

УДК 159.922

DOI: 10.31732/2663-2209-2025-77-568-575

МОДЕЛЬ ВПЛИВУ ЧИННИКІВ ВІЙНИ НА РІВЕНЬ СЕКСУАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПАРИ

Юрій Нагорняк

Аспірант, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна; e-mail: yurii.nahornaik@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7098-5683>

MODEL OF THE IMPACT OF WAR FACTORS ON THE LEVEL OF SEXUAL WELL-BEING IN COUPLES

Yurii Nahorniak

Postgraduate Student, "KROK" University, Kyiv, Ukraine; e-mail: yurii.nahornaik@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7098-5683>

Анотація. У статті висвітлено результати дослідження, присвяченого розробці теоретичної моделі впливу соціально-психологічних чинників війни на рівень сексуального благополуччя пари. Актуальність дослідження зумовлена відсутністю ґрунтовних наукових розвідок, які описують моделі внутрішніх процесів в середині пари, що відбуваються під дією чинників війни та їх зв'язок із сексуальними стосунками. В роботі вперше представлено комплексну теоретичну модель впливу ситуації війни на рівень сексуального благополуччя пари, яка враховує особистісні характеристики партнерів: характерологічні особливості (актуальні здібності за методом позитивної психотерапії), статево-рольову ідентичність, сексуальний сценарій, механізми поширення та подолання стресу в середині пари, вплив стресу на розвиток сексуальної дисфункції та детермінанти сексуального благополуччя. Хронічний стрес, що залишається неопрацьованим механізмами індивідуального та діадного копіngu, спричиняє ризик розвитку психогенних сексуальних дисфункцій та негативних психоемоційних станів, таких як тривога та депресія. В свою чергу, набір стратегій індивідуального та діадного копіngu визначається патернами статево-рольової ідентичності особистості, на яку в умовах стресу війни значно зростає навантаження. Погіршення якості стосунків розглядається як чинник додаткового стресу, що також є предиктором сексуальних розладів. В якості детермінант рівня сексуального благополуччя модель визначає: наявність або відсутність сексуальних дисфункцій, якість стосунків між партнерами та можливість реалізації сексуального сценарію. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на апробацію моделі шляхом впровадження у практику психологічної допомоги для пар, які зіткнулися з погіршенням сексуального життя через війну. Також перспективними є емпіричні перевірки представленої моделі та визначення кореляцій між її компонентами.

Ключові слова: сексуальні стосунки, статево-рольова ідентичність, сексуальний сценарій, сексуальні дисфункції, сексуальне благополуччя, стосунки у парі, діадний копінг.

Формули: 0; рис.: 1; табл.: 0, бібл.: 13

Abstract. The article presents the results of a study dedicated to the development of a theoretical model examining the impact of socio-psychological factors of war on the level of sexual well-being in couples. The relevance of this study is determined by the lack of in-depth scientific research describing the internal processes occurring within couples under the influence of war and their connection to sexual relationships. For the first time, the study introduces a multifactorial theoretical model that considers the influence of war on sexual well-being in couples. The model accounts for various personal characteristics of partners, including characterological traits (actual abilities based on the method of positive psychotherapy), gender-role identity, sexual script, mechanisms of stress transmission and coping within the couple, the impact of stress on the development of sexual dysfunction, and the determinants of sexual well-being. Chronic stress that remains unprocessed by individual and dyadic coping mechanisms increases the risk of psychogenic sexual dysfunctions and negative psycho-emotional states such as anxiety and depression. In turn, the set of individual and dyadic coping strategies is determined by the patterns of gender-role identity of the individual, which experiences significantly increased strain under the stress of war. Relationship deterioration is considered an additional stress factor, which also serves as a predictor of sexual disorders. The proposed model identifies three key determinants of sexual well-being: the presence or absence of sexual dysfunctions, the quality of the relationship between partners, the ability to implement a sexual script under new circumstances. Future research may focus on testing the proposed model through its application in psychological support practices for couples experiencing sexual life deterioration due to war. Empirical validation of the model and analysis of correlations between its components also remain promising areas for further study.

Keywords: sexual relationships, gender-role identity, sexual script, sexual dysfunctions, sexual well-being, couple relationships, dyadic coping.

Formulas: 0; fig.: 1, tabl.: 0, bibl.: 13

Постановка проблеми. Війна, що триває в країні понад три роки, глибоко зачепила всі сфери життя кожного українця. Від початку повномасштабного вторгнення населення України скоротилося майже на 10 мільйонів осіб: зареєстровано 4,9 мільйона внутрішньо переміщених осіб та близько 6,9 мільйона біженців за кордоном. Мільйони наших співвітчизників переживають інтенсивні психічні навантаження, спричинені ризиком для життя, втратами, труднощами адаптації після переміщення або еміграції, розлукою з партнером чи близькими, фінансовими проблемами, а також тривогою й невизначеністю щодо власного майбутнього, майбутнього близьких і держави загалом. Війна як велика фігура пронизує всі рівні психосоціального життя – від індивідуального до національного, впливаючи на суспільні настрої, міжособистісні стосунки та психоемоційний стан окремої людини. За звітами Всесвітньої організації охорони здоров'я близько половини українців стикаються з проблемами психічного здоров'я. За звітами Всесвітньої організації охорони здоров'я, в жовтні 2024 року 68% респондентів повідомляли про погіршення стану здоров'я в порівнянні з довоєнним часом. Найбільш поширені проблеми – високий рівень стресу, депресія, тривожні розлади та посттравматичний стресовий розлад.

Дослідження, проведене влітку 2024 року Київським міжнародним інститутом соціології спільно з агенцією Ruban Litvinova Social Impact Advisory, що охопило 2008 респондентів на підконтрольній Україні території, засвідчило, що лише 25% респондентів оцінюють рівень задоволеності життям як високий. Натомість, 65% опитаних українців відмічають високий рівень тривожності.

Більшість сучасних публікацій, присвячених впливу війни на стосунки в парах, здебільшого констатують загальні негативні тенденції, такі як зниження якості стосунків, підвищення рівня стресу та

погіршення інтимного життя. Водночас відсутні ґрунтовні дослідження, які описують моделі внутрішніх процесів в середині пари внаслідок дією чинників війни та їх зв'язок із сексуальними стосунками. Відповідно, актуальним є завдання розробки моделей, які в подальшому можуть бути використані для створення програм психологічної підтримки пар, що зіткнулися з погіршенням сексуального життя в умовах війни.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Л. Слюсар, досліджуючи демографічні проблеми та ризики для української сім'ї, зазначає, що в умовах війни та викликаній нею соціально-економічної дезорганізації сім'я виконує функцію опори. Проте наслідками війни стало зменшення та деформація шлюбного потенціалу країни, а ослаблення подружніх зв'язків через мобілізацію та інтенсивну міграцію в майбутньому може спричинити зростання рівня розлучень (Slyusar, 2023).

І. Шинкаренко вивчає особливості функціонування української родини у період війни. Вона виділяє проблеми пов'язані з впливом війни: послаблення матеріальної і психологічної функції сім'ї, порушення механізму адаптації родини до кризових явищ у суспільстві, трансформацію та суперечливість сімейних ролей, ускладнення дитячо-батьківських взаємовідносин, нестабільність життєвих родинних планів в умовах війни, вплив патогенних чинників на психічне здоров'я членів сім'ї (Шинкаренко, 2022).

Група ізраїльських науковців представляє результати дослідження, метою якого було встановлення впливу *перебування в зоні бойових на стосунки в парі* (Shamai & al., 2017). Автори відзначають, що пари з високою експозицією чинників війни не показали значно нижчої якості стосунків у порівнянні з групами, що зазнали меншого впливу. Проте, вони відзначали вищі показники як негативних, так і позитивних наслідків війни для стосунків. Найбільш вразливими аспектами стосунків

виявились: спільний відпочинок та дозвілля, інтимне життя, виховання дітей. Позитивні аспекти впливу стосувалися покращення емоційної близькості і відданості своїм стосункам, рівня довіри та взаєморозуміння, стосунків з розширеною сім'єю. Резильєнтність пари, а також втрата і набуття ресурсів пари розглядалися як медіатори між інтенсивністю впливу війни та стосунками в парі.

Формулювання мети дослідження.

Метою дослідження є розробка теоретичної моделі впливу чинників війни на рівень сексуального благополуччя у парі. Модель повинна враховувати як індивідуальні психічні характеристики партнерів, так і психодинамічні процеси, що розгортаються у їхніх взаєминах. Важливим аспектом є наявність надійного методологічного інструментарію для вимірювання змінних моделі, а також психотерапевтичних методик для їх корекції.

Виклад основного матеріалу дослідження. Негативні чинники війни (психологічні, соціальні, економічні, демографічні, фізіологічні тощо) за своєю суттю є раптовою та інтенсивною зміною середовища, у якому перебуває людина. Ці несприятливі зовнішні обставини особистість сприймає через призму своїх характерологічних особливостей. Для опису характерології особистості використовуємо надбання методу позитивної психотерапії Н. Пезешкіана (ППТ), який має добре напрацьований інструментарій для вимірювання та психотерапії особистісних якостей.

Позитивна психотерапія – це конфлікт-центрований гуманістичний, психодинамічний метод. Внутрішня динаміка конфлікту в ППТ може бути описана через актуальні здібності та пов'язані з ними концепції. Актуальні здібності – це норми реагування, які закладені в розвиток людини саме як здібності. Основою концепції позитивної психотерапії є точка зору, що кожна людина має дві базові здібності: здібність до пізнання (когнітивність) та здібність до любові (емоційність). Пригнічені або односторонньо розвинуті актуальні здібності є можливими джерелами

конфліктів і порушень у психологічній та міжособистісній сферах. Незважаючи на культурні та соціальні відмінності, а також унікальність кожної людини, всі люди при вирішенні своїх проблем використовують типові форми пропрацювання конфліктів, які відповідають чотирьом вимірам здатності до пізнання: тіло (відчуття), діяльність (розум), контакти (традиція), фантазії (інтуїція). Стрессова напруга від актуального конфлікту спрямовується в одну або в кілька таких сфер, що веде до виникнення там симптомів або надмірної активності (Пезешкіан, 1987).

Позитивна психотерапія описує актуальний конфлікт як гострі або хронічні ситуації, що не відповідають очікуванням людини та є причиною напруги та стресу (наприклад, професійні зміни, сімейні обставини, фінансові труднощі, втрата близьких людей). Стрессова реакція на такі події пов'язана з оцінкою ситуації через призму вторинних актуальних здібностей або перешкодами в їх реалізації. Позитивна функція стресу – адаптація до нових викликів та мобілізація фізіологічних і ментальних ресурсів для пошуку рішень. Проте умови війни провокують хронічний стрес високої інтенсивності, що швидко веде до виснаження психіки. Модель впливу чинників війни на рівень сексуального благополуччя пари представлена на рисунку 1.

Механізми впливу стресу на стосунки в парі та сексуальне життя доцільно розглядати з урахуванням ролі статево-рольової ідентичності. Статево-рольова ідентичність – це система спійких особистісних характеристик, що відображає усвідомлення індивідом своєї гендерної приналежності та відповідних рольових очікувань, прийнятих у суспільстві. Зразки маскулінності та фемінності є соціокультурними феноменами, які змінюються залежно від історичної епохи та культурного контексту. Кризова ситуація війни загострює статево-рольові очікування щодо партнера, що, своєю чергу, посилює навантаження на статево-рольову ідентичність. Якщо в умовах нових викликів вона виявляється дезадаптивною,

тобто зазнає фрустрації, це може вести до підвищеного рівня стресу, розвитку тривожних або депресивних симптомів, а

також до порушень у стосунках і сексуальному житті пари.

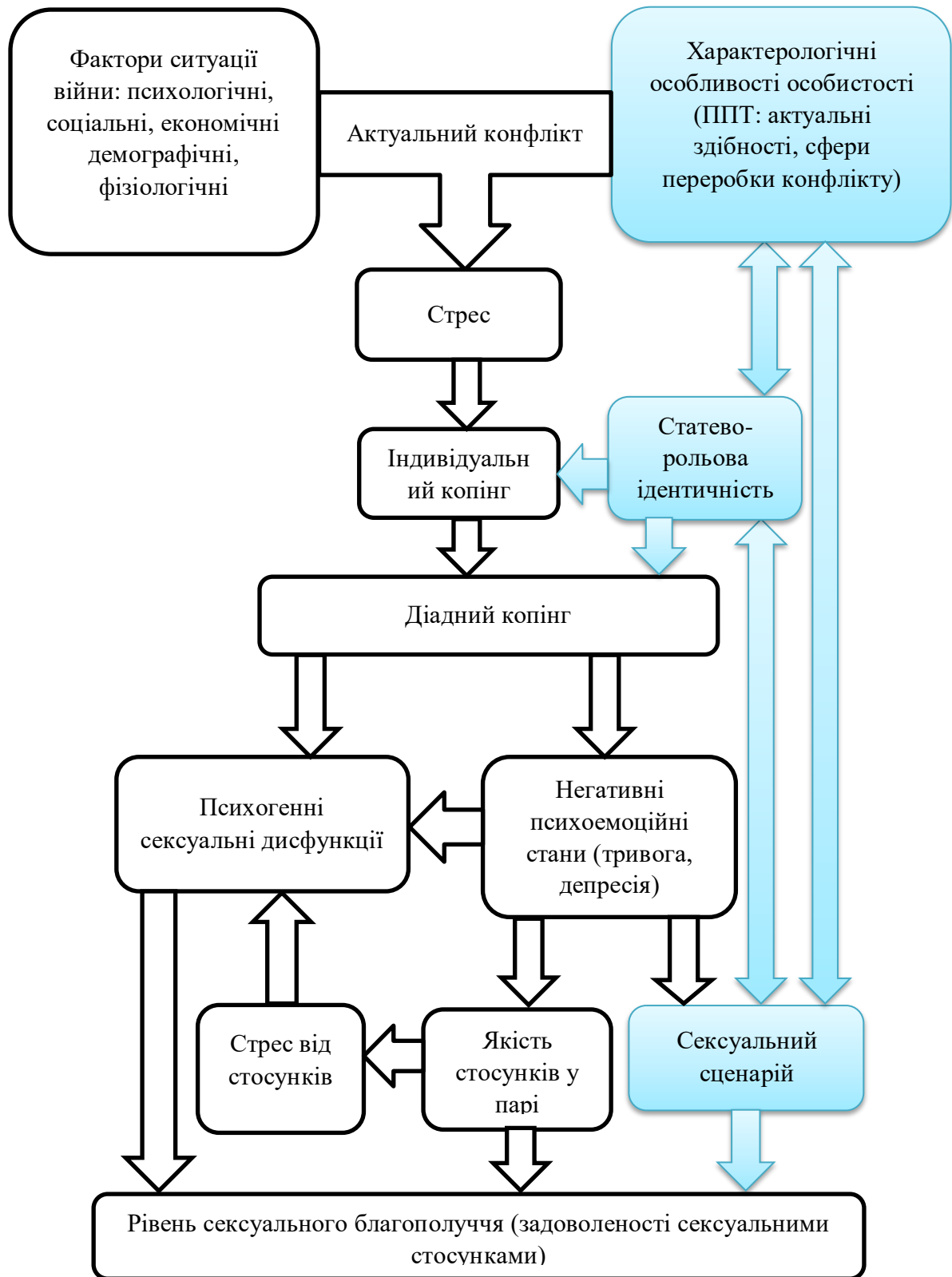


Рис. 1 Модель впливу чинників війни на рівень сексуального благополуччя пари

Першим бар'єром поширення стресу всередині пари є індивідуальні копінг-стратегії кожного з партнерів. Ряд досліджень підтверджує, що набір якостей статево-рольової ідентичності визначає комплекс індивідуальних стратегій копінг-поведінки та копінг-ресурсів у ситуаціях стресу кожного з партнерів. При виборі стратегії подолання стресу, статево-рольова ідентичність виявляється більш значущою, ніж біологічна стать. Маскуліні риси, як у чоловіків, так і у жінок сприяють використанню проблемно-орієнтованого копіngu. Маскуліні жінки мають високий рівень особистої компетентності, проте, нижчу задоволеність життям, що може пояснюватися високим рівнем навантаження. Фемінність виступає предиктором як проблемно-орієнтованого, так і емоційно-орієнтованого копіngu. Андрогінні особистості мають найвищі психологічні ресурси та найбільш адаптивні стратегії подолання стресу (Lipińska-Grobelny, 2011). Для чоловіків більш характерними є захисти, спрямовані на ізолювання емоційної складової переживання та відреагування агресії назовні, для жінок – емоційне відігрівання та спрямування агресивних імпульсів проти себе (Нагорняк, 2024). Якщо чоловіча ідентичність була сформована передусім як результат ототожнення себе з певною статусною позицією, соціальним міфом «яким має бути чоловік», вона буде дифузною, дуже вразливою і одночасно ригідною. Для фемінного стилю подолання стресу властивими є спроби сформувати позитивний погляд на стресову ситуацію, пошук можливостей для особистісного зростання, реагування в сфері фантазії, пошук інформаційної, матеріальної й емоційної підтримки та уникнення контакту зі стресором. Жінки схильні до більш гнучкого використання копінг-стратегій, в той час як чоловіки демонструють більшу ригідність в поведінці. Більш фемінні чоловіки демонструють схильність шукати позитивні сторони у стресовій ситуації, а

більш маскуліні жінки – відмовлятися від пошуку підтримки від соціального середовища (Родіна, 2015).

Другим важливим чинником послаблення стресу у парі є процес діадного копіngu. Діадний копінг стає актуальним, якщо індивідуальний копінг не був успішним у зменшенні негативних емоцій або у вирішенні проблеми. Згідно класичної транзакційної теорії Р. Лазаруса, переживання стресу є результатом взаємодії між людиною та її оточенням. Натомість, системна транзакційна модель стресу, запропонована Г. Бодеманом, розглядає подолання стресу як процес, що відбувається у близьких стосунках. Відповідно до неї, щоденні стресові переживання одного з партнерів, його поведінка і самопочуття мають значний взаємний вплив на переживання іншого партнера, крім того, ресурси одного партнера розширюють ресурси іншого, створюючи нову синергію. Позитивний діадний копінг відновлює рівень гомеостазу як для окремої людини, так і для пари перед обличчям виклику. Виділяють наступні форми діадного копіngu: 1) підтримуючий діадний копінг – один партнер надає підтримку орієнтовану на проблему або емоції, щоб допомогти справитися іншому; 2) делегований діадний копінг – один партнер приймає на себе зобов'язання зменшити стрес іншого партнера; 3) негативний діадний копінг – включає в себе ворожі, амбівалентні або поверхневі реакції з негативними намірами; 4) спільний діадний копінг – симетричне або взаємодоповнююче залучення обох партнерів до спільного процесу подолання стресу. Діадний копінг виконує дві основні функції: пов'язану зі стресом та пов'язану зі стосунками. Функція, пов'язана зі стресом, полягає у зменшенні стресу, який впливає насамперед на одного або одночасно на обох партнерів (ми-стрес). Діадний копінг сприяє зміцненню почуття "ми-єдності" між партнерами, їхньої взаємної довіри та близькості, а також зміцнює взаємну прихильність і відданість партнерів (Bodenmann, Randall & Falconier, 2016).

Дослідження підтверджують, що зовнішній стрес, що виникає за межами пари тісно пов'язаний з внутрішнім стресом партнерів, і саме він, в свою чергу, має значний вплив на задоволеність відносинами та сексуальну активність. Причому, щоденні незначні стресори мають більший вплив на якість стосунків, ніж вагомні життєві події (Bodenmann, Ledermann & Bradbury, 2007). Рівень стресу, який переживає кожен з партнерів під дією чинників ситуації війни, має безпосередній вплив на якість сексуального життя пари, ризик виникнення сексуальних дисфункцій та психічних розладів. В свою чергу, позитивний діадний копінг виступає своєрідним буфером між зовнішніми стресовими викликами та якістю стосунків у парі, веде до зниження рівня стресу у кожного з партнерів та є важливим чинником благополуччя партнерів. І навпаки, негативний діадний копінг не тільки не послаблює дію зовнішніх стресорів, а також створює додатковий стрес від погіршення якості стосунків.

Хронічний стрес, який залишається неопрацьований механізмами індивідуального та діадного копіngu, разом з депресією та тривогою відносять до основних чинників виникнення психогенних сексуальних дисфункцій. Сексуальні дисфункції – це порушення основних проявів сексуальності людини. Виділяють дві групи причин сексуальних дисфункцій: органічні та психогенні. В даному дослідженні ми розглядаємо лише дисфункції психогенного походження, що не пов'язані з органічними хворобами та прийомом медикаментів. Міжнародна класифікація хвороб 10 (МКХ-10) містить їх перелік: нестача або втрата сексуального бажання; сексуальна відраза та відсутність сексуального задоволення; відсутність генітальної чутливості (розлад статевого збудження у жінок, еректильна дисфункція у чоловіків, психогенна імпотенція); оргазмічна дисфункція; передчасна еякуляція; вагінізм неорганічного характеру; диспареунія неорганічного характеру; гіперсексуальність. Іншим

наслідком впливу хронічного стресу може бути стійке встановлення негативних психоемоційних станів, таких як тривога та депресія.

Ці стани можуть погіршити комунікацію між партнерами, що вестиме до зниження рівня задоволеності стосунками. Якщо при цьому виникає конфліктна комунікація всередині пари, вона стає джерелом додаткового стресу (Сингаївська & Осауленко, 2023). Внутрішній стрес від стосунків, так само як і зовнішній, виступає чинником ризику розвитку або закріплення сексуальних розладів (Нагорняк, 2024).

Ще одним особистісним конструктом, включеним у запропоновану модель як чинник, що безпосередньо впливає на сексуальні стосунки, є сексуальний сценарій. Сексуальний сценарій – це специфічна схема організації сексуальної поведінки, що охоплює когнітивні, поведінкові, емоційні та мотиваційні компоненти. Він формується під впливом культурних і соціальних чинників та перебуває у взаємозв'язку зі статево-рольовою ідентичністю та характерологічними особливостями особистості. Виділяють сексуальні сценарії трьох рівнів: культурні сценарії – це загальні інструкції, що визначають соціально прийнятну сексуальну поведінку; міжособистісні сценарії – адаптація культурних сценаріїв у конкретних соціальних взаємодіях; внутрішньопсихічні сценарії – фантазії, бажання, особисті уявлення про сексуальність. Хоча сексуальний сценарій є досить стійкою характеристикою сексуальної поведінки, він водночас має адаптивні властивості й може змінюватися під впливом зовнішніх обставин. Зазвичай ці зміни відбуваються поступово, проте, в умовах соціальних потрясінь або особистих криз, зміни можуть носити різкий характер (Simon & Gagnon, 2003).

Негативні психоемоційні стани, спричинені стресом, можуть заважати реалізації сексуального сценарію, пригнічуючи або деформуючи його. Так,

тривога може сприяти уникненню емоційної близькості, формуванню очікувань сексуальних невдач або ж, навпаки, призводити до підвищеної сексуальної активності як компенсаторного способу пригнічення тривожних переживань. Депресія, зі свого боку, знижує сексуальний потяг і призводить до втрати задоволення від сексуальної взаємодії. Фрустрація сексуального сценарію може унеможливити його реалізацію, що негативно позначається на загальному рівні сексуального благополуччя пари.

Сексуальне благополуччя визначають як гармонійну реалізацію суб'єктом своєї сексуальності на тілесно-фізичному, душевно-емоційному та духовно-ментальному рівнях; гармонійне переживання особою своєї належності до статі та адаптивний спосіб реалізації цієї належності. Чинниками сексуального благополуччя є індивідуальні (дозволеність, сексуальний інтерес, реалізована сексуальність), діадні (стосунки як цінність, сексуальна комунікація, інтимність, довіра, відкритість) та оцінкові чинники (задоволення власним сексуальним Я-образом, сексуальними стосунками, партнерством, сексуальним життям загалом) (Гупаловська, 2021). За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, сексуальне здоров'я – це стан фізичного, психічного та соціального благополуччя в аспектах, пов'язаних із сексуальністю. Це не лише відсутність хвороб або дисфункцій, але й позитивне та шанобливе ставлення до сексуальності та сексуальних відносин, а також можливість отримувати задоволення та безпеку в сексуальному житті без примусу, дискримінації та насильства.

В запропонованій нами моделі враховано три чинники, що виступають детермінантами рівня сексуального благополуччя у парі: 1) відсутність або наявність психогенних сексуальних дисфункцій – чинник, що визначає індивідуальну потенційну можливість

реалізації сексуальних відносин; 2) задоволеність якістю стосунків у парі (любов, довіра, інтимність, сексуальна комунікація), як діадична передумова сексуальних стосунків; 3) можливість реалізації сексуального сценарію або його адаптивність в конкретних умовах пари – чинник, що відповідає за безпосередній прояв сексуальної поведінки. Варто зазначити, що дана модель враховує виключно психологічні чинники суб'єктивного сексуального благополуччя.

Позитивна динаміка в рамках запропонованої моделі можлива в наступних випадках: особистість знаходить в обставинах війни можливість для успішної реалізації своїх особистісних актуальних здібностей; статево-рольова ідентичність виявляється адаптивною та справляється з тиском зовнішніх обставин; позитивний діадний копінг пари дозволяє опрацювати стрес; особистість може адаптувати свій сексуальний сценарій до нових умов.

Запропонована нами модель може бути корисною при розробці програм психологічної допомоги для пар, які зіткнулися з погіршенням сексуального життя внаслідок подій війни. Основні фокуси психотерапевтичної роботи включатимуть: терапію сексуальних дисфункцій; розвиток та збалансування актуальних здібностей особистості; напрацювання ефективних індивідуальних та діадних копінг-стратегій; формування якостей статево-рольової ідентичності, релевантних новим викликам; психотерапію негативних емоційних станів; підвищення гнучкості сексуальних сценаріїв.

Висновки. У дослідженні представлено комплексну теоретичну модель впливу соціально-психологічних чинників ситуації війни на рівень сексуального благополуччя пари. У цій моделі особистість постає у сукупності трьох взаємопов'язаних психологічних конструктів: характерологічних особливостей (у вигляді актуальних здібностей та сфер переробки конфлікту за

методом позитивної психотерапії), статево-рольової ідентичності та сексуального сценарію. У запропонованій моделі вплив чинників війни на сексуальне життя пари розглядається через призму механізмів поширення та опрацювання стресу всередині пари. На зустрічі негативних обставин війни з характерологічними особливостями особистості виникає актуальний конфлікт, що запускає механізм стресового реагування. Інструментами зменшення стресу виступають механізми індивідуального та діадного копінгу. Набір копінг-стратегій визначається патернами статево-рольової ідентичності особистості. Хронічний стрес, який залишається неопрацьованим механізмами копінгу, становить чинник ризику виникнення психогенних сексуальних дисфункцій та негативних психоемоційних станів. В свою чергу, такі негативні психоемоційні стани негативно впливають на якість стосунків,

можуть бути причиною сексуальних порушень та пригнічують можливість реалізації сексуального сценарію. Погіршення якості стосунків створює додатковий внутрішній стрес, який також є чинником ризику психогенних сексуальних дисфункцій.

З іншого боку, до детермінант, які впливають на рівень сексуального благополуччя, належать наявність або відсутність сексуальних дисфункцій, якість взаємин між партнерами та можливість реалізації сексуального сценарію в нових умовах. Представлена модель може бути корисною при розробці програм психологічної допомоги для пар, які зіткнулися з погіршенням сексуального життя внаслідок подій війни. Перспективним напрямом подальших досліджень є емпірична перевірка запропонованої моделі та визначення кореляцій між її компонентами.

Література:

1. Гупаловська, В. (2021). Суб'єктивне сексуальне благополуччя: концептуалізація поняття та психологічна модель. *Psychological Journal*, 7(9), 36-47.
2. Нагорняк, Ю. В. (2024). Гендерні особливості постстресових реакцій та інструменти позитивної психотерапії в подоланні стресу. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, (3). <https://doi.org/10.32782/psyvisnyk/2024.3.18>
3. Нагорняк, Ю. В. (2024). Стресогенні фактори сексуальних дисфункцій та терапевтична стратегія їх подолання. *Вчені записки Університету "КРОК"*, 2(74), 324-331. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2024-74-337-344>
4. Родіна, Н. В. (2015). Статево-рольова ідентичність особистості та особливості подолання стресу в ситуаціях загрози самоактуалізації. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*, (1), 32.
5. Сингаївська, І. В., & Осауленко, Н. В. (2023). Особливості комунікативних проблем в шлюбних партнерських стосунках переселенців під час війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 3(71), 125-134.
6. Слюсар, Л. (2023). Українська сім'я в умовах війни. *Demography and social economy*, 52(2), 3-20.
7. Шинкаренко, І. (2022). Сім'я в умовах війни: психологічні, психосоціальні та психопатологічні проблеми. *Науковий вісник Дніпровського державного університету внутрішніх справ*, (2), 554-562.
8. Bodenmann, G., Ledermann, T., & Bradbury, T. N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal relationships*, 14(4), 551-569.
9. Bodenmann, G., Randall, A. K., & Falconier, M. K. (2016). Coping in couples: the systemic transactional model (STM). In *Couples coping with stress*, 5-22. Routledge.
10. Lipińska-Grobelny, A. (2011). Effects of gender role on personal resources and coping with stress. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 24(1), 18-28. <https://doi.org/10.2478/s13382-011-0002-6>
11. Peseschkian, N. (1993). *Psychosomatik und Positive Psychotherapie*. Springer – Verlag Berlin Heidelberg.
12. Simon, W., & Gagnon, J. H. (2003). Sexual scripts: Origins, influences and changes. *Qualitative Sociology*, 26(4), 491-497. <https://doi.org/10.1023/B:QUAS.0000005053.99846.e5>
13. Shamaï, M., Enosh, G., Machmali-Kievitz, R., & Gilad, D. (2017). Living in the line of fire: The impact of the exposure to warfare on couple relationships. *Journal of Family Therapy*, 39(3), 386-403. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12162>