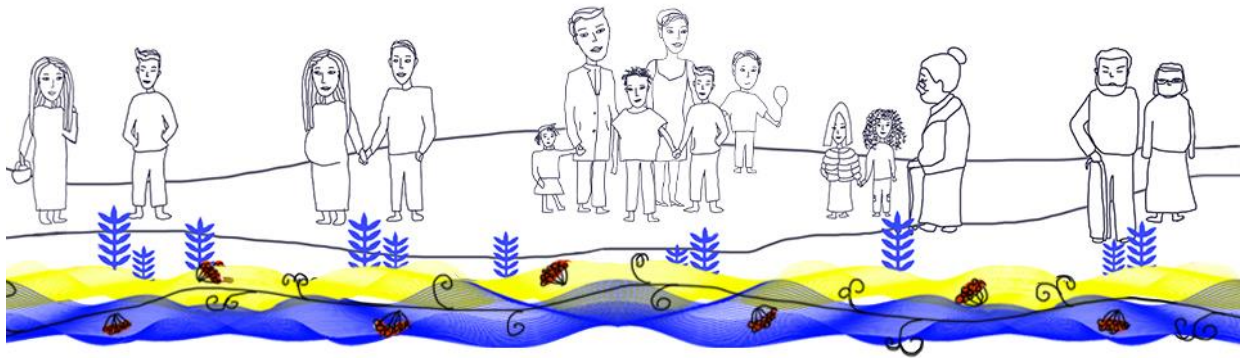




матеріали науково-практичної конференції
**«УКРАЇНСЬКА СІМ'Я
в МІЖКУЛЬТУРНИХ та ТРАНСДИСЦИПЛІНАРНИХ ВИМІРАХ
СУЧАСНОСТІ»**
14-15 травня 2026 року, онлайн
(Київ-Миколаїв)

УДК: 316.36:159.922.27+392.3+173]: 355.01(470:477)"2022/..."(082)

У 45 Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності
[Електронний ресурс] : зб. наук. праць наук.-практ. конф. (14–15 травня 2026 р.) / Ін-т
соц. та політ. психології НАПН України, Ін-т мистецтвознав., фольклорист. та етнол.
ім. М. Т. Рильського НАН України; [за наук. ред. Г. М. Бевз, Л. Г. Бобрової,
Г. Б. Бондаренко]. – Київ, 2026. – 73 с.

До збірника увійшли матеріали науково-практичної конференції «Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності», присвячені осмисленню сучасних викликів, ресурсів і перспектив розвитку української сім'ї в умовах суспільних трансформацій та російської воєнної агресії. Представлені праці охоплюють широкий спектр питань, пов'язаних із функціонуванням сім'ї, збереженням її культурних традицій, розвитком міжпоколінних взаємин, підтримкою родин військовослужбовців, дітей та інших вразливих категорій населення.

Особливістю збірника є поєднання різних наукових і практичних підходів до дослідження сім'ї як соціального, культурного, психологічного, педагогічного та правового феномену. Представлені матеріали відображають трансдисциплінарний характер сучасних досліджень сім'ї, об'єднуючи результати емпіричних і теоретичних розвідок, практичний досвід фахівців, а також наукові пошуки молодих дослідників.

Видання адресоване науковцям, викладачам, студентам, практичним психологам, соціальним працівникам, педагогам, медичним працівникам, етнографам і фольклористам, представникам громадських організацій і всім, хто цікавиться тематикою розвитку та підтримки української сім'ї.

Усі матеріали подано в авторській редакції.

© Автори наукових робіт, 2026
© Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2026
© Інститут мистецтвознавства, фольклористики
та етнології ім. М. Т. Рильського НАН України, 2026

ЗМІСТ

ЗМІСТ	2
ВСТУП	3
<i>Бевз Галина</i> ТЕРМІНОЛОГІЯ У СФЕРІ СОЦІАЛЬНОГО ІНСТИТУТУ СІМ'Ї: ТЕМАТИЧНИЙ СЛОВНИК-ДОВІДНИК «СІМ'Я І ОСВІТА»	4
<i>Бондаренко Галина</i> СУЧАСНІ МАРКЕРИ НАЦІОНАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У МІЖНАЦІОНАЛЬНИХ РОДИНАХ	7
<i>Ващенко Олена</i> АКТУАЛІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ ПОДРУЖЖЯ В УМОВАХ ВІЙНИ	10
<i>Гаркавець Іван, Ловка Ольга</i> ДІАГНОСТИКА СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ В УКРАЇНСЬКИХ РОДИНАХ: АПРОБАЦІЯ АВТОРСЬКОГО ІНСТРУМЕНТАРІЮ	12
<i>Громова Олена</i> ДОСВІД ДІЯЛЬНОСТІ ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ У СФЕРІ УТВЕРДЖЕННЯ СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ	17
<i>Дудник Вікторія, Погарченко Тетяна</i> СІМЕЙНО-ПРАВОВІ ДОГОВОРИ ЯК ІНСТРУМЕНТ ВРЕГУЛЮВАННЯ СУЧАСНИХ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН.	21
<i>Дяденко Анастасія, Погарченко Тетяна</i> ПРАВОВЕ РЕГУЛЮВАННЯ ОСОБИСТИХ НЕМАЙНОВИХ ВІДНОСИН ПОДРУЖЖЯ	23
<i>Кресан Ольга</i> СІМЕЙНИЙ НАРАТИВ ЯК МЕХАНІЗМ КОНСТРУЮВАННЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПІД ЧАС КРИЗОВИХ ЖИТТЄВИХ ПОДІЙ	25
<i>Кулачек Наталія</i> БАЛАНС «РОБОТА–СІМ'Я» ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ УКРАЇНСЬКОЇ РОДИНИ В УМОВАХ ВІЙНИ	28
<i>Наумов Вячеслав</i> МЕТОД ВІДНОВЛЕННЯ ПІСЛЯ ВТРАТ У РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ: ІСТОРИЧНИЙ КОНТЕКСТ	30
<i>Лобанов Сергій, Зайчикова Тетяна</i> НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК «ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХОТЕРАПІЯ ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ»: ПРЕЗЕНТАЦІЯ	32
<i>Павел Мацяшек</i> ПАРАСОЛЬКОВА КОНЦЕПЦІЯ «ПОВІЛЬНЕ ВИХОВАННЯ»: ІСТОРІЯ ТА РОЗВИТОК	35
<i>Моргун Владислав, Музичко Людмила</i> ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ПРЕДИКТОР ЗАДОВОЛЕНOSTІ ЖИТТЯМ ТА СІМЕЙНИМИ СТОСУНКАМИ	38
<i>Опанасенко Людмила</i> ІГРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ В РОБОТІ СІМЕЙНОГО ПСИХОЛОГА	40
<i>Семенюк Ганна, Ловка Ольга</i> РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ПОДРУЖЖЯ В УМОВАХ ВІЙНИ: ЕМПІРИЧНІ ПРОФІЛІ	45
<i>Сліпецька Яна, Кутішенко Валентина</i> МОДЕЛЬ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ БАТЬКІВ ЩОДО ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОГО ДОБРОБУТУ ДІТЕЙ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	48
<i>Сичинська Марія, Столярчук Олеся</i> РОЛЬ ЕМОЦІЙНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ БАТЬКІВ У ВЗАЄМОДІЇ З ДІТЬМИ	49
<i>Таранченко Оксана</i> ТРАНСДИСЦИПЛІНАРНІСТЬ У СТРАТЕГІЯХ ПІДТРИМКИ РОДИН І ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ В УКРАЇНСЬКИХ РЕАЛІЯХ	52
<i>Хоростківська Квітослава, Мартинюк Ірина</i> СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ПРАЦЕВЛАШТУВАННЯ МОЛОДІ З РІЗНИМ СІМЕЙНИМ СТАТУСОМ	55
<i>Фесик Світлана, Фесик Сергій</i> ПРОГРАМА ВОЗЗ'ЄДНАННЯ РОДИН ПІСЛЯ ПОВЕРНЕННЯ ВІЙСЬКОВИХ ДОДОМУ «ГОТОВІ ДО ЗУСТРІЧІ»	57
<i>Чебанюк Олена</i> РІЗДВО В СІМЕЙНІЙ КУЛЬТУРІ УКРАЇНЦІВ	59
<i>Чепіга Злата, Клішевич Наталія</i> ТІЛЕСНО-ОРІЄНТОВАНА ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ ПРОЯВІВ У ЖІНОК, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ НАСИЛЛЯ	62
 <i>ДАНІ ПРО АВТОРІВ</i>	 64
<i>НАДБАННЯ КОНФЕРЕНЦІЇ: ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ</i>	66
<i>ПРОГРАМА II НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ «УКРАЇНСЬКА СІМ'Я в МІЖКУЛЬТУРНИХ та ТРАНСДИСЦИПЛІНАРНИХ ВИМІРАХ СУЧАСНОСТІ»</i>	68

ВСТУП

Сучасні трансформації українського суспільства, зумовлені війною, масштабними соціальними змінами та інтеграцією України у світовий науковий простір, актуалізують потребу в переосмисленні ролі сім'ї як фундаментального соціального інституту. У цих умовах вона постає не лише осередком приватного життя, а й важливим чинником суспільної стійкості, збереження культурної спадщини, формування громадянської відповідальності та відновлення людського потенціалу країни. Складність сучасних викликів, що постають перед родинами в Україні, зумовлює необхідність їх комплексного вивчення, яке виходить за межі окремих наукових дисциплін і ґрунтується на взаємодії науки, професійної практики та суспільного досвіду.

Саме це стало підґрунтям для проведення науково-практичної конференції «Українська сім'я в міжкультурних та трансдисциплінарних вимірах сучасності», покликаної створити відкритий простір наукового діалогу, професійної співпраці та обміну досвідом щодо актуальних питань розвитку сім'ї в сучасній Україні.

Особливість конференції полягає в тому, що вона об'єднує фахівців різних галузей знань і сфер професійної діяльності не навколо окремої дисципліни чи наукової школи, а навколо спільного об'єкта наукового й практичного інтересу — сім'ї. Вона відкрита як для досвідчених науковців і практиків, так і для молодих дослідників та здобувачів вищої освіти. Конференція охоплює широкий спектр питань, пов'язаних із функціонуванням, розвитком і підтримкою сім'ї в різних соціальних контекстах, не обмежуючись рамками окремих психотерапевтичних напрямів чи професійних підходів. Такий формат створює умови для трансдисциплінарного діалогу та взаємного збагачення наукового знання й практичного досвіду.

Представлені у збірнику матеріали демонструють різноманіття тематичних напрямів, методологічних підходів і професійних перспектив дослідження сім'ї. Вони засвідчують значущість міждисциплінарного діалогу як умови поглиблення наукового знання, вироблення ефективних практичних рішень і адекватного реагування на сучасні суспільні виклики.

Сподіваємося, що це видання стане підґрунтям для подальшої наукової співпраці, започаткування нових дослідницьких і практичних ініціатив, консолідації професійної спільноти та утвердження культури міждисциплінарного діалогу в дослідженнях сім'ї. Переконані, що результати цієї співпраці сприятимуть зміцненню інституту сім'ї як однієї з визначальних основ стійкості українського суспільства та його майбутнього.

Бевз Галина

ТЕРМІНОЛОГІЯ У СФЕРІ СОЦІАЛЬНОГО ІНСТИТУТУ СІМ'Ї: ТЕМАТИЧНИЙ СЛОВНИК-ДОВІДНИК «СІМ'Я І ОСВІТА»

Жодна галузь знань не може функціонувати без власного термінологічного апарату, який забезпечує професійне спілкування та створює підґрунтя розвитку певної науки. Однак у вивченні складних соціальних явищ, одним із яких є соціальний інститут сім'ї, замало однієї галузі знань [2; 3]. В науковому опануванні цих сфер людського життя задіяна низка галузей знань, як-то: економіка, політологія, соціальна робота, управління та менеджмент, культурологія та антропологія, фольклористика а також соціологія та психологія. Кожна наука оперує власними поняттями і спирається на них, але не завжди вони тотожні в контексті іншої наукової сфери. Це створює проблеми у вивченні складних соціальних явищ, як-то, сім'я та вносить непорозуміння між науковцями різних сфер знань, обмежуючи їхню професійну комунікацію та створюючи термінологічні бар'єри.

Наразі на наукову арену виходить новий підхід – трансдисциплінарний, що закликає науковців не переносити знання та методи з однієї сфери знань в іншу, не запозичувати їх, а створювати спільну наукову площину для досліджень [2]. Нижче наведена таблиця (табл.1) розкриває суттєві відмінності взаємодії різних сфер наукових знань в контексті наукових підходів

Таблиця 1.

Наукові підходи міжсекторальної взаємодії при вивченні складних соціальних явищ

Науковий підхід	характеристики
Транс (крізь кордон/за межі) - дисциплінарний	– створення когнітивних схем – єдність об'єкту у вирішенні складних соціальних задач
Між - дисциплінарний	– циркуляція/перенесення знань/методів (наука без бар'єрів)
крос (через) - дисциплінарний	– нова інтерпритація/пояснення через терміни іншої дисципліни
Полі/мульти - дисциплінарний	– кооперація/сукупність - кумулятивний ефект

Кроком до створення такої площини може бути тематичний словник. Тематичний словник-довідник систематизує терміни й поняття з різних галузей знань, пояснює їхні значення і взаємозв'язки, формуючи канали компетентного доступу до фахової інформації. Також словник покликаний забезпечувати узгодженість багатоаспектності у розумінні термінів, оскільки у наукових джерелах вони нерідко подаються без чітких визначень або трактуються з позицій окремих авторів [1]. Уточнення та стандартизація термінології дозволяють дослідникам формувати спільне наукове поле, у межах якого можливий конструктивний діалог між представниками різних дисциплін. Коректне та

узгоджене визначення термінів є необхідною умовою наукової достовірності та логічної послідовності дослідження. В контексті соціального інституту сім'ї призначенням такого словника буде підтримка професійного розвитку педагогів, психологів, юристів, соціальних працівників, менеджерів освіти, студентів соціономічних спеціальностей, а також усіх, хто цікавиться розвитком та становленням інституту сім'ї у світі та окремій країні.

В 2025 році співробітниками відділу спілкування Інституту соціальної та політичної психології НАПН України в межах виконання наукового дослідження «Соціально-психологічні умови підвищення ролі сім'ї як носія громадської думки щодо реформування освіти» був підготовлений тематичний словник-довідник «Сім'я і освіта» [1]. Він об'єднав терміни щодо двох ключових соціальних інститутів в житті дитини – сім'ю і освіту, де другий розділ присвячений саме соціальному інституту сім'ї *«Сім'я як соціальне середовище становлення дитини»*. Словник належить до трансдисциплінарних наукових видань і об'єднує терміни таких галузей знань, як психологія, педагогіка, соціологія, право, етнологія, фольклористика та культурологія.

Для створення словника ми опиралися на розуміння того, що у трансдисциплінарному підході виявленні суперечливості не слід протиставляти, а пошук у їх трактуванні варто спрямовувати через поєднання та доповнення різних рівнів функціонування, етапності процесів, взаємообумовленості розподілу у часі, просторі та змісті. Тут буде корисним опиратися на історично зафіксовані п'ять типів трансдисциплінарного підходу Е. Джаджа [4], що названі у табл.2.

Таблиця 2.

Типи трансдисциплінарності (ТД)

Тип ТД	Назва	Трактування
ТД-0	Метафора поєднання	Ілюстративні метафори і образні вислови як вихідна позиція пізнання
ТД-1	Формально-абстрактна інтеграція	Використання різних дисциплінарних знань на більш вищому абстрактному рівні аналізу, що наразі практикується у експертних групах
ТД-2	Інтеграційний особистісний досвід	Є наслідком набутого, навченого вправління, прожитого долання, зокрема духовних і медитаційних практик. Такий ефект є імпліцитним, що зростає у середині «індивідуального мозку» [28]
ТД-3	Метафора як когнітивна робоча рамка	Генералізація метафор на підґрунті холістичних та синергетичних процесів, як фундаментальної основи пізнання
ТД-4	Принцип наукового пізнання	Організація наукового знання, що моделює єдину упорядковану систему складної дійсності, вивчення якої різними дисциплінами буде проясняти і уточнювати її реальність, як видимі сегменти її презентацій на основі збереження цілісності системи

В контексті методологічних основ трансдисциплінарності ми також опиралися на концепцію «епістеміології складного» Едгарда Моріна [5] та наукові

розробки фізика Басараба Ніколеску [6; 7] щодо методологічних засад трандисциплінарності, що представлені як три аксіоми (рис. 1).

Методологічні основи трандисциплінарності фіксують три аксіоми	
Онтологічна	Об'єкт та суб'єкт природи, суспільства та нашого пізнання мають «різні рівні реальності» свого існування (складна множинність)
Логічна	Перехід між цими рівнями реальності здійснюється «логікою включеного третього»
Епістеміологічна	«Складність» – одночасно існуючи у своїх межах простору та часу всі рівні структури природи, суспільства та індивідуального існування у нашому пізнанні сприймається завжди комплексно

Рис. 1. Аксіоми трандисциплінарності (Б. Ніколеску).

Наразі названий словник-довідник є одним із перших кроків інтеграції наукових підходів у формуванні спільного понятійного поля щодо вивчення соціального інституту сім'ї як складного соціального явища. Він охоплює як усталені поняття, так і нові терміни, що створені на основі результатів наукових досліджень та пошуку автентичних назв щодо запозичених англomовних чи калькованих термінів. Розділ словника, що стосується сім'ї, включає основні поняття і ключові категорії, що представляють сім'ю через її структуру, функції, механізми регуляції а також культурні традиції її підтримки як соціальної системи. Інтеграція термінів різних сфер знань має особливе значення з огляду на міждисциплінарний характер і тематичну спрямованість видання.

Визнаючи досить потужний розвиток української науки видається на часі розроблення нової концепції створення словників, які мають опиратися не на окрему сферу наукових знань, а будуватися на основі трандисциплінарного підходу задля наукового опанування соціальними знанням про життя людей у суспільстві, наразі соціального інституту сім'ї. Терміни в міждисциплінарній сфері виконують не лише номінативну, але й методологічну функцію. Вони формують основу наукового мислення, забезпечують взаєморозуміння між дослідниками та є важливим інструментом інтеграції знань у сучасному науковому просторі.

Література.

1. Сім'я і освіта: тематичний словник-довідник [Електронний ресурс]/ ред.-уклад. Г. Бевз, Ю. Приходько ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2025. 284 с.
2. Бевз Г. М. Трандисциплінарний підхід у психологічних дослідженнях реформи освіти як складного явища. Вісник післядипломної освіти. Серія

«Соціальні та поведінкові науки». 2022. Вип. 22 (51). С. 28–46. DOI: [https://doi.org/10.32405/2522-9931-2022-22\(51\)-28-46](https://doi.org/10.32405/2522-9931-2022-22(51)-28-46).

3. Бевз Г. М. Терміни як атрибути соціально-правової бази для вивчення замінного догляду за дітьми в різних соціальних системах. Психологічний часопис. 2016. Т. 2, № 1 (3). С. 17–30. DOI: <https://doi.org/10.31108/1.2016.1.3.2>.

4. Judge A. Transdisciplinarity-3 as the Emergence of Patterned Experience Transcending Duality as the Conceptual Equivalent of Learning to Walk (Part I–II). In: Ferreira J. M. (Ed.). Proceedings of the First World Congress of Transdisciplinarity. Lisbon : Hugin Editores, 1998.

5. Morin E. Seven Complex Lessons in Education for the Future. Paris : UNESCO, 1999. URL: <http://unesdoc.unesco.org/images/0011/001177/117740eo.pdf>.

6. Nicolescu B. Transdisciplinarity as Methodological Framework for Going beyond the Science and Religion Debate. Transdisciplinarity in Science and Religion. 2007. No. 2. P. 35–60. URL: <https://www.printfriendly.com/p/g/XVMMSC>.

7. Nicolescu B. Toward Transdisciplinary Education and Learning. Science and Religion: Global Perspectives. 2005. June 4–8. P. 1–12.

Бондаренко Галина

СУЧАСНІ МАРКЕРИ НАЦІОНАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У МІЖНАЦІОНАЛЬНИХ РОДИНАХ

Зростання кількості міжнаціональних шлюбів в Україні є стійкою тенденцією: якщо у 2017 р. кожен п'ятнадцятий шлюб був міжнаціональним, то нині їхня частка наближається до третини зареєстрованих шлюбів. За даними травня 2026 р., з 4073 зареєстрованих упродовж одного тижня шлюбів 84 були укладені з іноземним партнером (близько 2%). Водночас повномасштабне вторгнення Росії призвело до масового вимушеного виїзду близько 8 млн українців за кордон, що суттєво розширило «географію» міжнаціональних пар.

В умовах війни питання ідентичності набуло якісно нового виміру: воно стало невід'ємним від питань державної безпеки та фізичного збереження етносу. Міжнаціональна родина є унікальною «антропологічною лабораторією», де щоденно відбувається переговорний процес між культурами — і саме тому вивчення маркерів ідентичності у цьому просторі набуває особливого наукового і суспільного значення.

Джерельну базу дослідження склали матеріали польових спостережень та опитувань, проведених серед пар, де один з членів подружжя є українцем/українкою. Проводився також контент-аналіз акаунтів таких родин у Instagram, TikTok і Facebook. Упродовж 2022–2025 рр. було опитано 180 пар, з них 10 мешкають в Україні, решта за її межами: у Польщі, Німеччині, США, Греції, Словаччині, Франції. Окреслена проблематика мало вивчалась в Україні, окремі роботи вітчизняних і зарубіжних учених стосуються взамін у російсько-українських родинах в умовах російсько-української війни (Bayer & Gemignani (2024), Chebotareva & Volk (2020) [2, 3]. Науково-теоретичну базу дослідження

складають праці Дж. Беррі, Б. Переллі-Харіс (Brienna Perelli-Harris), а також власні попередні дослідження авторки, присвячені гастрономічній спадщині і харчовим практикам українських мігрантів.

Нами розглядалися чотири основних маркери.

Мова є головним, «видимим» та найбільш дослідженим маркером ідентичності. За даними глобального опитування Pew Research Center у 23 країнах, 91% респондентів вважають здатність говорити рідною мовою найважливішою ознакою справжньої національної належності.[4] Після 24 лютого 2022 р. дослідники фіксують масовий свідомий перехід на українську у соціальних мережах, що інтерпретується як публічна демонстрація ідентичності та дистанціювання від росії. У контенті соцмереж міжнародних пар виявлено три характерні сценарії: паралельна двомовність: українець/українка пише українською, партнер підписує іноземною; акультурація через мову: партнер-іноземець поступово засвоює окремі українські слова, актуальні гасла («Слава Україні», назви свят); домінування контекстної мови: весь контент ведеться мовою країни проживання. Більшість проаналізованих акаунтів є двомовними: україномовні публікації дублюються мовою партнера. У родинях з дітьми мова країни проживання є основною; українська функціонує як мова додаткового навчання, найчастіше завдяки свідомим зусиллям матері-українки. Без таких зусиль активний білінгвізм не формується.

Релігійний чинник у досліджуваній вибірці є найменш вираженим у публічному просторі соціальних мереж. Це пояснюється тим, що більшість проаналізованих пар складається з партнерів, що належать до близьких або секуляризованих традицій. У мусульманському або індуїстському середовищі (поза межами основної вибірки), релігійні відмінності є визначальним бар'єром і активним предметом переговорів. Найбільш помітними подіями релігійного життя є відзначення календарних свят. Зафіксовані типові ситуації: вибір дати Різдва (25 грудня чи 7 січня), вибір великодньої символіки. Після 2023 р. більшість пар, де є українська сторона, святкує Різдво 25 грудня — відповідно до рішення Православної церкви України. Спільне святкування Великодня із збереженням символіки писанки та паски зафіксовано навіть у парах, де партнер-іноземець є агностиком або представником протестантизму, у цьому випадку свято набуває культурного, а не суто конфесійного характеру.

Народні традиції та одяг у сучасних умовах продовжують бути маркером національно-культурної ідентичності. З родинних обрядів весільна обрядовість є найбільш репрезентованою традиційною сферою: у змішаних парах зафіксовано поєднання весільних атрибутів та вбрання обох культур. Після 2022 р. вишиванка стала глобально впізнаваним маркером. Характерним є активне залучення партнерів-іноземців до родинних фотосесій у вишиванках з нагоди Дня вишиванки та Дня Незалежності. Флешмоби, благодійні ярмарки на підтримку України, відзначення українських свят у країні проживання стали усталеними формами публічної самопрезентації. Важливо, що активна участь партнера-іноземця у цих подіях фіксується і коментується як свідчення поваги та солідарності. У більшості проаналізованих акаунтів зафіксовано публікації таких

сесій із коментарями обох партнерів, що свідчить про добровільне й усвідомлене прийняття цього маркера іноземною стороною.

Гастрономічна спадщина. Їжа є найбільш «безпечним» повсякденним маркером, тим, що найлегше долає культурні бар'єри. Приготування, спільне споживання і передача традиційних страв є своєрідною формою передачі родинної пам'яті, вони пов'язують людину з культурною. За нашими спостереженнями у родинних українських біженців повсякденні харчові практики є ключовим інструментом підтримки відчуття дому та особистої ідентичності.[1] У контенті міжнаціональних пар борщ, вареники, паска, голубці, деруни є найчастіше представленими стравами. Реакція іноземних партнерів на українську їжу активно документується у TikTok і Instagram: деякі з традиційних українських страв викликають несприйняття (холодець, оселедець). Натомість борщ і вареники набули статусу культурного «меседжу»: їх готують для дипломатичних прийомів, благодійних заходів, дегустацій для представників приймаючих спільнот. Особливою рисою є збереження не лише народної, а й домашньої радянської кухні (салати «Олів'є», «Оселедець під шубою») як частини сімейного гастрономічного коду. Це свідчить про те, що «гастрономічна пам'ять» охоплює ширший часовий шар, ніж суто етнічна традиція.

На основі особистих спостережень, контент-аналізу соціальних мереж міжнаціональних родин, створених українцями, виявлено три стратегії управління ідентичністю: стратегія «культурного амбасадора» — активна трансляція власної культури, залучення партнера, формування публічного нарративу для іноземної аудиторії; «приватної ідентичності» - маркери зберігаються у повсякденному побуті, але майже відсутні у публічному контенті; гібридної ідентичності - рівноправне відображення обох культур, формування нової «сімейної культури», видимої у стрічці.

Серед чотирьох маркерів найбільш суспільно вираженим після 2022 р. є мовний маркер; більш стійким і повсякденним — гастрономічний; найменш вираженим у публічному просторі — релігійний. Традиційна обрядовість, зокрема вишиванка і весільна символіка, демонструє найбільший потенціал до залучення партнера-іноземця. Діти з міжнаціональних родин виходять за межі діалектики «ідентичність матері / ідентичність батька» і формують власні, гібридні концептуалізації. Дослідження цих стратегій має безпосередній практичний вимір: розуміння того, які маркери ідентичності зберігаються у змішаних родині і в який спосіб, є важливим для осмислення механізмів збереження та відтворення українськості в умовах масової міграції, тривалого воєнного стану.

Література.

1. Бондаренко Г. Українська кухня як сучасний ідентифікаційний маркер // Матеріали до української етнології. 2024. Вип. 23 (26). С. 60–64. DOI: <https://doi.org/10.15407/mue2024.23.060>.
2. Bayer O., Gemignani M. Relational Changes in Ethnically Mixed Ukrainian-Russian Families Following Russia's Invasion of Ukraine: The Perspective of Female Partners (2024). SSRN. DOI: 10.2139/ssrn.4901131.

3. Chebotareva E. Yu., Volk M. I. Life and Family Values Similarity in Inter-Ethnic and Inter-Faith Couples // Behavioral Sciences. 2020. Vol. 10 (1). DOI: 10.3390/bs10010038
4. Language and Traditions Are Considered Central to National Identity/ <https://www.pewresearch.org/global/2024/01/18/language-and-traditions-are-considered-central-to-national-identity>

Ващенко Олена

АКТУАЛІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ ПОДРУЖЖЯ В УМОВАХ ВІЙНИ

Воєнні події є потужним психотравмувальним чинником, що може впливає на підвищення рівня тривоги, емоційної напруги, депресивних переживань та конфліктності у подружніх стосунках. У таких умовах особливої актуальності набуває вивчення психологічних захисних механізмів, що забезпечують зниження внутрішнього напруження та підтримання психічної рівноваги особистості, неконструктивне застосування яких може ускладнювати міжособистісну взаємодію подружжя та перешкоджати конструктивному вирішенню сімейних конфліктів.

В емпіричному дослідженні завершеному в січні 2025 року, взяли участь 74 респонденти, які перебувають у подружніх стосунках, з них – 16 чоловіків (21,6 %) та 58 жінок (78,4 %) віком від 26 до 60 років. Для реалізації завдання емпіричного дослідження застосовано комплекс валідних психодіагностичних методик: опитувальник щодо вивчення поведінки особистості в конфліктній ситуації О. Кочаряна (шкали протективних та дефензивних психологічних захисних механізмів), шкала тривожності А. Бека, шкала депресії А. Бека, опитувальник агресивності А. Басса – М. Перрі, шкала сприйнятого стресу PSS-10 Ш. Коена, Т. Камарка та Р. Мермельштейна, шкала резильєнтності К. Коннора та Дж. Девідсона, а також опитувальник емоційного інтелекту Н. Холла [1].

Особливу увагу в межах проведеного дослідження було зосереджено на аналізі показників протективних та дефензивних психологічних захисних механізмів, визначених за допомогою опитувальника О. Кочаряна. За допомогою шкали протективних механізмів визначаються переважно неусвідомлені форми психологічного захисту, зокрема витіснення, заперечення труднощів, регресія та реактивне утворення. Ці механізми спрямовані на недопущення психотравмувальної інформації до свідомості та зниження внутрішньої напруги особистості. Використовуючи шкалу дефензивних механізмів, можна розкрити частково усвідомлені форми психологічного захисту особистості, серед яких: раціоналізація, інтелектуалізація та ізоляція, що вказують на викривлене або дистанційоване сприйняття травматичних подій.

За шкалою протективних механізмів низькі показники було виявлено у 3 респондентів (4,1%), тоді як у 71 респондента (95,9%) зафіксовано середній

рівень; високих показників не виявлено, що вказує на переважання помірною використання неусвідомлених захисних механізмів у досліджуваних.

За шкалою дефензивних механізмів у 73 респондентів (98,6%) також визначено середній рівень їх прояву, тоді як високий рівень зафіксовано лише в однієї особи (1,4%), вказує на помірне використання частково усвідомлених механізмів психологічного захисту в структурі подружньої взаємодії в умовах війни.

Результати кореляційного аналізу засвідчили наявність статистично значущих взаємозв'язків між зазначеними захисними механізмами та емоційними станами респондентів [2]. Встановлено позитивні кореляції між дефензивними механізмами та тривожністю ($r = 0,314$; $p \leq 0,01$), депресією ($r = 0,313$; $p \leq 0,01$), а також між протективними механізмами та депресією ($r = 0,236$; $p \leq 0,05$).

У жіночій вибірці показник ворожості мав позитивні зв'язки з протективними ($r = 0,281$; $p \leq 0,05$) і дефензивними механізмами ($r = 0,346$; $p \leq 0,01$), а загальний рівень агресивності корелював із протективними механізмами ($r = 0,367$; $p \leq 0,01$). У чоловічій вибірці встановлено сильні позитивні зв'язки дефензивних механізмів із гнівом ($r = 0,765$; $p \leq 0,01$), ворожістю ($r = 0,706$; $p \leq 0,01$) та загальним рівнем агресивності ($r = 0,804$; $p \leq 0,01$) [3].

Також виявлено негативні кореляційні зв'язки між показниками емоційного інтелекту особистості та протективними механізмами. Зокрема, показник управління емоціями мав слабкий негативний зв'язок ($r = -0,234$; $p \leq 0,05$), а загальний рівень емоційного інтелекту – негативний зв'язок ($r = -0,246$; $p \leq 0,05$) із протективними механізмами. Це вказує на те, що чим вищим є рівень емоційної усвідомленості та здатності до регуляції емоцій, тим нижчою є потреба особистості в неусвідомлених формах психологічного захисту.

Отримані результати вказують на наявність тісного взаємозв'язку між психологічними захисними механізмами та емоційними станами особистості. Встановлено, що посилення негативних емоційних переживань, зокрема тривожності, депресивності та агресивних проявів, має позитивний взаємозв'язок як дефензивними, так і протективними механізмами психологічного захисту. Розкрито також, що захисні психологічні механізми мають гендерні відмінності: для чоловіків більш характерним є переважання дефензивних (частково усвідомлених) захисних механізмів, тоді як у жінок спостерігається актуалізація як дефензивних (частково усвідомлених), так і протективних (неусвідомлених) механізмів психологічного захисту.

Таким чином, за результатами емпіричного дослідження встановлено, що підвищення показників рівня емоційного інтелекту та здатності особистості до управління своїми емоціями веде до зниження вияву протективних психологічних захисних механізмів, отримані результати вказують на те, що здатність подружжя до усвідомлення, розуміння та регуляції власних емоцій сприяє меншій схильності до використання неусвідомлених форм психологічного захисту. Отже, результати дослідження дають підстави стверджувати, що психологічні захисні механізми є важливим компонентом адаптації подружжя до умов воєнного часу. Помірна актуалізація як протективних, так і дефензивних механізмів сприяє

підтриманню внутрішньої стабільності особистості, однак їх надмірне використання може ускладнювати відкриту комунікацію та конструктивне розв'язання подружніх конфліктів.

Література.

1. Ващенко О. С. Дослідження соціально-психологічних причин розгортання подружніх конфліктів під час війни. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2024. Вип. 21. С. 24–31. <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.4>
2. Ващенко О. С. Статеві-рольові особливості вияву агресивності у подружніх конфліктах. У *Гендерна рівноважність учасників освітнього процесу: реалії та перспективи: матеріали II Круглого столу, 30 верес. 2025, м. Київ*; упоряд. О. Т. Плетка. Київ: ІСПП НАПН України. 2025. С. 8–10. URL: <https://ispp.org.ua/2025/12/11/genderna-rivnovazhnist-uchasnykiv-osvitnogo-proczesu-realiiii-ta-perspektyvy-materialy-ii-kruglogo-stolu-vid-30-veresnya-2025-roku/>
3. Ващенко О. С. 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 року*. Київ: Таврійський нац. ун-т імені В. І. Вернадського. 2025. С. 292–294. <https://doi.org/10.36059/978-966-397-502-3-74>

Гаркавець Іван, Ловка Ольга

ДІАГНОСТИКА СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ В УКРАЇНСЬКИХ РОДИНАХ: АПРОБАЦІЯ АВТОРСЬКОГО ІНСТРУМЕНТАРІЮ

Повномасштабна збройна агресія РФ проти України, що розпочалася у лютому 2022 року, сформувала безпрецедентну ситуацію хронічного поліфакторного стресу, в умовах якого опинилися мільйони українських сімей. Одночасний вплив загрози фізичній безпеці, вимушеного переміщення, економічної нестабільності, розлучення через мобілізацію та руйнування звичного укладу життя поставив сімейні системи перед необхідністю інтенсивного пошуку ресурсів подолання (Hobfoll, 1989; Bodenmann, 2005; Титаренко, 2020).

Сім'я як базовий соціальний інститут виступає не лише об'єктом стресового впливу, а й самостійним суб'єктом адаптації, що володіє власним репертуаром стратегій подолання труднощів. Відповідно до транзакційної моделі Р. Лазаруса та С. Фолкман, копінгові стратегії є водночас проявом і чинником збереження стресостійкості системи, тобто виступають ключовим механізмом її функціональної рівноваги (Lazarus & Folkman, 1984; Карамушка & Снігур, 2024).

У сімейному контексті це набуває особливого значення: якість та характер копінг-поведінки членів родини безпосередньо визначають здатність сімейної

системи зберігати функціональність в умовах тривалого зовнішнього тиску (Bodenmann, 2005; Абрамюк, 2023).

Незважаючи на стрімко зростаючий масив вітчизняних досліджень психологічних наслідків воєнного стресу, проблема діагностики копінг-стратегій членів сім'ї у сімейно-психологічному контексті залишається практично не розробленою. Переважна більшість наявних розвідок зосереджена або на індивідуальному рівні, або на специфічних категоріях осіб, зокрема, військовослужбовцях та внутрішньо переміщених особах (Олефір & Боснюк, 2022; Зливков & Лукомська, 2022). Поза дослідницькою увагою залишається цивільна родина як контекст формування та реалізації копінг-репертуару її членів. Критичною є також відсутність валідизованих україномовних інструментів для діагностики копінг-поведінки в умовах масової травматизації воєнного часу. Саме ця лакуна зумовила мету представленого дослідження – розробку та апробацію авторського діагностичного інструментарію для вивчення стратегій подолання стресу членами українських родин в умовах воєнного стану.

У дослідженні також використовувалися: Шкала сприйнятого стресу (PSS-10, в адаптації О. Вельдбрехт та Н. Тавровецької), яка оцінювала суб'єктивне сприйняття стресу за останній місяць; Шкала стресостійкості Коннора-Девідсона (CD-RISC-10, в адаптації Н. Школіної), яка вимірювала здатність функціонувати в умовах стресу і витримувати тиск; Опитувальник Brief COPE (в адаптації Т. Яблонської) виявляв домінуючі індивідуальні копінг-стратегії через 14 шкал. Центральним інструментом дослідження стала авторська анкета «Сімейна стійкість та стратегії подолання в умовах війни», розроблена з метою заповнення прогалини у вимірюванні сімейних аспектів копінгу. Теоретичною основою анкети слугували модель FACES (Olson) та ABC-X модель сімейного стресу (Hill). Анкета складається з двох блоків: перший (20 питань) оцінює сімейну стресостійкість через п'ять компонентів (згуртованість, гнучкість, комунікація, спільна адаптація, реалістична оцінка ситуації); другий (15 питань) виявляє специфічні стратегії подолання стресу в умовах війни за п'ятьма категоріями: унікаючі, емоційно-підтримуючі, раціонально-організаційні, ресурсно-відновлювальні та когнітивно-гумористичні. Надійність анкети підтверджена коефіцієнтом Альфа Кронбаха ($\alpha \geq 0.70$), контентна валідність – експертною оцінкою фахівців у галузі сімейної психології.

Опитування проводилося анонімно через онлайн-платформу Google Forms. Статистична обробка даних здійснювалася у програмному середовищі JAMOVІ (версія 2.3+) із застосуванням описової статистики, коефіцієнта кореляції Спірмена. У дослідженні взяли участь 64 респонденти – представники 19 українських сімей. Віковий діапазон — від 18 до 65 років ($M = 25,1$, $SD = 12,5$). За статтю: 56,3% — жінки, 43,8% — чоловіки. За віком переважає група 18–25 років (67,2%). За складом сім'ї: 34,4% проживають з партнером, 32,8% — з батьками або родичами, 32,8% — окремо. За результатами дослідження, більшість респондентів демонструє помірний рівень за всіма основними показниками (табл. 1).

Таблиця 1.

Розподіл досліджуваних за рівнями основних показників (n=64)

Методика	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	n	%	n	%	n	%
PSS-10 (стрес)	16	25%	40	63%	8	12%
CD-RISC-10 (стресостійкість)	13	20%	37	58%	14	22%
Анкета Блок 1	19	30%	34	53%	11	17%
Анкета Блок 2	15	23%	38	60%	11	17%

Середній рівень сприйнятого стресу за PSS-10 становить 20,6 балів ($SD = 5,29$), що відповідає помірному рівню згідно з нормативними даними методики. Індивідуальна стресостійкість за CD-RISC-10 характеризується показником 24,8 балів ($SD = 6,70$), що також свідчить про середній рівень здатності респондентів функціонувати в умовах стресу. Аналіз компонентів сімейної стресостійкості (згідно Блоку 1 авторської анкети) виявив відносно рівномірні показники за всіма п'ятьма шкалами у діапазоні від 11,9 (гнучкість) до 12,6 (адаптація) балів, що свідчить про переважання помірного рівня вираженості кожного компонента. Деталізований аналіз на рівні окремих тверджень уточнює цю картину: найвищу підтримку отримали когнітивні установки, пов'язані з оптимізмом та вірою у власні сили – «Ми зберігаємо віру в те, що як би важко не було — ми вистоїмо» (82,8%) та «Ми фокусуємося на тому, що маємо, а не на тому, що втрачаємо» (81,3%). Водночас найменш проявленою виявилася сфера конструктивного діалогу: твердження «Обговорення проблем завершується конкретними діями або домовленостями» підтримали 57,8% учасників, а половина вибірки (50,0%) не відчуває безпорадності.

Щодо категорій сімейних копінг-стратегій (Блок 2 авторської анкети), то кількісно найбільш вираженими є емоційно-підтримуючі стратегії ($M = 10,3$; $SD = 4,50$), що вказує на пріоритетність міжособистісної підтримки як базового механізму стабілізації системи. Попри те, що когнітивно-гумористичні стратегії мають найнижчу інтенсивність використання у загальній структурі ($M = 6,05$; $SD = 2,73$), саме вони отримали найвищі оцінки при аналізі суб'єктивної ефективності. Найдієвішими інструментами подолання стресу респонденти вважають перегляд мемів та позитивного контенту (82,7%), а також використання гумору та іронії щодо складних ситуацій (79,0%). До високоефективних методів саморегуляції також віднесено свідоме обмеження часу у новинній стрічці (78,7%). Найнижчу суб'єктивну ефективність демонструють духовні практики (58,5%) та уникання обговорення політичних новин (59,6%), що свідчить про запит на активне опрацювання інформації, а не на ізоляцію від неї. Аналіз кореляційних зв'язків наведено у таблиці 2 (табл.2).

Таблиця 2.

Кореляційна матриця основних показників (Спірмен ρ , $n=64$)

Показник	Шкали							
	PSS-10		CD-RISC-10		Анкета Блок 1		Анкета Блок 2	
	ρ	p	ρ	p	ρ	p	ρ	p
PSS-10 Загальний	—	—	-0.202	0.122	0.031	0.816	-0.176	0.179
CD-RISC-10 Загальний	-0.202	0.122	—	—	0.547	< .001	0.414	< .001
Анкета Блок 1 Загальний	0.031	0.816	0.547	< .001	—	—	0.514	< .001
Оцінка ситуації	—	—	0.646	< .001	—	—	—	—
Гнучкість	—	—	0.527	< .001	—	—	—	—
Анкета Блок 2 Загальний	-0.176	0.179	0.414	0.001	0.514	< .001	—	—

По-перше, індивідуальна стресостійкість (CD-RISC-10) має сильний прямий зв'язок із сімейною стресостійкістю за Блоком 1 авторської анкети ($\rho = 0.547$, $p < .001$): особи з вищою стресостійкістю сприймають свої родини як більш згуртовані, гнучкі та адаптивні. Зокрема, на рівні окремих компонентів індивідуальна стійкість найтісніше корелює з оцінкою ситуації ($\rho = 0.646$) та гнучкістю ($\rho = 0.527$) сімейної системи. По-друге, індивідуальна стресостійкість позитивно корелює з показниками сімейних копінг-стратегій ($\rho = 0.414$, $p = .001$), що вказує на синергетичний характер індивідуальних та сімейних ресурсів подолання. По-третє, сімейна стресостійкість та копінг-стратегії демонструють сильний взаємозв'язок ($\rho = 0.514$; $p < .001$), підтверджуючи, що стійкіші родини використовують більш різноманітний та ефективний репертуар стратегій подолання.

Варто вказати на відсутність статистично значущого зв'язку між сприйнятим стресом (PSS-10) та індивідуальною стресостійкістю ($\rho = -0.202$, $p = .122$). Це може свідчити про те, що в умовах пролонгованого воєнного стресу стресостійкість та суб'єктивне сприйняття стресу функціонують як відносно незалежні психологічні конструкти – стресостійка особистість не обов'язково суб'єктивно відчуває менше стресу, однак ефективніше з ним справляється на поведінковому та сімейному рівні.

Таким чином, здійснене дослідження засвідчило як теоретичну обґрунтованість, так і практичну придатність авторської анкети «Сімейна стійкість та стратегії подолання в умовах війни» як діагностичного інструментарію. Отримані результати дозволяють сформулювати кілька ключових висновків.

Члени українських родин в умовах воєнного стану демонструють переважно помірний рівень як індивідуальної, так і сімейної стресостійкості, спираючись передусім на емоційно-підтримуючі стратегії подолання. Найбільш не проявленою виявилася сфера конструктивного діалогу, що вказує на пріоритетний напрям психологічних інтервенцій. Виявлені значущі кореляції між індивідуальною стресостійкістю, сімейною стресостійкістю та копінг-стратегіями підтверджують системний характер адаптації родини до стресу: ресурси

особистості та сім'ї взаємно посилюють один одного. Водночас відсутність зв'язку між рівнем стресу та стресостійкістю свідчить про те, що стресостійкість в умовах хронічного воєнного стресу проявляється не у зниженні суб'єктивного відчуття стресу, а у збереженні функціональності та ефективності копінгу.

Перспективою подальших досліджень є стандартизація авторського інструментарію на більших та більш репрезентативних вибірках, а також розробка на його основі диференційованих програм психологічної підтримки українських родин.

Література.

1. Абрамюк О. О. Копінг як чинник суб'єктивного благополуччя шлюбних партнерів : дис. ... канд. психол. наук : 053. Львів : Львівський національний університет імені Івана Франка, 2023. 296 с. URL: https://lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/12/diss_Abramiuk.pdf
2. Вельдбрехт О. О., Тавровецька Н. І. Шкала сприйнятого стресу (PSS-10): адаптація та апробація в умовах війни. Проблеми сучасної психології. 2022. № 2 (25). С. 16–27. DOI: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-2>
3. Губаль, М. Психологічні аспекти адаптації мігрантів. Український психологічний журнал, 12, 45-58.
4. Зливков В. Л., Лукомська С. О. Діти війни: теоретико-методичні і практичні аспекти психологічної допомоги : монографія. Київ–Ніжин : ПП Лисенко М. М., 2022. 214 с.
5. Карамушка Л. М., Снігур Ю. С. Психологія вибору копінг-стратегії керівниками освітніх організацій : монографія. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. 188 с.
6. Олефір В. О., Боснюк В. Ф. Взаємодія вимог освітнього середовища та особистісних ресурсів у прогнозуванні академічного вигорання. Psychological Journal. 2020. Том 6, № 4. С. 169–186. DOI: <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.4.14>
7. Титаренко, Н. Трансформація сімейних відносин в умовах соціальної кризи. Вісник психології, 2017, №5, с.123-137.
8. Титаренко Т. М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.
9. Школіна Н. В., Шаповал І. І., Орлова І. В. та ін. Адаптація та валідизація україномовної версії Шкали стресостійкості Коннора–Девідсона-10 (CD-RISC-10): апробація у хворих на анкілозивний спондиліт. Український ревматологічний журнал. 2020. № 2 (80). С. 66–72. DOI: <https://doi.org/10.32471/rheumatology.2707-6970.80.15236>
10. Bodenmann G. Dyadic coping and its significance for marital functioning. Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping. Washington, DC: American Psychological Association, 2005. P. 33–50.
11. Hobfoll S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. American Psychologist. 1989. Vol. 44(3). P. 513–524. Boss, P. (2006). Loss, Trauma, and Resilience: Therapeutic Work with Ambiguous Loss. W. W. Norton & Company.

12. Folkman S., Lazarus R. S. Stress, Appraisal, and Coping. New York : Springer Publishing Company, 1984. 456 p.
13. Olson D. H., Waldvogel L., Schlieff M. Circumplex Model of Marital and Family Systems: An Update. Journal of Family Theory and Review. 2019. Vol. 11, Iss. 2. P. 199–211. DOI: <https://doi.org/10.1111/jftr.12331>

Громова Олена

ДОСВІД ДІЯЛЬНОСТІ ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ У СФЕРІ УТВЕРДЖЕННЯ СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ

(на прикладі ГО Міжнародний рух «За сімейні цінності» та ГО «Жінки роду»)

Соціальний проєкт розроблено на основі діяльності громадських організацій за період 2025–2026 року. ГО Міжнародний рух «За сімейні цінності» та ГО «Жінки роду» створені для жінок, які щоденно живуть у реальності невизначеності, очікуючи своїх Захисників. Сьогодні вони відіграють важливу роль в утвердженні сімейних цінностей через реалізацію різноманітних освітніх, соціальних та психологічних програм. Їхній досвід охоплює культурно-мистецькі заходи, створення центрів підтримки, організацію сімейних таборів, впровадження програми підготовки до шлюбу, а також надання кризової допомоги вразливим категоріям населення.

У соціальному проєкті розповідається про кілька культурно-мистецьких заходів, що пройшли у 2025–2026 роках. Це: духовна подія – II Екуменічна Хресна дорога, ініціатива «Писанка Єднання» (організатор ГО Міжнародний рух «За сімейні цінності») та фотопроєкт «Горизонти надії» і мистецький проєкт «Рушник надії» від ГО «Жінки роду».

27 березня 2026 року в Національному заповіднику «Софія Київська» відбувся духовно-просвітницький захід II Екуменічна Хресна дорога, присвячена молитовній підтримці українських захисників, військовополонених, їхнім родинам та миру в Україні. Подія об'єднала представників різних християнських конфесій, військових, звільнених з полону та волонтерів, стаючи новою духовною традицією під час війни [1].

У заході взяв участь Блаженніший Святослав, Отець і Глава Української греко-католицької церкви. Очолив Хресну дорогу Апостольський нунцій в Україні архієпископ Вісвальдас Кульбокас. Учасники пройшли символічний шлях страждання та надії, який став актом солідарності з тими, хто перебуває в російському полоні, а також нагадуванням про необхідність міжнародної уваги до гуманітарних питань, пов'язаних із війною. Метою Хресної дороги є духовна підтримка родин українських захисників, для яких кожен день війни – випробування, подібне до Хресного шляху. Цьогоріч Хрест несли та молитви читали ті, хто пройшов через полон і не втратив віру, рідні військовополонених і зниклих безвісти, військові медики та капелани, волонтери, які підтримують українське військо з 2014 року [2; 3]. Також уперше до молитви під час Хресної

дороги долучилися й діти – покоління, яке зростає в реаліях війни, але вже сьогодні демонструє силу духу, віру та активну громадянську позицію.



Іл. 1, 2. II Екуменічна Хресна дорога в НЗ «Софія Київська»

Інший цікавий захід від ГО Міжнародний жіночий рух «За сімейні цінності» – це Всеукраїнська благодійна ініціатива «Писанка Єднання». Для встановлення світового рекорду з розпису однакових писанок орнамент розроблено народним майстром Володимиром Каракуцем. Акція об'єднала українців з 39 країн світу. Проект символізує культурну єдність, підтримку ЗСУ та дітей України, залучаючи учасників з усіх областей і багатьох країн. Шануючи своїх предків і свою спадщину на рідній землі, яка дає нам право відчувати себе народом, займаючись працею за покликанням, українці завжди будуть щасливі, процвітаючі та під захистом Божих сил [4].



**Іл 3. Писанка єднання та сертифікат світового рекорду. НМНАПУ.
12 квітня 2026 р.**

Масштабний всеукраїнський мистецький проєкт «Рушник надії» започаткований громадськими організаціями («Жінки роду», «Народжені вільними 2024», «Жінки ТРО») задля підтримки родин військовополонених та безвісти зниклих захисників України. Мета заходу – привернути увагу до долі полонених і зниклих безвісти воїнів, ушанувати пам'ять полеглих та надати емоційну підтримку їхнім родинам, що живуть у стані очікування. Рушники-обереги вишивають матері, дружини та близькі зниклих захисників [5]. Кожен стібок – це молитва, а орнаменти часто включають імена, позивні або символіку військових бригад, до яких належали воїни [6].

Наприкінці лютого 2026 року творча група ГО «Жінки роду» розпочала роботу над новим проєктом – фотовиставкою «Горизонти надії», що присвячена матерям і дружинам Захисників, які під час оборони Батьківщини зникли безвісти, потрапили в полон або віддали своє життя за наше майбутнє. До участі в проєкті запрошено представниць із різних регіонів України – родини військовослужбовців усіх родів військ [7].

Образи жінок у фотопроекті «Горизонти надії» створені як жива історія, у якій закодовано пам'ять роду, силу жіночого начала та гідність нації. Одягнені вони в українські строї кінця XIX – початку XX ст. і походять із різних регіонів України. Костюми відрізняються особливим орнаментом, кроєм, колірною гамою, що відображає локальну ідентичність та світогляд предків. Проєкт мав на меті надати ментальну підтримку учасницям [8].



Іл. 4. Фотовиставка «Горизонти надії» на станції метро «Золоті ворота»

Під час проведення цих заходів матері наших Героїв почуваються захищеними, у спілкуванні та спільній патріотичній роботі об'єднуються й отримують підтримку великої української родини. Тут вони можуть спілкуватися з тими, хто має подібний досвід, відчуваючи психологічну допомогу та розуміння. Вшанування пам'яті полеглих з їхніх родин допомагає соціалізуватися сім'ям у суспільстві через творчі вечори, виставки або створення високопатріотичних культурно-мистецьких заходів.

Література.

1. У Софії Київській пройшла екуменічна Хресна дорога. URL : https://risu.ua/uk-sofiyi-kiyivskij-projshla-ekumenichna-hresna-doroga_n155431
2. II Екуменічна Хресна дорога за захисників України та їхні сім'ї... URL : <https://www.facebook.com/KyivSeminaryUGCC/videos/>
3. Екуменічна Хресна дорога в Софії Київській. Нунцій: єднали наш біль з Ісусовим. URL : <https://www.vaticannews.va/uk/church/news/2025-04/ekumenicha-khresna-doroga-kyiv-nuntsij.html>
4. «Писанка Єднання» – це символ єдності, віри та сили українців у всьому світі. URL : <https://uainfo.org/blognews/1776158152--pisanka-ednannya-tse-simvol-ednosti-viri-ta-sili-ukrayintsiv.html>
5. Підтримка полонених та зниклих безвісти: у Києві вишивають «Рушник надії». URL : <https://suspilne.media/kyiv/1067161-pidtrimka-polonenih-ta-zniklih-bezvisti-u-kyevi-visivaut-rusnik-nadii/>
6. Проект «Рушник надії». URL : <https://zag.com.ua/exhibition/zag-studio-projekt-rusnik-nadiyi>

7. «Горизонти надії»: в київській підземці покажуть виставку про жінок, які чекають повернення військових. URL : <https://suspilne.media/kyiv/1307351-gorizonti-nadii-v-kiivskij-pidzemci-pokazut-vistavku-pro-zinok-aki-cekaut-povernenna-vijskovih/>

8. Напередодні Дня матері відбулася презентація фотопроєкту «Горизонти надії». URL : <https://censor.net/ua/b4003808>

Дудник Вікторія, Погарченко Тетяна

СІМЕЙНО-ПРАВОВІ ДОГОВОРИ ЯК ІНСТРУМЕНТ ВРЕГУЛЮВАННЯ СУЧАСНИХ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН.

Динамічний розвиток суспільних відносин, трансформація моделей сімейного життя, поширення нових репродуктивних технологій та євроінтеграційні процеси актуалізують питання договірної врегулювання сімейних відносин в Україні. Сімейно-правові договори дедалі частіше розглядаються не лише як доктринальна категорія, а й як практичний інструмент реалізації приватної автономії суб'єктів сімейних правовідносин.

Сімейно-правовий договір є автономною, ефективною та універсальною формою врегулювання поведінки суб'єктів сімейних правовідносин, що являє собою сукупність «вмотивованих» компромісів, які досягаються сторонами взаємоузгоджено та добровільно і спрямовані на виникнення, зміну чи припинення сімейних прав та обов'язків [1, с. 139]. Статтею 9 Сімейного кодексу України (далі – СК України) закріплено право учасників сімейних відносин самостійно врегульовувати їх за домовленістю у договірному порядку за умови, що це не суперечить вимогам кодексу, інших законів України та моральним засадам суспільства.

Однією з ключових проблем у сфері сімейно-правових договорів є відсутність у чинному сімейному законодавстві єдиних критеріїв їх класифікації. Як зазначає Т. С. Андрущенко, у доктрині сімейного права існує безліч підходів та критеріїв щодо класифікації та розмежування сімейно-правових договорів, що ускладнює процедуру їх укладення, посвідчення та виконання [2, с. 175]. Водночас окреслені підходи є дещо рудиментарними та не відповідають сучасній тенденції розвитку сімейного і цивільного права. Сімейне законодавство в цілому відзначається слабкою розробкою договірних конструкцій, що неминуче позначається на правозастосовчій практиці.

Практична значущість проблеми класифікації виявляється й у нотаріальній площині. Відсутність процесуально визначених форм укладення та нотаріального посвідчення окремих видів сімейно-правових договорів призводить до того, що нотаріуси, особливо у невеликих містах, відмовляють у їх посвідченні, посилаючись саме на відсутність опрацьованих форм, внаслідок чого особи або взагалі відмовляються від відповідних правовідносин, або змушені вдаватися до примусових механізмів реалізації своїх прав [2, с. 172].

Актуальною залишається й проблема співвідношення сімейно-правових та цивільно-правових договорів. Підґрунтям сімейно-правових договорів є особисті зв'язки членів сім'ї, що зумовлює їх особистісний і переважно безоплатний характер; натомість предмет цивільно-правового договору завжди має майновий характер і ґрунтується на принципах платності та компенсаторності [3, с. 277]. Між тим Сімейний кодекс України містить численні відсилання до цивільного законодавства, зокрема щодо укладення договорів та реалізації спадкових відносин, що підкреслює необхідність системного підходу до регулювання сімейно-договірних конструкцій.

Окремої уваги заслуговують шлюбно-правові договори як різновид сімейно-правових. О. І. Сафончик звертає увагу на певні помилки та неузгодженості у СК України, зокрема щодо невідповідності назви ст. 89 СК України її змісту та неоднозначності ч. 1 ст. 9 СК України в частині обов'язковості виконання договорів [4, с. 46]. Крім того, залишається відкритим питання законодавчого врегулювання відносин між особами, які проживають спільно як цивільні партнери (конкубінат), що є характерним для сучасної соціальної практики, проте залишається поза належною правовою регламентацією.

З огляду на виявлені проблеми вважаємо за необхідне запропонувати такі шляхи їх вирішення. По-перше, доцільним є законодавче закріплення єдиних критеріїв класифікації сімейно-правових договорів безпосередньо у СК України, що сприятиме системності та передбачуваності правозастосування. По-друге, необхідним є розроблення та затвердження Міністерством юстиції України типових нотаріальних форм для окремих видів сімейно-правових договорів (договір про сплату аліментів, договір сурогатного материнства, сепараційний договір тощо). По-третє, в умовах рекодифікації цивільного законодавства слід забезпечити узгодженість між СК України та Цивільним кодексом України щодо регулювання договірних конструкцій із змішаною правовою природою, з обов'язковим урахуванням специфіки сімейних правовідносин та принципу недопустимості втручання в особисте і сімейне життя, гарантованого ст. 32 Конституції України. По-четверте, заслуговує на увагу питання законодавчого врегулювання договорів між особами, які перебувають у фактичних шлюбних відносинах (конкубінаті), з метою захисту їхніх майнових та особистих прав.

Отже, сімейно-правові договори є ефективним правовим інструментом приватного регулювання сімейних відносин, що дозволяє сторонам заздалегідь визначити «правила гри», врегулювати потенційні майнові спори та запобігти конфліктам. Разом із тим реалізація договірної потенції у сфері сімейного права потребує системного вдосконалення як матеріально-правового, так і нотаріально-процесуального забезпечення сімейно-правових договірних конструкцій.

Література.

1. Андрущенко Т. С. Сімейно-правовий договір: поняття та ознаки. Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ. 2021. № 4. С. 138–145.

2. Андрущенко Т. С. Класифікація сімейно-правових договорів. Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ. 2024. № 1. С. 171–176.
3. Андрущенко Т. С. Співвідношення сімейних та спадкових договорів. Аналітично-порівняльне правознавство. 2025. № 6, ч. 1. С. 276–281.
4. Сафончик О. І. Щодо питання проблем правового регулювання шлюбно-правових договорів. Сучасний стан і перспективи розвитку сімейного права України в умовах адаптації до європейського права: матер. Всеукр. Кругл. Столу. Одеса: Фенікс, 2017. С. 23–27.
5. Сімейний кодекс України: Закон України від 10.01.2002 р. № 2947-III. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2947-14#Text>.

Дяденко Анастасі, Погарченко Тетяна

ПРАВОВЕ РЕГУЛЮВАННЯ ОСОБИСТИХ НЕМАЙНОВИХ ВІДНОСИН ПОДРУЖЖЯ

Сімейне право як підгалузь приватного права займає особливе місце в системі вітчизняного законодавства, адже регулює ті суспільні відносини, що безпосередньо стосуються особистої сфери кожної людини. Серед усього масиву сімейно-правових відносин особливого значення набувають особисті немайнові відносини подружжя, оскільки вони становлять духовно-правовий фундамент шлюбу та є визначальними для усіх інших сімейних прав і обов'язків. Водночас правове регулювання цих відносин є одним із найскладніших завдань сімейного законодавства – з огляду на їхній глибоко особистий, нерідко інтимний характер, що об'єктивно обмежує можливості зовнішнього правового впливу [1, с. 38].

Відповідно до ч. 1 ст. 36 Сімейного кодексу України (далі - СК України), шлюб є підставою для виникнення майнових та особистих немайнових прав і обов'язків подружжя [2]. Особисті немайнові права подружжя – це врегульовані нормами сімейного права відносини, що виникають у осіб, між якими укладено шлюб у встановленому законом порядку, з приводу особистих немайнових благ та інтересів. Ці права характеризуються рядом специфічних ознак. По-перше, вони виникають не від народження, а у зв'язку з реєстрацією шлюбу і діють лише в рамках сімейних відносин. По-друге, вони не мають економічного змісту та не можуть бути виражені в грошовому еквіваленті. По-третє, є невід'ємними від особи і не можуть бути передані будь-яким способом. По-четверте, їх здійснення одним із подружжя можливе лише з урахуванням інтересів сім'ї та іншого з подружжя [3, с. 81].

Принципово важливим є питання про межі правового регулювання особистих немайнових відносин подружжя. Відповідно до ч. 3 ст. 7 СК України, особисті немайнові відносини подружжя регулюються лише в тій частині, у якій це є допустимим і можливим з огляду на інтереси їхніх учасників та інтереси суспільства. Це означає, що значна частина відносин між подружжям - зокрема інтимно-побутова - перебуває поза сферою правового регулювання. Проте

законодавець чітко окреслює коло тих особистих немайнових відносин, які мають найбільше значення як для кожного з подружжя, так і для суспільства загалом, та закріплює їх у Главі 6 СК України [2].

Глава 6 СК України «Особисті немайнові права та обов'язки подружжя» закріплює такий перелік прав: право на материнство (ст. 49); право на батьківство (ст. 50); право дружини та чоловіка на повагу до своєї індивідуальності (ст. 51); право на фізичний та духовний розвиток (ст. 52); право на зміну прізвища (ст. 53); право на розподіл обов'язків та спільне вирішення питань життя сім'ї (ст. 54); обов'язок подружжя турбуватися про сім'ю (ст. 55); право на свободу та особисту недоторканність (ст. 56). Важливо підкреслити, що наведений перелік не є вичерпним – до особистих немайнових прав подружжя відносяться також право на поновлення шлюбу після його розірвання (ст. 117 СК) та низка прав, пов'язаних із визначенням походження дитини [2].

Наскрізним принципом правового регулювання особистих немайнових відносин подружжя є принцип рівності. Відповідно до ст. 54 СК України, дружина та чоловік мають рівні права й обов'язки у сім'ї. Цей принцип ґрунтується на конституційному положенні ст. 24 Конституції України про рівність прав жінки і чоловіка. Кожен із подружжя наділяється однаковими особистими правами та обов'язками, незалежно від статі, майнового стану, місця проживання, переконань тощо. Принцип рівності підкреслює паритетну природу шлюбу як союзу рівних, що є однією з найважливіших ознак сучасного сімейного права [4, с. 39].

Особливої уваги заслуговує право дружини та чоловіка на свободу та особисту недоторканність (ст. 56 СК України). Відповідно до цього права, кожен із подружжя має право на власний розсуд вирішувати питання, що стосуються його особистого життя. Примус до співжиття, залишення іншого з подружжя у небезпечних умовах для здоров'я або життя є підставою для негайного відокремлення та може мати правові наслідки, включно з розірванням шлюбу. Також ключову роль відіграють право на материнство та батьківство (статті 49, 50 СК України), зміст яких охоплює репродуктивну свободу кожного з подружжя, зокрема право жінки самостійно вирішувати питання про народження дитини [3, с. 76].

Окремою проблемою є питання про можливість договірної регуляції особистих немайнових відносин подружжя. Відповідно до ст. 9 СК України, сімейні відносини можуть бути врегульовані договором, якщо це не суперечить вимогам цього Кодексу, іншим законам та моральним засадам суспільства. Однак сімейне законодавство прямо встановлює, що договори подружжя не можуть регулювати особисті немайнові відносини (ч. 2 ст. 9 СК України). Це обмеження обумовлене самою природою особистих немайнових прав як невідчужуваних і нерозривно пов'язаних з особою, що робить будь-яке їхнє договірне «відчуження» або «обмеження» юридично недопустимим [5, с. 70].

Захист особистих немайнових прав подружжя здійснюється у судовому порядку. Порушення одним з подружжя особистих немайнових прав іншого може бути підставою для розірвання шлюбу (ст. 112 СК України), а також для відшкодування моральної шкоди відповідно до ст. 23 Цивільного кодексу

України. На практиці, однак, позови про захист особистих немайнових прав подружжя є порівняно рідкісним явищем у вітчизняних судах - як правило, порушення цих прав констатується опосередковано, як один з аргументів при розірванні шлюбу або поділі майна. Це свідчить про недостатній рівень правової культури у сфері захисту сімейних прав та необхідність подальшого розвитку відповідних правових механізмів [1, с. 41].

Отже, правове регулювання особистих немайнових відносин подружжя в Україні будується на засадах рівності, поваги до індивідуальності та свободи кожного з подружжя, взаємної поваги та турботи про сім'ю. Нормативною основою цього регулювання є Конституція України, Сімейний кодекс України та Цивільний кодекс України. Особливістю цього регулювання є його обмежений характер, зумовлений специфікою особистих немайнових відносин як таких, що не піддаються повному зовнішньому правовому впливу. Подальший розвиток законодавства у цій сфері має бути спрямований на вдосконалення механізмів захисту особистих немайнових прав кожного з подружжя, зокрема в умовах воєнного часу та пов'язаних із ним соціальних викликів.

Література.

1. Красицька Л. В. Права та обов'язки подружжя: наукова спадщина І. В. Жилінкової, сучасний стан та перспективи правового регулювання. Актуальні проблеми сімейного права : міжнар. наук.-практ. конф., присвячена пам'яті д-ра юрид. наук, проф. І. В. Жилінкової (м. Харків, 12 квіт. 2024 р.). Харків : Право, 2024. С. 38–42.
2. Сімейний кодекс України: закон України від 10.01.2002 р. № 2947-III. Відомості Верховної Ради України. 2002. № 21–22. Ст. 135. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2947-14>
3. Ромовська З. В. Українське сімейне право : підручник. Київ : Правова єдність, 2009. 500 с.
4. Сидоренко Д. Права та обов'язки подружжя: поняття у доктрині сімейного права та особливості здійснення у юридичній практиці. *Актуальні проблеми правознавства*. 2024. № 3. С. 70–74.
5. Красицька Л. В. Проблеми здійснення та захисту особистих та майнових прав батьків і дітей : монографія. Київ : Ліра-К, 2014. 628 с.

Кресан Ольга

СІМЕЙНИЙ НАРАТИВ ЯК МЕХАНІЗМ КОНСТРУЮВАННЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПІД ЧАС КРИЗОВИХ ЖИТТЄВИХ ПОДІЙ

У сучасній психології зростає інтерес до наративного підходу як методології дослідження особистості, зокрема у контексті переживання кризових та травматичних подій. Соціальні трансформації, війни, вимушена міграція та інші екзистенційні виклики актуалізують проблему збереження цілісності «Я» та пошуку смислу здобутого людиною життєвого досвіду.

Особливого значення набуває сімейний контекст, у межах якого відбувається первинне осмислення життєвих подій. Сімейний наратив виступає не лише способом передачі досвіду, але й механізмом інтерпретації реальності та конструювання ідентичності особистості.

Наративна психологія розглядає ідентичність як динамічну, смислову конструкцію, що формується через історії, які людина розповідає про себе. Класичною є позиція D. McAdams, згідно з якою ідентичність набуває форми життєвої історії з певною структурою, персонажами та сюжетною логікою [6]. На думку автора, наративна ідентичність – це «інтерналізована та розвиваюча життєва історія особистості, яка інтегрує реконструйоване минуле та уявне майбутнє, щоб забезпечити життю певний ступінь єдності та мету» [6]. На думку автора, через наративну ідентичність люди передають собі та іншим, ким вони є зараз, як вони стали такими, якими вони є, і куди, на їхню думку, може рухатися їхнє життя в майбутньому [6].

Вагомий внесок у розвиток наративного підходу здійснили J. Bruner, що вивчав культурно-наративну природу мислення та особистості, D. McAdams, який запропонував теорію наративної ідентичності, M. White та D. Epston, які розробляли основні положення наративної психотерапії як методу психологічної допомоги особистості через створення та модифікації життєвих історій про певні події тощо.

У вітчизняній психології цю проблему досліджували Н. Чепелєва, Л. Заграй, О. Літвінова, В. Зливков та ін [5; 6; 1 та ін.]. Проте недостатньо вивченим на сьогодні залишається роль сім'ї та сімейних історій у формуванні ідентичності людини під час кризових життєвих подій, що стосуються як біографії особистості, так більш широкого соціального контексту. Так, Н.В.Чепелєва вважає, що наратив є «основним компонентом соціальної взаємодії, що виконує функції створення та трансляції соціального знання, культурного досвіду, а також самопрезентації особистості» [5]. З огляду на це доцільно вивчати наратив у контексті сім'ї та родинної взаємодії, де наративи є одним із ключових чинних формування ідентичності особистості.

Сімейну ідентичність особистості ми розглядаємо як багаторівневу систему, що формується у взаємодії індивіда та сімейного середовища. А сімейний наратив визначаємо як сукупність історій, міфів, спогадів і смислових інтерпретацій, які передаються в межах сім'ї та охоплюють досвід кількох поколінь [2]. Його *структура* включає в себе:

- історії про походження родини;
- інтерпретації криз і подолання труднощів;
- сімейні цінності та норми;
- символічні образи («герої», «жертви», «переможці») тощо.

Сімейні наративи можуть виконувати різні функції, зокрема функцію смислотворення, соціалізації, регуляції емоцій, формування приналежності особистості до родини й спільноти тощо. Під час кризових життєвих подій, у складних ситуаціях сімейний наратив може виступати одним із ключових механізмів формування родинної та особистісної ідентичності, оскільки він

сприяє інтеграції життєвого досвіду в цілісну історію та забезпечує часову безперервність «Я» людини, що виявляється у взаємозв'язку минулого, теперішнього і майбутнього. У контексті кризових життєвих подій та складних ситуацій це може виступати *особистісним ресурсом* подолання труднощів, оскільки кризові події, наприклад, втрата, війна, травма, хвороба та ін., порушують цілісність ідентичності, викликаючи її фрагментацію. В такому разі для відновлення цілісності людині необхідно реконструювати власну цілісність та власну ідентичність, тому сімейний наратив допомагає реінтерпретувати травматичний досвід особистості та інтегрувати його. Зокрема, О. Стасишин підкреслює, що сімейні наративи в умовах війни створюють «простір сенсу», який дозволяє людині інтегрувати травматичний досвід і зберігати психологічну стійкість [4].

Серед психологічних механізмів формування особистісної ідентичності через сімейні наративи під час складних та кризових життєвих подій можна виокремити *наративну інтеграцію*, що становить собою включення травматичного досвіду у життєву історію [1]. Таким чином травматичний досвід здобуває сенс, відбувається продуктивне переживання цієї події [3]. З цим механізмом пов'язаний наступний – це *механізм рефлексії та смислоутворення*, що полягає в інтерпретації сімейних та суспільних подій через самоаналіз, пошук сенсів та усвідомлення особистої та сімейної системи цінностей. На думку В.Зливкова, наратив виступає «рамкою», у якій особистість осмислює події та відновлює цілісність свого «Я» [1].

Отже, можемо стверджувати, що сімейний наратив постає важливим засобом конструювання особистісної ідентичності, особливо в умовах кризових і травматичних життєвих подій. Він забезпечує інтеграцію індивідуального досвіду в ширший контекст, сприяючи збереженню цілісності «Я» та формуванню відчуття безперервності життєвого шляху. В умовах криз сімейні наративи виконують низку ключових функцій: смислоутворення, підтримки та соціалізації та ін., що дозволяє особистості не лише осмислити травматичний досвід, а й інтегрувати його у власну життєву історію. Через механізми наративної інтеграції, рефлексії та смислотворення відбувається реконструкція ідентичності, порушеної кризовими подіями.

Сімейний наратив також виступає ресурсом психологічної стійкості, оскільки створює «простір сенсу», в якому індивід може переосмислити складні події, знайти опору в родинному досвіді та сформувати нові життєві орієнтири. Водночас результати теоретичного аналізу засвідчують недостатню розробленість проблеми ролі сімейного наративу у формуванні ідентичності в кризових умовах, що зумовлює необхідність подальших емпіричних досліджень у цьому напрямі, зокрема з урахуванням сучасних соціальних викликів.

Таким чином, сімейний наратив є не лише засобом передачі досвіду, а й активним інструментом конструювання і відновлення ідентичності особистості в умовах життєвих криз.

Література.

1. Зливков В.Л. Наративна ідентичність особистості. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/718189/1/%D0%97%D0%BB%D0%B8%D0%B2%D0%BA%D0%BE%D0%B2.pdf>
2. Кресан О. Д. Сімейний наратив як засіб переживання та усвідомлення особистістю життєвих подій. *Сімейна політика в Україні: проблеми і перспективи розвитку*: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (04 квітня 2018 р., м. Київ) / [Ред. кол. І. Г. Губеладзе та ін.] К., 2018. 188 с. С. 92-95.
3. Кресан О. Д. Психологічні аспекти переживання студентами життєвих подій майбутнього / О. Д. Кресан. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. К., 2016. Том IX : Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія, вип. 10. С. 178–187.
4. Стасишин О. Ю. Сімейний наратив як психологічний ресурс адаптації молоді в умовах війни. URL: <https://conf.krok.edu.ua/SRE/SRE-2025/paper/view/3094>
5. Чепелева Н.В. Наратив як засіб конструювання ідентичності особистості // Чепелева Н., Євдокимова Н., Зливков В., Лукомська С., Котух О. Наративи становлення мілітарної ідентичності українців (XVI – XX століття): монографія. Київ–Ніжин: Видавець Лисенко М.М., 2024. С. 11-30. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/743305/1/%D0%9D%D0%B0%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%B8%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%D0%BC%D1%96%D0%BB%D1%96%D1%82%D0%B0%D1%80%D0%BD%D0%BE%D1%97%20%D1%96%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%20%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%86%D1%96%D0%B2%20%28XVI%20%E2%80%93.pdf>
6. McAdams, Dan P. and McLean Kate C. Narrative Identity. *Current Directions in Psychological Science*, 2013, 22: 233. DOI: 10.1177/0963721413475622
7. Zahrai L. Narrative identity: formation mechanism. *Journal of Vasyl Stefanyk Precarpathian National University*, Vol. 7, No. 2 (2020), 85-91. URL: <https://lib-repo.pnu.edu.ua/bitstream/123456789/9693/1/4869-%d0%a2%d0%b5%d0%ba%d1%81%d1%82%20%d1%81%d1%82%d0%b0%d1%82%d1%82%d1%96-11005-1-10-20210314.pdf>

Кулачек Наталія

БАЛАНС «РОБОТА–СІМ'Я» ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ УКРАЇНСЬКОЇ РОДИНИ В УМОВАХ ВІЙНИ

Повномасштабна війна в Україні спричинила глибокі трансформації функціонування сім'ї як соціального інституту. Зокрема, відбувається розмиття меж між професійною та сімейною сферами, зміна ролевих очікувань і навантажень, а також зростання рівня хронічного стресу та емоційного виснаження. У цих умовах баланс «робота–сім'я» перестає бути виключно питанням індивідуальної ефективності й набуває ознак системної психологічної проблеми, що впливає на стабільність сімейної системи [5].

Сучасна українська родина функціонує в умовах тривалого стресового впливу, що поєднує фактори воєнної загрози, соціально-економічної нестабільності та професійного перевантаження [2]. Війна посилила феномен подвійного навантаження, коли одна особа змушена поєднувати професійну діяльність із виконанням розширених сімейних ролей. Додатково ускладнюють ситуацію розмиті межі між роботою та домом, особливо в умовах дистанційної зайнятості, а також тенденція до ігнорування власних потреб задля підтримки інших членів родини.

У межах теорії ролей баланс «робота–сім'я» розглядається як процес узгодження вимог різних життєвих сфер. Порушення цього балансу проявляється у вигляді рольового конфлікту, коли вимоги однієї ролі унеможливають ефективне виконання іншої [3]. У воєнних умовах такий конфлікт посилюється когнітивними викривленнями, що формуються як адаптивна, але часто неефективна реакція на стрес.

З позицій когнітивно-поведінкового підходу емоційні реакції людини визначаються не стільки подіями, скільки їх інтерпретацією [1]. У контексті балансу «робота–сім'я» це проявляється у формуванні типових дисфункційних автоматичних думок: «я не справляюся», «мої потреби не важливі», «я повинен витримати все самотійно», «якщо я не контролюю ситуацію — все зруйнується». Такі переконання підсилюють відчуття провини, тривоги та сприяють розвитку емоційного вигорання. Дослідження у сфері організаційної психології свідчать, що когнітивні викривлення, пов'язані з рольовим конфліктом, суттєво знижують рівень суб'єктивного благополуччя як у професійній, так і в сімейній сферах [3]. Особливо вираженими ці процеси є в осіб із перфекціоністськими установками та високим рівнем відповідальності — характеристиками, що нерідко притаманні людям, які свідомо обирають допомагаючі або управлінські професії.

Практика корпоративної психології демонструє, що працівники часто не усвідомлюють взаємозв'язку між професійним стресом і напруженням у сімейних відносинах. Перенесення робочого навантаження у сімейну сферу відбувається через емоційне виснаження, зниження здатності до саморегуляції та порушення комунікації. Це, у свою чергу, призводить до зростання конфліктності, емоційної дистанції та відчуття ізоляції в межах родини.

Ефективним інструментом роботи з цими процесами є когнітивно-поведінкова терапія, яка дозволяє працювати з автоматичними думками, емоціями та поведінкою на всіх рівнях функціонування особистості [1]. Зокрема, застосування АВС-аналізу дає можливість ідентифікувати зв'язок між ситуацією, інтерпретацією та емоційною реакцією, формуючи у клієнта навичку усвідомленого спостереження за власними когнітивними процесами. Когнітивна реструктуризація сприяє формуванню більш реалістичних і адаптивних переконань шляхом перевірки автоматичних думок на відповідність фактам і пошуку альтернативних інтерпретацій. Техніка «пиріг відповідальності» дозволяє знизити рівень надмірного самозвинувачення шляхом об'єктивізації внеску різних факторів у ситуацію — що є особливо актуальним для осіб із хронічним почуттям провини перед сім'єю. Практичний досвід роботи з корпоративними клієнтами

підтверджує, що навіть короткострокове застосування зазначених технік у форматі індивідуального консультування або психоедукаційного групового заходу дає відчутний ефект: знижується рівень тривоги, підвищується здатність до встановлення меж і відновлюється відчуття суб'єктності у власному житті.

Важливим доповненням є використання поведінкових інструментів, зокрема «матриці балансу», що сприяє усвідомленню джерел витрат і відновлення ресурсу. Це дозволяє підвищити рівень саморегуляції та сприяє профілактиці емоційного вигорання. Значущим компонентом також є розвиток навичок конструктивної комунікації, що забезпечує відновлення емоційного контакту та підтримки в сім'ї.

Водночас слід враховувати межі застосування когнітивно-поведінкового підходу. У випадках гострої психотравматизації, посттравматичного стресового розладу або глибоких сімейних дисфункцій доцільним є залучення інших терапевтичних підходів, зокрема травмофокусованої терапії та системної сімейної психотерапії. Це підкреслює важливість міждисциплінарного підходу у роботі з сім'єю в умовах війни.

Таким чином, баланс «робота–сім'я» в умовах війни виступає ключовим чинником психологічної стійкості української родини. Інтеграція підходів корпоративної та сімейної психології відкриває нові можливості для ефективної підтримки сімей, спрямованої на збереження ресурсів, зниження рівня стресу та відновлення якості взаємодії [4].

Література.

1. Бек А. Т. Когнітивна терапія і емоційні розлади : пер. з англ. – Київ : Основи, 2003. – 368 с
2. Lazarus R. S. Stress, appraisal, and coping / R. S. Lazarus, S. Folkman. – New York : Springer Publ. Company, 1984. – 445 p. – ISBN 0-8261-4192-6.
3. Greenhaus J. H. Sources of conflict between work and family roles / J. H. Greenhaus, N. J. Beutell // Academy of Management Review. – 1985. – Vol. 10, № 1. – P. 76–88. – DOI 10.5465/amr.1985.4277352.
4. Hobfoll S. E. Conservation of resources : a new attempt at conceptualizing stress / S. E. Hobfoll // American Psychologist. – 1989. – Vol. 44, № 3. – P. 513–524. – DOI 10.1037/0003-066X.44.3.513.
5. Olson D. H. Circumplex model of marital and family systems / D. H. Olson // Journal of Family Therapy. – 2000. – Vol. 22, № 2. – P. 144–167. – DOI 10.1111/1467-6427.00136.

Наумов Вячеслав

МЕТОД ВІДНОВЛЕННЯ ПІСЛЯ ВТРАТ У РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ: ІСТОРИЧНИЙ КОНТЕКСТ

Поява у 1977 році в Каліфорнії (США) програми підтримки в емоційному відновленні після значущих втрат, що згодом дістала назву The Grief Recovery Method®, в українській локалізації «Метод Відновлення після втрат» (далі –

Метод), припала на момент, коли напрямок психологічної допомоги у втратах та горюванні ще не існував як окрема дисципліна. Джон В. Джеймс створив Метод та розпочав практикувати його з людьми, які пережили смерть близьких, спираючись не на свою науково-академічну підготовку, а на власний досвід втрати дитини, розлучення, подальшого пошуку допомоги з боку наявних інституцій у сфері психологічного здоров'я й висновку про їхню порожнечу [1]. Цей факт виглядає рідкісним прецедентом для наукового середовища, проте дослідження історико-теоретичного контексту пояснює унікальність його створення та значення для розвитку психологічної допомоги у втратах та горюванні.

Імпульс до створення Методу мав суто практичний характер. У 1977 році консультування у горюванні (grief counseling), як спеціалізований напрямок психологічної допомоги людям після значущої втрати, ще не існувало як окрема дисципліна [1]. Академічний контекст робить цей факт ще виразнішим. До 1977 року широко відомим теоретичним інструментом для роботи з втратами й горюванням була модель 5 стадій Елізабет Кюблер-Росс. Її книга «Про смерть і вмирання» вийшла у 1969 році і була побудована на спостереженнях за людьми, які помирають, а не за тими, хто переживає смерть близького [2]. Модель Кюблер-Росс описувала стадії вмирання у невиліковно хворих, а не досвід горювання близьких після втрати. Вона не пропонувала жодної програми дій, відновлення або структурованого супроводу для тих, хто залишився жити після смерті коханої людини. Її робота описувала феноменологію вмирання, яку згодом некоректно перенесли на горювання тих, хто залишився живим. Метод Джеймса працював інакше. Він пропонував послідовність конкретних дій (Графік Історії втрат, Графік Стосунків, Лист Завершення), спрямованих на завершення емоційно-незавершених стосунків із втраченими стосунками та людьми [1]. Це був принципово інший підхід порівняно з пасивним «прийняттям стадій» за Кюблер-Росс. Авторська теза «скорбота – про зранену душу, а не про зраний розум» фіксує зміщення фокусу з когнітивної переробки втрати на емоційну [1].

Значущість появи Методу підсилюється на тлі розвитку інших напрямів психотерапії, що відбувалися паралельно у тому самому соціальному середовищі. Як виявилось згодом, позиція Джеймса випередила те, що значно пізніше, в 1999 році, у працях М. Штрюбе та Г. Шута оформилося як «модель подвійного процесу» горювання з чергуванням орієнтації на втрату та орієнтації на відновлення [3]. У 1977 році А. Бек опублікує перше контрольоване дослідження ефективності когнітивної терапії депресії, що позначає початок експансії емпірично орієнтованої парадигми у психотерапії. В 1980 році в класифікаторі DSM-III буде вперше внесено опис ПТСР (посттравматичний стресовий розлад). Консультування у горюванні на той момент тільки починало формуватися, а перші систематичні монографії з консультування при втратах з'являться лише на початку 1980-х.

У межах цього аналізу значення появи методу у 1977 році постає як феномен подвійної природи — як соціально-практичної та науково-теоретичної. Соціально-практичний аспект: метод став першою систематизованою відповіддю на запит людей, які пережили значущу втрату [1]. Науково-теоретичний аспект: це був

ранній прецедент дієво-орієнтованої моделі (програмний підхід з чіткою послідовністю кроків і конкретними інструментами емоційного опрацювання втрати), яка передувала формальному оформленню відповідної парадигми в академічній психологічній науці [1; 3].

Поява та початок практикування «Методу Відновлення після втрат» (The Grief Recovery Method®) у 1977 році стали прецедентом, що змінив саму логіку допомоги при горюванні: від спостереження за стадіями – до роботи з емоційно-незавершеними стосунками. Цей зсув на два десятиліття випередив відповідну наукову рефлексію (1999р.) та виступив початком відліку для подальших структурованих, дієво-орієнтованих протоколів допомоги в роботі із значущими втратами.

Література.

1. Джеймс Дж. В. Відновлення після втрат: практичний посібник / Дж. В. Джеймс, Р. Фрідман; пер. з англ. А. Боднарюк; The Grief Recovery Institute. – К.: Книгоноша, 2024. – 208 с.
2. Kübler-Ross E. On Death and Dying / E. Kübler-Ross. – New York: Macmillan, 1969. – 286 p.
3. Stroebe M. The Dual Process Model of Coping with Bereavement: Rationale and Description / M. Stroebe, H. Schut // Death Studies. – 1999. – Vol. 23, № 3. – P. 197–224.

Лобанов Сергій, Зайчикова Тетяна

НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК «ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХОТЕРАПІЯ ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ»: ПРЕЗЕНТАЦІЯ

Психологічна наука та освіта ХХІ століття постають перед складними, багатовимірними викликами. Одним із найбільш критичних та соціально значущих серед них є феномен адиктивної поведінки. Традиційні підходи до викладання цієї дисципліни часто страждають на надмірну біологізацію або ізольований розгляд індивідуальної психіки. Підготовлений нами новий навчальний посібник пропонує якісно новий, системний та гуманістичний погляд на цю проблему. У посібнику розкриваються шляхи формування, упередження та терапії залежностей а також звертається увага на динамічні зміни в системі професійних, соціальних та сімейних стосунків реципієнта. Презентуємо стислий зміст навчального посібника.

Вступ: Сучасний контекст та виклики адиктології. Проблема залежності вже давно вийшла за межі суто клінічних кабінетів. Вона перетворилася на глобальний соціокультурний виклик. Як педагоги та науковці, ми щодня стикаємося з необхідністю підготовки фахівців, здатних бачити за симптоматикою розладу живу людину в усій складності її життєвого контексту. В умовах стрімкого зростання поширеності різноманітних форм залежності — від вживання психоактивних речовин до поведінкових адикцій, таких як азартні ігри, ігроманія чи надмірне використання Інтернету — особливої ваги набуває потреба у

детальному, науково обґрунтованому та психологічно виваженому підході до цього складного явища. Існуючий дефіцит літератури, яка б інтегрувала найсучасніші наукові тренди із глибоким емоційним та етичним компонентом, спонукав авторський колектив до створення цього навчального посібника. Нашою метою було не просто транслювати готові знання, а сформувати у майбутніх психологів нову парадигму мислення, позбавлену упереджень і стигматизації.

Частина 1. Методологічний фундамент та концепція видання. В основу концепції навчального посібника покладено біопсихосоціальний підхід та системний аналіз. Психологічна поведінка та адиктивні паттерни не формуються в ізоляції — це наскрізна теза всього видання. Ми пропонуємо розгалужену методологічну матрицю, яка розглядає людину крізь призму взаємодії її індивідуальних психологічних особливостей із макро- та мікросередовищем. Науковий фундамент книги базується на визнанні вагомості таких соціокультурних та системних вимірів залежності, а саме:

- **соціально-економічний статус та доступність ресурсів:** аналіз того, як матеріальні нерівності та соціальна незахищеність стають тригерами адикцій;
- **культурні установки та міфи:** дослідження впливу суспільних наративів на легітимізацію або, навпаки, табування певних видів залежностей;
- **феномен стигматизації:** детальний психологічний розбір механізмів суспільного осуду, який стає головним бар'єром на шляху до звернення за допомогою;
- **інфраструктурні чинники:** реальний доступ до якісної психіатричної та психотерапевтичної допомоги;
- **екологія середовища:** вивчення умов, які спроможні виступати буфером, мінімізувати ризики та сприяти уникненню залежності.

Частина 2. Архітектоніка, завдання та змістове наповнення посібника. Логіка побудови та завдання цього видання підпорядковані єдиній меті — забезпечити ґрунтовний психологічний аналіз механізмів формування, причин виникнення, динаміки розвитку та наслідків адиктивної поведінки. Сучасне наукове трактування, представлене в книзі, визначає адикцію як багатофакторний психологічний стан, що формується внаслідок складної взаємодії нейробіологічних, емоційних, когнітивних, поведінкових і соціальних чинників. Архітектоніка навчального посібника охоплює два великі пласти сучасних викликів — класичні хімічні та новітні поведінкові адикції (лудоманію, ігроманію, Інтернет-залежність), які послідовно розкриваються у **семи фундаментальних тематичних розділах**.

1. **Історія розвитку питання про залежності** — розділ, що закладає історико-науковий фундамент, дозволяючи простежити еволюцію поглядів на адикції від медичних та моралізаторських догм до сучасних системних концепцій.

2. **Причини та механізми розвитку адикцій** — де детально аналізується синергетичний ефект біопсихосоціальних чинників, що запускають і підтримують залежну поведінку.

3. **Ключові питання феноменології та розвитку адикцій** — присвячений безпосередньому вивченню проявів залежності, розгортанню її

симптомів у просторі життєдіяльності особистості та аналізу коморбідних станів (депресії, тривоги, розладів особистості).

4. **Сучасні теоретичні концепції розвитку залежності** — інтегративний блок, що знайомить здобувачів із передовими світовими теоріями, забезпечуючи глибокий науковий базис для практичної роботи.

5. **Адиктивна поведінка як прояв порушень розвитку на ранніх етапах життя** — надзвичайно важливий розділ, що фокусується на генезисі проблеми, травмах дитинства, дефіцитах емоційної регуляції та порушеннях прив'язаності.

6. **Співзалежність як окремий випадок залежності** — у якому феномен розглядається через системний вимір, висвітлюючи психологію близького оточення адикта та патерни мікросоціального середовища, що репродукують залежність.

7. **Гештальт-терапія залежної поведінки у структурі системного послідовного комплексного етапного підходу** — фінальний практико-орієнтований блок, який пропонує чіткий психотерапевтичний інструментарій, де залежність розглядається як симптом глибокого дистресу, а процес лікування будується поетапно, системно та травмоорієнтовано.

Головна відмінність цього видання від попередніх праць полягає в тому, що ця книга акцентує увагу саме на людському психологічному досвіді. Крізь призму цих семи тем автори фокусуються на тому, як саме особа мислить, відчуває, ухвалює рішення й формує патерни залежності у відповідь на внутрішні та зовнішні стресові чинники. Завдяки такому наповненню адиктивний цикл розбирається через фундаментальні психологічні конструкти, які є мішенями для терапії та тривалого одужання: роль особистісної ідентичності та її трансформація, мотиваційні чинники та готовність до змін, стратегії копінгу, емоційна регуляція та процеси навчання. Особливу увагу приділено психологічним аспектам процесів одужання, функціонуванню систем підтримки, а також ролі сенсу та життєвої мети у забезпеченні довготривалого зцілення й профілактики рецидивів.

Частина 3. Дидактичний комплекс та інноваційні методи навчання. Як педагоги, ми розуміємо, що сухий академічний текст не здатний сформувати практичні навички. Тому архітектоніка кожного розділу містить потужний, ретельно вивірений інтерактивно-дидактичний комплекс:

- **сучасні результати досліджень:** кожен теоретичний блок підкріплений актуальними емпіричними даними та статистикою, що вчить студентів принципам доказової практики;
- **конкретні приклади (Case Studies):** реальні кейси з практики дозволяють заземлити теоретичні концепції, демонструючи складність та неоднозначність життєвих ситуацій;
- **питання для обговорення:** сформульовані таким чином, щоб виступати дієвим інструментом, стимулювати наукову дискусію, розвивати критичне мислення та фахову аргументацію під час семінарських занять;

- **практичні інструменти та методики:** готові скрипти, діагностичні орієнтири та терапевтичні мішені, які студент може використовувати у майбутній професійній діяльності.

Особливістю дидактичного дизайну є те, що завдання спрямовані не лише на інтелектуальну взаємодію з матеріалом, а й на глибоку особисту рефлексію терапевтів та ведучих психологічних груп.

Частина 4. Практична цінність та емоційний резонанс. Посібник розроблено як комплексний освітній ресурс для здобувачів спеціальності «Психологія», фахівців у сфері психічного здоров'я, соціальних працівників, педагогів, а також усіх, хто прагне глибше осмислити психологічну динаміку, що зумовлює, підтримує та репродукує залежні форми поведінки. Проте його гуманістична місія значно ширша за суто дидактичні рамки. Ми прагнули досягти емоційного резонансу на глибокому людському рівні. Сторінки книги просякнуті повагою до того болю, складності та водночас неймовірної особистісної стійкості, які супроводжують життя осіб, що стикаються із залежністю, та їхніх родин. Ми переконані: формування компетентного фахівця в галузі психології залежностей неможливе без серйозної внутрішньої роботи. Навчальний посібник спрямовано на формування емпатії, поглибленого розуміння й професійної компетентності у вирішенні нагальних питань соціального та психічного здоров'я. Книга пропонує не лише здобути знання про феномен залежності, а й сміливо переосмислити власні припущення, упередження та емоційні реакції (такі як страх, засудження чи безпорадність), що є ключовим для становлення справжнього професіонала.

Висновки та перспективи. Презентоване видання — це не просто збірник лекцій з адиктології. Це інтегративна інноваційна модель навчання. Вона поєднує строгість академічної науки із емпатією практичної допомоги. Посібник допомагає виховати нове покоління фахівців: інтелектуально підготовлених, системно мислячих, чутливих до соціокультурного контексту та спроможних забезпечувати довготривале, сенсоорієнтоване зцілення своїх клієнтів. Дякуємо всім, хто допомагав у створенні цього навчального посібника, рецензентам та всім колегам, чия праця зробила це видання можливим. Запрошуємо вас до ознайомлення з навчальним посібником та сподіваємося на плідну дискусію й співпрацю у впровадженні цих підходів в освітній процес та практичну діяльність.

Література.

Лобанов С.О., Зайчикова Т.В. Психологія та психотерапія залежної поведінки / С.О.Лобанов, Т.В.Зайчикова. – К. : 7БЦ, 2025. – 628 с.

Павел Мацяшек

ПАРАСОЛЬКОВА КОНЦЕПЦІЯ «ПОВІЛЬНЕ ВИХОВАННЯ»: ІСТОРІЯ ТА РОЗВИТОК

Парасолькова концепція «Повільне виховання» склалася історично поступово згідно із змінами соціальних запитів у відповідь на зростаюче прагнення дорослих

до якісного неспішливого життя для себе і своїх дітей. Передісторією її створення можна вважати книгу канадського журналіста і коментатора Карла Онре (нар. 1967) *«Під тиском: як врятувати наших дітей від культури гіперопіки»*, ідеї якої переросли у глобальний рух «повільного виховання» [4]. Карл Онре пропагує ідею уповільнення темпу повсякденного життя, досліджуючи ставлення та практики батьків щодо виховання дітей, шукаючи шлях до «нового світанку, коли ми зможемо заохочувати наших дітей уповільнювати темп, розвиватися у власному темпі та просто діяти...» [4]. Автор закликає надавати дітям простір для дії та розгортання вільної думки, що протиставляє підходу до виховання дітей засобом батьківського тиску як до свого роду «розробки продукту», що стає результатом батьківських бізнес-інвестицій: щоб їхня дитина досягала дедалі кращих результатів, ніж інші. Повільне батьківство – це нова концепція виховання, яка наголошує на якісному часі, проведеному з дітьми, збалансованому темпі життя, більш обґрунтованих рішеннях та мінімізації тиску, стресу та надмірних подразників. Цей батьківський стиль моделювання поведінки не нав'язує дітям надмірної активності, тим самим звільняючи їхнє повсякденне життя від метушні обов'язків, дозволяючи їм досліджувати світ у власному темпі [7]. Наразі ідея повільного виховання стала цікавою людям і в інших сферах життя аж до глобальної ідеї «повільної планети» (Slow Planet) Гейра Бертелсена (Geir Berthelsen), який у 1999 році заснував Всесвітній інститут повільності (The World Institute of Slowness) [1]. Тож запущений світовий процес переосмислення темпу життя торкнувся всіх його сфер, зокрема харчування, роботи, освіти, міста, культури а також вплився у створенні нових громадських рухів. Так навколо діяльності Карло Петріні в Італії у 1986 році виник рух «Повільна їжа» (Slow Food), що потім інтегрувався в загальну концепцію «Повільного руху» (Slow Movement). Ідея уповільнення закликає спільноту до переосмислення ставлення до часу та сповільнення темпу життя задля створення здоровішого, щасливішого і продуктивнішого суспільства [11]. Один з ідеологів руху Карл Оноре в основу філософії повільного руху ставить поняття рівноваги, яку трактує як шлях пошуку та урегулювання правильного власного темпу життя (*tempo giusto*) [7].

Дебати щодо «руху повільності» можна відслідкувати у світових мережах. Так Агата Келпінська (спеціалістка зі зв'язків з громадськістю та брендингу, мати двох дітей та ведуча подкасту про батьківство) зазначає, що відчуття повільності має супроводжувати дитину з самого початку її життя. Це дасть їй можливість уникати у своєму розвитку постійного прагнення до перфекціонізму і навчатися насолоджуватися простором, часом та свободою, які отримує, завдяки тому, що у неї є можливість робити вибір того, що їй цікаво та подобається, і чим вона може якісно заповнити свій вільний час [5]. Авторка Анна Куліберда на сайті «parenting.pl» протиставляє повільне батьківство сучасній моді «*гіпербатьківства*» та «*прискороного дитинства*», що характеризується культурою споживання, мотивованою прагненням до майна, титулів та ідеальних дітей. На її думку прийняття такого способу життя нагадує «щурячі перегони» [6].

Водночас громадська активність щодо просування ідей повільного життя та повільного виховання доповнюється низкою наукових розробок, які засвідчують

вагомість уважного ставлення батьків до дитини (*усвідомлене/mindful* батьківство) та надання їй вільного часу для некерованого структурування власної активності. Дослідники (Ginsburg та ін.) доводять зв'язок між неспішливою взаємодією батьків з дітьми та розвитком у дітей самостійності, здатності приймати рішення а також визнавати правила соціальної поведінки [3]. Ідея повільного виховання знаходить відгук у сучасному католицькому дискурсі про сім'ю та виховання, зокрема у наголосі на присутності батьків у житті дитини, виділення ними якісного часу для дитини, спільній сімейній діяльності, молитві та дотримання традицій а також здатності протидіяти надмірній поспішності в організації життя. В польській культурі можна віднайти низку досліджень, які стосуються якості організації сімейного життя, де є місце і час для дитини. Це такі автори, як Марія-Браун Галковська, Алекс Венс, Емілія Вегнер, Людмила Войцеховська, Емі Маршал [2; 8; 9; 10].

Узагальнюючи вище сказане можемо засвідчити, що наукові розробки і світова громадськість вбачає перспективним надання батьками дітям вільного часу для самостійного скерування їхньої активності а також загалом сповільнення темпу життя самих батьків у всіх сферах, що слугує розвитку автентичності, самостійності та здатності дитини до керування власною поведінкою У науці цей напрямок сповільнення руху життя батьків об'єднується парасольковою концепцією «повільного виховання», що включає усвідомлене батьківство, батьківську чутливість та присутність батьків у житті дитини, а також повільність та якість розбудови батьківсько-дитячих стосунків та важливість неструктурованого часу для розвитку дитини. Також вартує наголоси, що концепція «повільного виховання» стимулює опанування батьками повільного стилю життя, однак може вносити протиріччя у їхнє життя внаслідок стрімкого і швидко змінного сучасного ритму життя. Тож ті батьки, які обирають форму виховання, запропоновану «повільним батьківством», стикаються з певними труднощами, а саме: як 1) приділяти більше часу дітям та бути більш залученими до їхнього розвитку, 2) не засмучуватися, коли не все в їхньому житті йде за планом, 3) не організовувати кожну мить свого дня, 4) екологічно обмежувати можливості дитини проводити час за переглядом телевізора чи комп'ютерними іграми, 5) враховувати думку дитини та дозволяти їм приймати рішення, а також забезпечувати їм відпочинок. Всі ці питання а також сам конструкт повільного виховання можна розглядати перспективною лінію подальших досліджень. Також вартує звернути увагу і на роль віри та релігії у цьому процесі з позиції розвитку як у батьків, так і дітей якостей людяності та здатності до психологічної стійкості.

Література.

1. Berthelsen G. Has technology made us too fast? The World Institute of Slowness. 2018. URL: <https://www.theworldinstituteofslowness.com/has-technology-made-us-too-fast/> (дата звернення: 08.09.2026).
2. Braun-Gałkowska, Maria. *Psychologia domowa*. Lublin : Wydawnictwo KUL, 2008. 476 s. ISBN 978-83-7363-764-1.

3. Ginsburg K. R. The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*. 2007. Vol. 119, No. 1. P. 182–191. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2697>
4. Honoré C. *Under pressure : rescuing our children from the culture of hyper-parenting*. London : Orion, 2008. 294 p.
5. Kiełpińska A. *Slow parenting - czym jest i na czym polega?*, <https://mokida.com/blog/rodzice/slow-parenting-czym-jest-i-na-czym-polega/> [Data publikacji: 05.03.2024]
6. Kuliberda A. Wychowanie dziecka: slow parenting, czyli rodzicielstwo na zwolnionych obrotach, <https://www.mjakmama24.pl/starszak/wychowanie/wychowanie-dziecka-slow-parenting-czyli-rodzicielstwo-na-zwolnionych-obrotach-aa-jnhT-PpHk-fnja.html>
7. Maciaszek, P. (2026). Slow culture and fast culture: Challenges of upbringing for the contemporary family. *Paedagogia Christiana*, 56(2), 223–245. <http://dx.doi.org/10.12775/PCh.2025.025>
8. Marschall A. De-Escalation Techniques for Children: Tips to foster self-regulation from a neurodiversity-affirming lens. *Psychology Today*. 2025. 13 May. URL: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/neurodiversity-affirming-therapy/202505/de-escalation-techniques-for-children> (дата звернення: 08.09.2026).
9. Vance Alex. Why «Slow Parenting» May Be the Key For Overwhelmed Parents. <https://www.parents.com/why-slow-parenting-may-be-the-key-for-overwhelmed-parents-11913254> [Published on February 25, 2026]
10. Wegner E., Wojciechowska L. *Uważność rodzicielska oraz jej aspekty teoretyczne i aplikacyjne*. *Polskie Forum Psychologiczne*, 2016, tom 21, numer 1, s. 23-33. https://pfp.ukw.edu.pl/archive/article/268/wegner_uwaznosc_rodzicielska/article.pdf
11. Сайт The World Institute of Slowness. https://www.theworldinstituteofslowness.com/our-founder-geir-berthelsen/?utm_source=chatgpt.com

Моргун Владислав, Музичко Людмила

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ПРЕДИКТОР ЗАДОВОЛЕНОСТІ ЖИТТЯМ ТА СІМЕЙНИМИ СТОСУНКАМИ

Актуальність дослідження зумовлена зростаючим інтересом до емоційного інтелекту (ЕІ) як чинника суб'єктивного добробуту особистості та якості близьких стосунків [1, 2, 3]. Здатність усвідомлювати, розуміти й регулювати власні емоції та емоції партнера є ресурсом, що визначає ефективність подружньої взаємодії, попередження конфліктів і збереження задоволеності шлюбом. У практичному вимірі результати таких досліджень мають значення для сімейної психотерапії та профілактики подружніх конфліктів.

Метою роботи було перевірити, чи прогнозує рівень емоційного інтелекту (1) задоволеність життям і (2) задоволеність сімейними стосунками в осіб, які перебувають у шлюбі. Вибірку склали 60 осіб (30 подружніх пар) віком 20–35 років. Використано такі методики: тест Н. Холла на визначення рівня емоційного інтелекту (парціальні шкали та інтегративний показник EI) [4], шкала задоволеності життям SWLS (E. Diener [5]) та шкала задоволеності подружніми стосунками RAS (S. Hendrick [6]). За результатами тесту Н. Холла більшість респондентів продемонстрували низький (44%) або середній (44%) рівень інтегративного EI, високий рівень виявлено лише у 12% опитаних. Серед парціальних шкал найнижчі показники зафіксовано за компонентами «управління власними емоціями» (низький рівень — 56%) та «саморегуляція» (низький рівень — 50%), тоді як «емпатія» виявилася відносно більш розвиненим компонентом (високий рівень — 40%). Щодо задоволеності: за шкалою SWLS високий рівень задоволеності життям продемонстрували 54% опитаних, середній — 43%; за шкалою RAS високий рівень задоволеності сімейними стосунками показали 66% опитаних, середній — 34%, випадків низької задоволеності не виявлено.

Для перевірки прогностичної ролі EI застосовано лінійний регресійний аналіз. Модель 1 (залежна змінна — задоволеність сімейними стосунками, RAS) виявилася статистично значущою: $R = 0,480$; $R^2 = 0,230$; Adjusted $R^2 = 0,217$; $F(1) = 17,342$, $p < 0,001$. Стандартизований коефіцієнт інтегративного EI становив $\beta = 0,480$ ($t = 4,164$, $p < 0,001$), тобто EI пояснює близько 23% дисперсії задоволеності сімейними стосунками. Модель 2 (залежна змінна — задоволеність життям, SWLS) також значуща: $R = 0,489$; $R^2 = 0,239$; Adjusted $R^2 = 0,226$; $F(1) = 18,195$, $p < 0,001$, стандартизований коефіцієнт $\beta = 0,489$ ($t = 4,266$, $p < 0,001$), що відповідає близько 24% поясненої дисперсії.

Отже, інтегративний показник емоційного інтелекту є статистично значущим предиктором як задоволеності подружніми стосунками, так і загальної задоволеності життям. Попри помірний розмір ефекту, отримані результати вказують на потенціал інтервенцій, спрямованих на підвищення емоційних навичок, для покращення сімейного благополуччя та суб'єктивного щастя. Перспективним напрямом практичного застосування є розробка програм тренування EI й інтеграція його оцінювання у практику сімейного консультування, а подальші дослідження доцільно проводити на більших і різноманітніших вибірках.

Література.

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С.-Л. Гумецької. Харків: Віват, 2019. 512 с.
2. Журавльова Л. П. Психологія емпатії: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. 328 с.
3. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15, No. 3. P. 197–215.
4. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006. Vol. 18, Suppl. P. 13–25.

5. Diener E., Emmons R. A., Larsen R. J., Griffin S. The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*. 1985. Vol. 49, No. 1. P. 71–75.
6. Hendrick S. S. A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*. 1988. Vol. 50, No. 1. P. 93–98.

Опанасенко Людмила

ІГРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ В РОБОТІ СІМЕЙНОГО ПСИХОЛОГА

Воєнні події, які вже понад п'ять років, охопили Україну, позначаються на економічному, політичному, соціальному, психологічному, культурному житті її населення. Українська сім'я також зазнає трансформацій, проходячи випробування війною: втратами, стресами, кризами, розлукою, конфліктами, невизначеністю. У ситуації сьогодення подружні стосунки не завжди рятують щирість почуттів, родинні цінності та традиції, а дитячо-батьківська та сиблінгова підсистеми часто «розбиваються» від болю тривалих та емоційно-насичених непорозумінь і недомовленостей, порушення особистісних меж, емоційного відчуження, накопичених образ, браку підтримки.

Сучасному сімейному психологу недостатньо бездоганно володіти технологією психологічного консультування. Вербальні техніки не завжди спроможні швидко й екологічно окреслити увесь спектр емоційного життя членів української сім'ї, які звертаються за допомогою до фахівця. Особливо складною є робота з дітьми, які ще не мають достатньо досвіду для вербалізації своїх переживань та думок, як це може робити дорослий, та й не кожен чоловік чи жінка готові відверто та зрозуміло говорити про те, що саме їх турбує, в присутності один одного в емоційно-чутливих / складних ситуаціях життя. Сьогодні особливо помічною в роботі з сім'єю є психологічна гра. В руках професійного психолога ігрова технологія не виступає розвагою, а постає структурованим психологічним інструментом, за допомогою якого вибудовується простір для природного самовираження, в якому кожен член сім'ї може демонструвати / обговорювати свої потреби, способи взаємодії, страхи, реакції без осуду й критики. В роботі сімейного психолога розмаїття ігор надає можливість для їхнього поліфункціонального використання з діагностичною, комунікативною, корекційною, терапевтичною, розвивальною, ресурсною метою, однак в українських дослідженнях ігрові технології вивчені недостатньо.

В науковому дискурсі тема ігрових технологій переважно пов'язана з сімейною психотерапією загалом (М. Марценюк [3]) та ігровою терапією в роботі з дитиною зокрема (Т. Бородулькіна [1], Л. Мотозюк, С. Тафінцева [7], М. Мушкевич [4]). В сучасних наукових напрацюваннях увага також приділяється ігровим технікам арт-терапевтичного характеру (К. Гавриловська, Ю. Дем'янчук

[2]) та трансформаційним іграм (М. Воробйова, С. Манжара, О. Стасько [6], К. Наумік-Гладка, О. Сориніна-Погребна [5]). Утім, потребує уточнення питання різновидів ігор, переваг та ризиків у використанні психологічних ігор, вимог до ігропрактика тощо. Серед різновидів психологічних ігор у роботі сімейного психолога доцільно виділити наступні:

- 1) діагностичні – гра постає джерелом гіпотез («Сімейна скульптура», створення в ігровій формі сімейної генограми);
 - 2) комунікативні – допомагають членам сім'ї почути один одного («Вгадай моє почуття», «Комплімент по колу», «Я-повідомлення»);
 - 3) рольові ігри – в них відтворюються типові сімейні ситуації та/або змінюються сімейні ролі («Сімейні сварки», «Скажи «Ні», «Поясни чому»);
 - 4) арт-ігри – поєднують ігрові та творчі механізми («Міст між нами», «Карта ресурсів»);
 - 5) метафоричні ігри – в їх основі робота з метафоричними асоціативними картками (МАК), де метафора дозволяє говорити про складне непрямо, що суттєво зменшує психологічний опір («Сімейна подорож», «Сімейний будинок»);
 - 6) трансформаційні ігри – структуровані ігри, спрямовані на усвідомлення життєвих сценаріїв, ресурсів, переконань, потреб, способів прийняття рішень («Всесвіт стосунків», «22 перлини стосунків»);
 - 7) настільні ігри – використовуються для розвитку здатності до розподілу ролей, терпимості до помилок, взаємодопомоги (психологічне лото «Скажіть, як є», настільна гра «Знайди свою силу»);
 - 8) казкотерапевтичні ігри – ігри, в основі яких робота зі створення спільної казки, образу героя, що допомагає вирішенню сімейних конфліктів, складних сімейних ситуацій («Три чарівні слова», «Жили були...»);
 - 9) рухливі та тілесні ігри – доцільні для зниження напруги та формування емоційного контакту («Повтори мій рух», «Командне завдання», «Дзеркало»).
- Візуальне представлення прикладів психологічних ігор, що використовуються у роботі сімейного психолога, наведено на рис. 1.



Психологічне лото «Скажіть, як є»
/ автор: Л. Опанасенко



Трансформаційна гра «Всесвіт стосунків»
/ автор: О. Лівінська

Рис. 1. Приклади ігор сімейного психолога

Психологічні ігри є популярними та активно використовуються в сімейній психології. У них є свої активні прихильники та критики як серед фахівців, так і серед клієнтів. У процесі емпіричного дослідження досвіду застосування / участі ігрових технологій було проведено анкетування серед 64 психологів та 102 учасників психологічних ігор (дослідження проводилося анонімно, онлайн, з використанням гугл-форми серед жителів Миколаївської та Одеської областей у березні-квітні 2026 р.). Загальні результати опитування представлено у табл.1.

Таблиця 1

Результати опитування психологів та клієнтів щодо використання ігрових технологій

№	Показник	Психологи		Учасники ігор	
		n=64	%	n=102	%
1	Підвищення мотивації до участі в психологічній роботі	55	85,9	87	85,3
2	Полегшення у вираженні емоцій	52	81,3	84	82,4
3	Покращення комунікації між членами сім'ї	50	78,1	80	78,4
4	Можливість краще зрозуміти себе та інших	48	75	79	77,5
5	Складність підбору гри	37	57,8	35	34,3
6	Можливість виникнення психологічного дискомфорту	29	45,3	39	38,2
7	Не всім клієнтам комфортний ігровий формат	43	67,2	46	45,1

Відповідно до отриманих даних, ігрові технології переважно позитивно оцінюються обома групами респондентів. Найбільш вираженою перевагою визначено підвищення мотивації до психологічної роботи, полегшення вираження емоцій, покращення комунікації завдяки участі в ігровому процесі. Водночас психологи відзначають складність підбору відповідної гри і той факт, що ігровий формат підходить не всім клієнтам. Учасники опитування також зауважують на можливість виникнення психологічного дискомфорту під час гри, що підкреслює складність даного інструмента та важливість уміння його застосовувати у практиці роботи з сім'єю.

Сімейний психолог має не просто володіти «набором ігор», а мати високий рівень компетентності щодо їхнього використання: бачити, наприклад, під час гри не лише «проблемну дитину», а й всю систему, в якій ця дитина не може поводитись інакше: дитина ↔ мати ↔ батько ↔ сиблінги ↔ родина ↔ соціальне середовище тощо (дитячий симптом може бути пов'язаний з конфліктом між

батьками / розподілом ролей між сиблінгами / порушенням особистісних меж в родині). Саме тому, серед важливих навичок ігротехніка особливо значущими є:

1) навички спостереження (здатність помічати, хто бере ініціативу, уникає участі, контролює, поступається, допомагає, знецінює; як розподіляються ролі, відповідальність);

2) комунікаційна компетентність (уміння встановлювати психологічний контакт, налаштовувати на співпрацю, мотивувати);

3) емоційна компетентність (здатність до розпізнавання сорому, агресії, страху, тривоги, образи, потреби у близькості);

4) готовність до фасилітації сімейної взаємодії (створення умов для усвідомлення, обговорення та подальших змін патернів поведінки);

5) навички роботи з людьми різного віку (врахування вікових особливостей для роботи з дітьми та дорослими – адаптації ігрових технологій);

6) навички модерації та медіації (забезпечують конструктивне обговорення складних сімейних питань, попереджають ескалацію конфліктів, сприяють нормалізації емоцій);

7) навички рефлексії та інтерпретації ігрового досвіду (уміння аналізувати не лише результати гри, а й процес взаємодії під час гри);

8) етична компетентність (забезпечує психологічну безпеку, виявляє ситуації потенційного травмування / шкоди).

Сформованість ігротехнічної компетентності сімейного психолога, який активно використовує гру в своїй діяльності, дозволяє отримати максимальну користь від переваг ігрових технологій, а саме:

1) зниження психологічного опору під час гри (легше говорити про складне, з інтересом / природньо включитися в ігровий процес);

2) активація емоцій (переживання проблеми / ситуацій у відносно безпечному просторі);

3) проекція реальної взаємодії (безпосередня демонстрація звичних дій, а не «правильних» рішень);

4) розвиток емпатії (гра надає можливість подивитися на ситуацію очима іншого);

5) доступність для людей різного віку (гра – природний спосіб комунікації дитини, який знайомий для дорослого);

6) безпечне моделювання альтернатив («програти» під час гри, перш ніж спробувати в реальному житті);

7) підвищення мотивації (ігровий формат менш формальний і загрозливий, тому сприяє активному розвитку особистості).

Утім, будь-яка психологічна гра в роботі сімейного психолога може містити технологічні та екологічні пастки для фахівця. Технологічні пастки: гра заради гри (цікава форма без конкретної мети); надмірна стандартизація (механічне

дотримання інструкцій); псевдодіагностика (ризик категоричності висновків); надмірне використання МАК (як особливий спосіб підсвітити несвідоме, який дратує); перевантаження техніками без часу на рефлексію. Серед екологічних пасток слід виокремити наступні: порушення меж (гравець має розповісти те, що ще не готовий озвучити); коаліція психолога з одним із членів сім'ї (посилує сімейну поляризацію); ризик ретравматизації (гра може потужно активізувати травматичні спогади); примус до гри (не всі готові «гратись» в роботі з запитом); перетворення гри на змагання (ігровий азарт може посилити проблему в ситуації конкуренції членів сім'ї); ігнорування культурного чи релігійного контексту (гра може по різному сприйматися різними сім'ями / поколіннями); дитина / чоловік / дружина – єдиний носій проблеми (робота вибудовується лише з одним членом сімейної системи як з носієм симптому).

Для того, щоб використання психологічних ігор в роботі з різними сімейними підсистемами було ефективним та екологічним, доцільно дотримуватися низки важливих принципів: добровільності (можна відмовитися на будь-якому ігровому етапі), безпеки (гра не містить загроз), вікової відповідності (відповідає розвитку гравців); конфіденційності (визначено межі); нейтральності (психолог не займає позицію певного члена сім'ї); цілеспрямованості (гра використовується з певною метою, а не для самої форми); недерективності (без нав'язувань «правильних» дій, відповідей, реакцій); гнучкості (враховується стан гравців), системності (увага не на окремого гравця, а на зв'язки між членами сім'ї). Крім того, робота психолога з сім'єю з допомогою ігрових технологій має містити такі важливі етапи: первинний контакт – визначення запиту – оцінка сімейної системи – вибір гри – проведення – спостереження – рефлексія – інтерпретація спільно з клієнтами – формування нового способу взаємодії – перенесення досвіду в реальне життя. Важливо зауважити, що останній етап є ключовим, адже недостатньо провести цікаву гру, важливо з неї «взяти максимум користі», однак, цей етап є ефективним, якщо якісно реалізовано усі попередні.

Отже, ігрові технології – перспективний інструмент сучасного сімейного психолога. Вони не просто урізноманітнюють роботу фахівця, роблять цікавим процес взаємодії, а створюють потужний альтернативний простір для комунікації та самовираження, рефлексії та трансформації гравців без примусу, природньо, мотивуюче, безпечно, що особливо важливо в умовах сьогодення. Психологу слід бути ретельно підготовленим до їхнього використання, доцільно підбирати гру, технологічно та екологічно реалізовувати ігровий процес з дотриманням ігротехнічних принципів. Сильна ігрова технологія в сімейній психології – це не та, яка найбільше розважає членів сім'ї, а та, яка допомагає їм змінити спосіб взаємодії, відповідно до запиту про психологічну допомогу.

Література.

1. Бородулькіна Т. О. Вільна гра у психологічній роботі з дошкільниками. Психологічні студії. 2025. № 2. С. 39-54.
2. Гавриловська К. П., Дем'янчук Ю. Ю. Техніки арт-терапії у сімейному консультуванні. Журнал соціальної та практичної психології. 2024. № 3. С. 69-75. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-2024-3-11>.
3. Марценюк М. О. Теоретичні та практичні аспекти використання гри в сімейній психотерапії. Психологія: теорія і практика. 2019. Вип. 1(3). С. 117-126.
4. Мушкевич М. І. Психотерапевтична техніка «Сімейна скриня» в психологічному супроводі сімей, що мають проблемних дітей. Психологічні перспективи. 2020. Вип. 35. С. 119–134. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2020-35-119-134>.
5. Наумік-Гладка К. Г., Скориніна-Погребна О. В. Трансформаційні ігри та їх роль в практичній психології. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2018. Вип. 3(1). С. 89–94.
6. Стасько О., Манжара С., Воробйова М. Використання трансформаційних ігор у психотерапевтичній практиці. Психологічний журнал. 2026. № 16. С. 138–145. DOI: <https://doi.org/10.31499/2617-2100.16.2026.355959>.
7. Тафінцева С. В., Мотозюк Л. О. Ігрова терапія у психологічній практиці роботи з дитиною: методологічні та організаційні аспекти. Наукові праці МАУП. Психологія. 2022. № 1. DOI: <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.1.11>.

Семенюк Ганна, Ловка Ольга

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ПОДРУЖЖЯ В УМОВАХ ВІЙНИ: ЕМПІРИЧНІ ПРОФІЛИ

Війна в Україні спричинила безпрецедентний тиск на інститут сім'ї, трансформуючи звичні патерни взаємодії та висуваючи нові вимоги до адаптаційних можливостей партнерів. У цьому контексті концепт резильєнтності подружжя виступає ключовим чинником збереження цілісності сімейної системи. Розуміння того, як українські пари долають кризу, зберігають згуртованість та знаходять ресурси для функціонування, є критично важливим для розробки програм психологічної підтримки та супроводу сімей у воєнний та пост воєнний періоди.

Мета дослідження полягає у виявленні та описі рівнів подружньої резильєнтності та особливостей емоційної взаємодії партнерів в умовах воєнного стану на основі дескриптивного аналізу емпіричних даних.

Для реалізації мети було використано авторську анкету, побудовану на моделі сімейної резильєнтності Ф. Волш, що включає 5 субшкाल: згуртованість (збереження родиною емоційних зв'язків навіть у розлуці), гнучкість (перерозподіл ролей (жінка бере на себе економічні функції, чоловік – військову службу), що сприяє адаптації, а не лише є формою функціонування в кризові часи), комунікація (відкритий діалог і підтримка на відстані (через цифрові

засоби), що стають ключовими механізмами збереження близькості), ресурсність (компенсація втрати фізичної присутності партнера різноманітними колами підтримки (родина, громада, волонтери)) та сенсотворення (надання подружжям нового значення кризовим обставинам життя, зокрема, війні як спільному випробуванню, що може зміцнити стосунки). Загалом йдеться про дескриптивний дизайн дослідження. Яке спрямоване на опис прояву сімейної резильєнтності в умовах війни. Математична обробка передбачала проведення відсоткового аналізу.

У дослідженні взяли участь 82 респонденти (окремі особи, що перебувають у шлюбних або тривалих партнерських стосунках). Статевий розподіл (21% чоловіків та 79% жінок) відображає специфіку воєнного часу, зокрема залученість чоловіків до оборони країни. Віковий склад охоплює всі етапи сімейного циклу: від молодих пар (18–24 роки — 10%) до зрілих родин (35–44 роки — 29%) та пар похилого віку.

Вибірка характеризується високим рівнем освіти (60% — вища освіта) та економічною активністю (67% — працюючі). Важливо, що 25% учасників є внутрішньо переміщеними особами, а 44% суб'єктивно оцінюють вплив війни на їхнє сімейне життя як «сильний» або «вкрай потужний».

Наше дослідження проводиться в межах ресурсного підходу до вивчення подружніх взаємин як системи, яка забезпечує мобілізацію та використання різних ресурсів для підтримки стабільності, адаптації та розвитку сім'ї. Науковцями, які обстоювали цей підхід, було розроблено низку теорій. Зокрема, екологічна модель сімейних ресурсів У. Бронфенбренера (1979) пояснює, що ресурси сім'ї формуються на різних рівнях — мікросистеми (подружжя), мезосистеми (родина, робота), та макросистеми (культура, економіка) [1]. При дослідженні подружніх стосунків вона дозволяє врахувати багаторівневий контекст, у якому функціонує подружня діада. Г. МакКаббін та Дж. Паттерсон (1983) обґрунтували модель сімейного стресу та копінг, в якій сімейна адаптація визначається взаємодією між стресорами, ресурсами та копінг-стратегіями і зазначається, що ресурси пом'якшують вплив стресу, а ефективні копінг-стратегії знижують ризик дестабілізації подружжя [3]. Дж. Коулман (1988) розробив теорію соціального капіталу, яка визначає соціальні зв'язки та мережі підтримки у якості ресурсу для стабільності сім'ї. У взаєминах подружжя соціальний капітал проявляється у підтримці родини, друзів, громади, що підсилює стійкість діади [2]. Р. Патнем (2000), продовживши розробку теорії, систематизував поняття соціального капіталу як ресурсу, що підтримує стійкість спільнот і сімей [4].

Нашу увагу привернула теорія Ф. Волша, в якій систематизовано поняття сімейної резильєнтності, а сім'я розглядається як система, що здатна мобілізувати внутрішні та зовнішні ресурси для подолання криз. Теорія пояснює, як стабільність подружньої діади залежить від здатності партнерів використовувати ресурси для адаптації у кризових умовах як-от, війна, міграція, економічні труднощі [5].

Теорія Ф. Волша у нашому дослідженні забезпечить системний і водночас практично орієнтований підхід, який дозволить не лише описати, а й емпірично дослідити, як українські сім'ї адаптуються до умов війни.

Аналіз даних за методом рівних інтервалів (для 7-бальної шкали) дозволив виокремити профілі резильєнтності за моделлю Ф. Волша. Результати дескриптивного аналізу свідчать про домінування високого рівня за такими параметрами:

- комунікація ($M=5,82$) та згуртованість ($M=5,63$), високі показники (80,5% та 73,2% учасників відповідно) вказують на те, що в умовах зовнішньої загрози подружжя мобілізує внутрішні ресурси через активне спілкування та посилення емоційних зв'язків;
- гнучкість ($M=5,63$), високі результати (72,0% учасників) свідчать про здатність пар перерозподіляти сімейні ролі та пристосовуватися до змінних умов безпеки;
- ресурсність ($M=4,62$), показник якої опинився на межі середнього та високого рівнів (48,8% — середній та 40,2% — високий рівні). Нижчий бал порівняно з іншими шкалами може пояснюватися виснаженням матеріальних та психофізіологічних ресурсів через тривалість воєнних дій.

Окремої уваги заслуговує той факт, що незважаючи на вкрай потужний вплив війни (19% вибірки), значна частина опитаних (68,2% високий рівень) зберігає здатність до сенсотворення — бачення спільного майбутнього та надання сенсу поточним випробуванням. Це підтверджує тезу про те, що сімейна система під час війни виступає не лише об'єктом впливу, а й активним суб'єктом опору стресу.

Дескриптивний аналіз показав, що сучасне українське подружжя в умовах війни демонструє специфічний профіль резильєнтності, де внутрішньо сімейна комунікація та емоційна згуртованість виступають домінуючими стратегіями адаптації. Основним дефіцитарним напрямком є зовнішня та внутрішня ресурсність, що потребує уваги з боку практичних психологів. Подальші дослідження будуть спрямовані на вивчення кореляційних зв'язків між тривалістю шлюбу та динамікою резильєнтності в умовах тривалого соціального стресу.

Література.

1. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development. Harvard University Press. 1979.
2. Coleman J.S. Social Capital in the Creation of Human Capital. American Journal of Sociology. 1988. 94 p.
3. McCubbin H.I. Patterson J.M. The Family Stress Process: The Double ABCX Model of Adjustment and Adaptation. 1983.
4. Putnam R.D. Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community. New York: Simon & Schuster. 2000.
5. Walsh F. Family resilience: a dynamic systemic framework. *Family Process*. 2016. Vol. 55. No. 4. P. 616–632.

Слінецька Яна, Кутішенко Валентина

МОДЕЛЬ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ БАТЬКІВ ЩОДО ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОГО ДОБРОБУТУ ДІТЕЙ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

В умовах воєнного стану емоційний добробут дітей дошкільного віку зазнає суттєвих викликів, пов'язаних із хронічним стресом, відчуттям небезпеки та нестабільності. У таких обставинах саме батьки виступають основним джерелом психологічної підтримки дитини, а їхня комунікативна компетентність набуває критичного значення. З метою теоретичного осмислення ефективної взаємодії батьків з дитиною в умовах стресу було розроблено авторську модель комунікативної компетентності батьків у контексті підтримки емоційного добробуту дітей. Методологічним підґрунтям моделі стали положення теорії прихильності (Bowlby's attachment theory), концепції контейнерування емоцій та підходи психоосвіти. У запропонованій моделі комунікативна компетентність розглядається як інтегративне утворення, що включає три взаємопов'язані компоненти: когнітивно-адаптаційний, емпатійно-контейнеруючий та поведінково-стабілізуєчий.

1. Когнітивно-адаптаційний компонент відображає здатність батьків розуміти емоційні стани дитини та адаптувати інформаційний простір відповідно до її вікових особливостей і психоемоційного стану. Його складовими є: – розпізнавання та інтерпретація емоцій дитини; – розуміння причин поведінкових реакцій у стресових ситуаціях; – здатність до «фільтрації» інформації про травматичні події; – формування у дитини базового відчуття безпеки через пояснення подій; – побудова доступних когнітивних схем («що відбувається» і «що ми робимо»).

2. Емпатійно-контейнеруючий компонент пов'язаний зі здатністю батьків витримувати та опрацьовувати емоційні переживання дитини, забезпечуючи їй відчуття прийняття і безпеки. До його складових належать: – емоційна чутливість та здатність до емпатії; – прийняття емоцій дитини без знецінення; – здатність витримувати інтенсивні емоційні реакції (страх, тривогу, плач); – «контейнування» переживань (переробка та повернення дитині в зрозумілій формі); – вербалізація емоцій та підтримуюча комунікація («я бачу, що тобі страшно»).

3. Поведінково-стабілізуєчий компонент відображає практичну реалізацію комунікативної компетентності у вигляді конкретних дій і стратегій підтримки дитини. Його складові включають: – здатність до саморегуляції батьків у стресових ситуаціях; – використання стабілізуючих поведінкових стратегій; – створення передбачуваних алгоритмів дій (зокрема під час повітряної тривоги); – організація безпечного та структурованого середовища для дитини; – застосування тілесних і ігрових технік для зниження тривоги; – підтримка рутин і відновлення відчуття контролю.

Особливістю запропонованої моделі є зміщення акценту з навчального аспекту комунікації на регуляційний — як базовий в умовах хронічного стресу.

Комунікативна компетентність розглядається не лише як система знань і навичок, а як здатність батьків бути «психологічною опорою» для дитини. Практична цінність моделі полягає у можливості її використання як основи для розробки психоосвітніх програм, рекомендацій та довідників для батьків, спрямованих на підтримку емоційного добробуту дітей в умовах кризових ситуацій.

Література.

1. Барко В. І., Остапович В. П., Олешко П. С. Психологія емоційного інтелекту. Київ: Ніка-Центр, 2019.
2. Кононко О. Л. Психологія дошкільника. Київ: Освіта, 2012.
3. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2003.
4. UNICEF. Психосоціальна підтримка дітей в умовах надзвичайних ситуацій. Київ, 2022.
5. World Health Organization. Doing What Matters in Times of Stress: An Illustrated Guide. Geneva, 2020.
6. Daniel Goleman. Emotional Intelligence. New York: Bantam Books, 1995.
7. John Bowlby. Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. New York: Basic Books, 1969.
8. Bruce D. Perry, Maia Szalavitz. The Boy Who Was Raised as a Dog. New York: Basic Books, 2006.

Сичинська Марія, Столярчук Олеся

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ БАТЬКІВ У ВЗАЄМОДІЇ З ДІТЬМИ

Складності розвитку українського суспільства, зокрема умови тривалого стресу, спричиненого воєнним станом, суттєво впливають на функціонування сім'ї як базового соціального інституту. Підвищене психоемоційне навантаження на батьків, переживання тривоги, фрустрації, хронічної напруги та невизначеності створюють ризики порушення емоційної рівноваги дорослих, що безпосередньо відбивається на якості батьківсько-дитячої взаємодії. В умовах зниження адаптаційних ресурсів батьків зростає ймовірність виникнення у них агресивних реакцій у взаємодії з дітьми, що негативно впливає на психічний розвиток дитини й емоційний клімат сім'ї загалом. На тлі тривалої війни в Україні зростає кількість сімей, які стикаються з труднощами в поведінці дітей, у тому числі з агресивними реакціями. Батьківська агресія у відповідь на поведінку дітей часто погіршує проблему замість її вирішення. Обмеженість навичок емоційної регуляції дорослих сприяє циклічному повторенню негативних взаємодій між батьками та дитиною.

З позицій сучасної психології емоційна регуляція розглядається як ключовий механізм самоконтролю. Недостатньо сформовані навички емоційної регуляції у батьків можуть зумовлювати їхню імпульсивність, дратівливість, підвищену конфліктність і використання агресивних форм реагування у відповідь на поведінкові труднощі дитини. Водночас розвиток здатності до емоційної

регуляції постає провідним ресурсом профілактики агресії батьків, сприяє формуванню безпечного, підтримувального середовища для розвитку дитини та збереженню психологічного добробуту всієї сім'ї. Особливої актуальності проблема набуває в умовах хронічного стресу, коли батьки можуть одночасно переживати кілька криз, як-от: втрати безпеки, особистісну, сімейну, професійну. Таке поєднання кризових факторів підвищує емоційне виснаження батьків, знижує їхню толерантність до фрустрації й ускладнює контроль над агресивними імпульсами у взаємодії з дітьми. У цьому контексті емоційна регуляція постає як системоутворювальний чинник, що дозволяє батькам зберігати здатність до рефлексії, емпатії та відповідального батьківства навіть за несприятливих зовнішніх умов.

Ми тлумачимо емоційну регуляцію батьків як здатність усвідомлювати, контролювати та конструктивно виражати ними власні емоції та почуття, що особливо важливо під час взаємодії з дитиною. Вона відіграє ключову роль у формуванні безпечних стосунків і здорового емоційного розвитку дитини. Можна виокремити ряд ключових функцій емоційної регуляції батьків для успішної взаємодії з дитиною. Так, *стабілізаційна* функція проявляється у тому, що батьківська здатність контролювати власні емоції створює для дитини почуття стабільності та безпеки. Коли дорослий зберігає спокій навіть у складних ситуаціях (наприклад, під час істерики чи конфлікту), дитина отримує сигнал, що ситуація контрольована, і її потреби будуть почуті та взяті до уваги батьками. У баченні вітчизняних дослідниць О.В. Матласевич, В.О. Корнійчук, одним із центральних компонентів комунікативної культури батьків є їхня емоційна регуляція, яка фактично виконує роль «внутрішнього механізму», що забезпечує якість, безпечність і конструктивність взаємодії з дитиною. Без розвиненої емоційної регуляції зростає частота неконтрольованих реакцій (криків, сарказму, покарань), порушується здатність чути дитину. Натомість, регульований дорослий здатен витримувати дитячі емоції, не реагувати «дзеркально» на страх, лють чи тривогу, що створює безпечну рамку для здорової емоційної сепарації, в якій дитина відчувається прийнятою і може вчитися автономії [2, с. 37].

Зважаючи на те, що зазвичай саме батьки постають для дитини первинними об'єктами для наслідування, доречно визначити *моделювальну* функцію у межах їхньої взаємодії, позаяк діти навчаються регулювати емоції через спостереження за поведінкою дорослих. Коли батьки демонструють конструктивні способи вираження гніву, розчарування або агресії, дитина засвоює ці моделі й поступово формує власні навички саморегуляції. Як слушно наголошує А.Н. Гірняк, ще з раннього дитинства у дитини формується здатність до емоційної регуляції під впливом взаємодії з батьками та іншими значущими дорослими. Цей первинний досвід емоційної регуляції має велике значення для подальшого розвитку дитини, оскільки впливає на її поведінку, адаптивний потенціал і ментальне здоров'я [1].

Підтримувальна функція емоційної регуляції батьків проявляється у тому, що вона дозволяє батькам ініціювати й зберігати відкриту, емпатійну комунікацію з дитиною. Контроль дорослим власних імпульсивних реакцій, як-то крик, агресія, сарказм, допомагає висловлювати думки та почуття зрозуміло, з повагою до

дитини, що сприяє довірі у стосунках. Водночас, батьки можуть «контейнерувати» сильні емоції дитини тобто приймати їх, називати та допомагати дитині зрозуміти, що вона переживає. Це зменшує емоційне напруження та допомагає дитині поступово навчитися самостійно справлятися зі своїми переживаннями, відтак розвивається її емоційний інтелект. Значущість впливу батьків для формування емоційного інтелекту дитини підкреслюють Є.С. Панченко та Л. Левчишина, наголошуючи, що роль матері та батька полягає у створенні сприятливого емоційного середовища, в якому їхня дитина відчуває себе в безпеці, прийнятою та в любові... Позитивний емоційний контакт з батьками допомагає дітям розвивати емпатію, співчуття та здатність розуміти почуття інших [3, с. 233].

Вагому роль відіграє емоційна регуляція батьків при взаємодії з дітьми у межах реалізації регуляційно-виховної функції. Коли батьки контролюють свої емоції, вони здатні встановлювати послідовні правила і межі без надмірної жорсткості чи покарання. Це допомагає дитині зрозуміти наслідки поведінки та формує внутрішню дисципліну та, в свою чергу, сприяє пом'якшенню чи уникненню батьківського стресу через порушення правил поведінки дитиною. Підтвердженням цього є дослідження S. Kahraman, в якому виявлено, що якість комунікації між батьками і дітьми опосередковує взаємну кореляцію між обізнаністю батьків щодо поведінки дитини та рівнем батьківського стресу [5].

Емоційна регуляція батьків реалізує також *профілактичну* функцію у їхній взаємодії з дітьми, оскільки знижує ризик конфліктів, психологічного тиску або емоційного відчуження в сім'ї, що сприяє більш гармонійному психологічному клімату сім'ї та запобігає розвитку тривожності чи агресивності у дітей. При вивченні Т. Шматко чинників розвитку життєстійкості дітей було підтверджено вирішальну роль копінг-поведінки їхніх батьків. Встановлено, що практикування батьками проблемно-орієнтованих долаючих стратегій (наприклад, активне вирішення проблем, емоційна підтримка), може запозичуватись їхніми дітьми. Водночас, використання батьками емоційно-реактивних копінг-стратегій (приміром, уникання, агресія), може сформувати у дітей менш ефективні способи подолання стресу [4].

Таким чином, емоційна регуляція батьків у взаємодії з дитиною має багатогранний характер, уособлюючись у стабілізаційній, моделювальній, підтримувальній, регуляційно-виховній і профілактичній функціях. Здатність батьків свідомо й ефективно регулювати свої емоційні прояви створює підґрунтя для конструктивної сімейної взаємодії, формування безпечної прив'язаності дитини та розвитку її емоційного інтелекту.

Література.

1. Гірняк А.Н. Передумови формування гармонійної міжособистісної взаємодії в молодій сім'ї. *Україна в умовах реформування правової системи: сучасні реалії та міжнародний досвід*: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції, м. Тернопіль, 5–6 квітня 2019 р. Тернопіль : Економічна думка. 2019. Т. 2. С. 133–136.

2. Матласевич О. В., Корнійчук В. О. Роль комунікативної культури у дитячобатьківській взаємодії та емоційній сепарації молодших школярів. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія» : серія «Психологія»*. Острог : Вид-во НаУОА, 2025. № 19. С. 34–41.
3. Панченко Є.В., Левчишина Л. Роль батьків у формуванні емоційного інтелекту у дітей раннього та дошкільного віку. *Future of science: innovations and perspectives*: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції, м. Стокгольм, Швеція, 23-25 лютого 2025 р. С. 230–235.
4. Шматко Т. Копінг-поведінка та її вплив на психічний розвиток дітей. *Вісник психології*. 2014. № 5. С. 87–93.
5. Süleyman Kahraman. Mediating Role of Parent-Child Communication Between Parents' Awareness of Their Children's Technology Use and Parenting Stress. *Psychological Reports*. 2025. Jul. <https://doi.org/10.1177/00332941251358214>

Таранченко Оксана

ТРАНСДИСЦИПЛІНАРНІСТЬ У СТРАТЕГІЯХ ПІДТРИМКИ РОДИН І ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ В УКРАЇНСЬКИХ РЕАЛІЯХ

Підтримка родин, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, наразі набула стратегічного значення, стала міжсекторальним завданням, що охоплює освіту, охорону здоров'я, психосоціальну допомогу, логістику переміщення населення та відновлення громад по всій країні. Сучасний контекст життя у війні суттєво змінив характер потреб українських родин, які виховують дітей з ООП. Якщо кілька років тому переважно домінували запити на корекційно-педагогічні чи консультативні послуги, то нині пріоритетними стали питання збереження безперервності допомоги в умовах війни, внутрішнього переміщення, економічної нестабільності, кадрового дефіциту фахівців, фрагментації сервісів тощо. Для багатьох сімей проблемою стала не відсутність окремих послуг, а складність доступу до них, неузгодженість між інституціями та необхідність самостійно координувати численні маршрути підтримки. Зважаючи на це підтримку таких родин доцільно розглядати як систему взаємопов'язаних векторів, діяльність у межах яких має забезпечувати функціональну стабільність сім'ї та якісний розвиток дитини з ООП. Окреслимо кілька з них без надмірної деталізації.

Перший вектор – *координація та навігація в системі послуг*. Українські дослідження засвідчують, що саме міжсекторальна взаємодія знижує ризик «випадіння» сім'ї із системи підтримки та скорочує час доступу до послуг [1]. Водночас, практика свідчить, що за відсутності координатора сім'я витрачає ресурси на повторні звернення, дублювання документів, очікування черг, пошук неформальних рішень та ін. Для родини дитини з ООП критично важливо мати логічно вибудований сталий алгоритм дій: заклад освіти, Інклюзивно-ресурсний центр, медичний супровід, соціальна підтримка, психологічна допомога,

реабілітаційні сервіси тощо. Ефективною може бути модель, у якій функцію маршрутизації бере на себе команда супроводу або відповідальний фахівець громади.

Другий вектор – *гнучка освітня траєкторія дитини*. Воєнний період засвідчив, що жорстко стандартизована модель відвідування закладу освіти наразі не в змозі враховувати всі реальні обставини та умови життя багатьох дітей з ООП. Для більшості таких учнів оптимальними стали комбіновані формати: поєднання очного, дистанційного та індивідуалізованого навчання, варіативний темп залучення, адаптація режиму навантаження та інші комбінації. Така гнучкість забезпечує доступність до самого процесу навчання. За даними Міністерство освіти і науки України, у 2023–2025 рр. саме змішані формати стали ключовим інструментом збереження доступу до освіти для дітей з особливими освітніми потребами в регіонах із нестабільною безпековою ситуацією [2].

Третій вектор – *ресурсність батьків (як ключова умова ефективності будь-якого втручання)*. В українських реаліях сім'ї часто опиняються в обставинах ускладнення догляду за дитиною з ООП, відповідальності за освітній супровід, втрати доходів, переїздів, тривалого перебування у стресі, трагічних втрат та ін. Дослідження UNICEF в Україні фіксують зростання тривожності, емоційного виснаження та симптомів стресу серед батьків дітей, які постраждали від війни, а найбільш уразливими є сім'ї, де виховуються діти з інвалідністю або складними порушеннями розвитку [3]. За таких обставин батьківське виснаження безпосередньо впливає на сталість режиму, дотримання рекомендацій фахівців, на клімат у родині, емоційний стан дитини. Втім, родина не повинна розглядатися як «проблемний отримувач допомоги». Адже, саме вона часто демонструє і високий рівень самоорганізації, і адаптивності, і готовності до навчання нових стратегій підтримки своєї дитини. Завдання фахівців полягає у виявленні та посиленні цих ресурсів. Тому кризові гарячі лінії, психологічна підтримка батьків, системне консультування, групи взаємодопомоги, навчання навичок саморегуляції та кризового реагування мають інтегруватися в систему супроводу нарівні з послугами для їхньої дитини.

Четвертий вектор можна означити як *партнерську взаємодію сім'ї та закладу освіти*. UNICEF наголошує, що в кризових ситуаціях діти з ООП мають вищий ризик виключення з освітніх і гуманітарних послуг. Очевидно, що коли заклад освіти лише інформує батьків про труднощі або очікує від них компенсації прогалин – ефективність розвитку та якість навчання дитини з ООП малоімовірні. Безумовно значно продуктивнішими є спільне планування цілей розвитку, узгодження поведінкових стратегій удома і в закладі освіти, регулярний обмін спостереженнями щодо динаміки навчання, участь родини в перегляді індивідуальної програми розвитку тощо. У кризових умовах саме така взаємодія забезпечує сталість вимог і передбачуваність середовища для дитини. Для українських закладів освіти наразі це особливо важливо (в умовах змішаного та дистанційного навчання, коли частина освітніх функцій переноситься у контур сімейного середовища).

П'ятий вектор – *безперервність послуг під час переміщення сім'ї*. Внутрішня та зовнішня міграція українських родин актуалізувала проблему втрати накопичених результатів супроводу. Повторне проходження оцінювання, відсутність доступу до попередніх висновків, розрив корекційно-розвиткових маршрутів та заходів, тривала адаптація до нової громади часто призводять до регресу навичок у дитини з ООП. Тому критичного значення набуває цифрове збереження документації: висновків ІРЦ, індивідуальної програми розвитку, рекомендацій логопеда, психолога, реабілітолога, медичних призначень іншої документації фахівців. Це скорочує період повторного «входження» в систему підтримки та мінімізує інституційні бар'єри.

Шостий вектор – *медико-координаційний супровід у закладі освіти*. Для частини дітей з ООП актуальними стають/залишаються прийом медикаментів, спеціальне харчування, моніторинг стану, обмеження фізичного навантаження чи потреба в екстрених алгоритмах реагування. За відсутності чітких внутрішніх процедур заклади освіти часто уникають відповідальності або переводять дитину на індивідуальну форму навчання. Натомість дієвими можуть стати локальні «протоколи взаємодії»: визначення відповідальних осіб в закладі освіти, письмова згода батьків (щодо прийому ліків), алгоритми взаємодії з лікарем, журнал спостережень у закладі освіти, правила конфіденційності та безпеки тощо.

Означені вище вектори вочевидь не вичерпують багатогранність проблеми трансдисциплінарності в організації підтримки та супроводу дітей з ООП та їхніх родин. Політика щодо дітей з ООП має змістити акцент із підтримки окремої дитини на підтримку всієї родини як базової екосистеми її розвитку. Акцентуємо, що така підтримка має будуватися навколо життєвої траєкторії сім'ї, з відповідним добром послуг різних фахівців. Її ефективність в умовах війни та соціальної нестабільності забезпечують: міжвідомча координація, гнучкість освітніх рішень, ресурсність батьків, партнерство із закладом освіти, мобільність сервісів, безперервність супроводу тощо. Повоєнне відновлення України має передбачати не реконструкцію втраченої інфраструктури, а створення доступної мережі сімейноцентричних сервісів: раннього втручання, психосоціальної допомоги, мобільного міжвідомчого супроводу та цифрових сервісів координації допомоги. Саме такий підхід може забезпечити дитині з ООП реальні умови для розвитку, участі та майбутньої самостійності.

Література.

1. Бондаренко І. О. Міжвідомча взаємодія у системі підтримки сімей, які виховують дітей з інвалідністю. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2023. №2. С. 41–49.
2. Міністерство освіти і науки України. Аналітичні матеріали щодо організації інклюзивного навчання в умовах воєнного стану. Київ, 2024.
3. UNICEF Ukraine. Disability-inclusive humanitarian action in Ukraine. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/>

Хоростківська Квітослава, Мартинюк Ірина

СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ПРАЦЕВЛАШТУВАННЯ МОЛОДІ З РІЗНИМ СІМЕЙНИМ СТАТУСОМ

У житті сучасної дорослої людини вагоме місце посідає її професійна діяльність, яка дає змогу забезпечувати себе матеріально, а також розвивати свої здібності, інтелект, набувати соціальних контактів, наповнювати своє життя сенсами. Традиційно, у нашій країні перехід людини до професійної діяльності відбувається після опанування нею певної спеціальності. Однак в останні роки все частішими є випадки працевлаштування молоді ще до завершення здобуття вищої чи передвищої освіти, що має свої передумови та накладає відбиток на формування особистості та якості її навчання.

З метою з'ясування особливостей ставлення молоді до власного працевлаштування нами було проведено дослідження. Вивчались: досвід молоді в самостійному зароблянні коштів, мрії та очікування щодо самостійного заробляння коштів, ставлення до започаткування власної справи, готовність до працевлаштування. Як один із чинників ставлення молоді до власного працевлаштування у нашому дослідженні розглядався сімейний статус: 1) належність до батьківської сім'ї, 2) наявність власної сім'ї, 3) самотність (відсутність рідних), 4) сепарованість від батьківської сім'ї.

Дослідження проводилось протягом 2025-2026 року. Досліджувані – студентська молодь віком 18–23 роки, загальною кількістю 40 осіб, із них 20 осіб чоловічої статі, 20 – жіночої. Дослідження проводилось за авторською анкетой у google-form. Участь у дослідженні була добровільною. Склад вибірки за сімейним статусом мав таку представленість: 55% осіб із приналежністю до батьківської сім'ї, 15% одружених осіб, 7% самотніх осіб, 23% осіб сепарованих від батьківської сім'ї. Аналіз результатів опитування проводився за такими параметрами:

- досвід у самостійному зароблянні коштів,
- домінуючий мотив самостійному зароблянні коштів,
- уявлення про доцільність поєднання навчання з роботою,
- мрії та очікування щодо самостійного заробляння коштів,
- ставлення до започаткування власної справи,
- готовність до працевлаштування,
- розуміння своїх здібностей для отримання переваг під час працевлаштування,
- дії респондентів у випадку відсутності морального задоволення на роботі з високим фінансовим доходом.

У результаті було з'ясовано, що досвід у самостійному зароблянні коштів наявний у 56% респондентів, приналежних до батьківської сім'ї (перша група), у 100% респондентів, котрі мають власну сім'ю (друга група), 71% самотніх осіб (третя група) та у 78% осіб, сепарованих від батьків (четверта група). Домінуючий мотив самостійному зароблянні коштів у першій групі – забезпечення комфорту, досягнення цілей; у другій групі – забезпечення комфорту, досягнення цілей,

мотив компенсація нестачі коштів; у третьої групи – компенсація нестачі коштів; у четвертої групи – відчуття себе незалежним. Уявлення про доцільність поєднання навчання з роботою наявне у 13% осіб першої групи та у 100% усіх інших груп. Бажання самостійно заробляти кошти наявне у 100% представників першої, третьої та четвертої груп і в 67% другої групи. Позитивно ставляться до започаткування власної справи усі 100% представників першої, другої та четвертої груп і 33% третьої групи. Домінуючий спосіб пошуку роботи відрізняється в межах виокремлених груп: у першій – через знайомих, у другій – через розміщення власного резюме в інтернеті, у третій – через сайти з вакансіями, у четвертій – через сайт з вакансіями. Були виявлені відмінності в ставленні респондентів із різним сімейним статусом до своїх здібностей як переваг під час працевлаштування. Зокрема, знають і розуміють свої сильні сторони 50% респондентів першої групи, 100% респондентів другої групи, 30% респондентів третьої групи і 60% респондентів четвертої групи. У випадку відсутності морального задоволення на роботі з високим фінансовим доходом респонденти першої групи більш схильні шукати іншу роботу, респонденти другої та четвертої груп вагатимуться в прийнятті рішення щодо зміни роботи, респонденти третьої групи обирають залишитись на цій роботі.

Узагальнення отриманих даних у межах виокремлених груп засвідчує:

1. Студентська молодь, котра відчуває себе ще приналежною до батьківської сім'ї, відрізняється від інших, виокремлених нами груп молоді, нижчою частотою самостійного заробляння коштів під час здобуття вищої освіти, уявленням про недоцільність поєднання навчання в закладі вищої освіти з роботою, домінуючим мотивом самостійного заробляння коштів (для досягнення комфорту, власних цілей), наданням переваги способу пошуку роботи через знайомих, вибором зміни місця роботи у випадку відсутності морального задоволення від її виконання.

2. Студентська молодь, котра уже створила власну сім'ю, відрізняється від інших, виокремлених нами груп молоді, найбільшою частотою самостійного заробляння коштів, домінуючими мотивами самостійного заробляння коштів (забезпечення комфорту, досягнення цілей та "компенсація" нестачі коштів), найнижчою частотою бажання самостійно заробляти кошти, наданням переваги способу пошуку роботи через розміщення власного резюме в інтернеті, ваганням у виборі способу дій у випадку, коли добре оплачувана робота не приносить морального задоволення.

3. Студентська молодь, у якої немає сім'ї (рідні), у здебільшого керується мотивом компенсація нестачі коштів, коли вдається до самостійного заробляння коштів, відрізняється нижчою частотою позитивного ставлення до започаткування власної справи, яка б приносила дохід, найнижчою частотою розуміння власних здібностей для отримання переваг під час працевлаштування, а також наданням переваги вибору залишитись на роботі, яка добре оплачується, але не приносить морального задоволення.

4. Студентська молодь, яка уже не відчуває своєї приналежності до батьківської сім'ї, однак ще не створила власної сім'ї (тобто, це студенти, які

проживають окремо від батьків), вирізняється від інших, виокремлених нами груп, мотивом самостійного заробляння коштів – "відчути себе незалежним".

Отримані нами результати дозволяють сформулювати такі попередні висновки: відчуття приналежності до батьківської сім'ї дає можливість відкласти самостійне заробляння коштів на час завершення навчання в закладі вищої освіти, орієнтуватись на зароблені кошти як можливість досягнення власних цілей, мати можливість знайти роботу через безпосередні контакти, обирати місце роботи не лише для фінансового забезпечення, а й морального задоволення. Наявність власної сім'ї зумовлює необхідність самостійного заробляння коштів задля забезпечення комфорту, досягнення цілей та компенсації нестачі коштів, зниження бажання самостійно заробляти кошти (причиною чого може бути надія на партнера), появу нового вподобання щодо способу пошуку роботи через розміщення власного резюме в інтернеті (що може свідчити про більшу готовність до презентування себе як працівника/фахівця), вагання у прийнятті рішення щодо зміни роботи, якщо добре оплачувана робота не приносить морального задоволення. Наявність батьківської сім'ї / рідних ймовірно забезпечує молодій людині краще розуміння власних сильних сторін під час працевлаштування, більшу віру в свою спроможність до започаткування власної справи, яка приносила б дохід, а також більшу готовність до зміни місця роботи у випадку, якщо вона не приносить морального задоволення. Період емансипації від батьківської сім'ї супроводжується мотивом "відчути себе незалежним", який впливає на вибір самостійного заробляння коштів під час навчання та виникнення труднощів у прийнятті рішення про зміну роботи, якщо вона не приносить морального задоволення (що може мати негативні наслідки для ментального здоров'я особистості).

Отримані дані можуть слугувати відправною точкою для подальших наукових досліджень ролі сім'ї в професійному становленні й виборі вектору працевлаштування молоді, проведених на більших репрезентативних вибірках із ретельним математико-статистичним аналізом даних.

Література.

1. Сім'я та сімейні відносини в Україні: сучасний стан і тенденції розвитку. – К.: ТОВ «Основа-Принт», 2009. – 248 с.
2. Столярчук О.А. Родинні настанови студентської молоді //International scientific professional periodical journal «The unity of science». – 2015. – (V. 2). – P. 106-109.

Фесик Світлана, Фесик Сергій

ПРОГРАМА ВОЗЗ'ЄДНАННЯ РОДИН ПІСЛЯ ПОВЕРНЕННЯ ВІЙСЬКОВИХ ДОДОМУ «ГОТОВІ ДО ЗУСТРІЧІ»

Війна в Україні охопила все суспільство, мобілізуючи його ресурси та залучивши до участі як добровольців, так і осіб, призваних за мобілізацією. Водночас вона стала потужним чинником, що посилює внутрішньосімейні

конфлікти. Це зумовлено низкою взаємопов'язаних обставин: різними політичними поглядами членів родини, високим рівнем стресу, а також трансформацією психологічної близькості між ними. Такі зміни призводять до зростання емоційної напруги, ускладнення комунікації та можуть завершуватися розривом стосунків [1].

У контексті тривалого воєнного стресу особливо вразливими є військовослужбовці, які перебувають у зонах бойових дій. Повернення військових до цивільного життя є очікуваною та радісною подією, проте водночас - серйозним випробуванням для них та їхніх родин. Зміни у соціальному та психологічному середовищі, що відбуваються з 2014 року, створюють нові виклики для процесу реадaptaції військовослужбовців та їхніх близьких.

Високий рівень психічного навантаження, зумовлений бойовим стресом, постійною загрозою життю та екстремальними умовами, підвищує ризик розвитку посттравматичного стресового розладу. 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 та відчуття безпорадності формують посттравматичну симптоматику, що ускладнює подальшу сімейну взаємодію [2].

За результатами дослідження, 60% населення України вважають себе загалом поінформованими щодо проблем ветеранів, проте лише 21% респондентів оцінюють свій рівень поінформованості як добрий. Водночас більшість ветеранів та ветеранок (58%) переконані, що суспільство недостатньо обізнане про їхні потреби та виклики у цивільному житті; лише 37% оцінюють рівень поінформованості як добрий або скоріше достатній [3]. Ці дані вказують на наявність суттєвого інформаційного розриву між ветеранами та громадянами, що ускладнює процес їхньої реінтеграції у мирне життя.

У зв'язку з цим була розроблена авторська програма «Готові до зустрічі», яка має на меті сприяти ефективному возз'єднанню родин після повернення військових додому. Основними завданнями програми є:

- подолання інформаційного розриву між ветеранами та суспільством;
- підтримка родин як базового осередку соціальної інтеграції;
- формування навичок прийняття та взаємної підтримки у сім'ях військових.

Програма включає освітні модулі, спрямовані на: розуміння того, як цивільні та військові переживають події війни; ознайомлення з типовими реакціями на стрес і ПТСР; опрацювання досвіду втрат та збереження ментального здоров'я; подолання ізоляції ветеранів і створення безпечного середовища для спілкування.

Формати роботи передбачають інтерактивні заняття, практичні вправи, групову взаємодію та підтримку фахівців із досвідом роботи з ветеранами. Подальший розвиток програми передбачає: створення окремого навчального

курсу для підготовки тренерів; поширення програми у громадах України; формування системної моделі підтримки ветеранів та їхніх родин.

Програма «Готові до зустрічі» є важливим кроком до «одужання» суспільства від наслідків війни. Її реалізація сприятиме інтеграції ветеранів у цивільне життя та зміцненню соціальної єдності, забезпечуючи гармонійне поєднання індивідуальної та колективної підтримки.

Література.

1. Губеладзе І. Г. Родина в умовах війни: проблеми та перспективи єднання // Сімейна політика в Україні: проблеми і перспективи розвитку: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. / ред. І. Г. Губеладзе та ін. – Київ, 2018. – С. 33–37. <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2020/06/4.4.018-konf.pdf#page=33>
2. Hogencamp V. E., Figley C. R. War: Bringing the battle home // Coping with catastrophe / Eds. V. E. Hogencamp, C. R. Figley. – New York: Brunner/Mazel, 1983. – P. 148–165.
3. Портрет ветерана 2025 [Електронний ресурс]. – Київ: Veteran Fund, 2025. - Режим доступу: <https://veteranfund.com.ua/wp-content/uploads/2025/12/Portret-veterana-2025.pdf> (дата звернення: 21.05.2026).

Чебанюк Олена

РІЗДВО В СІМЕЙНІЙ КУЛЬТУРІ УКРАЇНЦІВ

(на основі матеріалів експедицій до Миколаївської та Одеської областей).

Різдво відноситься до найбільш шанованих християнських свят. Для розвитку сучасної цивілізації народження Ісуса Христа стало однією з найвизначніших подій в історії людства. Хто б не були сучасні люди за релігійними поглядами (атеїсти, креаціоністи, мусульмани, будисти тощо), ми всі сьогодні живемо в 2026 році від Різдва Христового. В історичній хронології Різдво Ісуса Христа є точкою відліку (рік до Р.Х. або нової ери). В Україні Різдво святкується не тільки як церковне, але й як велике сімейне свято. Матеріалом дослідження є власні експедиційні записи автора 2017-2021 рр. до північно-західних районів Причорномор'я, а саме, до Одеської та Миколаївської областей, а також записи кореспондентів Етнографічної комісії ВУАН 1920-1930років на сході сучасної Кіровоградщини.

За матеріалами експедицій на теренах Причорномор'я жодний інший календарно-святковий цикл, окрім різдвяного, не має такої розгорнутої обрядовості й різноманіття ритуальних дій, вірувань, прикмет і ворожінь про майбутнє. Тут Різдво, як і в інших регіонах України, є сімейним святом, проте має свої особливості. По сьогодні зберігається припис: вся сім'я має зібратися за різдвяним столом на Святий вечір. На це свято, як і на Проводи, до батьківської хати їдуть із усіх куточків країни. За столом згадують відсутніх родичів, подорожніх, усіх тих, хто не має можливості сісти із родиною за святвечірній стіл. Вважають, того хто не зміг приїхати на Різдво, протягом року чекають важкі випробування. На Святвечір обов'язково поминають померлих родичів. За

народними віруваннями, цього вечора на свята до хати навідуються душі померлих предків і невидимими перебувають серед живих протягом усіх свят. Для них запалюють свічку і ставлять її на підвіконні. Вірять, що її живий вогонь вказує душам померлих предків дорогу до їхньої родини, а побачити їх можуть тільки найстарші в сім'ї люди та невинні діти. Мертвих обов'язково треба пригостити. Для них ложку куті з кожної страви відкладають на тарілку, в кухлик наливають узвар (інколи – води, вина), зверху накривають хлібом або книшем. «Коли починають вечерати на Святий вечір, то наливають в чарку води і ставлять на південному вікні. Також ріжуть стільки цюлушок з хліба, скільки є вікон в хаті і кладуть на вікна. Це значить, що господар дає жертву хлібом і солею своїм померлим дітям, батькам та родичам» - писав на початку XX сторіччя дослідник степової України Іван Бессараба. В с. Байтали на ніч ставили «миску куті й стакан води на горіщі домовому, щоб не шкодив хаті й двору». Домовик і сьогодні вважається домашнім духом, хазяїном і захисником господи, йому залишають їжу, солодке на столі: «Хай собі живе і охороняє» (с. Каїри). На думку дослідників слов'янської міфології, домовик як охоронець дому пов'язаний із першопредком роду, його вшановували, як і померлих родичів, на великі свята. Отже, до найближчого сімейного кола, яке збирається на Різдво, обов'язково відносять не тільки живих членів родини, а й померлих родичів, а також душі тих предків, імена яких вже не пам'ятають.

Своєрідність різдвяних святкувань на півдні України полягає також у тому, що до широкого сімейного кола тут зараховують тих, із ким не мають кровної спорідненості. До кінця XX сторіччя до сімейного кола зараховували побратимів і посестр. Церковний ритуал побратимства останній раз був зафіксований у 1801 році в церковній книзі села Протопопівка (нині Одеської області, Біляївський район). На Одещині, Миколаївщині, Кіровоградщині побратимство і посестринство фіксувалося етнографами ще у 1980-тих роках. Після обміну іконами, рушниками, одягом названі брати та сестри вважалися рідними, брали участь у сімейному й господарському житті нової сім'ї, в тому числі спільних святкуваннях. До сімейного кола також зараховуються куми, хрещені, весільні нанашки. У північно-західній частині Причорномор'я розповсюджений звичай розносити вечерю не після, а до того, як сім'я сяде за святковий стіл. Як правило, роблять це з обіду, коли приготовлені страви вже виставлені на святково накритий стіл. В с. Роксоляни Овідіопольського району на Одещині дорослі розносять вечерю кумам і старшим родичам. На Анан'ївщині діти й дорослі колись носили вечерю й бабі-бранці, яка під час пологів приймала дитину і «в'язала їй пуп». Робили це з настанням сутінок, перед тим, як має з'явитися перша зірка. На Любашівщині, Кодимщині та Балтщині перед святвечірньою трапезою обов'язково несуть «вечерю за мерших» або «вечеру за помин душі». «Чоловіки за чоловіка, за жінку – жінка. За батька, чоловіка чи за брата відносять чоловікові, за матір, сестру, за бабу, за прабабу – жінці» (с. Бокове). У тарілку насипають куті, кладуть вареники, «кладеш гостинця, що можеш, і калачі. Свічечка обов'язково засвітується. І несем за чоловіка, за тата чи за брата – чоловічі, якщо за бабу, за маму, за прабабу – жіночі» (с. Ясеново-2). Того, кому щорокуносять вечерю «за

померлого», вибирають серед тих, хто дружив чи добре знав покійного, або «хто до церкви ходить» (села Гвоздавка, Ясеново-2). На Кодимщині обирають когось із далекої рідні або знайомих. «Носили вечерю за покійних тому, кому я ікону давала, коли помирав хтось із родичів. Я за своїх рідних, а чоловік уже за своїх батьків носить. Кожен рік носять одній і тій самій людині, якій давали ікону, тому що я його вибрала за померлого брата, рідним вже вважається і подарувала йому повністю весь костюм від сорочки до носків». За покійних (за батька, матір, брата) носять поману – як калач або два калача (села Писарівка, Івашків). Перед Святвечором у північно-західних районах Причорномор'я діти обов'язково відносять вечерю хрестильним нанашкам. Нанашка бере калач, кладе свій і обдаровує дітей грошима і ритуальною випічкою. Нанащці також дарують подарунок. В селі Шершенці з обіду старші носять за померлих, а діти йдуть до нанашків, а також до рідних (тітки, дядька), які дають їм гостинці.

Наступного дня, на Різдво діти й дорослі розносять «вечерю» тим, кому не встигли це зробити напередодні. На Кодимщині одружені пари традиційно відвідують тих, хто був за вінчальних нанашок, а також фінів. «Від чоловічої родини там може бути братова жінка, сестра, а він був нанашко нашим – такий обичай. Куми до кумів, нанашки, фіни – самі близькі считались. Нанашки – це ті, хто йде з молодими до церкви, а вони вже нанашкам – фіни. Всі собиралися до родини» (село Писарівка). На Любашівщині першого різдвяного дня збиралася вся рідня до старшого в родині. «Чомусь так було прийнято, до нього всі менші сестри зверталися на “Ви”. Несли з собою не тільки калачі, а й несли з собою і їжу, і приготування, бо, гостина велика й довго сиділи» (хутір Дмитрівський, Одещина). На другий і третій день часто їздили в інші села на відвідини рідних і знайомих.

Звичай носити вечерю на Різдво має прадавнє коріння і сягає часів культів роду й традицій взаємовшанування некровного родства. Обмін ритуальною їжею в традиційному суспільстві був універсальним механізмом регулювання стосунків між людьми, засобом укріплення сімейно-родових зв'язків і підтвердженням соціальної ролі й статусу людини. На Південно-Західному Причорномор'ї до сімейного кола зараховують і кровних родичів живих і мертвих, а також тих, кого вибирають за «мертвих батьків», побратимів і посестр, кумів (нанашків) й весільних свідків. На Різдво, яке осмислюється як початок нового річного періоду, сімейні зв'язки поновлюються й підтверджуються в статусі шляхом спільної трапези, обміном ритуальною їжею і подарунками.

Література.

1. Бессараба И. Материалы по этнографии Херсонской губернии. – 1916, с. 341.
2. Сироткин В. Побратимство і кумівство // Українці: історико-етнографічна монографія у двох книгах. Книга 1, с. 365-370.
3. Зап. 25. І. 1928 р. Пономарчук Й. І. в с. Байтали, нині Ананьївської міської громади Подільського району Одеської області. – Архівні наукові фонди рукописів та фонозаписів Інституту мистетвознавства, фольклористики та етнології НАН України, ф. 1-7, од. зб. 782, арк. 11.

4. Зап. 28. 1. 1929 р. Самарін С. І., в с. Роксоляни Овідіопольського району Одеської обл. – Архівні наукові фонди рукописів та фонозаписів Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології НАН України, ф. 1-7, од. зб. 782, арк. 25.

Ченіга Злата, Клішевич Наталія

ТІЛЕСНО-ОРІЄНТОВАНА ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ ПРОЯВІВ У ЖІНОК, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ НАСИЛЛЯ

Сучасні умови соціальної нестабільності, зокрема збільшення кількості випадків насильства та травматичних подій, актуалізують необхідність удосконалення підходів до надання психологічної допомоги жінкам, які пережили сексуальне насильство. У цьому контексті психотравма розглядається як багаторівневе явище, що охоплює психоемоційні, нейрофізіологічні, соматичні та поведінкові компоненти. Відповідно, традиційні вербально орієнтовані підходи не завжди забезпечують повноцінне опрацювання травматичного досвіду, що зумовлює доцільність застосування тілесно-орієнтованої терапії. Тілесно-орієнтована терапія ґрунтується на положенні про єдність психічних і тілесних процесів і передбачає використання інтервенцій, спрямованих на усвідомлення тілесних відчуттів, регуляцію дихання, оптимізацію м'язового тону та відновлення сенсорної чутливості. Її метою є інтеграція травматичного досвіду та відновлення цілісності функціонування особистості. Суттєвий внесок у дослідження тілесно-орієнтованих підходів здійснено в межах сучасної психотерапії травми. У працях вітчизняних і зарубіжних дослідників, зокрема Б. ван дер Колка, П. Левіна, Л. Хеллера, Дж. Герман, П. Огден, Б. Ротшильд, розкрито особливості впливу травматичного досвіду на психофізіологічне функціонування особистості та обґрунтовано ефективність тілесно-орієнтованих інтервенцій у процесі психологічного відновлення.

Емпіричні дослідження засвідчують, що застосування тілесно-орієнтованої терапії сприяє зниженню симптоматики посттравматичного стресового розладу, зокрема інтенсивності нав'язливих спогадів, рівня тривожності, гіперзбудження та соматичних проявів стресу. Клінічні спостереження також вказують на зменшення частоти інтрузивних спогадів і покращення якості сну як важливих показників відновлення.

Ключовим показником ефективності є відновлення здатності до саморегуляції. У жінок, які пережили сексуальне насильство, часто спостерігається дисбаланс процесів збудження та гальмування нервової системи. Застосування тілесно-орієнтованих технік сприяє формуванню навичок регуляції психофізіологічних станів через розвиток тілесної усвідомленості, контроль дихання та зниження м'язового напруження. Важливим аспектом терапевтичного впливу є зниження рівня дисоціації, що проявляється у порушенні інтеграції психічних і тілесних процесів. Відновлення контакту з тілом забезпечує поступову інтеграцію травматичного досвіду та формування цілісного самосприйняття. Окрему увагу слід приділити трансформації тілесного

самосприйняття. Травматичний досвід сексуального насильства часто супроводжується формуванням негативного образу тіла, що проявляється у відчутті сорому, відчуження та зниженні тілесної чутливості. У процесі терапії відбувається переосмислення тілесного досвіду, внаслідок чого тіло починає виконувати функцію ресурсу стабілізації та підтримки.

Тілесно-орієнтована терапія також демонструє ефективність у зниженні психосоматичної симптоматики, що проявляється у зменшенні хронічної м'язової напруги, нормалізації дихання, покращенні якості сну та загального соматичного стану. Це свідчить про відновлення фізіологічної регуляції організму та підтверджує доцільність комплексного підходу до подолання наслідків психотравми. Ефективність застосування тілесно-орієнтованої терапії визначається дотриманням принципів безпеки, належним рівнем професійної підготовки фахівця та індивідуалізацією терапевтичного процесу. Порушення цих умов може призвести до надмірної активації травматичних переживань, що підкреслює необхідність клінічно обґрунтованого використання відповідних методів.

У сучасній психотерапевтичній практиці обґрунтовується доцільність інтеграції тілесно-орієнтованих підходів із когнітивними, емоційно-фокусованими та поведінковими інтервенціями, що забезпечує більш стійкі терапевтичні результати та сприяє глибшій трансформації особистісних структур. У довготривалій перспективі тілесно-орієнтована терапія сприяє формуванню адаптивних механізмів функціонування, розвитку здатності до самоспостереження, емоційної регуляції та підтримання стабільного контакту з власним тілом у повсякденному житті.

Таким чином, тілесно-орієнтована терапія є ефективним засобом психологічної допомоги жінкам, які пережили сексуальне насильство, оскільки сприяє редукції симптоматики, інтеграції травматичного досвіду та відновленню психофізіологічної рівноваги. Її застосування забезпечує розвиток навичок саморегуляції, зниження дисоціативних проявів і формування цілісного самосприйняття, що зумовлює доцільність її використання у складі комплексних психотерапевтичних інтервенцій.

Література.

1. Van der Kolk B. A. *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. — New York : Viking, 2014. — 464 p.
2. International Psychotraumatology Association. The triphasic model for treating trauma [Електронний ресурс]. — Режим доступу: <https://iptrauma.org/docs/the-triphasic-model-for-treating-trauma/> (дата звернення: 25.03.2026).

ДАНІ ПРО АВТОРІВ

- Бевз Галина** - докторка психологічних наук, професорка, завідувачка відділу психології спілкування Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.
- Бондаренко Галина** - кандидатка історичних наук, етнологиня, провідна наукова співробітниця відділу Українського етнологічного центру Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського завідувачка відділу «Український етнологічний центр» в Інституті мистецтвознавства фольклористики та етнології НАНУ
- Ващенко Олена**, магістриня психології, аспірантка Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.
- Громова Олена** - завідувачка науково-експозиційного відділу «Карпати» Національного музею народної архітектури та побуту України.
- Гаркавець Іван**, студент 4 курсу освітньої програми «Економічна та соціальна психологія» Київського національного економічного університету ім. Вадима Гетьмана.
- Дудник Вікторія** - студентка 3 курсу освітньої програми «Цивільне право і процес» Державного торговельно-економічного університету.
- Дяденко Анастасія** - студентка 3 курсу освітньої програми «Цивільне право і процес» Державного торговельно-економічного університету.
- Зайчикова Тетяна** – кандидатка психологічних наук, доцентка, провідна тренерка Національної асоціації гештальт-терапевтів України (НАГТУ).
- Кресан Ольга** - кандидатка психологічних наук, доцент кафедри загальної та практичної психології Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя.
- Кулачек Наталія** – магістриня психології, корпоративний психолог Київського відділення ПрАТ «МХП».
- Кутішенко Валентина** - кандидатка психологічних наук, доцентка, доцент кафедри психології особистості та соціальних практик Київського столичного університету імені Бориса Грінченка
- Ловка Ольга** – кандидатка психологічних наук, доцентка, доцент кафедри педагогіки та психології Київського національного економічного університету ім. Вадима Гетьмана.
- Лобанов Сергій** – кандидат медичних наук, провідний тренер Національної асоціації гештальт-терапевтів України (НАГТУ).
- Мартинюк Ірина** - кандидатка психологічних наук, доцентка, завідувачка кафедри психології Національного університету біоресурсів і природокористування України.
- Мацяшек Павел** - доктор габілітований, доцент кафедри соціальної політики, соціальної роботи і туристики Університету Яна Длугоша в Ченстохові (Республіка Польща).

Моргун Владислав - студент 4 курсу освітньої програми «Економічна та соціальна психологія» Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана.

Музичко Людмила - кандидатка психологічних наук, доцентка, доцент кафедри педагогіки та психології Київського національного економічного університету ім. Вадима Гетьмана.

Наумов Вячеслав - магістр психології, сертифікований фахівець методу «Відновлення після втрат» (The Grief Recovery Method®).

Опанасенко Людмила - кандидатка психологічних наук, доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти.

Погарченко Тетяна - кандидатка юридичних наук, доцентка, доцент кафедри міжнародного, цивільного та комерційного права Державного торговельно-економічного університету.

Семенюк Ганна – магістрантка 2 курсу Навчально-наукового інституту бізнес-освіти імені Анатолія Поручника, Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана.

Сичинська Марія - магістрантка 1 курсу освітньої програми «Сімейна психологія» Київського столичного університету імені Бориса Грінченка.

Сліпецька Яна - магістрантка 1 курсу освітньої програми «Сімейна психологія» Київського столичного університету імені Бориса Грінченка

Столярчук Олеся - докторка психологічних наук, професорка, професор кафедра психології особистості та соціальних практик Київського столичного університету ім. Миколи Грінченка.

Таранченко Оксана - докторка педагогічних наук, старша наукова співробітниця; головний науковий співробітник відділу освіти дітей із сенсорними порушеннями Інституту спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України

Фесик Світлана - бакалавр психології, співавтор програми «Готові до зустрічі», засновник ГО «НапрямокОК».

Фесик Сергій - військовий капелан, співавтор програми «Готові до зустрічі». засновник ГО «НапрямокОК».

Хоростківська Квітослава - здобувачка освітнього рівня «Бакалавр» Вищої суспільно-економічної школи у Пшеворську (Республіка Польща).

Чебанюк Олена - кандидатка філологічних наук, старша наукова співробітниця Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Рильського.

Клішевич Наталія - кандидатка психологічних наук, доцентка, декан Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка

Чепіга Злата - магістрантка 1 курсу освітньої програми «Екстремальна та кризова психологія» Київського столичного університету імені Бориса Грінченка

НАДБАННЯ КОНФЕРЕНЦІЇ: ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

Науковий захід було організовано спільними зусиллями п'яти установ: Інституту соціальної та політичної психології НАПН України (відділ психології спілкування), Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського НАН України (відділ «Український етнологічний центр»), Київського національного економічного університету ім. Вадима Гетьмана (кафедра педагогіки та психології), Національного університету біоресурсів і природокористування України (кафедра психології), Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (кафедра педагогіки, психології та менеджменту освіти). Захід було проведено за технічної підтримки та участі БФ «Шанс на зміни».

Конференція вже вдруге об'єднала дослідників і практиків у просторі спільного осмислення, обміну знаннями та пошуку відповідей на запити часу. Цього разу участь у роботі конференції взяли також зарубіжні дослідники, зокрема доктор теології Павел Мацяшек (Університет Яна Длугоша, Польща), доповідь якого стосувалася якісних батьківсько-дитячих взаємин, розглянутих у контексті підходів «повільного виховання».

Ключовою рисою заходу стало поєднання науково-теоретичного та прикладного складників. Перший день конференції включав доповіді науковців та постерні презентації здобувачів вищої освіти, другий — презентацію соціальних проєктів і авторських майстер-класів, що пропонували учасникам конкретні інструменти роботи із сім'ями в кризових умовах: від трансгенераційного аналізу імен і прізвищ (Ірина Кучманич) до ціннісно-орієнтованого консультування пар і авторських психологічних ігор (Людмила Опанасенко).

Конференція охопила широке коло питань, пов'язаних із різними аспектами родинного повсякдення: форми сімейного життя у правовому полі (Зорислава Ромовська), маркери національно-культурної ідентичності в міжнаціональних родин (Галина Бондаренко), різдвяну обрядовість у сімейній культурі українців (Олена Чебанюк), еволюцію сімейних цінностей, емоційну саморегуляцію батьків як чинник формування почуття безпеки дітей та особливості щоденного функціонування сім'ї в умовах війни (Олена Ващенко, Валерія Горбульова).

Важливою подією конференції стала презентація тематичного словника-довідника «Сім'я і освіта», присвяченого термінологічному полю соціального інституту сім'ї (Галина Бевз). Поява цього видання є безпосереднім результатом роботи попередньої конференції: саме тоді розроблялася модель його створення, яка нині отримала втілення у вигляді важливої наукової праці.

Робота конференції дозволила окреслити актуальні напрями сучасних трансдисциплінарних досліджень української сім'ї та підтвердила важливість створення відповідних комунікативних майданчиків, покликаних забезпечити:

- створення комунікативного простору трансдисциплінарного вивчення сім'ї через консолідацію науковців і практиків у межах конференції;
- узгодження та розвиток термінологічного апарату для інтерпретації простору сімейного життя та системи сімейних відносин у суспільстві;
- імплементацію трансдисциплінарного підходу до вивчення складних соціальних явищ, зокрема соціального інституту сім'ї;
- розширення прикладного обміну інструментами роботи з сім'ями та їх упровадження у практику профільних громадських об'єднань, фондів, організацій та освітніх установ.

ПРОГРАМА
II НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ «УКРАЇНСЬКА СІМ'Я в
МІЖКУЛЬТУРНИХ та ТРАНСДИСЦИПЛІНАРНИХ ВИМІРАХ СУЧАСНОСТІ»
14-15 травня 2026 року, онлайн, (Київ – Миколаїв)

Організатори конференції: ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ НАПН УКРАЇНИ (відділ психології спілкування); ІНСТИТУТ МИСТЕЦТВОЗНАВСТВА, ФОЛЬКЛОРИСТИКИ ТА ЕТНОЛОГІЇ ім. М. Т. РИЛЬСЬКОГО НАН УКРАЇНИ (відділ «Український етнологічний центр»); КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ім. ВАДИМА ГЕТЬМАНА (кафедра педагогіки та психології); НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ (кафедра психології); МИКОЛАЇВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ІНСТИТУТ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ (кафедра педагогіки, психології та менеджменту освіти).

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ КОНФЕРЕНЦІЇ

- **СЛЮСАРЕВСЬКИЙ Микола Миколайович**, кандидат психологічних наук, член-кореспондент НАПН України, директор Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.
- **БЕВЗ Галина Михайлівна**, доктор психологічних наук, професор, завідувач відділу психології спілкування Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.
- **БОБРОВА Лариса Григорівна**, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник відділу психології спілкування Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.
- **БОНДАРЕНКО Галина Борисівна**, кандидат історичних наук, провідний науковий співробітник, завідувач відділу «Український етнологічний центр» Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського.
- **ТАРАН Олена Григорівна**, кандидат історичних наук, старший науковий співробітник Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського
- **БЕХ Катерина Миколаївна**, кандидат історичних наук, вчений секретар Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського
- **АРТЮШИНА Марина Віталіївна**, доктор педагогічних наук, професор; завідувач кафедри педагогіки та психології Київського національного економічного університету ім. Вадима Гетьмана.
- **ЛОВКА Ольга Володимирівна**, кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогіки та психології Київського національного економічного університету ім. Вадима Гетьмана.
- **МАРТИНЮК Ірина Анатоліївна**, кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології Національного університету біоресурсів і природокористування України.
- **ОМЕЛЬЧЕНКО Людмила Миколаївна**, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психології Національного університету біоресурсів і природокористування України.

- **КЛИМЕНЮК Наталія Василівна**, кандидат педагогічних наук, доцент, т.в.о. завідувача кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти;
- **ОПАНАСЕНКО Людмила Анатоліївна**, кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти.
- **ЛАНТУХ Олександр Анатолійович**, керівник благодійного фонду «Шанс на зміни».
- **ДЕМИДЕНКО Євгенія Сергіївна**, здобувачка магістерського рівня вищої освіти Київського національного університету ім. Тараса Шевченка.
- **ТРОХИМЕЦЬ Інна Володимирівна**, старший лаборант відділу психології спілкування ІСПП НАПН України

ПОРЯДОК РОБОТИ КОНФЕРЕНЦІЇ

1 день

09.40 – 10.00	Реєстрація учасників конференції
10.00 – 10.10	Відкриття конференції, вітальне слово від організаторів
10.10 – 12.40	Наукові доповіді
12.40 – 13.20	Перерва на обід
13.20 – 14.50	Постерні презентації здобувачів освіти
14.50 – 15.00	Перерва
15.00 – 16.10	Соціальні проєкти
16.10 – 16.30	Підбиття підсумків першого дня конференції

2 день

09.40 – 10.00	Реєстрація учасників конференції
10.00 – 10.10	Вітання. Ознайомлення з регламентом роботи
10.10 – 12.50	Майстер-класи
12.50 – 13.10	Перерва
13.10 – 15.00	Майстер-класи (продовження)
15.00 – 15.10	Перерва
15.10 – 16.10	Соціальні проєкти.
15.10 – 16.30	Підбиття підсумків конференції

ОФІЦІЙНЕ ВІДКРИТТЯ КОНФЕРЕНЦІЇ - ПРИВІТАННЯ УЧАСНИКІВ КОНФЕРЕНЦІЇ

Ведуча – Галина БЕВЗ

- **СЛЮСАРЕВСЬКИЙ Микола Миколайович**, кандидат психологічних наук, член-кореспондент НАПН України, директор Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.
- **СТІШОВА Наталя Сергіївна**, кандидат історичних наук, в.о. директора Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського.
- **АРТЮШИНА Марина Віталіївна**, доктор педагогічних наук, професор; завідувач кафедри педагогіки та психології Київського національного економічного університету ім. Вадима Гетьмана.

- **МАРТИНЮК Ірина Анатоліївна**, кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології Національного університету біоресурсів і природокористування України.
- **ЗАХАР Ольга Германівна**, кандидат педагогічних наук, в.о. директора Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти.
- **ЛАНТУХ Олександр Анатолійович**, керівник благодійного фонду «Шанс на зміни».

ПЕРШИЙ ДЕНЬ КОНФЕРЕНЦІЇ
НАУКОВІ ДОПОВІДІ УЧАСНИКІВ КОНФЕРЕНЦІЇ
Модератори: Лариса БОБРОВА, Галина БОНДАРЕНКО

10:10-10:30	Сучасні маркери національно-культурної ідентичності в міжнаціональних рідинах Бондаренко Галина Борисівна, кандидат історичних наук, провідний науковий співробітник, завідувач відділу «Український етнологічний центр» Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського
10:30-11:00	Повільне виховання: якісні батьківсько-дитячі стосунки в ретроспекції польських студентів Павел Мацяшек, доктор габілітований, доцент кафедри соціальної політики, соціальної роботи і туристики Університету Яна Длугоша в Ченстохові (Республіка Польща)
11:00-11:20	Українська сім'я в умовах війни: погляд демографа Слюсар Людмила Іванівна, кандидат економічних наук, старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник, Інститут демографії та досліджень якості життя ім. М.Птухи НАН України
11:20-11:40	Різдво в сімейній культурі українців: на основі матеріалів експедицій до Миколаївської та Одеської областей Чебанюк Олена Юріївна, кандидат філологічних наук, старший науковий співробітник відділу української та зарубіжної фольклористики Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського
11:40-12:00	Актуалізація психологічних захисних механізмів подружжя в умовах війни Ващенко Олена Станіславівна, молодший науковий співробітник, аспірант, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України
12:00-12:20	Еволюція сімейних цінностей: від традиційних моделей до нових соціальних запитів Чередник Аліна Сергіївна, майор, слухач, Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського.
12:20-12:40	Емоційна саморегуляція батьків як чинник почуття безпеки дітей у стресових ситуаціях Горбульова Валерія Русланівна, аспірант, Університет менеджменту освіти
12:40-13:20	<i>Перерва на обід</i>

ПОСТЕРНІ ПРЕЗЕНТАЦІЇ ЗДОБУВЧІВ ОСВІТИ
Модератори: Ольга ЛОВКА, Людмила ОМЕЛЬЧЕНКО

13:20-13:35	Резильєнтність подружжя в умовах війни Семенюк Ганна Анатоліївна , здобувач вищої освіти, Київський державний економічний університет імені Вадима Гетьмана; науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Ловка Ольга Володимирівна
13:35-13:50	Діагностика стратегій подолання стресу в українських родинах: апробація авторського інструментарію Гаркавець Іван Вікторович , здобувач вищої освіти, Київський державний економічний університет імені Вадима Гетьмана; науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Ловка Ольга Володимирівна
13:50-14:05	Правове регулювання особистих немайнових відносин подружжя Дяденко Анастасія Владиславівна , здобувач вищої освіти, Державний торговельно-економічний університет; науковий керівник: кандидат юридичних наук, доцент Погарченко Тетяна Віталіївна
14:05-14:20	Емоційний інтелект як предиктор задоволеності життям та сімейними стосунками Моргун Владислав Максимович , здобувач вищої освіти, Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана; науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Музичко Людмила Володимирівна
14:20-14:35	Сімейно-правові договори як інструмент врегулювання сучасних сімейних відносин Дудник Вікторія , здобувач вищої освіти, Державний торговельно-економічний університет; науковий керівник: кандидат юридичних наук, доцент Погарченко Тетяна Віталіївна
14:35-14:50	Ставлення до власного працевлаштування молоді з різним сімейним статусом Хоростківська Квітослава Ярославівна , здобувач вищої освіти, Вища суспільно-економічна школа у Пшеворську, Республіка Польща; науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Мартинюк Ірина Анатоліївна
14:50-15:00	<i>Перерва</i>

СОЦІАЛЬНІ ПРОЄКТИ

Модератор: Галина БЕВЗ

15:00-15:30	Форми сімейного життя у правовому полі України Ромовська Зореслава Василівна , доктор юридичних наук, професор, професор кафедри цивільного права та процесу юридичного факультету Львівського національного університету імені Івана Франка.
--------------------	--

15:30-15:50	<i>Термінологія у сфері соціального інституту сім'ї: презентація тематичного словника-довідника</i> Бевз Галина Михайлівна , доктор психологічних наук, професор, завідувач відділу психології спілкування Інституту соціальної психології НАПН України
15.50–16.10	<i>Програма психосоціальної допомоги сім'ям: «Відновлення після втрат».</i> Наумов В'ячеслав Петрович, Наумова Тетяна Валеріївна , здобувачі другого магістерського рівня вищої освіти у сфері психології Білоцерківського інституту неперервної професійної освіти

16:10 – 16 30 Підбиття підсумків та анонс майстер-класів

ДРУГИЙ ДЕНЬ КОНФЕРЕНЦІЇ: МАЙСТЕР-КЛАСИ

Модератор: Людмила ОПАНАСЕНКО

10.00 – 10.10	Відкриття другого дня конференції Вітання. Ознайомлення з регламентом роботи. Загальні правила для спікерів і учасників (таймінг, формат взаємодії, запитання, етика участі)
10.10 – 10.50	Майстер-клас 1. «Що в імені моїм: трансгенераційний аналіз імен та прізвищ» (Ірина Кучманич, м. Миколаїв)
10:50 – 11:30	Майстер-клас 2. «Диференціація сорому та провини в дисфункційних сімейних системах» (Сергій Лобанов, Тетяна Зайчикова, м. Київ).
11:30 – 12:10	Майстер-клас 3. «Здолати образи й претензії у вирі щоденних викликів сім'ї» (Олена Дрозд, м. Миколаїв).
12.10 – 12.50	Майстер-клас 4. «Баланс "робота – сім'я" в умовах війни: міждисциплінарний підхід до психологічної підтримки» (Наталія Кулачек, м. Київ).
12:50 – 13:10	<i>Перерва</i>
13:10 – 13:50	Майстер-клас 5. «Ціннісно-орієнтоване консультування пар з використанням інструменту "4 кроки назустріч собі"» (Олена Дроботун, м. Миколаїв).
13:50 – 14:30	Майстер-клас 6. «Геометрія близькості: формування ідентичності родини в умовах кризи» (Марина Дробишева, м. Миколаїв).
14:30 – 15:00	Майстер-клас 7. «Скажіть, як є в сімейному колі: презентація авторської психологічної гри» (Людмила Опанасенко, м. Миколаїв).
15:00 – 15:10	<i>Перерва</i>

СОЦІАЛЬНІ ПРОЄКТИ

Модератор: Галина БЕВЗ

15:10-5:30	<i>Досвід діяльності громадських організацій у сфері утвердження сімейних цінностей</i>
-------------------	---

	Громова Олена Петрівна , заслужений працівник культури України, завідувач відділу, Національний музей народної архітектури та побуту України, ГО Міжнародний рух «За сімейні цінності», ГО «Жінки роду»
15:30-5:50	<i>Первинна психологічна просвіта для підлітків: «Шанс на зміни»</i> Богачов Геннадій Геннадійович , куратор БФ «Шанс на зміни»
15.50-16.10	<i>Програма возз'єднання родин після повернення військових додому: «Готові до зустрічі»</i> Фесик Світлана Анатоліївна , психолог, КППТ-терапевт, фільмотерапевт, член EMDR спілки України, автор проєкту

16.10 – 16.15 Заповнення анкети зворотного зв'язку

16.15 - 16.30 Підбиття підсумків конференції.

Учасники наукової дискусії

Алексеева Я., Асмолова Т. Ю., Бажаткіна О. М., Баша О. Р., Безродня С. П., Білан І. С., Борисенко Л. Л., Братищенко О. В., В'юн В. О., Галашевська Д. В., Годун П. Т., Головатюк В. О., Дехтяренко Д. О., Дзюбенко О. А., Дика Д. Г., Добрішман І. А., Доній В. С., Дубініна К. В., Дуб В. Г., Заблоцька Я. Ф., Залевська А. І., Зелінська Я. Ц., Іванець О. О., Ілляшенко Т. Д., Карацюба Ю., Каськова Г. Л., Ковалькова Т. О., Ковальчук О., Колесніченко Л. А., Кошляк І. В., Коробань Т., Кравець Ю. О., Кресан О. Д., Криворучка А. А., Круцкевич І. П., Куликова С. С., Кутузакі К. В., Кучма Д. Д., Кучеренко А. В., Ландер М. А., Ласкава Т. В., Ліч Н. В., Левковська А. Д., Лепешко А. А., Литвиненко О. А., Малярчук І. О., Малярченко Н. А., Мансарлійська М. О., Москаленко Д. В., Мусалова К. А., Наталіч М. А., Овчаренко П. В., Обухівська А. Г., Орлова К. В., Остафій-Туз Н., Пашковська А. О., Перепада К. В., Пересунько Д. С., Петренко І. В., Погорєлова Л. В., Птиця В. Г., Пудовкіна Я. О., Рибаківська Д. О., Рогач К. І., Старченко А. В., Саковська В. В., Селютіна О. О., Сєван Г. В., Сівер Л. А., Сімонов М. Є., Сливінська Т. О., Сліпецька Я. В., Стайловський О. С., Стойкова В. В., Столярчук О. А., Стрілецька Я., Таранченко О. М., Терех Р. Е., Трухочова М. В., Федорчак С. П., Федосова А. О., Хомко Д. І., Чайка-Горделі Н. Ю., Чепіга З. Ю., Черненко І. Г., Чернявська В. В., Чоловська К. М., Шагай М. О., Шихненко А. Ю., Шуміліна Т. Ю., Юхимович Є. Г., Яковлєва В. О., Яцків Ю. В.

