

УДК 159.9

DOI: 10.31732/2663-2209-2022-71-125-134

ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАТИВНИХ ПРОБЛЕМ В ШЛЮБНИХ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКАХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Ірина Сингаївська¹, Наталія Осауленко²

¹Кандидат психологічних наук, професор, директор ННІ психології, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна, e-mail: irinas@krok.edu.ua, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6802-0081>

²Магістрант, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна, e-mail: nataliya.osaulenko@gmail.com

FEATURES COMMUNICATIONAL PROBLEMS IN MARRIAGE PARTNERSHIP OF FORCED MIGRANTS DURING THE WAR TIME

Iryna Synhaiska, Nataliia Osaulenko²

¹PhD (Psychological sciences), Professor, Director of the Academic and Scientific Institute of Psychology, "KROK" University, Kyiv, Ukraine, e-mail: irinas@krok.edu.ua, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6802-0081>

²Master's degree student, "KROK" University, Kyiv, Ukraine, e-mail: nataliya.osaulenko@gmail.com

Анотація. Стаття присвячена дослідженню особливостей і чинників виникнення комунікативних проблем у сімейних парах вимушених переселенців у ситуації війни. Розкрита та описана сутність проблеми комунікації в шлюбній парі та визначено передумови виникнення комунікативних проблем. Наведений короткий аналіз зовнішніх та внутрішньоособистісних чинників виникнення комунікативних проблем у шлюбних стосунках загалом, та у гострих стресових ситуаціях, до яких відносимо війну, зокрема. Так, загалом до зовнішніх причин відносимо: соціально-групову несумісність, рольові протиріччя і протиріччя між потребами, цінностями, мотивами та інтересами партнерів. Внутрішньо-особистісні причини виникнення комунікативних проблем включають: психологічну несумісність, індивідуальні особливості партнерів та прояв їхніх особистісних характеристик. Також визначено ряд закономірностей, які вказують на проблеми в комунікації подружжя: усвідомлена або неусвідомлена боротьба за комунікаційний канал; парадоксальна комунікація; неконгруентність; маніпулювання партнером шляхом комунікативних прийомів; виникнення комунікативних бар'єрів; замаскована комунікація. До зовнішніх впливів війни відносимо гуманітарну кризу, відсутність відчуття безпеки, втрату звичного соціального оточення. Наведені типові особливості психічних станів особистості, обумовлених вимушеним переселенням: порушення афективної сфери («емоційне отупіння», замкненість, пригніченість, роздратованість, аутоагресія, нездатність відчувати радість, почуття провини, сорому); порушення та специфічні риси когнітивної сфери (погіршення пам'яті, мислення, концентрації уваги, прояви неуважності та забудькуватості, поява безсоння та кошмарів, часте згадування психотравмуючих подій); порушення поведінки (непослідовність, непередбачуваність поведінкових проявів, надмірна обачливість, переляк і афектація як реакція на незначні стимули). Проведено емпіричне дослідження впливу війни та вимушеного переселення на шлюбні стосунки переселенців загалом та на комунікацію в них зокрема.

Ключові слова: переселенці; шлюбна парна комунікація; війна як чинник гострого дистресу; комунікативна проблема.

Формули: 0; рис.: 0; табл.: 3; бібл.: 19

Annotation. The article is dedicated to research of features and factors of origin of communicative problems in the pairs of forced migrants in the situation of war. The essence of problem of communication in a married couple as well as pre-conditions of origin of communicative problems are exposed and described. Short analysis of external and intrapersonal factors of origin of communicative problems in marriage relations is maintained both in general and in situations of acute distress, which is war, in particular. So, in general, external causes include: social-group incompatibility, role contradictions and contradictions between needs, values, motives and interests of partners. Intrapersonal causes of communication problems include: psychological incompatibility, individual characteristics of partners and manifestation of their personal characteristics. A number of regularities have also been identified that indicate problems in the communication of spouses: conscious or unconscious struggle for the communication channel; paradoxical communication; incongruity; manipulation of the partner through communicative techniques; emergence of communication barriers; disguised communication. The external effects of war include the humanitarian crisis, the lack of a sense of security, and the loss of the usual social environment. Typical features of mental states of the individual caused by forced resettlement are given: disturbance of the affective sphere ("emotional numbness", withdrawal, depression, irritability, auto-aggression, inability to feel joy, guilt, shame); disorders and specific features of the cognitive sphere (deterioration of memory, thinking, concentration of attention, manifestations of inattention and forgetfulness, the appearance of insomnia and nightmares, frequent recall of traumatic events); behavioral disturbances (inconsistency, unpredictability of behavioral manifestations, excessive caution, fright and affectation as a reaction to minor stimuli). An

empirical study of the impact of war and forced resettlement on marital relationships of displaced people in general and on communication in them in particular was conducted.

Keywords: *displaced persons; marital couple communication; war as a factor of acute distress; communication problem.*

Formulas: 0; **fig.:** 0; **tabl.:** 3; **bibl.:** 19

Постановка проблеми.

Повномасштабна війна на території України поглибила кризу та нестабільність у державі, що розпочалася ще у 2014 році.

Воєнні дії, окупація, вимушена міграція, роз'єднаність сімей, економічні та соціальні проблеми адаптації в умовах переселення разом із внутрішньо-особистісними – можливим гострим чи пост-травматичним стресовим розладом (ПТСР), в умовах внутрішньої та суспільної кризи, мають значущий вплив на розвиток дистресу, можливий розвиток порогових станів та психічних розладів. В таких умовах інститут сім'ї, як соціальний суб'єкт, зазнає значного тиску та впливу, результатом якого є погіршення якості комунікації, розвиток конфліктів, погіршення благополуччя та загальної задоволеності стосунками в сімейних парах. Саме воєнний контекст і визначає актуальність дослідження особливостей шлюбної парної комунікації переселенців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема комунікації в шлюбних партнерських стосунках розглядається в дослідженнях С. Гуцола, А. Федосової, Н. Жукової, М. Заболотної, І. Сингаївської, О. Лукаш, О. Петрунко, Ю. Мохнач; вплив війни на індивідуальність, екзистенційну та духовну кризу особистості та стан переселенців описували в своїх роботах О. Демчук, Ю. Живоглядів, Л. Карамушка, В. Кердивар, О. Зубченко, Я. Каплуненко, С. Копилов, Т. Меліченко, Ю. Александров, Л. Бахмутова, І. Сингаївська, З. Спринська, Н. Жукова; основи та підходи у консультуванні сімей з порушеннями комунікації базуються на підходах В. Сатір, Д. Готмана, Х. Хендрікса і Х. Гант, В. Вацлавіка, А. Федосової, С. Мінухіна, Н. Пезешкіана.

Комунікація є цілісним явищем зі складною структурою і вивчається крізь призму різних концепцій та орієнтацій. З

точки зору механістичного підходу, комунікація – це скоординований процес формування та передачі інформаційного повідомлення реципієнту. Діяльнісно-інтеракційний підхід трактує комунікацію як взаємодію або спільну діяльність учасників, у процесі якої приймаються узгоджені рішення та дії.

Встановлено, що комунікація – це не тільки процес обміну інформацією, а й взаємодія між суб'єктами на різних рівнях (особистісному, когнітивному, емоційному та ідейному). Комунікація є основним інструментом конструювання особистісної ідентичності і базується на низці засобів, за допомогою яких сприйняття, ідеї, знання і настрої, засновані на суб'єктивному досвіді, передаються співрозмовнику. Для того, щоб комунікація відбулася, повинні бути дотримані наступні умови: наявність щонайменше двох осіб (комунікатора та реципієнта), інформаційного повідомлення, каналу комунікації та зворотного зв'язку.

Комунікація в сім'ї – це міжособистісна комунікація, специфічними характеристиками якої є інтенсивність емоцій та інтенсивність інформаційного потоку. Ефективність комунікації в парі визначає гармонійні стосунки та взаєморозуміння. Комунікація вважається ефективною лише тоді, коли результати пропорційні витраченим зусиллям. Загалом, будь-яка комунікація має інформаційний, ціннісний та емоційний вплив, який у разі успіху призводить до певних змін у світогляді, думках та установках партнера.

Порушення комунікації між партнерами спричиняють відхилення у стосунках, призводять до непорозумінь та конфліктних ситуацій, а також деструктивно впливають на особисте самопочуття, самооцінку та психофізичний стан. Причинами комунікативних розладів є:

- перенасичення каналів комунікації допоміжними функціями, формування хибних уявлень про партнера;
- одностороннє спілкування без зворотного зв'язку;
- переключення уваги на інший предмет, звинувачення або критика партнера;
- спотворення істинного змісту повідомлення і приховування;
- уникнення розмови;
- повідомлення деяких суперечливих суджень.

Науковець О. Столярчук під комунікативною проблемою у партнерських стосунках розуміє ситуацію, коли один член сім'ї має певну конкретну потребу, а її задоволення залежить від іншого члена сім'ї.

На думку І. Фурди, різного роду порушення комунікації у парі обумовлюють:

1. Психологічна несумісність партнерів (нездатність партнерів знаходити компроміс, невміння один одному поступатися, розбіжність мотивів діяльності та інтересів).
2. Адиктивна поведінка одного із партнерів.
3. Проблема фінансового забезпечення (дуже часто у парах виникають конфлікти з приводу матеріальних благ, які призводять до кризового стану).
4. Незадоволення потреб одного із партнерів.
5. Низький рівень комунікативної компетенції, невміння вирішувати комунікативні проблеми.
6. Відсутність між партнерами взаємопідтримки, взаємоповаги.
7. Неприйняття свого «Я», особистості партнера, поведінки в стосунках з партнером (Фурда І., 2021).

У роботах Л. Петровської, Г. Андрєєвої, Е. Ейдеміллера, К. Вацлавіка, В. Сатір, К. Роджерса, Т. Гордона визначені як загальні принципи та чинники ефективної комунікації в сім'ї, так і специфічні правила (Бахмутова Л., 2022):

- відкритість комунікації;

- висока активність комунікації, що забезпечує інтенсивне обговорення значущих для членів сім'ї проблем;
- необхідний ступінь саморозкриття в процесі спілкування;
- погодженість уявлень про сімейний уклад, спільність сімейних цінностей, адекватність сімейної самосвідомості, погоджена цілісність системи «Ми»;
- конгруентність вербальних і невербальних повідомлень;
- сенситивність до висловлень партнера, використання техніки активного слухання зі зворотним зв'язком;
- безоцінність і емпатійне прийняття партнера як умова позитивного розвитку емоційних відносин у сім'ї, створення атмосфери психологічної безпеки й гармонізації образу Я партнера;
- прояв любові, взаємної емпатії й підтримки, поваги партнера, що особливо важливо в кризових періодах життєвого циклу сім'ї й при виникненні стресових, фруструючих і проблемних ситуацій;
- формування сімейної мови – певних погоджених сімейних символів, традицій, норм. Існує погоджена мова поглядів, міміки, жестів, поз. Сімейні реліквії – предмети, пов'язані з певними «знаковими» подіями сім'ї, – також виконують важливу функцію стабілізації сімейного спілкування, взаємодії й формування сімейної самосвідомості, що задає нормативність життя сім'ї.

Тож важлива умова успішної комунікації партнерів – вміння розмовляти про свої стосунки, тобто здатність до вербальних особистих контактів, але в той же час й уміння спілкуватися на невербальному рівні. Успішності комунікації сприяють такі риси характеру, як адаптивність, зрілість, гнучкість, реалізм в оцінці оточуючих, реальність самооцінки, самостійність, автономність, товариськість, природність, самоповага.

Особливі труднощі в спілкуванні виникають при наявності таких рис особистості, як агресивність, егоїзм, нездатність до співпереживання, нереалістичні очікування, невміння і небажання адаптуватися до навколишнього

оточення, сприймати його таким, яке воно є.

Порушення міжособистісного спілкування – одна з найбільш актуальних проблем сімейного функціонування. Виділяють наступні види порушень міжособистісної комунікації в сім'ї (Сингаївська І., Мохнач Л., 2022):

- 1) суперечливість вербальної й невербальної комунікації;
- 2) виникнення комунікаційних бар'єрів;
- 3) маніпулювання партнером у процесі комунікації, зловживання керуванням комунікацією (Е. Берн);
- 4) порушення й викривлення передачі почуттів (В. Сатір);
- 5) «відхилена» комунікація;
- 6) парадоксальна комунікація;
- 7) «замаскована» комунікація – містифікація (Р. Ленг);
- 8) боротьба за комунікаційний канал.

На думку С. Дмитрієвої, найбільший вплив на комунікацію чинять внутрішні (суб'єктивні) чинники:

- особливості емоційно-динамічної сфери обох партнерів (темперамент та його сумісність, стабільність-нестабільність емоційного стану, настроїв у момент комунікації);
- особливості спрямованості обох партнерів під час комунікації (їхні цінності, інтереси, потреби, бажання тощо);
- особливості пізнавальної діяльності партнерів (загальний рівень знань, обізнаності, інтелекту, обсяг кругозору);
- особливості, що визначають стратегію міжособистісної взаємодії партнерів у процесі комунікації (стиль подачі інформації, психологічна готовність до діалогу, психологічний клімат у сім'ї (Дмитрієва С., 2010).

Більш узагальнено основні причини конфліктів і комунікативних проблем у сім'ї розглядають І. Сингаївська та Ю. Лукаш. До таких вони відносять: обмеження одним із партнерів свободи дій чи самовираження іншого; адиктивну поведінку одного із членів сім'ї; наявність протилежних бажань та інтересів; суб'єктивну обмеженість можливостей для задоволення потреб одного із членів сім'ї;

авторитарний тип сімейних взаємовідносин; втручання родичів; наявність важких матеріальних проблем у родині; сексуальну дисгармонію партнерів (Лукаш Ю., Сингаївська І., 2020).

До зовнішніх причин проблем у сім'ї відносять економічні умови функціонування сім'ї, а також економічну, політичну, соціальну ситуацію в країні, що значною мірою впливає на внутрішньо-сімейні стосунки.

Сукупність зовнішніх причин доповнив М. Козирев, виділивши протиріччя подружніх ролей, протиріччя між потребами, цінностями, мотивами та інтересами (Козирев М., 2014).

Війна є складною кризовою ситуацією – різким переломом у звичному соціальному житті і психічних процесах особистості. Дослідник С. Копилов дав визначення війні в Україні, як протистояння «всезагально-ціннісного характеру, що вимагає від кожної особи чіткої ціннісно-сміслової орієнтації, самовизначення і часом – жорсткого вибору» (Копилов С., 2022)

Травматичні події війни і переміщення людей до більш безпечного місця мають деструктивні та тривалі у часі наслідки для психічного здоров'я особистості, а вплив повоєнних стресових чинників здатний їх підсилювати. Науковці О. Демчук і В. Золотарьова довели, що війна не лише впливає на психологію її учасників та свідків у період її ведення, а й тривалий час після завершення залишає відбиток у свідомості та поведінці особистості.

Вивчаючи екзистенційні проблеми особистості в умовах кризового стану, Ю. Каплуненко визначила, що переживання травмуючих подій супроводжується:

- руйнуванням довготривалих цілей;
- нарощуванням сумніву стосовно власних цінностей, установок і переконань;
- почуттям безпорадності і страхом;
- втратою «довіри до життя»;
- зниженням соціальної активності та самоконтролю;

– нестійкістю і непередбачуваністю поведінкових реакцій (травмований може проявляти агресію, підвищену конфліктність, замкнутість або суїцидальні схильності) (Каплунович Я., 2017).

Дуже часто у стані війни в особистості розвиваються ознаки екзистенційної (онтологічної) провини у вигляді жалю за не реалізовані можливості. Для неї характерними є наступні особливості:

- екзистенційну провину в певній мірі відчують всі, але у стані війни вона загострюється;
- значною мірою впливає на світогляд і самосприйняття особистості;
- з'являється шляхом аналізу зробленого або не зробленого вибору;
- самостійне спростовування і витіснення цього стану з часом призводить до невротичної провини патологічного характеру.

Часто у внутрішньо переміщених осіб проявляється так званий «синдром жертви» – особистісна риса, при якій людина вважає себе жертвою обставин, інших людей. Подібна поведінка доводиться до автоматизму і стає невід'ємним елементом стилю життя особистості.

Перебравшись подалі від воєнних дій, особистість завершує певний фрагмент свого життя і переходить на новий його відрізок. Такий перехід вимагає певної сукупності психологічних ресурсів, адже від адекватного усвідомлення нових реалій залежить якість такої трансформації і ефективність комунікації.

Вивчаючи особливості соціально-психологічної адаптації людей, які виїхали за кордон та тих, які лишилися в Україні під час війни, І. Сингаївська та Л. Мохнач визначили, що процес адаптації для переселенців є стресогенним чинником, внаслідок чого спостерігаються особистісні зміни, зниження самооцінки, ломка стереотипів, ціннісних орієнтацій та соціальних установок. Автори наголошують, що в даній ситуації важливим є не лише правильне формування соціального середовища, яке створить комфортні соціально-психологічні умови

для вимушених переселенців, а й психологічна підтримка з боку фахівців, що дасть змогу пом'якшити виникаючі труднощі соціально-психологічної адаптації переселенців, сприяти їх інтеграції у приймаючий соціум (Сингаївська І., Мохнач Л., 2022).

Міжособистісна комунікація в шлюбі детально проаналізована багатьма дослідниками та підходами. Проте війна та вимушене переселення створюють новий контекст впливу на інститут сім'ї та комунікацію в парі зокрема. Відтак, з'являється проблема дослідження впливу гострого стресу, яким є війна, на процеси комунікації в шлюбних стосунках переселенців.

Особливого значення проблема порушень комунікації набуває під час війни, яка виступає потужним психотравмуючим фактором. Особистість в таких умовах може охопити відчуття повної неспроможності впливати на своє життя, що призводить до відчуження. Для людини втрачає сенс її система цінностей, час згортається, а побудова планів на майбутнє втрачає актуальність. Знаходячись в екзистенційному вакуумі, особистість не відчуває підтримку з найближчого оточення і соціального середовища, а її стан можна охарактеризувати як самотність та фрустрація.

Формулювання цілей статті. Мета статті полягає в представленні емпіричного дослідження особливостей комунікації в шлюбних стосунках вимушених переселенців під час війни.

Реалізація поставленої мети передбачає виконання наступних завдань:

1. Дослідити вплив війни та вимушеного переселення на стосунки та комунікацію в шлюбних парах переселенців.
2. Довести чи спростувати взаємозв'язок війни та переселення, як чинників гострого дистресу та переживання духовної кризи особистості опитуваними, з порушеннями комунікації та проживанням кризи стосунків у парі.

Вклад основного матеріалу дослідження. Відповідно до визначеної

мети і сформульованих завдань, використано комплекс емпіричних методів дослідження. Для дослідження впливу війни на суб'єктивне самовідчуття та комунікацію в стосунках була використана авторська анкета; для виявлення характеру спілкування між партнерами – методика «Спілкування в сім'ї» (Ю. Альошина, Л. Гозман, О. Дубовська), для кількісної оцінки ступеня реалізації у своєму житті фундаментальних екзистенційних мотивацій і ступеня екзистенційної виконаності в близьких міжособистісних стосунках – тест екзистенційних мотивацій у міжособистісних стосунках «ТЕММС» (В. Шумський); виявлення рівня задоволеності життям у парах переселенців «Шкала оцінки якості життя» (О. Чабан), для виявлення типу взаємодії – тест типу прив'язаності (Дж. Боулбі, М. Ейнсворт, К. Хорні); з метою визначення рівня соціально-психологічної і сексуально-поведінкової адаптації пар – методика оцінки рівня соціально-психологічної і сексуально-поведінкової адаптації пар (Д. Буртянський і В. Кришталь). Статистичне

опрацювання даних здійснювалось за допомогою програмного забезпечення IBM SPSS Statistics.

Для досягнення поставлених цілей проведено експериментальне дослідження за участі 55 осіб. Їх обрано із генеральної сукупності на основі двох головних критеріїв:

1. Перебувають у шлюбі.
2. Хоча б один з партнерів вимушено через війну переселився у більш безпечне місце в Україні, або знайшов тимчасовий притулок в інших країнах.

Усі досліджувані взяли участь в опитуванні добровільно і надали згоду на обробку їх персональних даних.

Соціально-демографічний портрет вибіркової сукупності виглядає наступним чином: респонденти жіночої статі становлять 78,2% вибірки (43 особи), чоловіки – 21,8% (12 осіб). Вік респондентів – від 29 до 57 років; 96% респондентів мають вищу освіту, а 4% – середню спеціальну.

Розглянемо, скільки років партнери перебувають у стосунках (Табл. 1).

Таблиця 1. Тривалість шлюбу респондентів

Тривалість шлюбу	Кількість респондентів
Від 1 до 10 років	27,3%
Від 11 до 20 років	49,0%
Від 21 до 30 років	21,8%
31 рік і більше	1,8%

Тобто, більшість пар знаходяться у стосунках від 11 до 20 років. Це зрілі сім'ї, у яких є налагоджений побут, свої традиції. Вони пройшли кризи одного року, трьох, п'яти, семи і чотирнадцяти років спільного життя. Завдяки диференціації респондентів за тривалістю шлюбу можемо прослідкувати стан комунікації у їхніх сім'ях і виявити, чи впливає на нього тривалість шлюбу, яким є переважаючий тип прив'язаності.

Більшість респондентів виховують дітей. Переважна кількість сімей є малодітними або одnodітними (36 і 27% респондентів відповідно). 28% респондентів становлять багатодітні сім'ї (28%), а найменше – інфертильних, що не мають дітей. На питання, чи змінювали

вони місце проживання після 24.04.2022 року через війну, 80% респондентів відповіли, що виїхали за кордон, 9% переїхали в більш безпечну область України, 7% – залишилися у себе вдома, а місце проживання змінив партнер. 91% опитаних причиною переселення вказали воєнні дії. 2% змінили місце проживання за причин, інших, ніж війна. У рамках дослідження нас цікавлять лише ті респонденти, які вимушено покинули свою домівку.

Виходить, що більша частина опитаних потрапила у нове соціальне середовище, з іншою мовою, культурою і особливостями побуту, що збільшує ймовірність перебування у стані гострого стресу. Особливо критичною ситуацію

можна вважати для пар, які через війну змушені були роз'єднатися – у них підвищена ймовірність розвитку комунікативних проблем (49% пар не перебувають нині разом). Окрім того, 24% батьків роз'єднані зі своїми дітьми, що ще більше поглиблює деструктивні психологічні стани переселенців. Також на

психологічний стан впливає наявність у сім'ї людини з інвалідністю (15% респондентів).

На запитання «Як би ви оцінили якість спілкування з вашим партнером останнім часом?» отримано наступні відповіді (табл. 2).

Таблиця 2. Оцінка якості стосунків

Ваші стосунки:	Кількість респондентів (%)
Дещо покращились	22%
На тому ж рівні	33%
Незначно погіршились	11%
Погіршились певною мірою	15%
Значно погіршились	18%

Як бачимо, майже половина опитаних (46%) відзначили, що їхні міжособистісні стосунки з партнером погіршилися. Вважаємо, що цьому передували і ситуація роз'єднаності сім'ї, і психічні особливості партнерів, які проявилися у ситуації переселення (стан тривоги, напруженості, відчаю тощо).

Відносно часу до 24.02, поруч з партнером майже половина респондентів (45%) емоційних змін не відчують, а от 24% стало важко знайти спільні теми, погіршилося взаєморозуміння з партнером. Паралельно з цим, 18% зазначили про емоційне зближення з половинкою і зменшення кількості конфліктів.

Факт емоційного зближення з партнером деяких опитаних (18% вибіркової сукупності) пояснюємо тим, що ситуація війни і переселення являє собою сильну стресову ситуацію, яка призводить до активізації механізмів почуття прив'язаності. Це підтверджується і вже наявними дослідженнями: під час гострого стресу у людини підвищується рівень

гормону окситоцину, який відповідає за механізми формування почуття прив'язаності і, як наслідок, вони зближуються один з одним під дією різних чинників. У розрізі сімейної пари до таких чинників належать тривалість стосунків, особливості сприймання стресової ситуації, рівень довіри до партнера.

Також у респондентів запитали, чи змінилося (і яким чином) відносно періоду до 24.02 їхнє самопочуття у стосунках з партнером (Табл. 3).

Спостерігається тенденція, що самопочуття у стосунках, як і взаєморозуміння, погіршилося (37% респондентів відзначили певною мірою погіршення). У деяких воно стало настільки нестерпним, що думають про розірвання шлюбу (13%). Ці сімейні пари перебувають у стані дезадаптації і потребують психологічної допомоги у налагодженні взаємовідносин. Майже половина (49%) респондентів навпаки відзначили, що задоволені своїми стосунками, а у 14% – якість взаємодії покращилась.

Таблиця 3. Самопочуття у стосунках з партнером

Критерій оцінки на основі відповідей опитаних	К-ть респондентів (%)	Коефіцієнт
Не змінилось в жодну сторону. На тому ж поганому рівні, що й до війни	5%	0,05
Не змінилось в жодну сторону. На тому ж хорошому рівні, що й до війни	44%	0,44
Погіршилось певною мірою. Але не планую жодних змін	24%	0,24
Значно погіршилось. Не бачу спільного майбутнього. Думаю про розірвання шлюбу	13%	0,13
Змінилось певною мірою в кращу сторону	14%	0,14

Також анкетування показало, що 40% респондентів стали більше обговорювати з партнером проблеми, що виникають у процесі їхньої життєдіяльності. Виходить, що стресова ситуація може бути не лише деструктивним чинником у стосунках, а й чинником згуртування сім'ї, посилення її емоційних зв'язків.

Аналіз результатів застосування методики «Спілкування в сім'ї» Ю. Альошиної, Л. Гозман і О. Дубовської засвідчив:

- роз'єднані пари демонструють нижчий рівень довірливості, ніж ті, хто проживає разом;

- у більшості пар спостерігаються проблеми з порозумінням;

- парам, які довгий час перебувають у шлюбі, характерна легкість у спілкуванні, подібність у поглядах і психотерапевтичність спілкування. У них є сімейні символи і присутня довірливість у взаємовідносинах.

Тест екзистенційних мотивацій у міжособистісних стосунках «ТЕММС» В. Шумського свідчить про переважаючий середній рівень екзистенційної наповненості партнерів (сер. знач. – 88,4 б.). Проте функціональну мотивацію «можливості буття» респонденти оцінюють низько (18,7 б.). Виходить, що в ситуації переселення партнери не відчувають належним чином безпеку, психологічну захищеність, а тому не намагаються знаходити нові можливості у житті.

За функціональною мотивацією «Цінність життя», респонденти демонструють високий рівень (31,5 б.). Переживши психотравмуючі наслідки війни, особистість починає цінувати своє життя, а партнер поряд сприяє виникненню почуття задоволення від нього.

За функціональною мотивацією «самоцінність», респонденти демонструють середній рівень (29,8 б.) Це обумовлюється тим, що кожна особистість прагне відчувати самоцінність, приймати автентичні рішення, що є можливим лише за умов справедливого ставлення до неї з боку партнера. У парах, де переважають здорова комунікація і міжособистісні

стосунки, партнери приймають свій образ «Я», поважають себе і партнера.

Розглянемо залежність екзистенційних мотивацій від якості життя пар переселенців, використовуючи кореляційний аналіз Спірмена (r). Переселенці, які демонструють високий рівень цінності життя, задоволені власною реалізацією ($r=0,678$, при $p<1$), соціальною активністю ($r=0,745$, при $p<1$), станом стосунків з партнером ($r=0,691$, при $p<1$), своїм соціальним статусом ($r=0,587$, при $p<1$). Тут спостерігаємо прямий взаємозв'язок: чим більше особистість усвідомлює цінність свого життя в умовах переселення, тим вище оцінює існуючі в неї соціальні контакти та стосунки. А особи, які мають низький рівень цінності життя, не задоволені жодною сферою свого соціального життя: і стосунками з партнером, і спілкуванням з оточенням, і власним положенням у соціумі.

Те саме стосується і функціональної мотивації «самоцінність». Спостерігається тенденція, що партнери в ситуації переселення оцінюють свою самоцінність на середньому рівні. При цьому спостерігається позитивний кореляційний зв'язок самоцінності з станом здоров'я ($r=0,571$, при $p<1$), гедонією ($r=0,618$, при $p<1$), любов'ю ($r=0,534$, при $p<1$), соціальним статусом ($r=0,726$, при $p<1$). Особистість, яка визнає свою самоцінність, піклується про свого партнера, займається розвитком свого соціального життя та контактів у ситуації переселення. Респонденти, у яких відсутня самоцінність, мають проблеми у стосунках з партнером, оточенням і самими собою (42% респондентів). Вони не вміють радіти життю і схильні потурати власним слабкостям.

З'ясовано, що екзистенційна наповненість життям прямо корелює з рівнем досягнень різного характеру (особистих – $r=0,646$, професійних – $r=0,573$) і її можна вважати одним із чинників, який попереджує виникнення комунікативних проблем у парах переселенців. Виразність низького рівня екзистенційної наповненості життям у респондента, навпаки, тісно корелює з

низькою оцінкою власного здоров'я, особистих можливостей і соціальних контактів, в тому числі й комунікації з партнером.

Отже, встановлено значущі прямі зв'язки між окремими шкалами методик та їх сумарними показниками.

Звертаємо увагу, що на основі проведеного однофакторного дисперсійного аналізу, отримано наступний результат: коефіцієнт F-статистики становить 0,377. Отримане значення не перевищує критичне значення F-статистики для встановленого рівня значущості, що може свідчити про відсутність статистично значущої різниці між середніми значеннями по кожному респонденту.

Таким чином, респонденти, що вимушено переселилися, мають більше порушень у комунікації, ніж ті, хто залишився у звичному для них середовищі. У більшості пар після початку повномасштабного вторгнення Росії на територію України спостерігається погіршення якості комунікації, самопочуття і зниження мотивації до діяльності.

Висновки. На основі проведеного емпіричного дослідження доводиться констатувати, що, попри обґрунтування теоретиками значного впливу війни та вимушеного переселення на особистість,

виникнення та поглиблення кризи як особистості, так і шлюбних стосунків, результати дослідження свідчать про те, що екзистенційна наповненість життя особистості значною мірою визначає задоволеність стосунками та корелює з якістю комунікації в парі. Результати свідчать про високий відсоток низької адаптивності вимушених переселенців до змін, погіршення комунікації на фоні погіршення задоволеності іншими сферами життя. Тому, на наш погляд, важливо проводити педагогічно-терапевтичну роботу з парами переселенців як для зниження рівня стресу та покращення адаптації до нових умов, так і для отримання навичок ефективної міжособистісної комунікації в шлюбних стосунках. Осмислення того, що досвід, отриманий в батьківській сім'ї, не є єдиною можливим сценарієм життя. Важливого значення набуває популяризація освітніх та тренінгових програм з сімейної комунікації й ментального та психічного здоров'я серед переселенців, які включали б спеціальні практичні та теоретичні заняття та вправи, підготовлені з урахуванням потреб переселенців та подальші дослідження впливу такої роботи на резильєнтність, загальну задоволеність шлюбними стосунками та екзистенційну наповненість партнерів.

Література:

1. Александров Ю. В. (2022). Особистість в умовах війни. Особистість. Суспільство. Війна. №1. С. 1–8.
2. Бахмутова Л., Неска А. (2022). Особливості психологічних порушень серед українських біженців. *Актуальні проблеми психології*. № 22. С. 3- 16.
3. Білик О. В. (2012). Комунікативна форма подружньої дезадаптації. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. №44. С. 38–46.
4. Булах І. С. (2016). Життєва криза як імпульс до самоцінності траєкторії особистісного зростання людини. *Проблеми сучасної психології*. №33. С. 58–68.
5. Веселова Н. П. (2013). Психологічні особливості комунікативних процесів у сім'ї. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Психологічні науки*. №114. С. 21–24.
6. Гурлева Т. С. (2004). Проблеми сімейної комунікації: причини та їх психопрофілактика.

7. Дмитрієва С. М. (2010). Психологічні особливості комунікативних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні. *Вісник ЖДУ ім. І. Франка*. №1. С. 2–7.
8. Живоглядов Ю. О., Носаль Л. Г. (2022). Екзистенційна психологія кризових станів особистості: тривога та вина в переживанні вибору майбутнього. *Вчені записки Університету «КРОК»*. №2. С. 165–172.
9. Заболотня М. Ю. (2019). Невербальна комунікація як складова процесу спілкування. Київ: НМУ ім. О. Богомольця. 51 с.
10. Каплуненко Я. Ю. (2017). Вплив травми на екзистенційну структуру особистості. Екзистенційно-аналітичний підхід до опрацювання психотравматичного досвіду. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. С. 166–174.

11. Карамушка Л. М., Карамушка Т. В. (2022). Емпіричне дослідження особливостей психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. №2 (26). С. 48–59.
12. Козирев М. П. (2014). Комунікативні бар'єри спілкування та шляхи їх подолання. *Науковий вісник ЛДУВС. Серія психологічна*. №1. С. 201–211.
13. Копилов С. О. (2022). Психологічні засади та стратегії комунікативної поведінки в умовах екзистенційного воєнного протистояння. *Вісник національного університету оборони України*. №5 (69). С. 84–89.
14. Кошонько Г. А. (2012). Особливості міжособистісної комунікації в сім'ї. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. №65. С. 195–199.
15. Лукаш Ю. С., Сингаївська І. В. (2020). Особливості структурно-функційних характеристик подружжя з дисфункційними взаєминами. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей II Міжнародної конференції університету «КРОК». С. 181–183.
16. Поцулко О. А. (2016). Комунікативні девіації вимушених переселенців як вияв психологічного насильства. *Науковий вісник ХДУ. Психологічні науки*. №6. С. 150–154.
17. Сингаївська І. В., Лукаш Ю. С. (2021). Психологічна допомога при вирішенні подружніх конфліктів. *Вчені записки Університету "КРОК"*. № 1 (61). С. 251–257.
18. Сингаївська І. В., Мохнач Л. Ю. (2022). Особливості соціально-психологічної адаптації людей, які виїхали за кордон та тих, які лишилися в Україні під час війни. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей IV Міжнародної конференції університету «КРОК». URL: <https://conf.krok.edu.ua/SRE/SRE-2022/paper/view/1274>
19. Фурда І. І., Урбановська Т. С., Парфанович І. І. (2021). Порушення комунікації у стосунках дівчини і хлопця. *Науковий вісник Ужгородського університету. Педагогіка. Соціальна робота*. №1. С. 431–434.