

ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКІВ ПОДРУЖНІХ КОНФЛІКТІВ У СІМ'ЯХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Усик Дмитро Борисович,

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка
ORCID ID: 0000-0002-1350-5847
Scopus-Author ID 57210892794
Researcher ID AEN-9763-2022

Кайдалова Альбіна Володимирівна,

кандидат фармацевтичних наук, доцент,
магістрант кафедри психології
Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка
ORCID ID: 0009-0006-1416-5131

У статті здійснено поглиблений теоретико-емпіричний аналіз соціально-психологічних чинників, що визначають природу та динаміку подружніх конфліктів у сім'ях військовослужбовців у період війни. Сім'я військовослужбовця розглядається як система з порушеною рівновагою, у якій зовнішні стресори війни викликають трансформацію внутрішніх структурних та комунікативних механізмів.

Концептуально доведено, що хронічний стрес та психотравматичні події активують механізми дезадаптивного копіngu, знижують здатність до емоційної регуляції та погіршують якість подружньої комунікації. Функціонування подружжя аналізується крізь призму теорії прив'язаності, яка пояснює появу емоційного дистанціювання, зниження довіри та порушення базових патернів близькості через постійну небезпеку й невизначеність. Розглянуто рольову теорію, відповідно до якої тривала відсутність військовослужбовця та перевантаження партнера обов'язками спричинює дезінтеграцію сімейних ролей і посилення внутрішньосистемних суперечностей.

Емпіричне дослідження, підтвердило теоретичні висновки: домінування хронічного стресу, емоційної нестабільності, високого рівня тривожності та ролевого перевантаження формує основу конфліктогенних процесів. У військовослужбовців виявлено ознаки бойового стресу, труднощі реадaptaції після ротацій і тенденцію до уникання емоційного контакту, описану в моделях стресу та емоційного виснаження. У дружин зафіксовано симптоми вторинної травматизації, напруження очікування та зниження ресурсності.

Конфлікти у таких сім'ях часто набувають латентного характеру, що узгоджується з моделлю «прихованих конфліктів», де домінують непроговорені переживання, уникання комунікації та поступове емоційне охолодження. Теоретично доведено, що саме порушення емоційного обміну виступає ключовим чинником руйнування стабільності шлюбної системи у період воєнних загроз.

Практична значущість роботи полягає у визначенні напрямів психологічної підтримки військових родин. Обґрунтовано необхідність впровадження програм розвитку адаптивних копінг-стратегій, відновлення емоційної близькості, стабілізації сімейних ролей, профілактики вторинної травматизації та формування ресурсних моделей подолання стресу. Теоретично збагачена інтерпретація результатів створює підґрунтя для подальших міждисциплінарних досліджень військових сімей у контексті тривалих соціальних криз.

Ключові слова: подружній конфлікт, соціально-психологічні чинники, сім'я військовослужбовця, війна, стрес, адаптація, комунікація, емоційна підтримка.

Usyk Dmytro, Kaydalova Albina. Research on social-psychological factors of marriage conflict in the families of military servicemen during the war

The article presents an in-depth theoretical and empirical analysis of the social and psychological factors that determine the nature and dynamics of marital conflicts in the families of military personnel during wartime. The military family is viewed as a system with a disturbed balance, in which external wartime stressors provoke transformations of internal structural and communicative mechanisms.

It is conceptually demonstrated that chronic stress and psychotraumatic events activate maladaptive coping mechanisms, reduce emotional regulation capacity, and diminish the quality of marital communication. The functioning of the marital dyad is analyzed through the lens of attachment theory, which explains the emergence of emotional distancing, decreased trust, and disruptions of basic patterns of intimacy caused by constant danger and uncertainty. Role theory is also considered, indicating that prolonged absence of the servicemember and the partner's overload with responsibilities lead to the disintegration of family roles and intensification of intra-systemic contradictions.

The empirical study confirmed the theoretical assumptions: the dominance of chronic stress, emotional instability, high anxiety levels, and role overload form the core of conflictogenic processes. Military personnel demonstrated signs of combat stress, difficulties with readaptation after rotations, and a tendency to avoid emotional contact, which corresponds to established models of stress and emotional exhaustion. The wives showed symptoms of secondary traumatization, tension associated with waiting, and reduced psychological resources.

Conflicts in such families often take on a latent character, consistent with the "hidden conflict" model, where unspoken emotions, communication avoidance, and gradual emotional disengagement predominate. Theoretically, it is shown that disturbances in emotional exchange serve as a key factor undermining the stability of the marital system under wartime threats.

The practical significance of the study lies in identifying directions for psychological support for military families. The authors substantiate the need for implementing programs aimed at developing adaptive coping strategies, restoring emotional closeness, stabilizing family roles, preventing secondary traumatization, and strengthening resource-based models of stress management. The theoretically enriched interpretation of the findings forms a basis for further interdisciplinary research on military families in the context of prolonged social crises.

Key words: marital conflict, socio-psychological factors, military family, war, stress, adaptation, communication, emotional support.

Проблематика конфліктів у сучасному суспільстві набуває особливої актуальності в умовах державотворення України, що супроводжується проявами соціально-політичної нестабільності, ідеологічних суперечностей, упровадженням радикальних реформ та необхідністю подолання спротиву з боку політичних і світоглядних опонентів. Ці чинники посилюються в умовах повномасштабної війни, яка істотно впливає на всі сфери життєдіяльності, зокрема й на функціонування сім'ї як базового соціального інституту.

Сімейні конфлікти є однією з найпоширеніших форм соціальної взаємодії, що супроводжують людство упродовж усього існування інституту шлюбу. За даними психологічних досліджень, близько 80–85% сучасних сімей стикаються з конфліктними ситуаціями, тоді як у 15–20% відзначаються періодичні суперечки з різних причин. Специфіка подружніх стосунків зумовлює особливості виникнення, перебігу й подолання конфліктів, що безпосередньо впливає на соціальне та психологічне благополуччя членів родини.

Вагомий внесок у вивчення шлюбно-сімейних взаємин зробили українські науковці, серед яких О. Волошок, Д. Карпова, Є. Потапчук, Л. Пучкова, А. Руденко, О. Сидоренко, О. Язвинська та інші, які детально досліджували закономірності подружньої взаємодії, причини конфліктності та психологічні механізми гармонізації сімейних відносин.

Повномасштабна війна Росії проти України, що розпочалася 24 лютого 2022 року, стала потужним деструктивним чинником для природного розвитку української родини. Війна докорінно змінила умови її функціонування, загострила наявні суперечності та породила нові соціальні ризики. Масові людські втрати, вимушена внутрішня й зовнішня міграція спричинили деформацію демографічних процесів, дестабілізували соціально-економічну сферу й поставили сім'ю перед необхідністю адаптації до екстремальних умов існування.

У таких умовах виконання базових функцій сім'ї значно ускладнюється: замість забезпечення фізичного, соціального й культурного відтворення сім'я часто змушена зосереджуватися на питаннях безпеки, виживання та психологічної стійкості своїх членів.

Перебування військовослужбовців у районі бойових дій супроводжується впливом екстремальних чинників, що формують високий рівень стресу через постійну загрозу життю, надмірні фізичні й психологічні навантаження, обмеження у комунікації з близькими та тривалу соціальну ізоляцію. Сукупність цих факторів призводить до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), тривожних і депресивних станів, що

у підсумку негативно позначається на якості подружніх стосунків [1].

У довгостроковій перспективі зазначені процеси можуть зумовлювати зниження самооцінки, формування почуття безпорадності, фрустрації, емоційного вигорання та девіантних форм поведінки. Військовослужбовці нерідко стикаються з руйнуванням сімейних стосунків, втратою соціальних зв'язків, розвитком залежностей і зниженням психологічної адаптивності. Вплив бойового досвіду не завершується із припиненням участі у бойових діях – після демобілізації або у відпустці часто виникають нові труднощі, пов'язані з реінтеграцією у цивільне життя та нерозумінням з боку суспільства, що може спричинити хронічні форми ПТСР [1].

Сім'ї військовослужбовців становлять окрему соціально-психологічну категорію, оскільки стикаються з низкою специфічних труднощів, зумовлених характером військової служби. Внутрішньосімейні стосунки у таких родинах часто регламентовані військовим ритмом, службовими обмеженнями та вимушеними розлуками, що призводить до емоційної напруги й конфліктності [2, 3].

Окремої уваги заслуговує явище вторинної травматизації дружин військовослужбовців, яке виявляється внаслідок тривалої розлуки, невизначеності, емоційного виснаження та дефіциту соціальної підтримки. У таких умовах жінки нерідко переживають симптоми вторинної психологічної травми, що проявляється у підвищеній тривожності, депресивних настроях та зниженні емоційної стабільності [4].

Подружні конфлікти у військових родинах не можуть розглядатися виключно як приватна сфера – вони мають суспільне значення, оскільки впливають на формування моральних цінностей, виховання дітей, рівень довіри у соціумі та психологічну стійкість суспільства загалом.

Проведений теоретичний аналіз соціально-психологічних чинників конфліктів у сім'ях військовослужбовців зумовлює потребу у практичному вивченні подружньої взаємодії в умовах війни як складного, багаторівневого феномена.

Метою дослідження є визначення особливостей емоційно-психологічного стану військовослужбовців та їхніх дружин, виявлення провідних чинників, що сприяють виникненню конфліктів, а також окреслення адаптивних ресурсів, які забезпечують збереження цілісності сім'ї у воєнний період.

У вибірці дослідження взяли участь 88 респондентів – 42 військовослужбовці та 46 дружин військовослужбовців.

Дослідження проводилося у форматі анонімного онлайн-опитування (Google Forms), яке включало блоки запитань щодо соціально-демографічних характеристик, професійної діяльності (для військовослужбовців), динаміки конфліктів у сім'ї, їхніх причин, способів подолання та емоційно-психологічного стану учасників.

Результати проведеного дослідження засвідчили, що застосування комплексної емпіричної моделі дало змогу отримати цілісне уявлення про природу сімейних конфліктів у родинах військовослужбовців, інтегруючи когнітивні, емоційно-ціннісні та поведінкові компоненти взаємодії подружжя. Використання авторської анкети й комплексу діагностичних методик дозволило виявити як зовнішні, так і внутрішньоособистісні чинники, що зумовлюють виникнення, динаміку та інтенсивність конфліктів, а також виокремити закономірності їхнього подолання. Репрезентативність забезпечувалася залученням сімей, у яких наявні тривалі розлуки через професійні обов'язки військовослужбовців, а також включенням представників обох статей. Емпірична частина дослідження проводилася в онлайн формі, з травня по вересень 2025 року.

Отримані дані засвідчили, що у структурі вибірки переважають респонденти вікової категорії 41–50 років, що характеризує більшість сімей як зрілі, із усталеними соціальними ролями та стабільною життєвою позицією. Такий віковий профіль має важливе аналітичне значення, оскільки типологія конфліктів у подібних сім'ях здебільшого пов'язана з розподілом обов'язків, батьківськими ролями та побутовими питаннями, а не з кризами самоідентифікації.

Професійний аналіз показав, що 45% військовослужбовців є добровольцями, 30% – мобілізованими, а 25% – проходять службу за контрактом. Така варіативність відображає у способах вступу до служби відображає різницю в мотиваційних та соціально-економічних умовах респондентів, що може впливати на їхнє ставлення до служби та сім'ї.

За тривалістю служби (табл. 1) більшість респондентів (65%) мають понад три роки досвіду, що свідчить про тривалу інтегрованість у військове середовище та сформованість специфічних моделей адаптації до стресу. Решта розподілена по коротших інтервалах (до 1 року, 1 рік, 2 роки, 3 роки, більше 5 років, більше 10 років). Така структура свідчить про те, що вибірка має значення для аналізу адаптаційних механізмів і впливу служби на сімейні відносини.

Таблиця 1

Термін служби у Збройних силах України

Тривалість	Кількість	%
до 1 року	2	5,6
1 рік	2	5,6
2 роки	4	10
3 роки	2	5
Більше 3 років	26	65
Більше 5 років	2	5,6
Більше 10 років	2	5,6

Водночас 85,7% опитаних брали безпосередню участь у бойових діях, що вказує на значну експозицію до травматичних подій і потенційний ризик розвитку посттравматичних реакцій, які безпосередньо відбиваються на системі сімейних відносин.

Аналіз належності до різних родів військ показав, що 35% респондентів представляють Сили спеціальних операцій (ССО), 15% – сухопутні війська, 15% – Сили безпілотних систем, а решта 35% – інші формування (ППО, Десантно-штурмові війська (ДШВ), війська зв'язку, Сили територіальної оборони (ТрО), Національна Гвардія України (НГУ), Служба безпеки України (СБУ), сили підтримки).

Така структура вибірки дозволяє простежити особливості впливу специфіки служби на рівень психологічного навантаження та інтенсивність сімейних конфліктів. Представники бойових формувань демонструють вищі показники емоційної напруги, дистанційності у спілкуванні та труднощів адаптації після ротацій. Аж такий розподіл дозволяє вивчати міжгрупові відмінності у стратегіях подолання стресу залежно від специфіки служби (рівень підготовки, інтенсивність бойових навантажень, тривалість відряджень тощо).

Серед респондентів за родом військ розподіл представлений наступним чином (табл. 2).

Таблиця 2

Військова спеціальність (вид і рід військ):

Рід військ	Кількість	%
Сухопутні війська	6	15
Повітряні сили	2	5
Десантно-штурмові війська	2	5
Війська зв'язку та кібербезпеки	2	5
Сили територіальної оборони	2	5
Сили спеціальних операцій	17	35
Служба безпеки України	2	5
Сили безпілотних систем	6	15
Сили підтримки	2	5
Національна Гвардія	2	5

Таблиця 3

**Професія до військової служби
(основний рід занять):**

Напрямок діяльності	Кількість	%
Безробітний	6	15
Технічний (слюсар)	4	10
Підприємець	8	20
Будівництво	2	5
Охорона. Бізнес	2	5
ІТ	4	10
ДСНС	2	5
Тренер	2	5
Бізнес	2	5
Медпредставник	2	5
Фінансист	2	5
Кадрова робота	2	5
Інженер	2	5

До вступу на військову службу 20% (8 осіб) респондентів займалися підприємницькою діяльністю, 15% (6 осіб) були безробітними, 10% працювали у сфері ІТ (4 особи), ще 10% мали технічні спеціальності. Інші професійні категорії (будівництво, охорона, рятувальні служби, тренерська діяльність, медичні представники тощо) представлені в невеликій частці по 5% кожна. Соціально-професійна гетерогенність вибірки вказує на те, що військова служба для значної частини опитаних є різкою зміною професійної траєкторії, що само по собі виступає стресогенним чинником і може провокувати додаткові труднощі в родинних стосунках.

Результати дослідження сімейного контексту засвідчили наявність тривалих періодів розлуки у більшості сімей, що спричинює емоційне віддалення, дефіцит комунікації та накопичення нерозв'язаних проблем. Дружини військовослужбовців відзначили найпоширенішими труднощами (рис.1.) емоційне виснаження (60%), побутові складнощі (47,8%), постійне відчуття небезпеки (17,4%) та дефіцит часу для самореалізації (17,4%). Ці показники свідчать про наявність феномену ролевої перевантаженості, коли дружини змушені виконувати функції обох батьків, підтримувати побут та одночасно залишатися емоційною опорою для чоловіка.

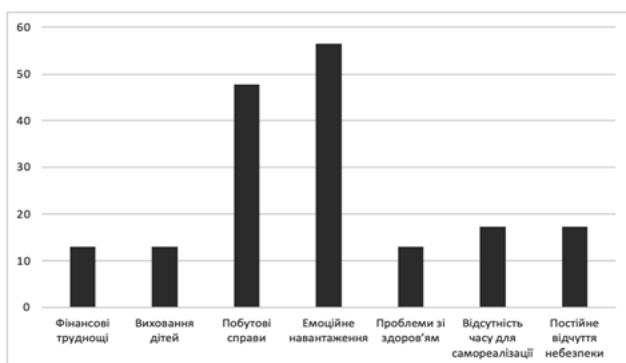


Рис. 1. Виклики та проблеми у повсякденному житті дружин військовослужбовців (%)

Отримані результати дослідження свідчать, що емоційна нестабільність і підвищений рівень тривожності виступають провідними детермінантами психологічного стану дружин військовослужбовців. Ці фактори мають характер хронічних стресорів, що зумовлюють підвищену психо-емоційну напругу, сприяють розвитку депресивних реакцій, порушень сну, зниженню загальної мотивації та формуванню емоційної дистанції у стосунках із партнером. Симптоми «втоми від очікування» та «невизначеності майбутнього» розглядаються як характерні прояви постстресового адаптаційного синдрому, який формується в умовах тривалої розлуки, постійної тривоги за безпеку близької людини та обмеженості соціальної підтримки. Такий психологічний стан є показником виснаження особистісних і сімейних ресурсів, що знижує здатність до ефективного подолання труднощів та конструктивної взаємодії у шлюбі.

Виявлені закономірності підтверджують необхідність розроблення системної програми психологічної підтримки дружин військовослужбовців, орієнтованої на формування ефективних копінгових стратегій, розвиток навичок стрес-менеджменту, емоційної саморегуляції та збереження внутрішньої стійкості. Важливим напрямом такої роботи має стати створення умов для соціальної взаємодії, групової підтримки та профілактики вторинної травматизації, що в комплексі сприятиме підвищенню адаптаційного потенціалу жінок і стабілізації сімейних стосунків у контексті воєнного досвіду.

Аналіз частоти конфліктів показав, що серед військових 86% зазначили, що конфлікти виникають іноді, а серед дружин – 70%. Часті конфлікти спостерігаються у 8,7% дружин і 4,8% військових, дуже часті – у 13% і 4,8% відповідно, тоді як відсутність конфліктів засвідчили 9,5% військових і 8,7% дружин (рис. 2). У порівнянні з довоєнним періодом, коли 56,5% респондентів повідомляли про конфлікти «іноді» та 17,4% заперечували їхню наявність, спостерігається істотне зростання конфліктності унаслідок воєнних обставин і тривалих розлук.

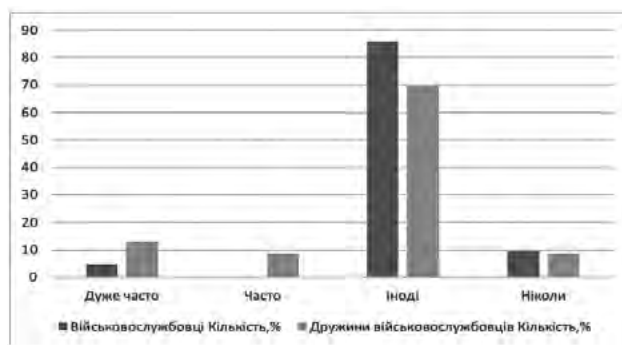


Рис. 2. Частота виникнення конфліктів

Основними причинами конфліктів (рис. 3) визначено порушення емоційного контакту (38,1% військових і 52,2% дружин) та побутові труднощі (23,8% і 43,5% відповідно). Тривала відсутність чоловіка є конфліктогенним чинником для 57,1% військових і 26,1% дружин,

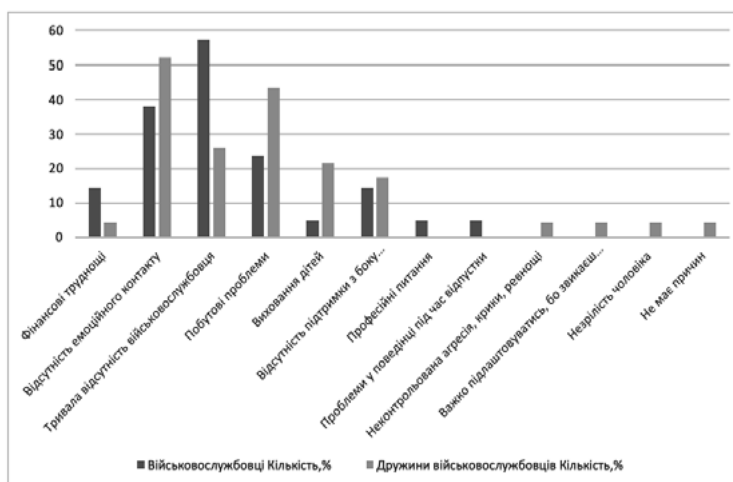


Рис. 3. Причини конфліктів в родинях військових

тоді як питання виховання дітей та нестача підтримки з боку партнера мають меншу, але значущу вагу. Водночас 71,4% військових і 52,2% дружин вважають, що спільне проведення часу знижує напруження у стосунках, що підтверджує значущість емоційної близькості як ключового ресурсу стабілізації подружніх відносин.

Окремий блок анкети був присвячений дослідженню рівня стресу та емоційного стану респондентів. Дані щодо емоційного стану респондентів підтвердили наявність хронічного стресу (рис. 4): 62% військовослужбовців відзначили, що переживають стрес часто, 29% – постійно; серед дружин 61% повідомили про підвищену тривожність, 56,5% – про емоційне виснаження, а 17,4% – про депресивні прояви (рис. 5).

Така психологічна напруженість створює сприятливий ґрунт для конфліктів, що здебільшого мають латентний характер і проявляються у формі емоційної дистанції, уникання спілкування та байдужості.

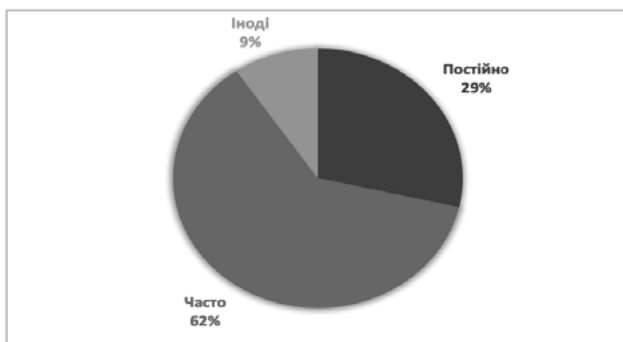


Рис. 4. Наявність стресу у військових

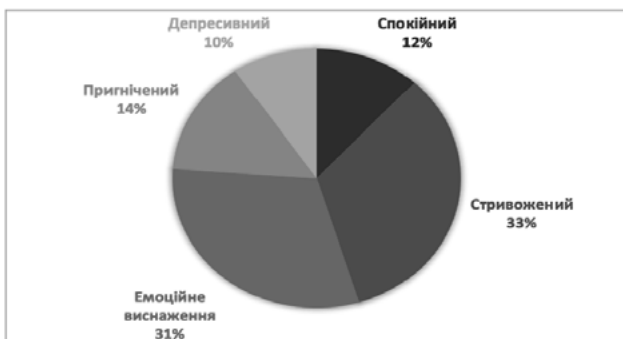


Рис. 5. Самооцінка психоемоційного стану у дружин

Отримані результати дозволяють констатувати, що сім'ї військовослужбовців перебувають у стані підвищеного емоційного та соціального напруження,

зумовленого поєднанням факторів тривалої розлуки, бойового досвіду, невизначеності майбутнього та обмеженості ресурсів емоційної підтримки. Емоційне виснаження, хронічна тривога та ролеве перевантаження дружин виступають детермінантами підвищеної конфліктності. Конфлікти, як правило, набувають латентного характеру, відображаючи не стільки відкриту агресію, скільки поступове емоційне віддалення між партнерами.

Результати проведеного анкетування засвідчили, що подружні стосунки у родинах військовослужбовців характеризуються зниженням емоційної залученості, послабленням комунікаційних зв'язків і зростанням рівня тривожності, що потребує цілеспрямованих психопрофілактичних та психокорекційних заходів. Особливої уваги потребують програми психологічної підтримки жінок, які перебувають у стані тривалого очікування та переживають хронічний стрес. Комплексна психосоціальна підтримка, спрямована на розвиток копінгових стратегій, управління стресом і збереження внутрішніх ресурсів, є необхідною умовою стабілізації сімейних систем військовослужбовців у сучасних умовах.

З огляду на складність і багатовимірність отриманих результатів, доцільним є проведення подальшого глибокого діагностування респондентів із використанням валідованих психодіагностичних методик. Зокрема, для кількісної оцінки рівня суб'єктивного психологічного напруження доцільно застосовувати Шкалу сприйняття стресу (PSS-10), розроблену S. Cohen та G. Williamson, що дозволяє визначити індивідуальний рівень стресової чутливості та суб'єктивного відчуття перевантаження. Для аналізу комунікативних і поведінкових аспектів подружньої взаємодії у ситуації конфлікту рекомендовано використати методику «Характер взаємодії подружжя в конфліктній ситуації» (Ю. Є. Альошина, Л. Я. Гозман, К. М. Дубровська), яка дає змогу поглиблено дослідити особливості стилів реагування партнерів, їхню готовність до компромісу та способи емоційного реагування.

Застосування зазначених методик у подальших етапах дослідження сприятиме отриманню більш структурованих і верифікованих даних щодо рівня психологічного напруження, характеру конфліктної взаємодії та ресурсного потенціалу сімей військовослужбовців, що, у свою чергу, стане підґрунтям для розробки ефективних програм психологічної підтримки й профілактики деструктивних проявів у подружніх стосунках.

Література:

1. Кайдалова А. Фактори психоемоційного виснаження у військовослужбовців. *Молодь у сучасній психології*: матеріали конференції / за ред.: Кузікової С. Б., Вертеля А. В. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2024. С. 62–63.
2. Лелека Р. О., Миропольцева Н. І. Профілактика та вирішення конфліктів у сім'ях військовослужбовців. *Габітус*. 2024. Випуск 60. С. 236–239.
3. Петрінко В. С. Конфліктологія: курс лекцій, енциклопедія, програма, таблиці: навчальний посібник. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2020. 360 с.
4. Lazarus R. S. Emotion and Adaptation Revisited: Forty Years. *Emotion Review*. 2019. No 11(3). P. 182–193.

References:

1. Kaydalova, A. (2024). Factors of Psycho-Emotional Exhaustion among Military Personnel. In S. Kuzikova & A. Vertel (Eds.). *Youth in Modern Psychology : Conference Proceedings* (pp. 62-63). Sumy : Sumy State Pedagogical University named after A. S. Makarenko. [in Ukrainian].
2. Leleka, R. O., & Myropoltseva, N. I. (2024). Prevention and Resolution of Conflicts in Military Families. *Habitus*, 60, 236-239. [in Ukrainian].
3. Petrinko, V. S. (2020). Conflictology: Course of Lectures, Encyclopedia, Program, Tables. Textbook. Uzhhorod : UzhNU «Hoverla» Publishing House. [in Ukrainian].
4. Lazarus, R. S. (2019). Emotion and Adaptation Revisited: Forty Years. *Emotion Review*, 11(3), 182-193.

Дата першого надходження рукопису до видання: 22.10.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 20.11.2025

Дата публікації: 30.12.2025