

ХАРАКТЕР СІМЕЙНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

THE NATURE OF FAMILY INTERACTION AS A FACTOR OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS

У статті розглянуто взаємозв'язок між особливостями сімейної взаємодії та рівнем соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб. У сучасних умовах внутрішньо переміщені особи стикаються із численними труднощами, зокрема соціальною ізоляцією, емоційною напруженістю, втратою стабільності та невизначеністю. Визначено, що сімейне середовище, як один з основних ресурсів психологічної підтримки, відіграє ключову роль у забезпеченні адаптації таких осіб до нових умов життя. Метою дослідження був аналіз ролі сімейної згуртованості, тривоги, задоволеності шлюбом, стилів вирішення конфліктів та інших компонентів сімейної взаємодії у процесі соціально-психологічної адаптації.

У дослідженні доведено концептуальну гіпотезу про існування тісного взаємозв'язку між сімейною взаємодією та соціально-психологічною адаптацією. Встановлено, що особи з високим рівнем сімейної згуртованості мають вищий рівень адаптації, тоді як високий рівень сімейної тривоги негативно впливає на адаптаційні можливості. Виявлено, що задоволеність шлюбом, як і позитивний стиль урегулювання конфліктів, сприяють кращій інтеграції в соціальне середовище й емоційній стабільності. Водночас гіпотеза про негативний вплив подружніх конфліктів на рівень адаптації не отримала підтвердження, що вказує на багатofакторність цього явища та перспективи подальших досліджень.

У статті акцентовано увагу на тому, що гармонійна сімейна взаємодія виступає важливим адаптивним ресурсом, особливо в умовах соціального стресу та змін. Позитивний стиль комунікації в сім'ї, довіра між її членами, емоційна підтримка та здатність родини до спільного подолання труднощів є критично важливими для забезпечення благополуччя внутрішньо переміщених осіб.

Практична цінність дослідження визначена через можливість застосування його результатів для розроблення програм психологічної допомоги, орієнтованих на зміцнення сімейних відносин і підвищення рівня соціально-психологічної адаптації.

Ключові слова: сімейна взаємодія, сімейна згуртованість, сімейні конфлікти, соціально-психологічна адаптація, внутріш-

ньо переміщені особи, війна, соціальна підтримка.

The article examines the relationship between the characteristics of family interaction and the level of socio-psychological adaptation of internally displaced persons. In modern conditions, internally displaced persons face numerous challenges, including social isolation, emotional tension, loss of stability, and uncertainty. The family environment, as one of the primary resources of psychological support, plays a key role in ensuring the adaptation of such individuals to new living conditions. The aim of the study is to analyze the role of family cohesion, anxiety, marital satisfaction, conflict resolution styles, and other components of family interaction in the process of socio-psychological adaptation.

The study confirms the conceptual hypothesis about the close relationship between family interaction and socio-psychological adaptation. It was found that individuals with a high level of family cohesion demonstrate a higher level of adaptation, while high levels of family anxiety negatively affect adaptive capacity. Marital satisfaction, along with positive conflict resolution styles, contributes to better integration into the social environment and emotional stability. At the same time, the hypothesis regarding the negative impact of marital conflicts on the level of adaptation was not confirmed, indicating the multifactorial nature of this phenomenon and the need for further analysis.

The article emphasizes that harmonious family interaction serves as an important adaptive resource, especially under conditions of social stress and change. A positive communication style within the family, trust among its members, emotional support, and the ability of the family to jointly overcome difficulties are critically important for ensuring the well-being of internally displaced persons.

The practical significance of the study lies in the potential application of its findings for developing psychological assistance programs aimed at strengthening family relationships and enhancing the level of socio-psychological adaptation.

Key words: family interaction, family cohesion, family conflicts, social and psychological adaptation, internally displaced persons, war, social support.

УДК 316.6:316.356.2-057.36
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.67.50>

Тузова А.В.

магістр 2 року навчання за спеціальністю 053 – Психологія
Дніпровський національний університет
імені Олеся Гончара

Грисенко Н.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри педагогічної та вікової психології
Дніпровський національний університет
імені Олеся Гончара

Постановка проблеми. Проблема адаптації внутрішньо переміщених осіб (далі – ВПО) є однією з найактуальніших соціально-психологічних тем у сучасних умовах. Воєнні конфлікти, політична нестабільність та інші кризові ситуації змушують людей залишати свої домівки, втрачати звичне середовище, роботу, соціальні зв'язки та відчуття безпеки. В Україні ця проблема особливо загострилася у зв'язку з воєнними діями, які тривають із 2014 р.,

а із 2022 р. охопили значно більші території. Внутрішньо переміщені особи стикаються із численними труднощами: пошуком житла та роботи, психологічним стресом, соціальною ізоляцією та травматичними наслідками війни.

У таких умовах сім'я відіграє ключову роль у процесі соціально-психологічної адаптації. Сімейне середовище часто є основним ресурсом підтримки для людини, яка переживає кризи, однак характер взаємодії в сім'ї може як

сприяти адаптації, так і поглиблювати психологічні та соціальні проблеми. Конфлікти, брак розуміння чи відсутність підтримки впливають на емоційний стан членів сім'ї, їхню здатність будувати стосунки з іншими людьми й інтегруватися в нове середовище. Водночас сім'я, що характеризується емпатією, взаєморозумінням і ефективною комунікацією, створює умови для успішного подолання труднощів.

Отже, проблема сімейної взаємодії в контексті адаптації внутрішньо переміщених осіб є надзвичайно актуальною. Вона має не лише соціальне, а й наукове значення, оскільки її вивчення сприяє розробленню нових підходів до підтримки сімей та інтеграції ВПО у суспільство. У сучасних умовах це дослідження стає важливим внеском у подолання одного із ключових викликів нашого часу.

Аналіз літератури. Проблематика соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб (ВПО) привертає значну увагу науковців, адже цей процес є ключовим для інтеграції постраждалих у нові соціальні умови. Російсько-українська війна стала причиною значної хвилі внутрішньої міграції, що спричинило складні виклики як для переселенців, так і для громад, що приймають. Наприклад, дослідження М. Бірюкової, І. Рущенко, Н. Лященко, С. Григор'євої й О. Проценко акцентують увагу на соціальних характеристиках і практиках ВПО, пов'язаних із російсько-українською війною. Автори вказують на значну роль сім'ї як джерела підтримки в умовах нестабільності та викликів переселення. Вони підкреслюють, що міцні родинні зв'язки сприяють зниженню рівня стресу та забезпечують емоційний ресурс для адаптації переселенців у нових умовах [1; 8].

У роботах М. Біскуп і Н. Волинець наголошено на психологічних механізмах підвищення стресостійкості ВПО, серед яких важливе місце посідають сімейні стратегії подолання кризових ситуацій. Зокрема, автори аналізують ефективність інтегративних психологічних втручань, які враховують сімейний контекст, а також описують соціально-психологічний портрет переселенців, вказуючи на вплив порушення сімейної гармонії на загальний рівень адаптованості [2; 3].

Психічне здоров'я ВПО є однією із ключових тем у дослідженнях багатьох українських науковців (В. Балійчук, Ю. Гопкало, В. Кривошеїн, О. Малиновська, О. Міщенко, Т. Панко, Л. Яценко й інші) [4; 5]. Вони вказують на високий рівень емоційного виснаження серед вимушених переселенців і наголошують на необхідності сімейної підтримки як базового ресурсу для відновлення психологічного балансу, підкреслюють значущість довіри та взаємної підтримки між членами родини [7]. Сімейна взаємодія, на думку авторів, відіграє роль адаптивного ресурсу, що підтримує житт-

єздатність і стійкість в умовах соціальних трансформацій. Також дослідники зазначають, що сильні сімейні зв'язки сприяють формуванню соціального капіталу переселенців, що є критично важливим для їхньої інтеграції в нові громади [6].

Серед іноземних учених можна виділити Д. Ріцці, Р.Дж. Джонсона, Е. Річардсона, О. Антоначіо та Ст.Е. Хобфола, які описали у своїх роботах соціальні, економічні та культурні наслідки переміщення, а також ролі держав і міжнародних організацій у підтримці переміщених людей. Вони підкреслюють, що внутрішнє переміщення осіб – це не просто фізичний переїзд людей з однієї частини країни в іншу, але й складний процес, що передбачає значні соціальні, психологічні й економічні виклики для самих переміщених осіб, а також для громад, що приймають. Також дослідники звертають увагу на те, як переміщення може сильно впливати на ідентичність людей і їхнє почуття приналежності до окремої спільноти, як у результаті переміщення люди можуть відчувати втрату зв'язку з рідним місцем, традиціями та навіть із родичами. Така зміна місця проживання часто стає причиною глибоких психологічних травм, зокрема, почуття розгубленості, ізоляції та безпорадності.

Але незважаючи на визнання важливості сімейних взаємодій, небагато досліджень систематично вивчали, як такі змінні, як згуртованість сім'ї, сімейна тривога, задоволеність шлюбом і стилі вирішення конфліктів у сім'ї, можуть брати участь у формуванні соціально-психологічної адаптації ВПО. Окрім того, ефективність позитивних сімейних взаємодій для цієї категорії населення залишається не досить вивченою.

Тобто, якщо узагальнити наукові праці, можна сказати, що характер сімейної взаємодії можна назвати одним із ключових чинників соціально-психологічної адаптації ВПО. Зміцнення сімейних зв'язків і формування адаптивних стратегій у сім'ях сприяє мінімізації негативних наслідків вимушеного переселення, допомагає переселенцям інтегруватися в нове соціальне середовище.

Мета статті полягає в дослідженні характеру сімейної взаємодії як чинника соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети нами було використано комплекс психодіагностичних методик: методу «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» Д.Х. Олсона, методу «Аналіз сімейної тривоги» (далі – АСТ) Е.Г. Ейдемиллера та В.В. Юстіцкіса, методу «Шкала взаємної адаптації в парі» (далі – DAS) Г. Спаньєра, методу «Опитувальник стилів вирішення конфліктів» (далі – CRSI) Л. Курдек, методу

«Діагностика подружніх конфліктів» В.П. Левкович, методику «Діагностика соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса – Р. Даймонда.

Виклад основного матеріалу дослідження. У дослідженні брало участь 70 респондентів віком від 18 років, які мають статус ВПО. Аналіз отриманих показників проводився в межах кореляційної стратегії за критерієм р Спірмена.

Таблиця 1
Показники кореляційного аналізу зв'язку між сімейною адаптацією та згуртованістю та рівнем адаптивності у ВПО

Показник	Сімейна адаптація	Сімейна згуртованість
Адаптивність	0,436*	0,412*

* – результати статистично значущі за $p < 0,01$.

Той факт, що особи з високим рівнем сімейної згуртованості демонструють вищий рівень соціально-психологічної адаптації, свідчить про важливу роль сім'ї як соціального інституту в розвитку та підтримці особистості. Сімейна згуртованість є ключовим чинником, який забезпечує емоційну підтримку, відчуття безпеки та приналежності. У таких умовах індивіди почуваються впевненіше, що сприяє їхній здатності адаптуватися до соціального середовища, ефективно долати труднощі та будувати гармонійні стосунки з іншими людьми.

Те, що особи з високим рівнем сімейної адаптації демонструють вищий рівень соціально-психологічної адаптації, також може свідчити про тісний взаємозв'язок між сімейним середовищем і здатністю особистості ефективно функціонувати в суспільстві. Сімейна адаптація відображає гармонію у стосунках між членами родини, їхню здатність спільно долати труднощі, підтримувати одне одного та пристосовуватися до змінних життєвих обставин. У таких умовах формується психологічно комфортне середовище, яке позитивно впливає на емоційний стан і соціальну компетентність індивіда.

Отже, отримані результати статистичного аналізу свідчать про те, що ВПО з високим рівнем сімейної адаптації та згуртованості мають вищий рівень соціально-психологічної адаптації, ніж ВПО з низьким рівнем сімейної адаптації та згуртованості.

Наступними ми використали методики «Аналіз сімейної тривоги» (АСТ) та «Діагностика подружніх конфліктів» (див. табл. 2).

Той факт, що особи з високим рівнем сімейної тривоги демонструють нижчий рівень соціально-психологічної адаптації, можна пояснити тим, що емоційна напруга має негативний

Таблиця 2

Показники кореляційного аналізу сімейної тривоги та рівня адаптивності у ВПО

Показник	Сімейна тривога	Подружній конфлікт
Адаптивність	-0,540*	-0,174

* – результати статистично значущі за $p < 0,01$.

вплив у сімейних стосунках на здатність особистості ефективно взаємодіяти із соціальним середовищем. Сімейна тривога виникає внаслідок постійних конфліктів, нестабільності або надмірної напруги у стосунках між членами родини. Вона створює несприятливе емоційне тло, яке позбавляє людину необхідного відчуття підтримки й безпеки, які є критично важливими для формування адаптивних механізмів. Замість того, щоб покладатися на родинну підтримку, особа змушена справлятися з емоційним дискомфортом, що зменшує її ресурси для ефективної взаємодії з навколишнім середовищем.

Те, що гіпотеза про зв'язок між високим рівнем подружнього конфлікту та нижчим рівнем соціально-психологічної адаптації не була підтверджена, може свідчити про складний і багатофакторний характер цього взаємозв'язку. На адаптацію особистості впливають не лише конфлікти в подружніх стосунках, але й інші чинники, як-от рівень підтримки від інших членів родини, індивідуальні особливості, рівень стресостійкості, професійне оточення, соціальні зв'язки поза сім'єю тощо.

Ми можемо припустити, що високий рівень подружнього конфлікту не завжди має прямий і очевидний вплив на соціально-психологічну адаптацію. Люди можуть навчитися компенсувати проблеми у шлюбі за допомогою інших джерел підтримки, наприклад друзів, колег чи професійної допомоги. Також важливо врахувати, що окремі особи можуть сприймати конфлікти по-різному: для когось вони стають джерелом стресу, а для інших – можливістю для зростання та зміцнення стосунків.

Наступними ми використали методики «Шкала взаємної адаптації в парі» (DAS) та «Опитувальник стилів вирішення конфліктів» (CRSI) (див. табл. 3).

Таблиця 3

Показники кореляційного аналізу зв'язку між задоволеністю шлюбом і провідним стилем у конфлікті та рівнем адаптивності у ВПО

Показник	Задоволеність шлюбом	Позитивний стиль вирішення конфліктів
Адаптивність	0,420*	0,394*

* – результати статистично значущі за $p < 0,05$;

** – результати статистично значущі за $p < 0,01$.

Особи з високим рівнем задоволеності шлюбом демонструють вищий рівень соціально-психологічної адаптації, ніж ті, хто має низький рівень задоволеності шлюбом. Це свідчить про важливу роль шлюбних стосунків у житті людини як джерела емоційної підтримки та соціальної стабільності. Задоволення шлюбом відображає гармонійні відносини між партнерами, їхню здатність спільно долати труднощі, підтримувати одне одного та створювати комфортний емоційний клімат. У таких умовах людина почувається впевненою, захищеною й емоційно стабільною, що сприяє її адаптації до соціального середовища.

Задоволення шлюбом позитивно впливає на емоційний стан особистості, знижує рівень стресу та тривожності, а також сприяє розвитку почуття впевненості у своїх силах і здатності долати життєві виклики. Гармонійні подружні стосунки сприяють формуванню довіри, відкритості та взаємної підтримки, які є важливими для побудови конструктивних відносин не лише в сім'ї, а й у ширшому соціальному контексті. Такі люди частіше демонструють позитивне сприйняття оточення, активну соціальну взаємодію й ефективність у міжособистісних стосунках.

Також той факт, що особи, які використовують позитивний стиль урегулювання конфліктів, мають вищий рівень соціально-психологічної адаптації, ніж ті, хто обирає уникаючий стиль, ми можемо пояснити тим, що ефективна комунікація та конструктивний підхід відіграють важливу роль у вирішенні міжособистісних проблем. Позитивний стиль вирішення конфліктів базується на відкритості до діалогу, здатності висловлювати свої думки й емоції, урахувати потреби іншої сторони та спільно шукати рішення, яке задовольнить усіх учасників ситуації. Такий підхід сприяє зниженню напруженості у стосунках, формуванню довіри та зміцненню соціальних зв'язків.

Натомість уникаючий стиль вирішення конфліктів передбачає уникнення обговорення проблем, ігнорування власних або чужих потреб, уникнення відповідальності за вирішення ситуації. Такий підхід може тимчасово зменшити напруженість, але в довгостроковій перспективі він часто поглиблює конфлікти, спричиняє накопичення невирішених проблем і формує відчуття ізоляції чи нерозуміння. Люди, які застосовують уникаючий стиль, ризикують втратити можливість розвинути конструктивні навички вирішення конфліктів, що може знижувати їхню соціальну компетентність і ускладнювати взаємодію з іншими.

Висновки. Результати дослідження підтвердили концептуальну гіпотезу, яка свідчить про наявність зв'язку між сімейною взаємодією та соціально-психологічною адаптацією внутрішньо переміщених осіб. Це підкреслює

важливість родинної підтримки та гармонійної сімейної атмосфери для успішної адаптації осіб у складних життєвих умовах, пов'язаних із вимушеним переміщенням. Сімейне середовище виступає ключовим ресурсом для емоційної стабільності та формування адаптивних механізмів.

Зокрема, було підтверджено, що високий рівень сімейної згуртованості є значущим чинником, який позитивно впливає на соціально-психологічну адаптацію. Особи, які мають тісні, підтримуючі стосунки із членами своєї родини, легше справляються зі стресами, спричиненими зміною життєвих обставин, краще інтегруються в нове соціальне середовище. Водночас було доведено, що високий рівень сімейної тривоги негативно впливає на здатність адаптуватися, створює емоційне напруження та погіршує сприйняття зовнішніх умов. Отже, рівень емоційного благополуччя в сім'ї відіграє важливу роль у соціальній адаптації.

Цікаво, що гіпотеза про зв'язок між високим рівнем подружнього конфлікту та низьким рівнем соціально-психологічної адаптації не отримала підтвердження. Це може свідчити про складність цього взаємозв'язку, оскільки окремі особи здатні компенсувати подружні конфлікти за допомогою інших ресурсів, наприклад соціальної підтримки з боку друзів або професійної допомоги.

Водночас результати нашого дослідження підтвердили, що позитивний стиль вирішення конфліктів є важливим чинником, який сприяє вищому рівню соціально-психологічної адаптації. Особи, які використовують конструктивний підхід у вирішенні суперечок, демонструють більшу емоційну стійкість і здатність до гармонійної взаємодії з іншими. І навпаки, уникаючий стиль вирішення конфліктів може обмежувати адаптивні можливості особистості через брак взаємодії та накопичення нерозв'язаних проблем.

Також підтвердження отримала гіпотеза, що задоволеність шлюбом сприяє вищому рівню соціально-психологічної адаптації. Гармонійні подружні стосунки, які базуються на взаємній підтримці, довірі та повазі, позитивно впливають на загальний психологічний стан і соціальну інтеграцію особи. Окрім того, високий рівень сімейної адаптації, тобто здатність родини адаптуватися до змін, також виявився важливим чинником для успішної адаптації особистості.

Отже, наше дослідження підтвердило значущість гармонійної сімейної взаємодії та підтримки у процесі соціально-психологічної адаптації ВПО. Сімейна згуртованість, задоволеність шлюбом, позитивний стиль вирішення конфліктів та здатність сім'ї адаптуватися до змін відіграють вирішальну роль у подоланні

труднощів, пов'язаних із вимушеним переміщенням, і сприяють емоційному та соціальному благополуччю внутрішньо переміщених осіб.

Перспектива подальшого дослідження.

Цікавим напрямом може стати вивчення міжкультурних особливостей сімейної взаємодії в контексті адаптації внутрішньо переміщених осіб. Розуміння того, як культурні традиції та соціальні норми впливають на способи реагування сімей на кризові ситуації, може допомогти в розробленні програм підтримки, адаптованих до потреб різних груп населення. Дослідження також можуть зосередитися на ролі відмінностей різних поколінь у сімейній взаємодії та їхнього впливу на адаптацію різних вікових груп, зокрема дітей, підлітків і літніх людей. Також ми вважаємо, що важливим аспектом для подальшого дослідження є роль зовнішніх соціальних чинників, як-от наявність інституційної підтримки, професійна зайнятість, доступ до освіти й охорони здоров'я, у взаємозв'язку між сімейною взаємодією й адаптацією. Зокрема, варто дослідити, як ці чинники можуть посилювати або, навпаки, послаблювати вплив сімейного середовища на адаптацію. Це дозволить визначити комплексні моделі підтримки, які враховують як внутрішньосімейні, так і соціальні аспекти.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Біженці і внутрішньо переміщені особи російсько-української війни: соціальні характеристики і практики / М. Бірюкова та ін. *Грані : науково-теоретичний альманах*. 2022. Т. 25. № 6. С. 143–156. <https://doi.org/10.15421/172282>.
2. Біскуп М., Волинець Н. Психологічні заходи підвищення стресостійкості внутрішньо переміщених осіб. *Grail of Science*. 2024. № 40. С. 521–526. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.07.06.2024.088>.
3. Біскуп М., Волинець Н. Соціально-психологічний портрет внутрішньо переміщених осіб. *Grail of Science*. 2024. № 40. С. 533–535. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.07.06.2024.091>.
4. Гопкало Ю. Особливості психічного здоров'я у вимушених переселенців. *Collection of Scientific Papers "ΛΟΓΟΣ"*. 2022. Cambridge, UK. P. 212–213. <https://doi.org/10.36074/logos-09.12.2022.59>.
5. Зміни в системі цінностей громадян України зі статусом внутрішньо переміщених осіб / В. Кривошеїн та ін. *Грані : науково-теоретичний альманах*. 2024. Т. 27. № 2. С. 101–108. <https://doi.org/10.15421/172437>.
6. Малиновська О., Яценко Л. Соціальні наслідки вимушеного внутрішнього переміщення населення в Україні. *Проблеми сучасних трансформацій*. Серія: «Економіка та управління». 2024. №11. <https://doi.org/10.54929/2786-5738-2024-11-07-01>.
7. Фактори психічної травматизації у внутрішньо переміщених осіб: їх структура та динаміка у часі / Н. Марута та ін. *Здобутки клінічної і експериментальної медицини*. 2020. № 1. С. 120–127. <https://doi.org/10.11603/1811-2471.2020.v.i1.11079>.
8. Проценко О. «Внутрішньо переміщені особи» як категорія теоретизування та соціальної практики. *Грані : науково-теоретичний альманах*. 2018. Т. 21. № 4. С. 47–55.