

Психологічні особливості комунікативних проблем у родинах українських переселенців в умовах війни

Дар'я Шатірішвілі

*магістрантка кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: shatirishviliDD@krok.edu.ua*

Ірина Сингаївська

*кандидат психологічних наук, професор,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: irinas@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0001-6802-0081*

З початком повномасштабного вторгнення загарбницьких російських військ на українську землю багато українських сімей зіткнулися із складними проблемами забезпечення виживання, матеріальними і побутовими труднощами, втратою рідних людей, житла, майна та іншими болісними подіями. Однією з вразливих категорій українського населення є переселенці, які покинули рідний дім та місце проживання, втікаючи від війни. Багато переселенців змушені були розлучитися із членами сімей, коли чоловіки пішли захищати Україну, а жінки з дітьми і старшими членами родини виїхали у більш безпечний регіон чи за кордон.

Психологічні аспекти переживання проблем у сім'ях переселенців досліджуються у працях науковців Т. Алексеєнко, О. Блинової, С. Волошина, І. Сингаївської, Я. Юрківа та ін. Водночас одним з малодосліджених аспектів проблеми надання психологічної допомоги переселенцям залишаються комунікативні проблеми в їх сім'ях, що охоплюють стосунки між старшим і молодшим поколінням у родині, спілкування із чоловіками, які пішли захищати Україну, труднощі взаємин з дітьми-підлітками і юнаками та багато іншого. Відповідно до вказаного метою тез є висвітлення психологічних особливостей комунікативних проблем у родинах українських переселенців в умовах війни.

Для визначення основних комунікативних проблем у родинах українських переселенців ми провели дослідження, за результатами якого встановили, що чоловіки та жінки у сім'ях переселенців мають виразні негативні стани та характеристики – симптоми тривоги, депресії, агресії, фіксації на психотравмі, неконструктивні установки на шлюб тощо. Це викликає труднощі взаєморозуміння у родинах. При аналізі характеристик спілкування в сім'ї виявлено, що багато чоловіків і жінок не довіряють один одному (переважно у сім'ях, де жінки виїхали за кордон), мають проблеми із легкістю спілкування та подібністю поглядів подружжя.

Українські переселенці часто мають низьку адаптивність, що вказує на відсутність у них стійкості до стресів. Багатьом опитуваним властива тривожність, фрустрація, ригідність, й особливо агресивність, що очевидно в умовах виживання українців під час війни. Вказані психічні стани негативно

впливають на якість спілкування в сім'ях, знижують взаєморозуміння у стосунках між подружніми партнерами. Крім того, відмічено високу частоту виникнення конфліктів у родинах українських переселенців. Схиляючись до співпраці та компромісу, багато чоловіків також обирають стиль боротьби, суперництва при вирішенні конфліктів у родині. Намагаючись досягти тільки своїх цілей, вони загострюють взаємини з дружиною, яка також не завжди використовує оптимальний стиль реагування на таку поведінку чоловіка. Неузгодженість стилів поведінки у конфліктних ситуаціях провокує порушення взаєморозуміння у сімейних парах переселенців, які замість спільного вирішення проблем влаштовують боротьбу за владу і верховенство у сім'ї.

Отримані результати дослідження підтверджуються раніше проведеними науковими розвідками. Багато комунікативних труднощів у взаєминах переселенців виникають через особистісні властивості (тривожність, агресію, конфліктність, депресію, втрату віри у свої сили та ін.) (О. Блинова [1]; Л. Мохнач, І. Сингаївська [2]). Все це негативно впливає на психічне здоров'я, зумовлюючи ризик виникнення психосоматичних захворювань. Зокрема, у дослідженні І. Сингаївської, Н. Осауленко вказано, що «порушення комунікації між партнерами спричиняють відхилення у стосунках, непорозуміння та конфліктні ситуації, а також деструктивно впливають на самопочуття, самооцінку та психофізичний стан» [3, с. 126].

До комунікативних проблем у родинах українських переселенців відносяться й труднощі взаєморозуміння між батьками і дітьми-підлітками. За висновками І. Сингаївської, О. Іванової, «підлітки починають чинити опір підвищеному контролю з боку батьків, намагаються віддалитися від нав'язаних дорослими зразків та ідеалів поведінки, активно захищають свою думку і право поводитися незалежно» [4, с. 169]. Намагаючись завоювати авторитет серед нових знайомих, підлітки-переселенці можуть бути схильні не слухати вказівок батьків, ігнорувати їхні вимоги щодо поведінки. Це провокує конфлікти між батьками і дітьми-підлітками.

Для психологічної роботи з подружніми парами українських переселенців у ситуації війни нами було розроблено і впроваджено програму психологічних занять, спрямованих на допомогу у визначенні і подоланні комунікативних проблем; на формування комунікативних навичок і вмінь учасників встановлювати і підтримувати гармонійну взаємодію у подружніх парах тощо. При перевірці ефективності проведеної психологічної роботи проаналізовано показники змін у розвитку міжособистісних стосунків у подружніх парах українських переселенців в умовах війни, встановлено часткове вирішення ними комунікативних проблем у взаєминах, оптимізацію психічних станів та зростання соціально-психологічної адаптивності, вибір оптимальних стратегій поведінки у конфліктах (співпраця і компроміс).

Виявлені комунікативні проблеми переселенців і чинники, які їх викликають (неузгодженість поглядів подружжя, незадоволеність шлюбом, використання різних стилів поведінки у конфліктних ситуаціях, низька психологічна

адаптивність подружжя тощо) спрямовують до пошуку найбільш ефективних шляхів надання їм психологічної допомоги. Для цього було розроблено та впроваджено програму психологічних занять з подолання комунікативних проблем подружніх пар українських переселенців у ситуації війни, яка допомогла оптимізувати взаємодію у подружніх парах; налагодити гармонійні стосунки подружніх партнерів.

Список використаних джерел

1. Блинова О. Є. Соціально-психологічна адаптація дітей із родин вимушених переселенців. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2019. № 2. С. 19-30.
2. Мохнач Л. Ю., Сингаївська І. В. 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 (Київ, 07 грудня 2022 р.)*. Київ: Університет «КРОК», 2022. URL: <https://conf.krok.edu.ua/SRE/SRE-2022/paper/view/1274>.
3. Сингаївська І. В., Осауленко Н. В. Особливості комунікативних проблем в шлюбних партнерських стосунках переселенців під час війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2023. № 3 (71). С. 125–134.
4. Сингаївська І. В., Іванова О. В. Коучинговий підхід як інструмент для встановлення довірливих стосунків між батьками і підлітками. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2023. № 2 (70). С. 166–172.