

Караванська Д. Сімейна взаємодія та адаптація в умовах соціальної кризи (війни): гендерні відмінності. *Modern strategies of global scientific solutions: Collection of abstracts of the V International scientific and practical conference* С. 337-341.

## **СІМЕЙНА ВЗАЄМОДІЯ ТА АДАПТАЦІЯ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ КРИЗИ ВІЙНИ: ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ**

**Караванська Дар'я Олександрівна**  
здобувачка вищої освіти магістерського рівня  
Спеціальність Психологія  
Житомирський Державний Університет імені Івана Франка

В сучасних наукових дослідженнях сім'я розглядається, з одного боку, як мала соціальна група, структурна одиниця суспільства і соціальний інститут, а з іншого – як прояв тісної взаємодії різних людей з психологічними особливостями. Психологічна значущість інституту сім'ї визначається тим, що саме від родини залежить фізичне і психологічне благополуччя особистості. Дисфункції в сім'ї зачіпають різні сфери життєдіяльності і призводять до порушень її функцій: виховної, побутової, сексуальної, еротичної тощо. Ці порушення неминуче позначаються на благополуччі членів сім'ї, заважають їм задовольняти свої потреби, викликають внутрішню напругу та емоційні переживання, перешкоджають особистісному розвитку.

Соціальні кризи впливають і на становище родини, і на сімейні стосунки, і на психічний стан кожного члена родини. За останні роки Україна пережила декілька соціальних криз: анексію територій, епідемію COVID-19, повномасштабне вторгнення та активні військові дії. Понад 1 мільйон українців, у тому числі понад 50 000 жінок, наразі служать у збройних силах. За даними ООН, понад 8 мільйонів українців покинули країну. З них 87% – жінки, і більшість з них виїхали без партнерів. Таким чином, увага психологів має бути прикута до вивчення та оцінки емоційного благополуччя кожного члена сім'ї, до переживань сімейної тривоги, провини, напруженості й визначення факторів, що дозволяють сімейній системі змінюватися та адаптуватися в умовах такої соціальної кризи, як війна.

Процес подолання складних обставин життя залежить від специфічного впливу різних факторів, таких як демографічні та особистісні характеристики індивіда, умови навколишнього середовища, життєві кризи, думка та оцінка індивідом ситуації та інші. Адаптацію людини до складної життєвої ситуації досліджували такі зарубіжні психологи, як Л. Мерфі, А. Маслоу, Р. Лазарус, С. Фолкман, С. Карвер, Н. Хаан, Г. Вебер, Г. Хайнес, А. Біллінгс, Р. Моос та інші. Наразі не існує єдиної думки про те, що існують шляхи подолання складних

життєвих ситуацій, пов'язані з гендером, в науковій літературі ще недостатньо висвітлено питання про те, як гендерні відмінності проявляються у подоланні певних стресових ситуацій і таким чином впливають на сімейну взаємодію та адаптацію. Гендерні відмінності у подоланні стресу досліджували, зокрема,

Метою дослідження стало вивчення гендерних відмінностей сімейної взаємодії та адаптації в умовах соціальної кризи війни. Вибірку дослідження склали 70 осіб, з них 35 жінок і 35 чоловіків.

Для досягнення поставленої мети в роботі використано загальнонаукові методи; емпіричні: авторська анкета, методика «Маскулінність – фемінінність» С. Бем; індикатор копінг-стратегій Дж. Амірхана; Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FAGES - 3) Д.Х. Олсона, Дж. Портнера та І. Лаві; опитувальник

Адаптація – це цілісна система активних і цілеспрямованих дій людини, які не тільки допомагають підтримувати рівновагу в певних умовах, але й уможливають еволюцію при зміні цих умов [1]. Описані процеси характерні і для сімейної адаптації. Наприклад, до шлюбу подружжя має вже сформоване уявлення про себе, а з початком сімейного життя відчуває, що «жити, як раніше, неможливо», що сприяє нестабільності та незадоволеності у стосунках. Саме це ініціює процес адаптації до нових умов сімейного життя.

Адаптацію сім'ї можна розглядати на двох рівнях: мікросоціальне середовище та макросоціальне середовище [5]. На мікросоціальному рівні сімейна адаптація визначається конкретними умовами життя сім'ї, які включають багато аспектів, що залежать від культури, традицій, індивідуальних особливостей членів сім'ї та умов проживання. На макрорівні соціальна адаптація сім'ї пов'язана з суспільними відносинами, в рамках яких функціонує сім'я, тенденціями розвитку інститутів шлюбу та сім'ї, політичною та економічною ситуацією в суспільстві.

Сімейна адаптація – це складний, багаторівневий процес, в ході якого подружжя пристосовується один до одного і до сімейного життя в довгостроковій перспективі, що призводить до високої самооцінки і задоволеності сімейним життям. Багато показників успішного сімейного життя, включаючи деталі взаємодії подружжя і загальну психологічну задоволеність шлюбом, залежать від того, наскільки успішно є первинна адаптація і наскільки ефективною є вторинна адаптація.

Труднощі адаптації пов'язані з взаємним "пристосуванням" подружжя на матеріальному, моральному, психологічному, інтимному та особистісному рівнях. Особливою проблемою і завданням адаптації в сімейному житті є вироблення спільної форми взаємодії, спільної реакції на конфлікти і конструктивного способу їх уникнення та вирішення. Стрес завжди підсилює все: почуття, емоції і, на жаль, проблеми. Тому розвиток стосунків під час війни частково залежить від того, що відбувалося між сторонами до цього, чи були вирішені старі проблеми, які емоції супроводжували і в якому напрямку все рухалося. Кожна людина в такі часи переживає особисту кризу, і якість стосунків відіграє важливу роль.

У психології процес подолання складних життєвих подій часто називають копінгом, адаптивною поведінкою або поведінкою подолання. Термін «копінг» описує те, як люди справляються з проблемами, що виникають у стресових ситуаціях. Копінг-поведінка – це активні зусилля людини, спрямовані на подолання складної ситуації. Теорія гендерної еволюції припускає, що жінки з більшою ймовірністю пристосовуються до складної ситуації, оскільки жіноча стать відрізняється високою адаптивністю. Чоловіки, навпаки, більш схильні шукати нове рішення. До пошуку їх спонукають труднощі, а такі риси, як стійкість, винахідливість та кмітливність, які більш притаманні чоловікам, забезпечують їм виживання у складних обставинах. Відповідно до фізичних характеристик фемінності та маскулінності, більшість культур приписують і заохочують такі поведінкові риси, як пасивність, уважність до емоцій, вираження почуттів і обмін ними з іншими, дівчаткам (майбутнім жінкам), а хлопчикам (майбутнім чоловікам) – такі поведінкові риси, як активність, беземоційність і незворушність. Традиційні гендерні ролі визначають чоловіків і жінок як взаємодоповнюючі протилежності, які разом утворюють більш інтегроване ціле, що визначається гетеросексуальною взаємозалежністю. Гендерні ролі визначають, як чоловіки та жінки повинні або не повинні поводитися.

Адаптивність, згуртованість сім'ї, хороша комунікація та ефективне керуваннями фінансами, гнучкість, що дозволяє змінювати стратегії в залежності від вимог ситуації – всі ці фактори сприяють життєстійкості сім'ї. Ефективне функціонування сім'ї під час серйозних потрясінь, а війна та окупація є дуже суттєвими причинами кризи, обумовлюється наявністю захисних факторів, що дозволяють адаптуватися й відновлюватися після кризи, здатністю членів сім'ї разом долати кризи й негаразди.

В результаті проведеного дослідження було встановлено, що 68,6% чоловіків та 27,2% жінок мають яскраво виражені маскулінні якості, 32% жінок і та 8,6% демонструють фемінні якості, 40,1% жінок та 22,8% чоловіків продемонстрували андрогінність.

Було з'ясовано, що 45,7% чоловіків і 54,3% жінок відчувають загальний дискомфорт у сім'ї. Жінки на 14% частіше мають почуття провини в сім'ї, майже на 5% частіше відчувають тривогу і на 5,5% частіше відчувають напругу в сім'ї. Було виявлено, що відстань між партнерами збільшує напруженість у шлюбі. Чим вищий ступінь подружнього дискомфорту, тим нижчий ступінь задоволеності шлюбом. На задоволеність сімейними стосунками не впливає наявність чи відсутність дітей, офіційна реєстрація чи відстань між партнерами. Прояви маскулінності або фемінності також не впливають на рівень подружнього стресу.

У виборі копінг-стратегій серед учасників дослідження спостерігалися гендерні відмінності. Майже половина чоловіків (46,2%) обрали «вирішення проблеми», тоді як лише 26,9% обрали цей тип активної копінг-стратегії. Натомість 45,8% жінок і лише 22,9% чоловіків обрали «пошук соціальної підтримки». Стратегію «уникнення» обирають однакова кількість чоловіків і жінок. Доведено, що чим більша фізична дистанція між сторонами, тим менше використовуються конструктивні копінг-стратегії для вирішення проблем і тим

більше сторони шукають соціальної підтримки або взагалі уникають проблем, що часто призводить до накопичення конфліктів і взаємних образ. Чим більш «зчепленими» є сімейні стосунки, тим частіше використовуються такі копінг-стратегії, як пошук соціальної підтримки та уникнення проблем, і тим рідше – розв'язання проблем.

Дослідження показало наявність статевих відмінностей в екстремальних типах сімейної адаптації – ригідному та хаотичному, тобто проблематичних типах, що призводять до порушення функціонування сімейних систем. Для жінок в однаковому ступені характерні як ригідний, так і хаотичний типи сімейної адаптації, тоді як для третини чоловіків, що прийняли участь в дослідженні, характерні ригідний тип сімейної адаптації.

Статеві відмінності також виявлені в розбіжностях між реальними стосунками й ідеальними уявленнями про них; більше половини чоловіків вважає, що їхня сім'я достатньо згуртована й відповідає або майже відповідає ідеалу, тоді як лише третина жінок вважає, що стосунки в родині відповідають ідеальним уявленням.

Варто зазначити, що попри всі складні умови існування більше половини учасників дослідження задоволені сімейним життям і мають родинне щастя.

Отже, результати емпіричного дослідження показали, що в умовах соціальної кризи війни існують статеві відмінності сімейної взаємодії та адаптації.

### Список використаних джерел

1. Коленіченко Т.І. Концептуальні засади дослідження проблеми адаптації особистості до нових умов життєдіяльності. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського*. Серія: Педагогіка і психологія: Зб. наук. праць. Випуск 43. 2015. С. 411-416.

2. Пирог Г. В., Свінціцька М. М. Задоволеність жінок подружніми стосунками в умовах війни. *Наука та освіта в умовах викликів сьогодення: Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції*. Чернігів, 2023.

3. Пирог Г. В., Удод С. Ю. Вплив комунікації в сім'ях військовослужбовців та адаптація в родинних військових під час воєнних дій в Україні та США. *Science*

4. Пирог Г., Горнович Ю. Особливості зв'язку прив'язаності та задоволеності партнерськими стосунками в юнацькому та зрілому віці. *Психологічні дослідження: наукові праці викладачів та студентів соціально-психологічного факультету*. Випуск 15. Житомир: Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2022. С.27-30.

5. Поліщук В.М., Ільїна Н.М., Поліщук С.А. та ін. Психологія сім'ї. К.: Університетська книга, 2021. 282 с.  
1990. Vol. 59. № 5. P. 1066-1074.