога	Коефіцієнт кореляції	1,000	-,143	-,627**	-,478**	-,059	-,143	-,414**
		знач.(двостор.)	.	,223	,000	,000	,621	,226	,000
	депресія	Коефіцієнт кореляції	,756**	-,136	-,607**	-,439**	-,132	-,136	-,377**
		знач.(двостор.)	,000	,247	,000	,000	,261	,246	,001
	резильєнтність	Коефіцієнт кореляції	-,549**	,349**	,612**	,660**	,234*	,306**	,587**
		знач.(двостор.)	,000	,002	,000	,000	,044	,008	,000
	рівень сприйнятого стресу	Коефіцієнт кореляції	,542**	-,097	-,393**	-,312**	-,020	-,051	-,263*
		знач.(двостор.)	,000	,409	,001	,007	,866	,667	,024
		N	74	74	74	74	74	74	74

Примітки:**. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння). *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння)

Таблиця 3

Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками депресії за методикою А. Бека показником конфліктності за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна, Н. Пов'якель, показниками поведінки в конфліктних ситуаціях за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна, показниками стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях за методикою «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттена, К. Камерона

Депресія			
Ро Спірмена	конфліктність особистості	Коефіцієнт кореляції	,046
		знач. (двостороння)	,698
	неконструктивні установки на шлюб	Коефіцієнт кореляції	,182
		знач. (двостороння)	,121
	депресія	Коефіцієнт кореляції	,676**
		знач. (двостороння)	,000
		Коефіцієнт кореляції	,236*

	протективні механізми	знач. (двостороння)	,043
	дефензивні механізми	Коефіцієнт кореляції	,313**
		знач. (двостороння)	,007
	агресія	Коефіцієнт кореляції	,424**
		знач. (двостороння)	,000
	соматизація тривоги	Коефіцієнт кореляції	,575**
		знач. (двостороння)	,000
	фіксація на психотравмі	Коефіцієнт кореляції	,424**
		знач. (двостороння)	,000
	примус	Коефіцієнт кореляції	,021
		знач. (двостороння)	,858
	пристосування	Коефіцієнт кореляції	,118
		знач. (двостороння)	,317
	компроміс	Коефіцієнт кореляції	,041
		знач. (двостороння)	,731
	уникнення	Коефіцієнт кореляції	,100
		знач. (двостороння)	,396
	співпраця	Коефіцієнт кореляції	-,067
		знач. (двостороння)	,568
		N	74

Примітки: *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння).**. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння).

Таблиця 4

Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками резильєнтності CD-RISC -10, між показником конфліктності за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна, Н. Пов'якель, та результатами методики «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. С. Кочарян, методикою «Стратегія боротьби з конфліктами»

Резильєнтність			
Ро Спирмена	конфліктність особистості	Коефіцієнт кореляції	-,011
		знач. (двостороння)	,927
	неконструктивні установки на шлюб	Коефіцієнт кореляції	-,069
		знач. (двостороння)	,560
	депресія	Коефіцієнт кореляції	-,533**
		знач. (двостороння)	,000
	протективні механізми	Коефіцієнт кореляції	-,030
		знач. (двостороння)	,802
	дефензивні механізми	Коефіцієнт кореляції	-,221
		знач. (двостороння)	,059
	агресія	Коефіцієнт кореляції	-,133
		знач. (двостороння)	,259
	соматизація тривоги	Коефіцієнт кореляції	-,318**
		знач. (двостороння)	,006
	фіксація на психотравмі	Коефіцієнт кореляції	-,093

	примус	знач. (двостороння)	,429
		Коефіцієнт кореляції	-,049
	пристосування	знач. (двостороння)	,681
		Коефіцієнт кореляції	- ,024
	компроміс	знач. (двостороння)	,839
		Коефіцієнт кореляції	,047
	уникнення	знач. (двостороння)	,689
		Коефіцієнт кореляції	-,023
	співпраця	знач. (двостороння)	,848
		Коефіцієнт кореляції	,016
		знач. (двостороння)	,896
	N		74

Примітки: *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння). **. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння).

Таблиця 5

Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками агресивності у жінок за опитувальником «Рівень агресивності» А. Басса-М. Перрі та показником конфліктності за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна, Н. Пов'якель, показникам поведінки в конфліктних ситуаціях за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна

	Показник		фізична агресія (жінки)	гнів (жінки)	ворожість (жінки)	загальн. показник (жінки)
Ро Спірмена	конфліктність особистості	Коефіцієнт кореляції	,175	,364**	,103	,267*
		знач. (двостор.)	,189	,005	,443	,042
	неконструктивні установки на шлюб	Коефіцієнт кореляції	,351**	,232	- ,035	,216
		знач. (двостор.)	,007	,080	,792	,104
	депресія	Коефіцієнт кореляції	- ,006	,343**	,383**	,365**
		знач. (двостор.)	,967	,008	,003	,005
	протективні механізми	Коефіцієнт кореляції	,303*	,133	,281*	,367**
		знач. (двостор.)	,021	,320	,033	,005
	дефензивні механізми	Коефіцієнт кореляції	,042	,207	,346**	,254
		знач. (двостор.)	,754	,118	,008	,054
	агресія	Коефіцієнт кореляції	,482**	,450**	,255	,541**
		знач. (двостор.)	,000	,000	,053	,000
	соматизація тривоги	Коефіцієнт кореляції	,230	,417**	,235	,389**
		знач. (двостор.)	,083	,001	,076	,003
	фіксація на психотравмі	Коефіцієнт кореляції	,148	,460**	,495**	,507**
		знач. (двостор.)	,268	,000	,000	,000
	N		58	58	58	58

Примітки: *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння). **. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння)

Таблиця 6

**Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками
агресивності у жінок
за опитувальником «Рівень агресивності» А. Басса-М. Перрі та показниками
стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях за методикою «Стратегія
боротьби з конфліктами» Д. Веттена, К. Камерона**

Показник			фізична агресія (жінки)	гнів (жінки)	ворожість (жінки)	загальний показник агресії (жінки)
Ро Спмена	примус	Коефіцієнт кореляції	,260[*]	,287[*]	,301[*]	,396^{**}
		знач. (двостор.)	,048	,029	,022	,002
	пристосування	Коефіцієнт кореляції	,029	-,007	,001	- ,015
		знач. (двостор.)	,830	,959	,995	,912
	компроміс	Коефіцієнт кореляції	- ,059	- ,056	,024	- ,045
		знач. (двостор.)	,660	,674	,859	,735
	уникнення	Коефіцієнт кореляції	- ,209	- ,317 [*]	,129	- ,156
		знач. (двостор.)	,115	,015	,335	,244
	співпраця	Коефіцієнт кореляції	- ,078	- ,091	- ,206	- ,182
		знач. (двостор.)	,563	,497	,121	,171
N		58	58	58	58	

Примітки: *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння). **. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння)

Таблиця 7

**Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками
агресивності у чоловіків
за опитувальником «Рівень агресивності» А. Басса-М. Перрі та показником
конфліктності за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна,
Н. Пов'якель, показниками поведінки в конфліктних ситуаціях
(за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній
ситуації» О. Кочаряна**

Показник			фізична агресія (чолов.)	гнів (чолов.)	ворож. (чолов.)	загальн. показник агресії (чолов.)
Ро Спірмена	конфліктніс.о собистості	Коефіцієнт кореляції	,577*	,295	,569*	,551*
		знач. (двостор.)	,019	,267	,021	,027
	неконструкти вні установки на шлюб	Коефіцієнт кореляції	,338	,422	,345	,379
		знач. (двостор.)	,200	,104	,190	,148
	депресія	Коефіцієнт кореляції	,369	,753**	,343	,565*
		знач. (двостор.)	,159	,001	,194	,022
		Коефіцієнт кореляції	,273	,197	,069	,140

Показник			фізична агресія (чолов.)	гнів (чолов.)	ворож. (чолов.)	загальн. показник агресії (чолов.)
	протективні механізми	знач. (двостор.)	,307	,464	,800	,606
	дефензивні механізми	Коефіцієнт кореляції	,541*	,765**	,706**	,804**
		знач. (двостор.)	,030	,001	,002	,000
	агресія	Коефіцієнт кореляції	,651**	,605*	,653**	,750**
		знач. (двостор.)	,006	,013	,006	,001
	соматизація тривоги	Коефіцієнт кореляції	- ,328	,171	- ,058	- ,100
		знач. (двостор.)	,215	,526	,832	,714
	фіксація на психотравмі	Коефіцієнт кореляції	,170	,335	,462	,338
		знач. (двостор.)	,530	,204	,072	,200
		N	16	16	16	16

Примітки: *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння). **. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння)

Таблиця 8

**Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками
агресивності у чоловіків
за опитувальником «Рівень агресивності» А. Басса -М. Перрі та показниками
стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях за методикою «Стратегія
боротьби з конфліктами» Д. Веттена, К. Камерона**

Показник			Примус (чоловіки)	Пристос. (чолов.)	Компр. (чолов.)	Уникнен. (чолов.)	Співпр. (чолов.)
Ро Спірмена	фізична агресія	Коефіцієнт кореляції	,513*	-,051	- ,181	-,041	- ,317
		знач. (двост.)	,042	,850	,503	,882	,232
	гнів	Коефіцієнт кореляції	,269	,028	- ,107	,092	- ,130
		знач. (двост.)	,313	,917	,693	,734	,632
	ворожість	Коефіцієнт кореляції	,431	,063	,085	,113	- ,187
		знач. (двост.)	,096	,817	,755	,677	,488
	загальний показник агресії	Коефіцієнт кореляції	,477	,063	- ,057	,019	- ,275
		знач. (двост.)	,062	,817	,833	,945	,303
	N		16	16	16	16	16

Примітки: *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння). **. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння).

Таблиця 9

Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками сприйнятого стресу PSS-10 та показником конфліктності за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна, Н. Пов'якель, показниками поведінки в конфліктних ситуаціях за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна, показниками стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях за методикою «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттена, К. Камерона

			рівень сприйнятого стресу
Ро Спірмена	конфліктність особистості	Коефіцієнт кореляції	,022
		знач. (двостороння)	,852
	неконструктивні установки на шлюб	Коефіцієнт кореляції	,010
		знач. (двостороння)	,930
	депресія	Коефіцієнт кореляції	,368**
		знач. (двостороння)	,001
	протективні механізми	Коефіцієнт кореляції	,137
		знач. (двостороння)	,244
	дефензивні механізми	Коефіцієнт кореляції	,102
		знач. (двостороння)	,385
	агресія	Коефіцієнт кореляції	,247*
		знач. (двостороння)	,034
	соматизація тривоги	Коефіцієнт кореляції	,372**
		знач. (двостороння)	,001
	фіксація на психотравмі	Коефіцієнт кореляції	,141
		знач. (двостороння)	,230
	примус	Коефіцієнт кореляції	,062
		знач. (двостороння)	,601
	пристосування	Коефіцієнт кореляції	,311**
		знач. (двостороння)	,007
	компроміс	Коефіцієнт кореляції	,120
		знач. (двостороння)	,310
	уникнення	Коефіцієнт кореляції	,092
		знач. (двостороння)	,433
	співпраця	Коефіцієнт кореляції	,024
		знач. (двостороння)	,838
	N		74

Примітки: *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння). **. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння).

Таблиця 10

Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками емоційного інтелекту за методикою «Визначення рівня емоційного інтелекту» Н. Холла та показником конфліктності за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна, Н. Пов'якель

Показник			Емоційн. обізнан.	Управл. своїми емоціям.	Самомот.	Емпат.	Розпізн. емоцій інших людей	Інтегр. рівень емоці. інтел.
Ро Спірме на	конфліктність особистості	Коефіцієнт кореляції	-,017	-,103	,030	-,018	-,054	-,004
		знач. (двостор.)	,885	,381	,797	,880	,646	,970
	неконструк. установки на шлюб	Коефіцієнт кореляції	-,132	-,224	-,100	-,140	-,200	-,234*
		знач. (двостор.)	,261	,056	,395	,234	,088	,045
	депресія	Коефіцієнт кореляції	,13-7	-,659**	-,556**	-,045	-,190	-,451**
		знач. (двостор.)	,244	,000	,000	,702	,106	,000
	протективні механізми	Коефіцієнт кореляції	-,049	-,234*	-,171	,22-6	-,313**	-,246*
		знач. (двостор.)	,680	,045	,144	,053	,007	,035
	дефензивні механізми	Коефіцієнт кореляції	-,190	-,218	-,139	-,128	-,220	-,205
		знач. (двостор.)	,105	,062	,238	,277	,060	,080
	агресія	Коефіцієнт кореляції	-,040	-,482**	-,281*	,052	-,165	-,271*
		знач. (двостор.)	,734	,000	,015	,662	,161	,019
	соматизація тривоги	Коефіцієнт кореляції	,104	-,353**	-,311**	,097	,029	-,139
		знач. (двостор.)	,380	,002	,007	,412	,805	,236
	фіксація на психотравмі	Коефіцієнт кореляції	-,049	-,374**	-,188	-,025	-,205	-,224
		знач. (двостор.)	,677	,001	,108	,830	,080	,055
	примус	Коефіцієнт кореляції	,010	-,045	-,058	-,069	-,159	-,078
		знач. (двостор.)	,933	,703	,626	,558	,175	,507
	пристосув.	Коефіцієнт кореляції	,041	-,026	,125	,192	,280*	,077
		знач. (двостор.)	,732	,825	,288	,101	,016	,516
	компроміс	Коефіцієнт кореляції	,135	-,004	,089	,270*	,266*	,122
		знач. (двостор.)	,250	,971	,450	,020	,022	,301
	уникнення	Коефіцієнт кореляції	-,046	-,058	-,119	-,148	-,113	-,152
		знач. (двостор.)	,699	,625	,315	,208	,337	,197
	співпраця	Коефіцієнт кореляції	,352**	,182	,240*	,196	,324**	,284*
		знач. (двостор.)	,002	,120	,040	,094	,005	,014
		N	74	74	74	74	74	74

Примітки: *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння). **. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння)

Таблиця 11

Міра кореляційного зв'язку за Спірменом між показниками поведінки в конфліктних ситуаціях за опитувальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна, показниками стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях за методикою «Стратегія боротьби з конфліктами» Д. Веттена, К. Камерона

кореляції															
Показник			Конфлік. особист.	Неконстру ктивні установки на шлюб	Депр есія	Протек тивні механі зми	Дефен зив.ме ханізм.	Агрес.	Сомати зація тривоги	Фіксац. на психотр авмі	Примус	Пристос.	Компр.	Уникн.	Співпр.
Ро Спірм ена	Конфлікт. особистос ті	Коефіц. кореляц.	1,000	,206	,008	,013	,235*	,245*	-,063	,127	,243*	-,272*	-,106	-,432**	,031
		знач. (двост.)	.	,078	,946	,910	,044	,035	,595	,282	,037	,019	,367	,000	,791
	Неконструкт ивні установки на шлюб	Коефіц. кореляц.	,206	1,000	,044	,179	,019	,427**	- ,049	,175	,126	- ,091	-,238*	- ,044	- ,098
		знач. (двост.)	,078	.	,707	,127	,875	,000	,677	,135	,285	,440	,041	,712	,408
	Депресія	Коефіц. кореляц.	,008	,044	1,000	,158	,346**	,522**	,573**	,418**	-,042	,071	,057	,026	- ,097
		знач. (двост.)	,946	,707	.	,180	,003	,000	,000	,000	,721	,550	,627	,827	,410
	Протект. механізми	Коефіц. кореляц.	,013	,179	,158	1,000	,162	,239*	,059	,176	,123	,090	- ,130	,059	- ,127
		знач. (двост.)	,910	,127	,180	.	,169	,040	,616	,134	,297	,445	,271	,616	,280
		N	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74
	Дефензив. механізми	Коефіц. Кореляц.	,235*	,019	,346**	,162	1,000	,187	,262*	,395**	,082	,060	- ,072	- ,044	- ,148

	знач. (двост.)	,044	,875	,003	,169	.	,110	,024	,000	,487	,611	,540	,711	,209
	N	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74
Агресія	Коефіц. кореляц.	,245*	,427**	,522**	,239*	,187	1,000	,348**	,438**	,197	,005	-,151	-,166	-,178
	знач. (двост.)	,035	,000	,000	,040	,110	.	,002	,000	,092	,966	,200	,158	,129
Соматиз. тривоги	Коефіц. кореляції	-,063	-,049	,573**	,059	,262*	,348**	1,000	,274*	,028	,144	,037	,082	,012
	знач. (двост.)	,595	,677	,000	,616	,024	,002	.	,018	,813	,221	,757	,486	,921
Фіксація на психотр.	Коефіці. кореляції	,127	,175	,418**	,176	,395**	,438**	,274*	1,000	,148	-,114	-,022	-,014	-,076
	знач. (двост.)	,282	,135	,000	,134	,000	,000	,018	.	,209	,332	,850	,908	,521
	N	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74	74

Примітки: *. Кореляція значима на рівні 0,05 (двостороння). **. Кореляція значима на рівні 0,01 (двостороння). Ро Спірмена

Додаток В

Таблиця 1

Змінні латентних факторів

Спільності		
	Початкова	Вилучення
конфліктність особистості	1,000	,640
неконструктивні установки на шлюб	1,000	,413
депресія	1,000	,683
протективні механізми	1,000	,186
дефензивні механізми	1,000	,436
агресія	1,000	,628
соматизація тривоги	1,000	,575
фіксація на психотравмі	1,000	,507
примус	1,000	,208
пристосування	1,000	,389
компроміс	1,000	,608
уникнення	1,000	,632
співпраця	1,000	,510

Примітки: Метод виділення факторів: метод головних компонент.

Таблиця 2

Пояснена сукупна дисперсія

Компонент	Початкові власні значення			Вилучення суми квадратів навантажень			Ротація суми квадратів навантажень		
	Усього	% дисперсії	Сумарний %	Усього	% дисперсії	Сумарний %	Усього	% дисперсії	Сумарний %
1	2,808	21,598	21,598	2,808	21,598	21,598	2,627	20,209	20,209
2	2,089	16,073	37,671	2,089	16,073	37,671	1,966	15,122	35,330
3	1,519	11,683	49,353	1,519	11,683	49,353	1,823	14,023	49,353
4	1,126	8,662	58,016						
5	1,010	7,766	65,782						
6	,983	7,560	73,342						
7	,745	5,727	79,069						
8	,652	5,019	84,088						
9	,555	4,268	88,356						
10	,488	3,753	92,109						
11	,441	3,389	95,497						
12	,328	2,524	98,021						
13	,257	1,979	100,000						

Примітки: Метод виділення факторів: метод головних компонент

Таблиця 3

Матриця компонентів^а

	Компонент		
	1	2	3
агресія	,790		
фіксація на психотравмі	,690		
депресія	,670	,484	
дефензивні механізми	,589		
проективні механізми	,389		
пристосування		,605	
соматизація тривоги	,497	,571	
конфліктність особистості	,300	-,565	,480
неконструктивні установки на шлюб	,428	-,457	
примус		-,382	
уникнення		,351	-,708
співпраця			,614
компроміс		,489	,550

Примітки: Метод виділення факторів: метод головних компонент. а. Вилучено компонентів – 3.

Додаток Г
Таблиця 1

Початкові центри кластерів

	Кластер		
	1	2	3
конфліктність особистості	32,00	30,00	28,00
неконструктивні установки на шлюб	74,00	41,00	20,00
депресія	64,00	21,00	50,00
протективні механізми	58,00	36,00	40,00
дефензивні механізми	66,00	36,00	59,00
агресія	65,00	40,00	45,00
соматизація тривоги	50,00	34,00	76,00
фіксація на психотравмі	53,00	41,00	53,00

Таблиця 2

Хронологія ітерацій^а

Ітерація	Зміна центрів кластерів		
	1	2	3
1	29,078	20,515	27,550
2	2,934	,690	1,639
3	2,790	,920	1,881
4	,000	1,569	1,434
5	,000	,000	,000

Примітки: а. Сходимість досягнута завдяки невеликій зміні центрів кластерів або без нього. Максимальна зміна абсолютної координати для будь – якого центра: ,000. Поточна ітерація – 5. Мінімальна відстань між початковими центрами: 61,351.

Таблиця 3

Кінцеві центри кластерів

Показник	Кластер		
	1	2	3
конфліктність особистості	29,36	27,84	29,00
неконструктивні установки на шлюб	55,09	42,41	38,39
депресія	56,45	33,56	51,84
протективні механізми	46,82	39,50	41,10
дефензивні механізми	51,27	39,91	48,10
агресія	61,27	40,06	47,74
соматизація тривоги	60,82	46,50	56,32
фіксація на психотравмі	49,18	38,38	47,19

Таблиця 4

Відстань між кінцевими центрами кластерів

Кластер	1	2	3
1		40,518	23,463
2	40,518		25,581
3	23,463	25,581	

Таблиця 5

Число спостережень у кожному кластері

Кластер	1	11,000
	2	32,000
	3	31,000
Валідні		74,000
Пропущені		,000

Таблиця 6

Ранги

	Номер кластера спостереження	N	Середній ранг
конфліктність особистості	1	11	43,50
	2	32	33,28
	3	31	39,73
неконструктивні установки на шлюб	1	11	62,00
	2	32	36,73
	3	31	29,60
депресія	1	11	57,09
	2	32	17,91
	3	31	50,77
протективні механізми	1	11	53,23
	2	32	32,39
	3	31	37,19
дефензивні механізми	1	11	50,59
	2	32	27,31
	3	31	43,37
агресія	1	11	65,36
	2	32	23,27
	3	31	42,31
соматизація тривоги	1	11	54,77
	2	32	23,02
	3	31	46,32
фіксація на психотравмі	1	11	50,00
	2	32	24,19
	3	31	46,81
	Усього	74	

Таблиця 7

Статистичні критерії ^{a,b}

	конфлікт. особист.	неконстр. установки на шлюб	депрес	протектив механізми	дефенз. механізм и	агресія	соматиз. тривоги	фіксац на псих.
Н Краскела-Уолліса	2,436	19,264	48,216	7,955	14,376	34,472	27,688	22,862
ст.св.	2	2	2	2	2	2	2	2
Асимп. знач.	,296	,000	,000	,019	,001	,000	,000	,000

Примітки: а. Критерій Краскела – Уолліса б. Групуюча змінна: Номер кластера спостереження

Таблиця 8

Ранги

	Номер кластера спостереження	N	Середній ранг	Сума рангів
неконструктивні установки на шлюб	1	11	32,68	359,50
	2	32	18,33	586,50
	Усього	43		
депресія	1	11	37,59	413,50
	2	32	16,64	532,50
	Усього	43		
протективні механізми	1	11	30,59	336,50
	2	32	19,05	609,50
	Усього	43		
дефензивні механізми	1	11	32,14	353,50
	2	32	18,52	592,50
	Усього	43		
агресія	1	11	37,59	413,50
	2	32	16,64	532,50
	Усього	43		
соматизація тривоги	1	11	34,64	381,00
	2	32	17,66	565,00
	Усього	43		
фіксація на психотравмі	1	11	32,73	360,00
	2	32	18,31	586,00
	Усього	43		

Таблиця 9

Статистичні критерії ^a

	неконструктивні установки на шлюб	депресія	протективні механізми	дефензивні механізми	агресія	соматизація тривоги	фіксація на психотравмі
U Манна-Уїтні	58,500	4,500	81,500	64,500	4,500	37,000	58,000
T- Вілкоксона	586,500	532,500	609,500	592,500	532,500	565,000	586,000
Z	- 3,313	- 4,855	- 2,667	- 3,248	- 4,798	- 3,947	- 3,423

	неконструктивні установки на шлюб	депресія	протективні механізми	дефензивні механізми	агресія	соматизація тривоги	фіксація на психотравмі
Асимп. знач. (двостор.)	,001	,000	,008	,001	,000	,000	,001
Точна знч. [2*(1 – сторон. знач.)]	,001 ^b	,000 ^b	,007 ^b	,001 ^b	,000 ^b	,000 ^b	,001 ^b

Примітки: а. Групуєча змінна: Номер кластера спостереження б. Не скореговано на наявність зв'язків

Таблиця 11

Ранги

	Номер кластера спостереження	N	Середній ранг	Сума рангів
неконструктивні установки на шлюб	1	11	35,32	388,50
	3	31	16,60	514,50
депресія	1	11	25,50	280,50
	3	31	20,08	622,50
протективні механізми	1	11	28,64	315,00
	3	31	18,97	588,00
дефензивні механізми	1	11	24,45	269,00
	3	31	20,45	634,00
агресія	1	11	33,77	371,50
	3	31	17,15	531,50
соматизація тривоги	1	11	26,14	287,50
	3	31	19,85	615,50
фіксація на психотравмі	1	11	23,27	256,00
	3	31	20,87	647,00
Усього		42		

Таблиця 12

Статистичні критерії^а

	неконструктивні установки на шлюб	депресія	протективні механізми	дефензивні механізми	агресія	соматизація тривоги	фіксація на психотравмі
U Манна-Уїтні	18,500	126,500	92,000	138,000	35,500	119,500	151,000
T- Вілкоксона	514,500	622,500	588,000	634,000	531,500	615,500	647,000
Z	– 4,456	– 1,275	– 2,289	– ,944	– 3,905	– 1,485	– ,572
Асимп. знач. (двостороння)	,000	,202	,022	,345	,000	,137	,567
Точна знч. [2*(1 – сторон. знач.)]	,000 ^b	,211 ^b	,024 ^b	,365 ^b	,000 ^b	,146 ^b	,592 ^b

Примітки: а. Групуєча змінна: Номер кластера спостереження б. Не скореговано на наявність зв'язків

Таблиця 13

Ранги

	Номер кластера спостереження	N	Середній ранг	Сума рангів
неконструктивні установки на шлюб	2	32	34,91	1117,00
	3	31	29,00	899,00
депресія	2	32	17,77	568,50
	3	31	46,69	1447,50
протективні механізми	2	32	29,84	955,00
	3	31	34,23	1061,00
дефензивні механізми	2	32	25,30	809,50
	3	31	38,92	1206,50
агресія	2	32	23,13	740,00
	3	31	41,16	1276,00
соматизація тривоги	2	32	21,86	699,50
	3	31	42,47	1316,50
фіксація на психотравмі	2	32	22,38	716,00
	3	31	41,94	1300,00
	Усього	63		

Таблиця 14

Статистичні критерії^а

	неконструктивні установки на шлюб	депресія	протективні механізми	дефензивні механізми	агресія	соматизація тривоги	фіксація на психотравмі
U Манна-Уїтні	403,000	40,500	427,000	281,500	212,000	171,500	188,000
T-Вілкокс.	899,000	568,500	955,000	809,500	740,00	699,500	716,000
Z	- 1,314	- 6,319	- ,968	- 3,057	-3,941	- 4,547	- 4,349
Асимп.знач. (двостр	,189	,000	,333	,002	,000	,000	,000

Примітки: а. Групуєча змінна: Номер кластера спостереження

Додаток Д

Таблиця 1

Динаміка показників конфліктності в контрольній групі за методикою «Оцінка конфліктності особистості» Г. Ложкіна та Н. Пов'якель та поведінки особистості в конфліктній ситуації за запитальником «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» О. Кочаряна до та після застосування тренінгової програми за Т-критерієм Вілкоксона

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т - Вілкоксона)	Рівень асимптотичної значущості (2 - сторонній)
Конфліктність	15 ^a	9 ^b	4 ^c	12,17	13,06	182,50	117,50	-,935 ^d	,350
Неконструктивні . установ на шлюб	15 ^a	5 ^b	8 ^c	9,70	12,90	145,50	64,50	-1,518 ^d	,129
Депресія	12 ^a	6 ^b	10 ^c	11,08	6,33	133,00	38,00	-2,075 ^d	,038
Протективні механізми	11 ^a	9 ^b	8 ^c	9,59	11,61	105,50	104,50	-,019 ^d	,985
Дефензивні механізми	6 ^a	12 ^b	10 ^c	7,83	10,33	47,00	124,00	-1,739 ^e	,082
Агресія	18 ^a	5 ^b	5 ^c	12,06	11,80	217,00	59,00	-2,419 ^d	,016
Соматизація тривоги	8 ^a	11 ^b	9 ^c	9,50	10,36	76,00	114,00	-,772 ^e	,440
Фіксація на психотравмі	7 ^a	13 ^b	8 ^c	11,14	10,15	78,00	132,00	-1,033 ^e	,302

Примітки: ^a – величина показника *після* < величини показника *до* застосування тренінгової програми; ^b – величина показника *після* > величини показника *до* застосування тренінгової програми; ^c – величина показника *після* = величині показника *до* застосування тренінгової програми; ^d – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на позитивних рангах; ^e – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на негативних рангах.

Таблиця 2

Вияв показників тривожності, депресії, резильєнтності, рівня сприйнятого стресу, стійкості до стресу в контрольній групі за шкалою тривожності та депресії за А. Беком, резильєнтності Коннора-Девідсона - 10, шкалою сприйнятого стресу, тесту «Стійкість до стресу» до та після застосування тренінгової програми за Т-критерієм Вілкоксона

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т - Вілкоксона)	Рівень асимптотичної значущості (2 - сторонній)
Тривога	15 ^a	10 ^b	3 ^c	14,13	11,30	212,00	113,00	-1,339 ^d	,180
Депресія	23 ^a	4 ^b	1 ^c	15,41	5,88	354,50	23,50	-3,982 ^d	,000
Резильєнтність	13 ^a	12 ^b	3 ^c	11,92	14,17	155,00	170,00	-,202 ^e	,840
Рівень сприйнят. стресу	19 ^a	6 ^b	3 ^c	12,61	14,25	239,50	85,50	-2,087 ^d	,037
Стійкість до стресу	10 ^a	11 ^b	7 ^c	7,60	14,09	76,00	155,00	-1,384 ^d	,166

Примітки: ^a – величина показника після < величини показника до застосування тренінгової програми; ^b – величина показника після > величини показника до застосування тренінгової програми; ^c – величина показника після = величині показника до застосування тренінгової програми; ^d – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на позитивних рангах; ^e – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на негативних рангах.

Таблиця 3

Динаміка показників агресивності в контрольній групі за опитувальником «Рівень агресивності» А. Басса-М. Перрі до та після застосування тренінгової програми за Т-критерієм Вілкоксона

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т - Вілкоксона)	Рівень асимптотич. значущості (2 - сторонній)
Фізична агресія	14 ^a	11 ^b	3 ^c	14,71	10,82	206,00	119,00	-1,174 ^d	,241
Гнів	7 ^a	15 ^b	6 ^c	11,21	11,63	78,50	174,50	-1,566 ^e	,117
Ворожість	13 ^a	10 ^b	5 ^c	10,77	13,60	140,00	136,00	-,061 ^d	,951
Рівень агресивності	16 ^a	12 ^b	0 ^c	13,50	15,83	216,00	190,00	-,296 ^d	,767

Примітки: ^a – величина показника після < величини показника до застосування тренінгової програми; ^b – величина показника після > величини показника до застосування тренінгової програми; ^c – величина показника після = величині показника до застосування

тренінгової програми; ^d – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на позитивних рангах; ^e – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на негативних рангах.

Таблиця 4

Динаміка показників емоційного інтелекту Н. Холла в контрольній групі до та після застосування тренінгової програми за Т-критерієм Вілкоксона

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т - Вілкоксона)	Рівень асимптотич. значущості (2 - сторонній)
Емоційна обізнаність	21 ^a	6 ^b	1 ^c	15,48	8,83	325,00	53,00	-3,281 ^d	,001
Управління своїми емоціями	10 ^a	15 ^b	3 ^c	11,20	14,20	112,00	213,00	-1,364 ^e	,173
Самомотивація	11 ^a	14 ^b	3 ^c	15,32	11,18	168,50	156,50	-,162 ^d	,871
Емпатія	16 ^a	6 ^b	6 ^c	11,06	12,67	177,00	76,00	-1,649 ^d	,099
Розпізнавання емоцій інших людей	13 ^a	10 ^b	5 ^c	13,35	10,25	173,50	102,50	-1,098 ^d	,272
Рівень емоційного інтелекту	14 ^a	11 ^b	3 ^c	14,39	11,23	201,50	123,50	-1,050 ^d	,294

Примітки: ^a – величина показника після < величини показника до застосування тренінгової програми; ^b – величина показника після > величини показника до застосування тренінгової програми; ^c – величина показника після = величині показника до застосування тренінгової програми; ^d – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на позитивних рангах; ^e – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на негативних рангах.

Таблиця 5

Динаміка показників стратегій боротьби з конфліктами в експериментальній групі за методикою «Стратегія боротьби з конфліктами» Д.Веттена, К.Камерона до та після застосування тренінгової програми

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т - Вілкоксона)	Рівень асимптотичної значущості (2 - сторонній)
Примус	9 ^a	9 ^b	8 ^c	9,00	10,00	81,00	90,00	-,206 ^e	,837
Пристосування	9 ^a	7 ^b	10 ^c	9,56	7,14	86,00	50,0	-,970 ^d	,332
Компроміс	12 ^a	8 ^b	6 ^c	10,63	9,55	85,00	105,00	-,411 ^e	,681

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т - Вілкосона)	Рівень асимптотичної значущості (2 - сторонній)
Уникнення	16 ^a	8 ^b	2 ^c	9,91	10,13	109,00	81,00	-,574 ^d	,566
Співпраця	8 ^a	8 ^b	10 ^c	7,00	10,00	56,00	80,00	-,647 ^c	,518

Примітки: ^a – величина показника після < величини показника до застосування тренінгової програми; ^b – величина показника після > величини показника до застосування тренінгової програми; ^c – величина показника після = величині показника до застосування тренінгової програми; ^d – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на позитивних рангах; ^e – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на негативних рангах.

Таблиця 6

Динаміка показників ресурсних каналів відновлення в експериментальній групі за методикою «BASIC Ph» до та після застосування тренінгової програми

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т - Вілкосона)	Рівень асимптотичної значущості (2 - сторонній)
Віра, переконання	10 ^a	14 ^b	2 ^c	10,15	14,18	101,50	198,50	-1,392 ^d	,164
Почуття, емоції	9 ^a	11 ^b	6 ^c	10,78	10,27	97,00	113,00	-,299 ^d	,765
Соціальні зв'язки	7 ^a	17 ^b	2 ^c	14,71	11,59	103,00	197,00	-1,345 ^d	,179
Уява, творчість	10 ^a	16 ^b	0 ^c	12,90	13,88	129,00	222,00	-1,183 ^d	,237
Логіка	12 ^a	11 ^b	3 ^c	11,38	12,68	136,50	139,50	-,046 ^d	,963
Фізіологія, тіло	11 ^a	15 ^b	0 ^c	13,91	13,20	153,00	198,00	-,573 ^d	,566

Примітки: ^a – величина показника після < величини показника до застосування тренінгової програми; ^b – величина показника після > величини показника до застосування тренінгової програми; ^c – величина показника після = величині показника до застосування тренінгової програми; ^d – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на негативних рангах.

Таблиця 7

Динаміка показників вияву стратегій розв’язання конфліктних ситуацій в контрольній групі за методикою діагностики стратегій розв’язання конфліктних ситуацій Д. Веттена, К. Камерона до та після застосування тренінгової програми за Т-критерієм Вілкоксона

Параметри	Негативні ранги	Позитивні ранги	Співпадаючі ранги	Середній ранг (негативний)	Середній ранг (позитивний)	Сума рангів (негативних)	Сума рангів (позитивних)	Коефіцієнт (Т - Вілкоксона)	Рівень асимптот. значущості (2 - сторонній)
Примус	12 ^a	4 ^b	12 ^c	8,54	8,38	102,50	33,50	-1,877 ^d	,060
Пристосування	10 ^a	6 ^b	12 ^c	8,10	9,17	81,00	55,00	-,708 ^d	,479
Компроміс	13 ^a	7 ^b	8 ^c	10,54	10,43	137,00	73,00	-1,224 ^d	,221
Уникнення	10 ^a	7 ^b	11 ^c	9,30	8,57	93,00	60,00	-,796 ^d	,426
Співпраця	14 ^a	9 ^b	5 ^c	13,14	10,22	184,00	92,00	-1,433 ^d	,152

Примітки: ^a – величина показника *після* < величини показника *до* застосування тренінгової програми; ^b – величина показника *після* > величини показника *до* застосування тренінгової програми; ^c – величина показника *після* = величині показника *до* застосування тренінгової програми; ^d – підрахунок коефіцієнта (за Wilcoxon Signed Ranks Test) базується на позитивних рангах.