

Кашпур Юрій Михайлович
кандидат психологічних наук, доцент,

Письменний Сергій Олександрович
аспірант 1 року навчання
ОНП «Психологія»

«Втрата близькості у подружніх стосунках та збільшення кількості розлучень під час воєнних подій»

Актуальність проблеми. Повномасштабна війна, яку розв'язала Росія проти України, є руйнівною силою не тільки для українських міст, інфраструктури, будівель, а для української сім'ї, українського подружжя як невід'ємної складової українського суспільства. Напевно не залишилось жодної української родини, яка б не зазнала руйнівного впливу війни. Оскільки війна триває, а кількість психічних травм у сім'ях та кількість розлучень збільшується, вважаємо дану проблему актуальною. Під час війни почуття подружжя можуть «набирати форми незвичайних обставин чи якихось подій, які піддають індивіда екстремальному, інтенсивному, надзвичайному впливу загрози для життя чи здоров'я як його самого, так і близьких, та докорінно порушують відчуття безпеки» [2, с. 5].

Ступінь розроблення проблеми. На сьогодні ґрунтовних досліджень на тему втрати близькості у подружніх стосунках під час війни немає, оскільки з повномасштабною війною українці мають досвід відносно недавно. І хоч військові дії проходили на територіях східних областей України ще з 2014 року, проблема розлучень та втрати близькості у подружніх стосунках не стояла так гостро як зараз. Тема впливу воєнних дій на подружні відносини частково розкривається у збірці тези доповідей та концепції майстер-класів Першої всеукраїнської науково-практичної конференції «Робота з травмами війни. Український досвід».

Вклад основного матеріалу. Війна є тим явищем, до якого неможливо підготуватися та передбачити всі можливі труднощі. Звичне життя української сім'ї зазнає суттєвих змін та трансформацій. На війну йдуть не тільки військовослужбовці, а й звичайні цивільні чоловіки, часто навіть ті, які не тримали до цього в руках зброї. При цьому вони вимушено залишають своїх дружин та дітей. Сім'я починає функціонувати інакше, що породжує у свою чергу виникнення багатьох психологічних проблем, в тому числі втрату близькості у подружжі, що з часом може призводити до розлучення. У даній ситуації «ресурсний потенціал сім'ї значно погіршується, що значуще впливає на якість виконання сім'єю своїх прямих функцій» [3, с. 44]. Опинившись на фронті, чоловік має певні очікування в емоційній підтримці зі сторони дружини. Натомість дружина відчуває постійний стрес та тривогу з приводу долі свого чоловіка, але й також стрес, спричинений домашніми обов'язками, які тепер мусить виконувати самостійно. Жінка може не мати психічних, моральних ресурсів для ефективної емоційної підтримки, яку очікує від неї чоловік.

Найчастіше чоловік, який знаходиться у зоні бойових дій, не може називати місця свого знаходження та не може надавати інформації з приводу того, як виглядає ситуація на фронті насправді. Спілкування чоловіка та дружини зводиться до мінімальних фраз: «Як справи?», «Все добре», «Не хвилюйся» тощо. До того ж під час війни немає часу на вираження своїх почуттів, емоцій, людина тримає все в собі. На втрату близькості між чоловіком та дружиною впливають наступні фактори:

- 1) обмежене спілкування між подружжям;

- 2) відсутність чоловіка поряд, стосунки на відстані, зміни у сексуальному житті, відсутність тактильного контакту;
- 3) фізична та емоційна втома жінки від виконання домашніх обов'язків, забезпечення самостійно сім'ї та догляд за дітьми;
- 4) відсутність емоційної підтримки один одного;
- 5) постійний страх смерті та втрати близької людини, страх за майбутнє життя дітей.

Варто зазначити, що час від часу чоловік може повернутися з лінії фронту додому, і, здавалося б, що це повинно рятувати подружні стосунки, проте психологи звертають увагу на іншу тенденцію. Кожне нове відрядження на фронт є ще більш стресовим фактором для всієї сім'ї. Варто теж відмітити, що рівень втрати близькості між подружжям залежить від міжособистісних стосунків, які подружжя вибудовували до початку війни. Якщо їхні стосунки були тільки поверхневими до початку війни, то скоріше всього такі стосунки розірвуться одразу з її початком. Психологи наголошують на тому, що «при наявності гармонійних стосунків в сім'ї, вона стає ресурсом та підтримкою для військовослужбовця, навіть, у найкритичніших ситуаціях» [3, с. 50].

Погіршення стосунків, втрата близькості та навіть розлучення є загрозою для подружжя навіть тоді, коли чоловік повертається додому назавжди (наприклад, коли був поранений, травмований тощо). Більшість чоловіків, які повернулись з фронту, можуть відчувати посттравматичний стрес, що може мати вплив на їхню поведінку. Чоловіки, які до війни були товариськими, можуть, наприклад, стати не багатослівними, уникати товариства, замикатися в собі та мати інші психічні розлади, які потребують психологічної терапії, а часом навіть медикаментозної терапії. Жінки, які, у свою чергу, за час відсутності чоловіка навчилися існувати та забезпечувати сім'ю самостійно, не завжди можуть погодитись з тим, що чоловік повернувся і готовий перейняти керівництво родиною на себе. Також жінці важко зрозуміти психічний стан чоловіка, не завжди вдається запевнити чоловікові правильну емоційну підтримку. Жінка може не розуміти змін у характері чоловіка, а також змін в поведінці, може не вміти правильно реагувати на такі зміни та не вміти надавати адекватну допомогу. Все це в комплексі часто призводить до рішення подружжя розлучитись, яке сприймається подружжям як «увільнення» від проблем та труднощів, з якими вони не можуть впоратись разом.

Як висновок, хочемо підкреслити, що війна руйнує не тільки країну в фізичному плані, а й руйнує людські долі. Українська сім'я зазнає під час війни суттєвих трансформацій. Якою буде доля тієї чи іншої родини після закінчення війни, залежить у більшості випадків від того, які стосунки були побудовані подружжям до військових дій. Варто наголосити, своєчасна кваліфікована психологічна допомога як військовослужбовцям, так і їхнім дружинам, сімейна терапія можуть мінімізувати втрату близькості між подружжям, а також знизити суттєво рівень розлучень.

Список використаної літератури:

1. Кузікова С.Б., Зливков В.Л., Лукомська С.О. Вікові особливості переживання травм війни: інтегративний підхід. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. Випуск 2. 2022. С. 64-70.
2. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / О.Л. Туриніна. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2017. 160 с.
3. Робота з травмами війни. Український досвід : матеріали Першої всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Київ, 28–31 березня 2018 р.) / [за наук. ред. Л.А. Найдьонові, О.Л. Вознесенської, В.В. Савінова]. Київ : Золоті ворота, 2018. 170 с.