

<https://doi.org/10.31891/PT-2024-3-23>

УДК 159.942

Наталія ПОТАПЧУК

доктор психологічних наук, професор,
Національна академія Державної прикордонної служби України
імені Богдана Хмельницького

<https://orcid.org/0000-0001-8303-6196>

e-mail: natapotapchuk@gmail.com

Дарина ЧОРНОМОРЕЦЬ

здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти,
Хмельницький національний університет

<https://orcid.org/0009-0002-2190-823X>

e-mail: darynka.chornomorets@gmail.com

ЖИТТЄДІЯЛЬНІСТЬ СІМЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

У статті здійснюється вивчення життєдіяльності сімей військовослужбовців в умовах війни. З'ясовано, що війна деструктивно впливає на життєдіяльність сімей учасників бойових дій. Члени таких сімей мають безліч тривог та переживань за життя та здоров'я своїх рідних, які зі зброєю в руках захищають країну. До цього додаються проблеми з переїздами на нові місця служби, адаптації до нових життєвих обставин, а також обмежені можливості військовослужбовця, як илюбного партнера, повноцінно виконувати сімейні ролі. Дружини учасників бойових дій відчують побоювання за майбутнє своєї сім'ї і потребують психологічної просвіти та допомоги щодо подальшого планування сімейного життя і відновлення гармонійних взаємин з партнером.

Ключові слова: сім'ї військовослужбовців, життєдіяльність, умови війни, психологічна проблема.

Nataliia POTAPCHUK

The National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine named after
Bohdan Khmelnytskyi

Daryna CHORNOMORETS

Khmelnytskyi National University

LIFE ACTIVITIES OF THE FAMILIES OF MILITARY SERVICEMEN IN THE CONDITIONS OF WAR AS A PSYCHOLOGICAL PROBLEM

The article examines the life of servicemen's families in wartime conditions. It has been found that the war has a destructive effect on the livelihoods of the families of the combatants. This is due to the fact that the members of such families have many anxieties and worries about the life and health of their relatives, who defend the country with weapons in their hands. Added to this are problems with moving to new places of service, adaptation to new life circumstances, as well as the limited ability of a military serviceman, as a spouse, to fully fulfill family roles. Particular attention is paid to the families of military personnel who are experiencing non-normative family crises, which may include: serious illness (injury) of a family

member, death (death) of a family member, divorce, adultery, remarriage. Unfortunately, these questions have not yet become the subject of a separate study by researchers. In the course of our research, it was found that the wives of combatants sometimes experience cognitive dissonance due to respect for their husband as a hero-defender and disrespect due to destructive behavior patterns (the roles of despot, demotivator, moralizer, etc.). Almost 100% of the women we interviewed, whose husbands take part in hostilities, indicated that they feel apprehensive about the future of their family and need psychological enlightenment and help with further planning of family life and restoration of harmonious relations with their partner. Uncertainty about the future and disappointment with the partner's behavior depletes women's internal resources and can lead to stress and psychosomatic problems. That is why it is necessary to provide high-quality psychological assistance both to a serviceman returning from a combat zone and to his family members.

Key words: families of servicemen, daily life, conditions of war, psychological problem.

Постановка проблеми у загальному вигляді

та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

Сім'ї військовослужбовців завжди виділялися серед цивільних, навіть в мирні часи, маючи дещо інший спосіб життя. Мова йде про переїзди та специфіку військової служби, що значною мірою впливають на життєдіяльність сімей. За дослідженнями, сім'ї військовослужбовців переїжджають раз в 1-2 роки, що супроводжується безліччя стресорів таких як пошук житла, втрата роботи цивільного, зміна школи в дітей, складна адаптація до нових умов життя [16].

Якщо ж говорити про військовий час, то проблема переїзду, хоча й залишається серед важливих проблем життєдіяльності сім'ї, проте поступається іншим проблемам (страх втрати рідних, смерть чи поранення члена сім'ї внаслідок воєнних дій, вимушений переїзд в іншу країну). За свідченням дослідників [5; 7; 11], вимушений переїзд є серйозним випробуванням. Переїзд в іншу країну відрізняється від переїзду в межах країни, не тільки складнощами підготовки різних документів та зміною мовного середовища, а, насамперед, складним психологічним станом членів сімей військовослужбовців. Рятуючи себе і своїх дітей від війни в іншій країні, дружини військовослужбовців втрачають спокій через переживання за долю рідних (чоловіка, батьків та інших родичів), які залишилися в небезпеці. Досить проблемним питанням є адаптація до нових обставин життя за межами рідної країни (нові умови, інша мова, культура, традиції). Хоча й існують різні групи, що підтримують українців за кордоном, але рівень стресу все рівно доволі високий через постійну невпевненість у завтрашньому дні, нерозуміння різних моментів і правил проживання в чужій країні, неможливість отримати допомогу чи підтримку родини.

Дослідниця психологічного стану дружин ветеранів війни Н. Журавльова [4] вказує, що жінки відчують фізичне напруження та

емоційне виснаження, їм доволі складно впоратися з емоційною нестабільністю чоловіків, що повернулися з фронту, сюди ж можна віднести не бажання чоловіків контактувати з соціумом, їх апатичність, закритість, відстороненість. Досить часто поведінка чоловіків, що повернулися з фронту є складно та не зрозумілою для дружин та має поганий вплив на життєдіяльність сім'ї.

Дослідження [11; 12] показують, що сильний стрес серед сімей військовослужбовців запускає механізм розвитку проблем із психічним здоров'ям. Зв'язок між стресом, що переживає сім'я та проявом психологічних розладів таких як депресія, біполярний розлад, вживання чи зловживання психоактивними речовинами, хоча й є недостатньо вивчений, але добре задокументований.

Загалом варто зазначити, що стан військовослужбовця прямо чи опосередковано вплив на його сім'ю [2; 4; 7; 10]. Саме тому при поверненні військовослужбовця із зони бойових дій, для поліпшення його стану та покращення адаптаційних процесів, потрібно працювати також із його сім'єю, яка має потужні ресурси для відновлення душевної рівноваги своїх членів та покращення якості життя [8].

Незважаючи на наявність чималої кількості праць, присвячених висвітленню життєдіяльності сімей військовослужбовців, це питання залишається недостатньо розробленим в контексті виживання сімей під впливом війни. Актуальність та практичне значення досліджень цієї проблеми спонукає до змістовного розгляду життєдіяльності сімей в умовах війни.

Формулювання цілей статті

Метою даної статті є осмислення життєдіяльності сімей військовослужбовців в умовах війни як психологічної проблеми.

Виклад основного матеріалу

Як свідчить практика, військова служба здатна породжувати низку стресових чинників, які можуть мати тривалий або постійний характер. При цьому вони впливають не лише на самого військовослужбовця, а й на його сім'ю. На жаль, цей вплив досить часто має негативний характер, оскільки обмежує можливості військовослужбовця, як шлюбного партнера, повноцінно виконувати сімейні ролі.

Осмислюючи феномен шлюбу у період повномасштабного вторгнення, ми можемо помітити певну деформацію шлюбно-сімейної структури. Рівень шлюбності в цей період зріс, проте також зростає кількість таких сімейних криз як рівень розлучення [9]. Сім'ї військових

не є винятком, тому суттєво поповнюють статистику розриву шлюбних стосунків. У цьому випадку до страху дітей втратити одного з батьків додається розлучення батьків, що є ненормативною кризою в сім'ї.

Окрім цього війна вплинула й на кількість народжуваності. Через страхи втрати життя, погіршення умов проживання, економічні проблеми в країні і так далі це все має вплив на народжуваність дітей. Науковці очікують зниження народжуваності у найближчі роки. Оскільки ті хто вже мають одну дитину не наважуються на другу дитину. І в загальному причин чому люди не бажають народжувати дітей безліч, особливо в такий складний час [1]. Тобто, ми можемо сказати, що люди зосереджуються на тому аби вижити в ці складні часи, і брати на себе такі відповідальність як народжувати та виховувати дітей, у цей складний час, не кожен погодиться.

Як свідчить практика, сім'ї військовослужбовців, на відмінну від сімей цивільних, зустрічаються з певними специфічними труднощами. Чоловіки на війні, отримують новий досвід існування без сім'ї, хоча й сім'я може стати умовним «талісманом» аби жити. Натомість дружина військового також отримує новий досвід існування, переживаючи за життя чоловіка та дітей, вона переймає обов'язки чоловіка на себе та починає вирішувати проблеми з якими до того не зустрічалася. Варто підкреслити, що така ситуація життєдіяльності сім'ї має ознаки сімейної кризи.

Зазначмо, що нормативні сімейні кризи – це проблеми з якими зустрічається будь-яка сім'я у своїй життєдіяльності, зокрема: прийняття на себе нових подружніх зобов'язань; прийняття появи дитини/ звання до батьківства; введення дітей в зовнішню соціальну структуру; розуміння та прийняття вступу дитини у підлітковий вік; залишення дорослою дитиною батьківського дому; прийняття смерті одного з подружжя; криза емоційної байдужості [9].

Перераховані вище сімейні кризи у сім'ях військовослужбовців проходять дещо по іншому. Адже військовослужбовці через специфіку військової служби доволі часто пропускають усі важливі моменти життєдіяльності своєї сім'ї. В умовах війни така тенденція суттєво збільшується. До прикладу, при появі дитини, основне завдання подружжя це звикнути до батьківства та взяти на себе відповідальність за виховання дитини. Проте в цей важливий момент для життєдіяльності будь якої сім'ї, військовий може перебувати далеко від сім'ї і не мати можливості виконувати батьківські обов'язки. Це приводить до того, що усі обов'язки догляду за дитиною (дітьми) мусить виконувати шлюбний партнер військового. Така ситуація здатна породжувати емоційне вигорання чи навіть депресію, оскільки турбота

про дітей забирає багато часу, сил та особистісного ресурсу. Такі наслідки можуть виникати і при переживанні інших сімейних криз.

Окрему увагу привертають сім'ї військовослужбовців, які переживають ненормативні сімейні кризи, серед яких можуть бути: важка хвороба (поранення) члена сім'ї, смерть (загибель) члена сім'ї, розлучення, подружня зрада (адюльтер), повторний шлюб [9]. На жаль, ці питання ще не стали предметом окремого вивчення дослідників. Відтак відсутні сучасні науково-обґрунтовані розробки щодо психологічної підтримки таких сімей військовослужбовців.

Результати нашого дослідження свідчать про те, що через низку причин суб'єктивного та об'єктивного характеру, зокрема і через специфіку військової служби, у сім'ях військовослужбовців виникають різні проблеми: взаємні дорікання, ревності, різні конфлікти, а також розрив шлюбних стосунків. Вочевидь шлюбні партнери військовослужбовців не завжди розуміють специфіку їхньої діяльності та особливості її впливу на поведінку та настрої члена сім'ї, який перебуває на лінії зіткнення чи виконує якісь інші задачі.

Важливо звернути увагу на те, що рідня члена сім'ї, який приймає участь у бойових діях, відчуває підвищену тривогу за долю рідної людини. До життєдіяльності сім'ї військового під час війни додається переживання за того хто знаходиться в зоні бойових дій аби він не захворів, не отримав поранення. Але ще гірше цього може бути смерть партнера на війні. Доволі складно коли в парі є діти оскільки їх проблеми також вирішуватиме лише один з партнерів. Складно коли гине шлюбний партнер, тут дуже багато залежатиме від віку дітей, чи розуміють вони, що таке смерть, як вони сприймають складні новини, їх стресостійкість та особисті риси характеру. Але не залежно від віку вони потребуватимуть значимого дорослого, який стане для них опорою. Це те за що переживають рідні, додатково на їх плечі падають нові обов'язки ті які виконував той хто вже на фронті.

Найбільше обов'язків в цей складний період припадає саме на жінку. Науковці приділяють багато уваги дослідженням стану дружин військовослужбовців під час війни. До прикладу, Я. Шпильовий [12] провів дослідження депресії у дружин військовослужбовців – учасників бойових дій. Було опитано 72 жінки, за результатами якого було з'ясовано, що 50% мають легку депресію, 30% – помірну, 13%-виражену форму, а також було виявлено, що у 2% є тяжка депресія. Звертає на себе увагу те, що лише у 5% жінок не було виявлено депресії.

Досліджуючи стратегії подолання стресу жінками та їх стресостійкість в умовах воєнного стану, Є. Потапчук та О. Міщенко [9] встановили, що 25% серед опитаних жінок мають високий рівень

соціальної адаптації та стресостійкості, 35% респонденток мають середній рівень, а 40% опитаних мають низький рівень. Це відповідає великій імовірності виникнення соматичного захворювання чи розладу. Очевидно ці показники показують там, що жінки не можуть адаптивним способом впоратися із стресом. Звідси є потреба у пошуку інших шляхів для вирішення цієї проблеми.

Перебуваючи в зоні бойових дій, не залежно на якій лінії фронту знаходиться військовослужбовець, він відчуватиме емоційне напруження, також може відчути бойовий стрес або посттравматичний стресовий розлад, стверджують психологи [3; 6; 10]. Дослідники [3; 8] звертають увагу на вплив сім'ї на психічні стани військовослужбовця. При цьому зазначається, що все залежить від того «фундаменту» який сім'я заклала до того моменту, як військовослужбовець відправився в зону бойових дій. Якщо стосунки були конфліктними, це додає хвилювань з одної та іншої сторони, можливі навіть розриви стосунків та емоційні гойдалки. Якщо ж сім'я підтримувала гармонійні сімейні стосунки, це може стати ресурсом в подоланні труднощів для обох партнерів.

У деяких наукових джерелах [4; 7] описані певні варіанти впливу травми на сім'ю: усі члени сім'ї відчули вплив події; травмовано когось із сім'ї, хто перебуває в іншому місці; жертвою стає один член сім'ї; травматичний вплив йде від одного з членів сім'ї. Ці взаємовпливи підтверджують американські вчені, які виявили доволі високу частоту депресивних розладів та високий рівень алкоголізації у 68% членів сімей військових ветеранів війни у В'єтнамі, що мають посттравматичні розлади [13]. Доволі великий відсоток військовослужбовців, що повертаються із зони бойових дій потребують психологічної допомоги, також є випадки з посттравматичним стресовим розладом [6; 10]. Оскільки поганий чи тяжкий стан можуть відчути й близькі військового, а враховуючи те, що великий відсоток потребують психологічної допомоги, потрібно звертати увагу на усю сім'ю учасника бойових дій.

Також досвід війни в Іраку та в Афганістані показав, що для якісної допомоги ветерану війни ми повинні також працювати із його сім'єю. Основна ідея цього висновку це розглядати сімейну систему в цілому, бо кожна складова пов'язана між собою. Для відновлення гармонійного функціонування сім'ї, допомогу та підтримку найкраще надати всім членам сім'ї, це матиме вищу ефективність аніж цього не робити [4].

Особливу увагу потрібно звернути на дітей, в силу свого віку вони багато чого не розуміють і їм є складно пояснити, що відбувається і чому так склалося. Для дітей є важливі дорослі, особливе місце займає

значимий дорослий. Значимий дорослий, це той хто є значимим для дитини, це не обов'язково повинні бути батьки, зазвичай це людина якій дитина може довіряти. Присутність значимого дорослого надзвичайно важливою для дитини, оскільки вона має на кого покластися в незрозумілій ситуації, це створює безпечний простір для неї. Біля значимого дорослого дитина буде відчувати безпечне місце, та що б не сталося вона може спертися на дорослого який є безпекою для дитини.

В США та Канаді існують різні програми, що надають підтримку сім'ям військовослужбовців у різні етапи існування та пересування підрозділів. Ці програми створенні як для сімей військовослужбовців так і безпосередньо самих військових, що проходили чи проходять службу в зоні бойових дій [15]. Такі організації є особливо корисними при поверненні військовослужбовця із зони бойових дій, оскільки сім'я зустрічається з певними негараздами. В учасника бойових дій відбуваються певні адаптаційні процеси, які здатні налякати його сім'ю. Дружина та діти можуть злякатися змін яких зазнала рідна людина та не приймати її. Важливо в цей період дружинам не забувати про себе та свої потреби. Дружини військовослужбовців, зазвичай, живуть в тривозі та страху, при приїзді чоловіка із зони бойових дій на заміну попереднім почуттям приходять нові тривоги та хвилювання.

У процесі нашого дослідження було виявлено, що у дружин учасників бойових дій іноді виникає когнітивний дисонанс через повагу до чоловіка як героя-захисника та неповагу через деструктивні моделі поведінки (ролі деспота, демотиватора, моралізатора та ін.). Майже 100% опитаних нами жінок, чії чоловіки беруть участь у бойових діях вказали, що відчують побоювання за майбутнє своєї сім'ї і потребують психологічної просвіти та допомоги щодо подальшого планування сімейного життя і відновлення гармонійних взаємин з партнером. Невпевненість у завтрашньому дні та розчарування поведінкою партнера виснажує внутрішні ресурси жінок і може призвести до стресу та психосоматичних проблем. Саме тому необхідно надавати якісну психологічну допомогу як військовослужбовцю, що повертається із зони бойових дій так і членам його сім'ї [4; 7; 15].

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Всебічне осмислення проблеми життєдіяльності сімей військовослужбовців в умовах війни дозволяє дійти висновку, що війна деструктивно впливає на сім'ї громадян України, особливо на життєдіяльність сімей учасників бойових дій. Це обумовлено тим, що

члени таких сімей мають безліч тривог та переживань за життя та здоров'я своїх рідних, які зі зброєю в руках захищають країну. До цього додаються проблеми з переїздами на нові місця служби, адаптації до нових життєвих обставин, а також обмежені можливості військовослужбовця, як шлюбного партнера, повноцінно виконувати сімейні ролі (шлюбні, батьківські, господарські та ін.).

З'ясовано, що у дружин учасників бойових дій іноді виникає когнітивний дисонанс через повагу до чоловіка як героя-захисника та неповагу через деструктивні моделі поведінки. Вони відчують побоювання за майбутнє своєї сім'ї і потребують психологічної просвіти та допомоги щодо подальшого планування сімейного життя і відновлення гармонійних взаємин з партнером. Ці питання потрібно уважно вивчати та шукати методи допомоги членам сімей військовослужбовців, що перебувають в зоні бойових дій. Власне це має бути перспективою подальших досліджень.

Література

1. Аксьонова С. Компенсаційний приріст народжуваності в Україні: очікування, чинники, перепони. *Демографія та соціальна економіка*. 2022. № 4. С. 3-22.
2. Денисевич Н. Ю. Моделі психологічної допомоги дружинам демобілізованих військовослужбовців. *Проблеми політичної психології*. 2017. №5. С. 33-42.
3. Дідик Н. Ф. Вплив сімейних проблем на психологічний стан військовослужбовців під час АТО. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 2018. С. 68-80.
4. Журавльова Н. Ю. Особливості вторинної травматизації в дружин ветеранів війни: орієнтири психологічної допомоги. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2018. С. 124-151.
5. Поджинська О. О., Ятищук А. А. Психологічна адаптація вимушених переселенців за кордон. *Науковий журнал «Габітус» Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій*. 2023. № 53, С. 192-196.
6. Попелюшко Р. П. Причини виникнення та механізм розвитку ПТСРу комбатантів. *International Scientific-Practical Conference Actual questions and problems of development of social sciences*. Kielce : Holy Cross University, 2016. С. 95-98.
7. Потапчук Є., Міщенко О. Стратегії подолання стресу жінками та їх стресостійкість в умовах воєнного стану в Україні.

Науковий журнал «Psychology Travelogs» Хмельницького національного університету. № 3, 2023. С. 90-99.

8. Потапчук Є., Потапчук Н. Психологічні ресурси родини в умовах війни. *Науковий журнал «Psychology Travelogs» Хмельницького національного університету*. № 1, 2024. С. 190-199.

9. Потапчук Є. М. Кризи сімейного життя та як їх подолати : довідник сімейного психолога. Хмельницький : ХНУ, 2014. 35 с.

10. Сафін О. Соматичні кореляти посттравматичного стресового розладу. *Психологічний журнал*, (11), С. 59-68.

11. Шпильовий Я.В. Клініко-феноменологічний аналіз депресії у жінок – вимушених переселенок та дружин учасників АТО. *Медична психологія*. 2016. С. 62-67.

12. Alyssa J. Mansfield Jay S. Kaufman Stephen W. Marshall BradleyN. Gaynes Joseph P. Morrissey and Charles C. Engel. Deployment and the Use of Mental Health Services among U.S. Army Wives. 2010. P. 101-109.

13. Figley, C. R. Traumatic stress the role of the family and social supportsystem. *Trauma and its wake*. 1986. P. 212-220.

14. Gewirtz A.H. Promoting parenting to support reintegrating military families: After deployment, adaptive parenting tools. *Psychological Services*, 2011. P. 217-225.

15. Hoge C.W. Combat duty in Iraq and Afghanistan, mental health problems, and barriers to care. *New England Journal of Medicine*, 2004. P. 123-129.

References

1. Aksyonova S. Compensatory increase in the birth rate in Ukraine: expectations, ranks, obstacles. *Demography and social economy*. 2022. No 4. P. 3-22.

2. Denysevich N. Yu. Models of psychological assistance to wives of demobilized servicemen. *Problems of political psychology*. 2017. No. 5. P. 33-42.

3. Didyk N. F. The influence of family problems on the psychological state of military personnel during ATO. *Scientific studies in social and political psychology*, 2018, P. 68-80.

4. Zhuravleva N. Yu. Peculiarities of secondary traumatization in wives of war veterans: guidelines for psychological assistance. *Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after H. S. Kostyuk, National Academy of Sciences of Ukraine*. 2018. P. 124-151.

5. Podzhinska O. O., Yatyschuk A. A. Psychological adaptation of forced migrants abroad. *Scientific journal "Habitat" of the Black Sea Research Institute of Economics and Innovation*. 2023. No. 53, pp. 192-196.

6. Popelyushko R.P. The causes of the occurrence and mechanism of development of PTSD of combatants. *International Scientific-Practical Conference Actual questions and problems of development of social sciences*. Kielce: Holy Cross University, 2016. С. 95-98.

7. Potapchuk E., Mishchenko O. Strategies for overcoming stress by women and their stress resistance in the conditions of martial law in Ukraine. Scientific journal "Psychology Travelogs" of Khmelnytskyi National University. No. 3, 2023. P. 90-99
8. Potapchuk E., Potapchuk N. Psychological resources of the family in war conditions. Scientific journal "Psychology Travelogs" of Khmelnytskyi National University. No. 1, 2024. P. 190-199.
9. Potapchuk E.M. Crisis of family life and how to overcome them: a family psychologist's guide. Khmelnytskyi: KhNU, 2014. 35 p.
10. Safin O. Somatic correlates of post-traumatic stress disorder. Psychological Journal, (11), pp. 59-68.
11. Shpylovy J.V. Clinical and phenomenological analysis of depression in women - forced migrants and wives of ATO participants. Medical psychology. 2016. pp. 62-67.
12. Alyssa J. Mansfield Jay S. Kaufman Stephen W. Marshall BradleyN. Gaynes Joseph P. Morrissey and Charles C. Engel. Deployment and the Use of Mental Health Services among U.S. Army Wives. 2010. R. 101-109.
13. Figley, C. R. Traumatic stress the role of the family and social supportsystem. Trauma and its wake. 1986. P. 212-220.
14. Gewirtz A.H. et al. Promoting parenting to support reintegrating military families: After deployment, adaptive parenting tools. Psychological Services, 2011. P. 217-225.
15. Hoge C.W. et al. Combat duty in Iraq and Afghanistan, mental health problems, and barriers to care. New England Journal of Medicine, 2004. P. 123-129.