

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Навчально-науковий інститут післядипломної освіти

(повне найменування інституту, назва факультету (відділення))

кафедра психології

(повна назва кафедри (предметної, циклової комісії))

«ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ»

В.о.завідувача кафедри психології

Володимир ШЕВЧЕНКО

«__» листопада 2025 року

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти

магістр

(ступінь вищої освіти)

на тему:

**ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ
УЯВЛЕНЬ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ ПРО СІМЕЙНІ РОЛІ**

Керівник:

к.пед.н., доц.без вч.зв.

Дрозд Олена Володимирівна

(вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Рецензент:

к. психол. н., доцент

Михальченко Наталія

В'ячеславівна

(посада, вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Виконала:

студентка VI курсу групи 666 Мз

Тесленко Світлана Вікторівна

(П.І.Б.)

Спеціальності:

053 «Психологія»

(шифр і назва спеціальності)

ОПІ:

«Психологія»

Миколаїв – 2025 рік

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Інститут, факультет, відділення	навчально-науковий інститут післядипломної освіти
Кафедра, циклова комісія	кафедра психології
Рівень вищої освіти	другий (магістерський)
Спеціальність	053 «Психологія»
ОПП / ОНП	«Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о.завідувача кафедри психології

Володимир ШЕВЧЕНКО

“ ” 2025 року

**З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТУ**

Тесленко Світлана Вікторівна

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Психологічні детермінанти формування уявлень сучасної молоді про сімейні ролі

керівник роботи: Дрозд Олена Володимирівна, к.пед.н., доц.без вч.зв
(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом закладу вищої освіти від
«14» жовтня 2025 року № 240.

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) «24 листопада 2025 року

3. Вихідні дані до кваліфікаційної роботи: вступ, основна частина, висновок, список використаних джерел та літератури, додатки (якщо є).

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) згідно з планом кваліфікаційної роботи магістра.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень)

не планується

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис	
		завдання видав	завдання прийняв
Вступ	Дрозд О.В.		
Розділ 1	Дрозд О.В.		
Розділ 2	Дрозд О.В.		
Розділ 3	Дрозд О.В.		
Висновки	Дрозд О.В.		

7. Дата видачі завдання 14.10.2025**КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН**

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів проєкту (роботи)	Примітка
1.	Вступ до кваліфікаційної роботи	вересень 2025	
2.	Розділ 1. Теоретичні засади дослідження уявлень молоді про сімейні ролі	вересень 2025	
3.	Розділ 2. Емпіричне дослідження уявлень молоді про сімейні ролі	вересень-жовтень 2025	
4.	Розділ 3. Корекційно-профілактична робота з молоддю у контексті формування сімейних ролей	жовтень 2025	
5.	Висновки	листопад 2025	
6.	Передкваліфікаційна практика	06.10 – 18.10. 2025	
7.	Оформлення списку використаних джерел та літератури, додатків	листопад 2025	
8.	Попередній захист	27.11.2025	
9.	Рецензія на кваліфікаційну роботу	02.12.2025	
10.	Захист кваліфікаційної роботи	20.12.2025	

Студент

(підпис)

Тесленко С.В.

(прізвище та ініціали)

Керівник проєкту (роботи)

(підпис)

Дрозд О.В.

(прізвище та ініціали)

АНОТАЦІЯ

Тесленко С. В. Психологічні детермінанти формування уявлень сучасної молоді про сімейні ролі. – Магістерська робота.

Кваліфікаційна робота на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія» – Чорноморський національний університет імені Петра Могили, Миколаїв, 2025.

Класифікаційна робота присвячена дослідженню психологічних чинників формування уявлень сучасної української молоді про сімейні ролі в умовах війни та соціально-економічної нестабільності. У теоретичній частині проаналізовано еволюцію сімейних ролей, сучасні моделі взаємодії в сім'ї, а також вплив стресу, соціальної підтримки, інформаційного навантаження та міжпоколінних сценаріїв на уявлення молоді про розподіл обов'язків.

Емпіричне дослідження проведено на вибірці молоді віком 20–35 років (N=30) із використанням авторської анкети. Воно дозволило оцінити воєнний та економічний контекст життя респондентів, рівень емоційної втоми, соціальної підтримки та гнучкості у сприйнятті побутових і фінансових ролей. Результати засвідчили переважне тяжіння молоді до партнерської моделі взаємодії, що ґрунтується на рівності, взаємній підтримці та адаптивному перерозподілі ролей. Водночас частина респондентів демонструє суперечливість уявлень, що зумовлено впливом сімейних сценаріїв, економічних складнощів та пережитих стресових ситуацій.

У межах роботи розроблено та апробовано корекційно-профілактичну програму «Моє місце в сім'ї: усвідомлення, вибір, відповідальність», спрямовану на розвиток гнучкості сімейних ролей і навичок партнерської комунікації. Формуючий експеримент підтвердив її ефективність. Результати можуть бути використані практичними психологами, соціальними працівниками та у профілактичних програмах для молоді.

Ключові слова: сімейні ролі, молодь, партнерська модель, соціальна підтримка, емоційна втома, психологічна профілактика.

ANNOTATION

Teslenko S. V. Psychological determinants of the formation of contemporary youth's perceptions of family roles.

Qualification work for obtaining the second (master's) level of higher education in the specialty 053 “Psychology” – Petro Mohyla Black Sea National University, Mykolaiv, 2025.

The thesis is devoted to the study of psychological factors in the formation of contemporary Ukrainian youth's perceptions of family roles in conditions of war and socio-economic instability. The theoretical part analyzes the evolution of family roles, modern models of interaction in the family, as well as the influence of stress, social support, information overload, and intergenerational scenarios on young people's perceptions of the distribution of responsibilities.

An empirical study was conducted on a sample of young people aged 20–35 (N=30) using the author's questionnaire. It allowed us to assess the military and economic context of the respondents' lives, their level of emotional fatigue, social support, and flexibility in perceiving domestic and financial roles. The results showed that young people predominantly gravitate toward a partnership model of interaction based on equality, mutual support, and adaptive redistribution of roles. At the same time, some respondents demonstrate contradictory ideas, which is due to the influence of family scenarios, economic difficulties, and stressful situations they have experienced.

As part of the work, a corrective and preventive program entitled “My Place in the Family: Awareness, Choice, Responsibility” was developed and tested, aimed at developing flexibility in family roles and partnership communication skills. A formative experiment confirmed its effectiveness. The results can be used by practical psychologists, social workers, and in preventive programs for young people.

Keywords: family roles, youth, partnership model, social support, emotional fatigue, psychological prevention.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ УЯВЛЕНЬ МОЛОДІ ПРО СІМЕЙНІ РОЛІ.....	7
1.1. Поняття сімейних ролей у психологічній науці.....	7
1.2. Психологічні детермінанти формування уявлень про сімейні ролі.....	15
1.3. Соціально-історичний контекст: війна та трансформація сімейних ролей в Україні.....	23
Висновки до першого розділу.....	25
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ УЯВЛЕНЬ МОЛОДІ ПРО СІМЕЙНІ РОЛІ.....	28
2.1. Організація та методи дослідження.....	28
2.2. Аналіз результатів опитування.....	32
2.3. Соціально-воєнний та економічний контекст вибірки.....	39
Висновки до другого розділу.....	50
РОЗДІЛ 3. КОРЕКЦІЙНО-ПРОФІЛАКТИЧНА РОБОТА З МОЛОДДЮ У КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ СІМЕЙНИХ РОЛЕЙ.....	52
3.1. Програма корекційно-профілактичної роботи з формування психологічних чинників ставлення молоді до сімейних ролей.....	52
3.2. Аналіз результатів формуючого експерименту.....	60
3.3. Рекомендації для практичних психологів по роботі з молоддю.....	64
Висновки до третього розділу.....	67
ВИСНОВКИ.....	69
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	72
ДОДАТКИ.....	76

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасному українському суспільстві відбуваються глибокі трансформації інституту сім'ї. Соціально-економічні, політичні та культурні зміни, вплив медіа, активізація гендерної рівності, переосмислення традиційних норм та цінностей – усе це змінює не лише структуру сім'ї, а й уявлення про її функціонування. Одним з центральних елементів сімейної динаміки є система ролей, які виконують її члени.

Сімейні ролі – це усталені форми поведінки, очікування, функціональні обов'язки, які члени родини виконують у межах сімейної системи. Вони визначають взаємодію між подружжям, між батьками й дітьми, а також впливають на психологічний клімат родини загалом.

Особливої актуальності набуває вивчення уявлень молоді про сімейні ролі. Молодь у віці 20–35 років – це активна соціально-психологічна група, яка знаходиться на етапі пошуку та реалізації власної ідентичності, часто створює сім'ї, народжує дітей, обирає життєві стратегії. Саме тому вивчення їхніх уявлень про сімейні ролі дозволяє не лише окреслити наявні соціальні тенденції, а й прогнозувати подальший розвиток сімейних відносин у суспільстві.

Сучасні соціокультурні трансформації, прискорені процесами глобалізації, цифровізації та тривалими воєнними подіями, істотно змінюють уявлення молоді про сім'ю, партнерство та розподіл сімейних ролей. Молоді люди одночасно отримують суперечливі повідомлення: від традиціоналістських норм до просування партнерських моделей взаємодії, рівноправного батьківства, емоційної компетентності у стосунках.

Повномасштабна війна в Україні підсилила ці зсуви: мільйони пережили релокацію, втрати, економічну нестабільність і тривалі розлуки, що актуалізувало необхідність гнучких домовленостей, переговорних практик і співвідповідальності у побуті, фінансах, вихованні дітей. У таких умовах особливої ваги набуває вивчення психологічних детермінант (особистісних, сімейних, соціокультурних), які формують уявлення сучасної молоді про доречний/бажаний розподіл ролей у сім'ї.

Традиційна модель сім'ї передбачала чіткий розподіл обов'язків між чоловіком і жінкою: чоловік – годувальник, авторитет, захисник; жінка – домогосподарка, вихователька, берегиня сімейного вогнища. В останні десятиліття ці уявлення змінюються. Поширення ідеї гендерної рівності, зростання рівня освіти жінок, їх участь у ринку праці, активізація ролі чоловіків у вихованні дітей – усе це впливає на зміну уявлень про те, якими мають бути ролі в родині. Молоді люди все частіше орієнтуються на партнерську модель взаємодії, де обов'язки розподіляються за згодою, а не за статевою приналежністю.

Уявлення про сімейні ролі є результатом складного взаємозв'язку між соціальними нормами, культурними традиціями, досвідом батьківської сім'ї та особистісними особливостями індивіда. Саме тому психологічне вивчення цієї теми є важливим як з наукової, так і з практичної точки зору. Аналіз особливостей формування та змісту уявлень молоді про сімейні ролі дозволяє розробити ефективні психокорекційні, профілактичні, консультативні програми, спрямовані на зміцнення сімейних стосунків.

Наукова новизна проблеми зумовлена потребою інтегрувати різнорівневі чинники – індивідуальні риси та установки, батьківсько-сімейні сценарії, медіа-вплив, досвід війни й релокації у пояснювальну модель становлення уявлень про сімейні ролі. Бракує валідованих інструментів, що одночасно оцінюють зміст уявлень (традиційність – партнерство) та детермінанти їх формування у молоді, зокрема в умовах воєнного стресу.

Об'єкт дослідження – уявлення про сімейні ролі у молоді.

Предмет дослідження – психологічні детермінанти формування уявлень сучасної молоді про сімейні ролі.

Мета кваліфікаційної роботи – дослідити особливості сучасного уявлення молоді про сімейні ролі, визначити психологічні детермінанти їх формування, а також емпірично перевірити вплив ключових психологічних детермінант у формування цих уявлень в умовах тривалих соціальних змін і війни.

Завдання дослідження:

- проаналізувати наукові підходи до розуміння феномену сімейних ролей;
- виявити психологічні чинники, що впливають на формування уявлень молоді про сімейні ролі;
- провести емпіричне дослідження уявлень молоді про сімейні ролі;
- зібрати емпіричні дані на вибірці молоді, проаналізувати зв'язки між уявленнями та детермінантами, побудувати прогностичні моделі;
- розробити практичні рекомендації для освітніх і молодіжних програм (психоедукаційні модулі, чек-листи домовленостей, медіагігієна).

Методи дослідження. Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань, обрано такі методи дослідження: теоретичні, психодіагностичні та математико-статистичні, спрямовані на вивчення уявлень молоді про сімейні ролі, рольових очікувань, ставлення до основних аспектів міжособистісних відносин у стосунках. До комплексу методик увійшли:

- Анкета (анонімна) для вивчення уявлень молоді про сімейні ролі
Дозволяє виявити орієнтації молоді щодо сімейних обов'язків, поведінки у стосунках, спрямованих на визначення рольових уявлень та моделі сімейної поведінки.
- Шкала взаємної адаптації в парі (Dyadic Adjustment Scale — DAS).
Використовується для оцінки рівня узгодженості партнерських відносин, зокрема таких параметрів, як: згода, згуртованість, емоційна експресивність, задоволеність стосунками та якість рольової взаємодії у парі.

- Опитувальник Marital Roles Inventory, розроблений Д. Е. Сканзоні. Методику застосовано для визначення того, як респонденти уявляють розподіл подружніх ролей, які очікування й домагання висувають до партнера, і наскільки ці уявлення узгоджені з їхнім баченням власної ролі в сім'ї.
- Опитувальник сімейних ролей І. Беня (Ivan Benet) — для виявлення домінантних сімейних ролей та стильових патернів поведінки в сімейній взаємодії;
- Методики, згідно теорій системи сім'ї за М. Боуэном Differentiation of Self Inventory (DSI-R) — для оцінки рівня диференціації особистості, автономії та впливу сімейних систем на рольові очікування.

Теоретичне значення дослідження. Здійснено уточнення понятійно-категоріального апарату, інтердисциплінарна інтеграція теорій і пропозиція пояснювальної моделі формування уявлень про сімейні ролі в умовах соціального стресу.

Практична значущість дослідження полягає в тому, що його результати можуть бути використані в діяльності психологів, педагогів, фахівців із соціальної роботи, а також у навчальних програмах з підготовки молоді до сімейного життя. Зокрема, результати можуть бути основою для створення профілактичних програм, спрямованих на формування здорових сімейних стосунків, сприяння усвідомленому вибору моделей сімейної поведінки, зниження конфліктності в родинях.

База дослідження. Дослідження проводилося впродовж березня-червня 2025 року. До експерименту було залучено 30 респондентів віком від 20 до 35 років (16 жінок, 14 чоловіків).

Апробація результатів дослідження. Основні ідеї та результати дослідження доповідались на XXVIII Всеукраїнській щорічній науково-практичній конференції «Могилянські читання – 2023: Досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти» (10-14 листопада 2025 р., м. Миколаїв).

Структура роботи побудована з урахуванням логіки і включає: вступ, три розділи (теоретичний, емпіричний та практичний), висновки, список використаних джерел і додатки. Загальний обсяг роботи – 82 сторінки. Обсяг основного тексту складає – 69 сторінок. В списку використаних джерел 55 позицій.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ УЯВЛЕНЬ МОЛОДІ ПРО СІМЕЙНІ РОЛІ

1.1. Поняття сімейних ролей у психологічній науці

Поняття ролі в психологічній науці має глибокі теоретичні та практичні основи. Воно охоплює сукупність норм, очікувань, функцій і поведінкових патернів, які асоціюються із певною соціальною позицією індивіда. У контексті сім'ї – це ті функції, які виконують її члени на основі культури, виховання, традицій, а також індивідуальних особливостей. Сімейні ролі є фундаментом для підтримки стабільності родини, регуляції поведінки та формування системи цінностей і відповідальності.

Рольова теорія почала активно розвиватися у XX столітті, зокрема в працях Дж. Міда, який наголошував на важливості соціального досвіду та взаємодії для формування ролей. Згідно з його теорією, індивід «приміряє» на себе різні ролі через взаємодію із соціальним середовищем, розвиваючи здатність до прийняття ролей інших людей. Подальший розвиток цієї концепції знаходимо у роботах Р. Лінтона, Т. Парсонса, Е. Гоффмана, Дж. Морено.

Талкотт Парсонс запропонував дихотомію ролей: інструментальні (діяльні, цілеспрямовані – забезпечення, прийняття рішень) та експресивні (емоційні, підтримувальні – турбота, виховання). У традиційній моделі ці ролі жорстко поділялися за гендерною ознакою, що сьогодні зазнає

переосмислення. Наприклад, у партнерських моделях родини обидва партнери можуть виконувати як інструментальні, так і експресивні функції.

Ервін Гоффман розглядав ролі як «маски», що дозволяють індивіду функціонувати у суспільстві. У межах сім'ї кожен виконує водночас кілька ролей: чоловік, батько, син, брат, професіонал тощо. Це створює багаторівневу рольову систему, яка вимагає психологічної гнучкості. Невідповідність між ролями може призводити до внутрішніх конфліктів (рольовий конфлікт, рольова напруга), що потребує психологічної підтримки та корекції.

Дж. Морено, автор концепції психодрами, підкреслював, що ролі в сім'ї не є фіксованими - вони залежать від життєвого циклу родини, особистісного зростання, взаємодії з соціальним оточенням. Наприклад, жінка може бути «матір'ю» та «професіоналкою» водночас, що потребує балансування ролей та уникнення перевантаження.

У вітчизняній психології також розроблено низку підходів до розуміння сімейних ролей. Г. Столяренко акцентує на тому, що ролі – це не лише соціальні обов'язки, а й носії цінностей, смислів, інтерналізованих моделей поведінки. О. Захарова виокремлює ролі як важливі елементи емоційної регуляції в родині, а Т. Титаренко підкреслює роль екзистенційних чинників у формуванні ролей – смисли, цінності, свобода вибору.

Поняття «сімейні ролі» позначає соціально й культурно зумовлені зразки очікуваних дій, відповідальностей і прав членів сім'ї у сферах побуту, батьківства/догляду, економічного забезпечення, емоційної підтримки та прийняття рішень. Роль інтегрує три виміри: нормативний (як правильно/належить), індивідуально-установчий (як я хочу/можу), ситуативний (як доводиться в конкретних обставинах). Відтак роль – це не лише «функція», а динамічна система очікувань, що адаптується під контекст (життєвий цикл пари/сім'ї, економіка, міграція, війна).

У психологічній науці поняття «сімейні ролі» розглядається як сукупність соціально, культурно й психологічно зумовлених очікувань, які

визначають поведінку, відповідальність і права членів сім'ї у сферах побуту, виховання дітей, економічного забезпечення, емоційної підтримки та прийняття рішень. Сімейна роль – це не статичний шаблон, а динамічна система, яка інтегрує нормативний («як належить»), особистісно-установчий («як я хочу/можу») і ситуативний («як доводиться за обставин») виміри. Таким чином, роль у сім'ї – це живий процес узгодження соціальних норм, індивідуальних прагнень та реалій життя, який змінюється разом з розвитком особистості та контекстом епохи – економічними коливаннями, міграцією, війною чи культурними трансформаціями.

Поняття «роль» тісно пов'язане з категоріями статусу, норми та сценарію. Статус визначає місце людини у структурі сімейних взаємин (партнер, батько, дитина тощо), тоді як норма задає соціальний стандарт поведінки, або описовий («так зазвичай роблять»), або ін'юнктивний («так мають робити»). Сімейний сценарій або скрипт описує послідовність звичних дій, наприклад, «як відбувається ранок у родині» або «хто відповідає за приготування вечері». На перетині цих понять формується рольова ідентичність – уявлення людини про себе як члена сім'ї, що включає емоційне ставлення, почуття значущості й компетентності у певній ролі.

Виконання ролі, часто не збігається з уявленнями чи очікуваннями. Саме у цій невідповідності зароджуються рольові конфлікти – як міжособистісні (коли очікування партнерів розходяться), так і внутрішньоособистісні (коли людина не може поєднати ролі, наприклад, бути одночасно успішним працівником і турботливим батьком). Відповідно, рольове перевантаження є типовим наслідком множинності ролей у сучасному житті.

Сучасне розуміння сімейних ролей вимагає міждисциплінарного підходу: поєднання психології, соціології, гендерних студій, педагогіки. Сімейна роль – це динамічне явище, яке постійно змінюється під впливом внутрішньоособистісних змін та соціальних трансформацій. Наприклад, зростання ролі батька у вихованні, поширення одностатевих сімей, чи

трансгендерна батьківська ідентичність – усе це вимагає переосмислення традиційних уявлень про ролі.

Таким чином, сімейні ролі – це багатовимірне, складне, динамічне утворення, яке виконує регулятивну, інтегративну, виховну та ціннісну функції. У психологічній науці вони вивчаються з позицій когнітивної, поведінкової, психоаналітичної, гуманістичної та соціально-когнітивної парадигм.

У науковій літературі існує велика кількість підходів до класифікації сімейних ролей. Це зумовлено складністю та багатовимірністю сімейної взаємодії, яка охоплює емоційні, комунікативні, соціальні, економічні та виховні аспекти. Вивчення сімейних ролей дає змогу зрозуміти, як члени родини організовують спільне життя, розподіляють обов'язки та реалізують очікування одне від одного.

Одна з найпоширеніших класифікацій була запропонована Т. Парсонсом і Р. Бейлзом, які поділили сімейні ролі на інструментальні та експресивні. Інструментальні ролі пов'язані з вирішенням завдань, які забезпечують життєздатність сім'ї (економічне забезпечення, захист), а експресивні – з підтримкою внутрішнього емоційного клімату (турбота, любов, підтримка). У традиційній патріархальній моделі ці ролі були жорстко закріплені: інструментальні – за чоловіками, експресивні – за жінками. Проте сучасні уявлення про гендер і сім'ю дедалі частіше ставлять під сумнів таку дихотомію.

З позицій системного підходу (М. Боуен, С. Мінухін), сім'я розглядається як цілісна система, у якій кожен член виконує певну роль, що забезпечує її стабільність. У цьому контексті виділяють такі ролі: лідер (часто батько або мати), посередник (дитина або інший член родини, що згладжує конфлікти), опонент (учасник, який спричиняє напругу), герой (той, на кого покладаються великі очікування), бунтар (член, який порушує встановлені норми), жертва (особа, яка викликає співчуття й об'єднує інших навколо себе).

Така типологія є динамічною та дає змогу аналізувати глибинні взаємозв'язки у родині.

Іншу цікаву класифікацію запропонувала Дж. Лемберт, яка розрізняє:

- 1) структурні ролі (чоловік, дружина, батько, мати, дитина);
- 2) функціональні ролі (захисник, годувальник, вихователь, емоційна підтримка, менеджер родини);
- 3) ситуативні ролі (конфліктоген, миротворець, організатор дозвілля тощо). Цей підхід дозволяє побачити гнучкість і змінність ролей залежно від ситуації.

Загалом у психології прийнято виділяти наступні функції сімейних ролей:

1. «Регулятивна» ролі допомагають підтримувати порядок і організацію в сім'ї, встановлюють очікувану поведінку кожного члена родини.
2. «Інтегративна» виконання ролей сприяє згуртованості сім'ї, емоційній близькості та підтримці.
3. «Соціалізаційна» ролі забезпечують передачу норм, цінностей, традицій від одного покоління до іншого, формують особистість дитини.
4. «Ідентифікаційна» через виконання ролей індивід усвідомлює своє місце в родині, набуває почуття належності та значущості.
5. «Функціональна» виконання ролей забезпечує виконання сім'єю її основних функцій (виховної, емоційної, побутової, сексуальної тощо).

Слід зазначити, що сучасні дослідження (наприклад, Н. Чепурна, І. Кононенко) показують, що у молодих людей спостерігається тенденція до партнерської моделі сім'ї. У цій моделі немає жорсткого поділу ролей за гендерним принципом: обидва партнери можуть брати участь у вихованні дітей, забезпеченні сім'ї, плануванні бюджету та організації дозвілля. Така модель вимагає високого рівня емоційної зрілості, навичок комунікації та готовності до компромісу.

Таким чином, класифікація сімейних ролей є важливим інструментом для розуміння внутрішньої структури та динаміки родинної взаємодії. Ролі в сім'ї можуть бути як стабільними, так і гнучкими, адаптивними до нових умов і змін. Вивчення цих ролей дозволяє розробляти ефективні психоконсультативні програми, що сприяють гармонізації родинних стосунків та підвищенню якості життя сім'ї.

Формування уявлень молоді про сімейні ролі доцільно розглядати як багаторівневий процес, у якому поєднуються засвоєні зразки взаємодії, індивідуальні когнітивні схеми, очікування референтного кола та реальні можливості досягати домовленостей у конкретних обставинах. На старті цього ланцюга лежить соціальне наuczіння: дитина, підліток, а згодом і молода доросла людина спостерігає за тим, як ролі виконують значущі інші – батьки, старші родичі, наставники, медіаперсони, і поступово інтеріоризує поведінкові шаблони, які отримують підкріплення схваленням або санкціями.

Якщо в батьківській сім'ї ухвалення рішень супроводжувалося взаємоповагою, а побут та догляд перерозподілялися за принципом «хто має ресурс, той бере більше тут і тепер», то вірогідність прийняття партнерських уявлень у власних стосунках зростає; за досвіду жорсткої спеціалізації ролей підвищується ризик їхнього відтворення. Однак процес не зводиться до механічної трансмісії: наступний рівень – когнітивний – задає, як саме людина «прочитує» і впорядковує досвід.

Теорія гендерних схем пояснює, що культурно вироблені категорії «чоловічого» та «жіночого» функціонують як фільтри уваги й пам'яті: вони акцентують «підтверджувальні» епізоди, а дисонантні – відсіюють або переінтерпретують. У молоді з більш «жорстко» структурованими схемами одна й та сама ситуація, наприклад, тимчасове домінування внеску партнерки у сімейний бюджет – тлумачиться як «виняток» і не веде до перегляду загального сценарію.

Натомість менш ригідні схеми відкривають простір для партнерських трактувань: розподіл функцій стає похідним від компетентності, часу й взаємних потреб, а не статевої приналежності. Саме тут когнітивний рівень природно переходить у мотиваційно-поведінковий: навіть маючи більш гнучкі схеми, людина ухвалює рішення в координації з нормами значущого середовища й власним відчуттям здатності реалізувати зміни.

Теорія запланованої поведінки дозволяє описати момент переходу від установки до дії. Намір перевести стосунки на партнерський розподіл ролей виникає не лише з внутрішньої згоди з ідеєю «справедливої домовленості», а й за умови, що це підтримується референтною групою («у нашому колі це прийнято») і що суб'єктивне відчуття контролю достатнє («я вмію домовлятися, маю ресурс часу/коштів, бачу інституційну можливість»). Відтак, різницю між декларацією та поведінкою пояснює саме сполучення норм і контролю: без переговорних навичок або в умовах сильних інституційних бар'єрів навіть сприятливі установки можуть залишатися нереалізованими.

Разом із тим, уявлення про ролі формуються і перевіряються «в дії» у межах сімейної системи, де зміна поведінки одного члена неминуче вимагає переналаштування всієї конфігурації. Системні сімейні підходи наголошують: подружжя, батьківсько-дитяча й розширена родинна підсистеми перебувають у постійних зворотних зв'язках, і жодна роль не змінюється ізольовано. Запровадження, скажімо, нової фінансової практики (спільний бюджет, пропорційні внески) вимагає нових правил комунікації та перерозподілу відповідальності у побуті й догляді; інакше система відповідає «гомеостатичним опором»: триангуляціями, прихованими коаліціями, хроніфікацією конфліктів. У цьому сенсі переговорність, регулярні «ревізії домовленостей» і прозорі процедури прийняття рішень стають не лише засобом, а й умовою стабілізації змін.

Погляд когнітивно-поведінкових і рольових моделей деталізує найближчі механізми такої стабілізації. Центральними тут постають установки щодо справедливості, типові атрибуції («партнер не допомагає, бо не хоче» vs «не помічає, коли саме потрібно»), а також конкретні навички – від «Я-повідомлень» і активного слухання до вміння торгуватися за правилами і фіксувати домовленості. Дослідження і практика показують: навіть за наявності жорстких норм короткі тренінги переговорів та емпатичного слухання здатні швидко підвищувати імовірність партнерських рішень, знижуючи емоційну напругу та консолідуючи відчуття справедливості.

Однак жоден із наведених рівнів не функціонує поза ширшим середовищем. Екологічна перспектива дозволяє унаочнити, як макроумови – економіка, право, культурні наративи, а у випадку України ще й війна – «перекладаються» через екзо- та мезорівні (ринок праці, університет, медіаполе, доступ до сервісів) у мікросферу пари. Війна модифікує ресурси часу, доходу та соціальної підтримки, задає нові «еталони» ролей через медіа, створює інституційні обмеження і можливості. Унаслідок цього реальні «вікна здійсненності» партнерських нововведень звужуються або розширюються незалежно від індивідуальних уподобань. Водночас теорії стресу та ресурсів підкреслюють: за дефіциту підтримки та втрати ресурсів люди схильні повертатися до простіших, звичних схем як до стратегії контролю; за наявності буферів - навпаки, пробують гнучкі, переговорні рішення.

У підсумку постає інтегрована логіка. Соціальне научіння забезпечує «базу» сценаріїв, з якої відбирають те, що автоматично сприймається як нормальне; гендерні схеми визначають, наскільки жорстко людина тримається цих сценаріїв; теорія запланованої поведінки задає умови, за яких намір змінити розподіл ролей трансформується в дію; системні підходи пояснюють, чому зміни потребують узгоджень і нових правил на рівні всієї сімейної конфігурації; когнітивно-поведінковий ракурс окреслює інструменти, якими ці зміни підтримуються і закріплюються в комунікації; екологічна і стрес-

ресурсна оптика вводять модифікатори контексту, що або полегшують, або ускладнюють перехід до партнерських моделей.

Така зв'язна рамка дозволяє не протиставляти теорії, а розмістити їх уздовж одного причинно-процесуального контуру: від засвоєння ролей, через схематизацію й наміри – до сімейної реалізації під впливом зовнішніх умов. Власне ця логіка й лягає в основу емпіричної моделі роботи: ми оцінюємо жорсткість гендерних схем і сімейні сценарії як «вхідні умови», суб'єктивну норму та контроль як «мобілізатори наміру», комунікаційні навички як «механізми впровадження», а стрес/ресурси, медіа-навантаження й соціальну підтримку, як ключові модератори шляху до партнерських уявлень і практик.

1.2. Психологічні детермінанти формування уявлень про сімейні ролі

На тлі окресленого контексту стає зрозуміло, чому одні й ті самі зовнішні виклики приводять до протилежних внутрішніх висновків. Визначальну роль відіграють психологічні детермінанти – ті «внутрішні лінзи», через які молодь сприймає і перетлумачує вимоги часу. На індивідуальному рівні решіткою інтерпретації виступають цінності та установки. Там, де вищою є вага справедливості, турботи і самовизначення, легше визнається невидима праця, приймаються правила взаємозамінності та підвищується готовність до переговорів.

Менш жорсткі гендерні схеми і глибша емпатійність створюють когнітивний та емоційний простір для гнучких рішень; локус контролю, зміщений у бік «ми можемо впливати на наші домовленості», разом із толерантністю до невизначеності підтримують здатність змінювати ролі під обставини, не переживаючи це як втрату ідентичності. Комунікативна компетентність – уміння формулювати «Я-повідомлення», слухати без оцінки, домовлятися про правила і фіксувати їх – перетворює установки на послідовні поведінкові патерни, зменшуючи ризик «заморожених» конфліктів.

Водночас психологічні «фундаменти» формуються не в порожнечі: міжпоколінні сценарії батьківської сім'ї надають молоді первинні матриці співпраці або асиметрії. Якщо в досвіді домінували взаємоповага і справедливий розподіл, «партнерство» сприймається не як експеримент, а як нормальна, життєздатна практика. За авторитарних або жорстко спеціалізованих моделей навпаки зростає поріг для прийняття гнучкості, особливо у зонах емоційної чи доглядової праці. Якість батьківсько-дитячих взаємин задає очікування щодо підтримки й автономії у майбутній сім'ї: від того, чи були «почутими» потреби дитини, залежить доросла здатність визнавати потреби партнера.

Соціокультурне поле або розширює, або звужує доступний репертуар. Освітнє середовище, університетські практики, студентські й громадські ініціативи, де культивуються рівність, переговорність і медіагігієна, м'яко нормалізують партнерські рішення. Натомість деякі культурні чи релігійні норми, залежно від їх інтерпретації, можуть одночасно підтримувати цінність взаємодопомоги і все ж таки закріплювати жорсткий поділ праці. Важливо й те, що інтенсивність і якість медіаспоживання визначають рамку оцінювання: поляризований, афективно насичений контент робить когнітивні схеми менш проникними до альтернатив, підвищує ризик «чорно-білих» суджень і, як наслідок, знижує готовність до гнучких домовленостей.

Нарешті, контекстуальні чинники - війна, релокація, економічний стрес, доступ до соціальної підтримки – чинять ефект «верхнього регулятора», що задає межі можливого. Ті самі установки дадуть різні результати залежно від наявності допоміжних ресурсів: якщо поруч є люди й інституції, готові підхопити, партнерські ідеї втілюються в стабільні процедури; за їх відсутності навіть добрі наміри «сповзають» у повторення знайомих шаблонів. Саме тому в емпіричній частині доцільно розглядати соціальну підтримку як буфер, здатний послаблювати негативний вплив економічного стресу та медіа-перенавантаження на індекс партнерських уявлень.

Таким чином, уявлення молоді про сімейні ролі постають як результат зустрічі зовнішнього виклику та внутрішньої готовності до домовленостей. Там, де поєднуються гнучкі ціннісно-гендерні схеми, емпатія, позитивні міжпоколінні моделі й реальна підтримка з боку оточення та інституцій, формується стійка орієнтація на партнерство. Там, де домінують втома, дефіцит ресурсів і жорсткі норми, виникає природне прагнення до ретрадиціоналізації. Запропонована логіка визначає і наші емпіричні очікування: індекс партнерських уявлень буде вищим у тих, хто демонструє більшу емпатійність, меншу жорсткість гендерних схем, позитивний досвід батьківської співпраці та має доступ до соціальної підтримки; натомість підвищений економічний стрес і медіа-навантаження через емоційну втому зменшуватимуть прийняття гнучких сценаріїв, за винятком випадків, коли буфер підтримки залишається високим.

Формування уявлень про сімейні ролі є складним психологічним процесом, що відбувається під впливом багатьох чинників – особистісних, міжособистісних, соціальних, культурних, сімейних, а також медіа-контенту. Цей процес починається ще в дитинстві, коли індивід спостерігає за взаємодією батьків, засвоює моделі поведінки, очікування, ролі, які притаманні його родині. У подальшому ці уявлення можуть трансформуватись, уточнюватись або кардинально змінюватись під впливом нових знань, досвіду, критичного мислення.

Однією з найважливіших детермінант формування уявлень про сімейні ролі є «досвід батьківської сім'ї». Саме в цій системі дитина вперше стикається з реальним виконанням ролей «мама», «тато», «дитина», «дружина», «чоловік». Якщо в родині панує гармонія, рівноправність, емоційна близькість – діти, як правило, схильні до прийняття таких моделей як еталонних. У разі конфліктності, авторитаризму чи надмірної симбіозності можливе формування викривлених уявлень, що надалі впливають на поведінку у власній сім'ї. Ідентифікація – це процес, при якому молода людина ототожнює

себе з батьками або іншими значущими дорослими, переймаючи їхні цінності, установки та моделі поведінки.

Наслідування є не менш важливим психологічним механізмом. За Левом Виготським, соціальна взаємодія є ключовим елементом у розвитку особистості, де молоді люди активно переймають поведінку оточуючих. Наприклад, підлітки, спостерігаючи за стосунками батьків, несвідомо запозичують їх стиль спілкування, способи вирішення конфліктів, які згодом втілюються у їхніх власних родин. Дослідження американських психологів показали, що молоді пари, які мають перед очима позитивний приклад батьківської родини, значно рідше стикаються з гострими конфліктами і мають вищий рівень сімейного задоволення.

Важливу роль відіграє «особистісний досвід». Молоді люди, які мають досвід романтичних стосунків, спільного проживання, а особливо - виховання дітей, демонструють більш реалістичні й адаптивні уявлення про сімейні ролі. Особистісна зрілість, рівень емоційного інтелекту, здатність до емпатії, автономність - це ті характеристики, які сприяють формуванню партнерського стилю взаємодії.

«Когнітивні установки» та «соціальні уявлення», засвоєні в процесі виховання, навчання та соціалізації, також значною мірою формують уявлення про ролі. Наприклад, згідно з концепцією А. Бандури, важливим механізмом засвоєння є спостереження за моделями поведінки (модельоване навчання). Якщо дитина регулярно бачить приклади толерантного, відкритого, рівноправного ставлення в медіа, школі, серед однолітків, вона засвоює такі моделі як соціально прийнятні.

«Психосоціальні кризи», за Е. Еріксоном, що виникають на різних етапах життя (наприклад, ідентичність протиставляється рольовій плутанині; інтимність - ізоляції), також впливають на формування уявлень. Наприклад, якщо індивід не досяг внутрішньої визначеності у період формування

ідентичності, то його уявлення про ролі можуть бути невиразними, суперечливими або копіювати зовнішні шаблони без глибокої інтеграції.

«Гендерна ідентичність» є важливим психологічним чинником. Рівень гендерної зрілості, наявність або відсутність гендерних стереотипів визначає, наскільки гнучкими чи жорсткими будуть уявлення про ролі. Гендерно гнучкі особистості, як правило, обирають ті ролі, які відповідають їхнім цінностям і потребам, незалежно від культурних очікувань. У той час як гендерно стереотипні особистості схильні до відтворення традиційних моделей – «чоловік головний», «жінка підкоряється» тощо.

«Культурне середовище» також накладає відбиток. У суспільствах із високим рівнем індивідуалізму (наприклад, США, Канада, скандинавські країни) переважають уявлення про гнучкість ролей, паритетність, автономність. Натомість у колективістських культурах (Туреччина, Китай, арабські країни) більше підтримуються ієрархічні моделі, патріархальні структури.

Не менш важливим фактором є «вплив освітнього простору». Сучасна система освіти (особливо гуманітарна та психолого-педагогічна) активно пропагує ідеї гендерної рівності, емоційного інтелекту, ефективної комунікації. Це сприяє розширенню уявлень студентської молоді про можливі варіанти сімейної взаємодії, усвідомленню альтернатив традиційним ролям. Роль освіти також є ключовою у формуванні сучасних уявлень про сімейні ролі.

Освітні заклади мають змогу впливати на погляди молоді через спеціалізовані навчальні програми, тренінги та семінари. Наприклад, у Норвегії освітня програма з гендерної рівності, яка інтегрована у шкільну систему, показала значні успіхи в руйнуванні традиційних стереотипів щодо сімейних ролей серед молоді. Аналогічні програми стають все популярнішими і в Україні, де особлива увага приділяється формуванню у молоді навичок критичного мислення щодо гендерних питань і стосунків у сім'ї.

«Медіа-вплив» - один із найпотужніших факторів у сучасну епоху. Соціальні мережі, YouTube, Instagram, TikTok транслиують моделі поведінки, що можуть як зміцнювати стереотипи, так і руйнувати їх. Наприклад, популярність блогерів-татусів, які показують себе в ролі активних, емоційних батьків, змінює суспільне уявлення про роль чоловіка в родині. Моделювання поведінки є ще одним значущим механізмом, який дозволяє молоді сприймати й засвоювати поведінкові моделі із зовнішніх джерел. Важливим тут є вплив мас-медіа, що часто надають ідеалізовані або стереотипні образи сімейних ролей. Згідно з дослідженнями медіапсихології, молодь, яка регулярно дивиться популярні серіали або слідкує за життям знаменитостей у соціальних мережах, часто несвідомо моделює ці образи у власному житті. Наприклад, дослідження, проведене у 2020 році серед молоді Великої Британії, виявило, що активні користувачі соціальних мереж частіше підтримують рівноправні моделі сімейних стосунків завдяки популяризації таких моделей серед блогерів та публічних осіб.

Соціальні медіа, без сумніву, є одним з найпотужніших сучасних факторів впливу. Дослідження показують, що соціальні мережі можуть як позитивно, так і негативно впливати на молодь. З одного боку, вони пропонують широку палітру прикладів партнерських відносин і рівноправних ролей, з іншого - поширюють нереалістичні та стереотипні образи, що може ускладнювати формування здорових сімейних установок. Наприклад, дослідження у США виявили, що молодь, яка активно споживає контент у соціальних медіа, часто має викривлені уявлення про сімейні ролі через надмірну ідеалізацію побаченого.

Таким чином, формування уявлень про сімейні ролі – це процес динамічний, багаторівневий, зумовлений складною взаємодією індивідуальних, соціальних і культурних детермінант. Розуміння цих чинників є надзвичайно важливим для ефективної роботи психологів, які

супроводжують молодих людей у процесі формування їхньої сімейної ідентичності.

Уявлення молоді про сімейні ролі зазнають суттєвих змін під впливом глобалізації, урбанізації, розвитку інформаційного суспільства, трансформації цінностей і ролі освіти. На сучасному етапі ми спостерігаємо переорієнтацію від традиційної моделі сім'ї з чітким розподілом обов'язків до більш гнучкої, партнерської моделі, в основі якої лежать рівноправність, взаємоповага, відкритість до переговорів і компромісів.

Молодь дедалі частіше надає перевагу таким якостям у партнері, як емоційна підтримка, здатність до діалогу, готовність розділяти побутові та виховні обов'язки. Дослідження, проведені в Україні (Л. Снігур, 2020; І. Кононенко, 2022), показують, що понад 70% молодих людей підтримують рівноправний розподіл сімейних обов'язків, вважають важливим спільне прийняття рішень і спільну відповідальність за виховання дітей.

Великий вплив на уявлення молоді має масова культура, зокрема соціальні мережі, кінематограф, блогінг. Молодь бачить альтернативні моделі сімейної взаємодії, у яких батько може бути залученим вихователем, а мати - успішною кар'єристкою. Ці образи формують нові уявлення про те, що роль у сім'ї – це не стереотип, а взаємна домовленість, заснована на особистісних пріоритетах і здібностях партнерів.

Історично гендерні ролі визначали чіткий розподіл функцій: чоловік як «годувальник», жінка як «берегиня домашнього вогнища». Проте постіндустріальна епоха, а особливо розвиток освіти й економічної незалежності жінок, спричинили поступовий перехід від жорсткої спеціалізації до більш партнерських і гнучких моделей. Сьогодні уявлення про «чоловіче» і «жіноче» у сімейних обов'язках дедалі більше ґрунтується не на біологічній статі, а на принципах компетентності, взаємоповаги й справедливості.

Сучасні дослідження показують, що для молоді ключовими маркерами справедливого розподілу є не «порівну», а пропорційно внескам, обставинам і ресурсам. У цьому контексті важливим є поняття невидимої праці - емоційної підтримки, планування, нагадувань, координування сімейного життя. Саме ці «невидимі» аспекти часто стають джерелом почуття несправедливості, якщо не визнаються або не розподіляються відкрито. У партнерських моделях невидима праця сприймається як спільна відповідальність, а не «природна функція» когось одного.

Окремої уваги заслуговує вплив феміністичних і гендерно-чутливих підходів. Сучасна молодь більш обізнана у питаннях рівності, дискримінації, прав людини. Це змінює фокус з обов'язку «жінка має доглядати за дітьми» на вибір «партнери домовляються про зручний формат взаємодії». Цей підхід також передбачає визнання того, що чоловік має право бути емоційним, вразливим, брати декретну відпустку, а жінка – бути лідером і реалізовувати себе в професійній сфері.

Соціально-економічні чинники також впливають на зміну уявлень про ролі. В умовах нестабільності, зростання вартості життя та потреби в обох працюючих членах родини змінюється підхід до фінансових ролей: більше пар обирає модель спільного бюджету, в якій обидва партнери беруть участь у матеріальному забезпеченні сім'ї.

Цікавим є феномен «нових батьків» - чоловіків, які активно залучаються до догляду за дитиною, ведення побуту, емоційної підтримки. Таке явище все частіше фіксується як у соціологічних, так і в психологічних дослідженнях. Наприклад, за даними опитування ГО «Освітній центр з прав людини», понад 40% молодих чоловіків висловлюють готовність взяти участь у вихованні дитини на рівні з матір'ю.

Зміни відбуваються і в уявленнях про ролі дітей у родині. Молодь більш орієнтована на суб'єктне ставлення до дитини, визнає її права, враховує думку, застосовує ненасильницькі методи виховання. Це свідчить про поступову

гуманізацію сімейної системи, де влада батьків замінюється партнерською взаємодією.

Проте, попри зазначені тенденції, існують і суперечності. Частина молоді досі орієнтується на традиційну модель сім'ї, особливо в сільських громадах та серед релігійних спільнот. Це створює поляризацію уявлень про сімейні ролі та вказує на необхідність врахування культурного контексту при аналізі цього феномена.

Таким чином, сучасна молодь демонструє широку палітру уявлень про сімейні ролі – від традиційних до інноваційних. Її уявлення формуються на перетині культурних, освітніх, соціально-економічних та інформаційних впливів. Це свідчить про зростаючу складність і варіативність сімейної взаємодії, що вимагає нових підходів у психологічному супроводі родини.

1.3. Соціально-історичний контекст: війна та трансформація сімейних ролей в Україні

Повномасштабна війна задала для молоді безпрецедентну конфігурацію життєвих обставин, у якій звичні сценарії родинної взаємодії більше не гарантують відчуття контролю та передбачуваності. Вимушені переміщення, тривалі розлуки через службу чи роботу, досвід втрат і різкі економічні коливання, інтеграція в нові громади в Україні або за її межами, переривання сервісів підтримки - усе це змінює не лише повсякденні практики, а й уявлення про те, що вважати «нормальним» і «справедливим» розподілом сімейних ролей. У таких умовах молоді люди частіше, ніж раніше, вдаються до перегляду власних параметрів співжиття: побут і догляд узгоджуються не «за замовчуванням», а щоразу заново, виходячи з поточного ресурсу часу, доходу, психологічної витривалості, доступу до інституційної допомоги.

Саме макроконтекст війни виступає фоном, який «підсвічує» різні траєкторії переосмислення ролей. Там, де релокація або зміни графіків роботи

призвели до асиметрії ресурсів, спрацьовує прагматична логіка: «хто може, той і бере на себе більше», і внаслідок цього партнерські уявлення укорінюються як практична необхідність. В інших випадках, коли невизначеність надмірна, а мережі підтримки ослаблені виникає протилежний ефект: повернення до «зрозумілих» традиційних схем як до символічного «якоря стабільності». Не менш істотним є вимір емоційної регуляції: хронічний стрес, виснаження та горювання інколи звужують когнітивну гнучкість і спонукають триматися за жорсткі правила; водночас саме досвід втоми здатен переключити фокус з абстрактного «як належить» на прагматичне «як реально зручно нам зараз», відкриваючи простір для переговорів і тимчасових домовленостей.

На зміст уявлень впливають і медіа-наративи, що задають нові «еталони» ролей: образи захисників і захисниць, волонтерських родин, «тилової» підтримки формують рамку очікувань, для одних вона розширює спектр прийнятних сценаріїв, легітимізуючи взаємозамінність і спільну відповідальність, для інших – звужує його до жорстких, інколи поляризованих моделей. Нарешті, інституційні умови (правові обмеження і пільги, соціальні гарантії, доступ до освіти, доглядових та психологічних сервісів) безпосередньо визначають «вікна здійсненності» тих чи інших рішень: там, де існує можливість гнучких графіків, садочків, підтримувальних програм, перерозподіл ролей сприймається як реалізований вибір, а не як загроза.

Узагальнюючи, війна не просто «зсуває» ролі в один бік; вона поляризує траєкторії. В одних групах зростає гнучкість і партнерство, в інших – посилюється ретрадиціоналізація. Вирішальними тут виявляються комбінації чинників: особистісні цінності та гендерні установки, міжпоколінні сценарії батьківської сім'ї, щільність соціальної підтримки, тип релокаційного досвіду, інтенсивність медіаспоживання та рівень економічного стресу.

Саме тому пояснювальну модель доцільно будувати як багатоланкову: контекст війни впливає на уявлення про ролі безпосередньо, через зміну

ресурсів і норм, а також опосередковано, через емоційну втому, жорсткість/гнучкість гендерних схем і активовані сімейні сценарії. Ці зв'язки, у свою чергу, модеруються рівнем соціальної підтримки, медіа-навантаженням та економічним станом, що або ампліфікують, або пом'якшують ефект контексту. Така конфігурація лягає в основу емпіричної перевірки: ми очікуємо, що за високої підтримки і нижчого медіа-перенавантаження молодь частіше обиратиме переговорні, партнерські рішення, тоді як дефіцит ресурсів і надмір новинної тривоги сприятимуть фіксації ролей.

Висновки до першого розділу

Узагальнюючи результати теоретичного аналізу, можна стверджувати, що феномен уявлень сучасної молоді про сімейні ролі є складним, багатовимірним і динамічним конструктом, який формується на перетині особистісних, міжособистісних, соціокультурних та історико-політичних впливів. Теоретичний аналіз демонструє, що реакція молоді на ці виклики значною мірою залежить від психологічних ресурсів, якості сімейних сценаріїв, рівня соціальної підтримки і медіа-впливів.

Таким чином, можна зробити кілька ключових висновків.

По-перше, сімейні ролі доцільно розуміти як динамічний, переговорний і контекстуально чутливий конструкт, а не як фіксований набір обов'язків, заданий статтю чи традицією. Це відкриває можливість для науково обґрунтованого аналізу гнучких, партнерських моделей, не заперечуючи при цьому важливості стабільності та відповідальності.

По-друге, уявлення сучасної молоді про сімейні ролі формуються в напруженому полі між міжпоколінними сценаріями та новими ціннісними орієнтирами, де важливу роль відіграють освіта, медіа, феміністичні та правозахисні дискурси, а також практичний досвід співжиття. Саме молодь значною мірою є носієм переходу від жорсткої гендерної ієрархії до більш

рівноправних, але водночас вимогливіших до емоційної зрілості та комунікації партнерських моделей.

По-третє, воєнний та соціально-економічний контекст України виступає потужним модифікатором цих уявлень, підсилюючи значення таких психологічних детермінант, як емпатія, стресостійкість, готовність до взаємної підтримки, а також підкреслюючи роль соціальної підтримки як буфера між зовнішніми загрозами й внутрішньосімейною стабільністю.

По-четверте, теоретичний аналіз дає підстави розглядати уявлення молоді про сімейні ролі як чутливий індикатор ширших соціальних процесів - демократизації, переосмислення гендерних норм, зміни ставлення до батьківства, партнерства, турботи і справедливості. Це робить дослідження не лише академічно значущим, а й практично релевантним для системи психологічної допомоги, освітніх програм, сімейного консультування.

Отже, узагальнена теоретична модель, дозволяє окреслити низку змінних (гендерні установки, досвід батьківської сім'ї, рівень соціальної підтримки, економічний і воєнний контекст, емоційна втома, медіа-навантаження), які можуть виступати психологічними детермінантами уявлень про сімейні ролі.

Психологічні чинники, такі як досвід батьківської сім'ї, когнітивні установки, гендерна ідентичність, культурне середовище та медіа-вплив, мають суттєвий вплив на формування уявлень про сімейні ролі. Отже, формування уявлень про сімейні ролі є динамічним, контекстуально залежним процесом, що відображає як особистісні особливості індивіда, так і соціальні зміни в суспільстві. Таким чином, аналіз літератури дозволяє зробити висновок про те, що уявлення молоді про сімейні ролі перебувають у стані трансформації.

Розуміння цих змін є важливим для розробки освітніх і психологічних програм, спрямованих на підтримку молоді в процесі формування гармонійних та усвідомлених сімейних відносин. Це створює підґрунтя для

подальшої емпіричної перевірки, представлення якої здійснюється в наступному розділі роботи, де аналізуються реальні дані про те, як сучасна українська молодь у воєнний період осмислює, конструює та переозначає власні сімейні ролі.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ УЯВЛЕНЬ МОЛОДІ ПРО СІМЕЙНІ РОЛІ

2.1. Організація та методи дослідження

Організація емпіричного дослідження потребувала ретельної підготовки та дотримання основних наукових вимог до проведення психологічних досліджень. Головною метою цього етапу стало виявлення сучасних уявлень молоді про сімейні ролі та визначення тенденцій у зміні цих уявлень під впливом соціокультурних чинників.

Емпіричне дослідження було спрямоване на перевірку теоретичних положень, викладених у першому розділі, та конкретизацію того, як сучасна українська молодь у контексті тривалих соціальних змін і війни конструює уявлення про сімейні ролі, розподіл відповідальності та партнерство. Особливий акцент зроблено на аналізі впливу воєнного досвіду, економічної нестабільності, емоційної втоми та соціальної підтримки на готовність до гнучкого, переговорного розподілу ролей.

Дослідження проводилось у рамках якісно-кількісної парадигми, що дозволяє поєднувати кількісний аналіз емпіричних даних з глибокою інтерпретацією відповідей на відкриті запитання. Цей підхід спрямований не лише на виявлення статистичних залежностей, а й на глибше розуміння психологічної сутності уявлень, мотивів і чинників, що їх формують.

Вибіркова сукупність дослідження склала 30 осіб віком від 20 до 35 років. Такий віковий діапазон був обраний не випадково: саме у цьому віці більшість молодих людей замислюється над створенням сім'ї або вже має досвід сімейного життя, а також активно формує власну систему цінностей і уявлень щодо соціальних ролей.

У вибірці було представлено 16 жінок (53,3%) та 14 чоловіків (46,7%). Більшість респондентів мали вищу освіту (або здобували її на момент опитування), проживали у містах обласного значення та характеризувались середнім рівнем соціальної активності.

Метод збору даних – анкетування, що є найбільш доступним та ефективним засобом отримання емпіричної інформації у сучасних умовах. З огляду на пандемічні виклики останніх років та діджиталізацію освіти й комунікації, було прийнято рішення провести опитування в онлайн-форматі. Для цього була використана платформа Google Forms, яка дозволяє зручно структуровано збирати відповіді, аналізувати їх, зберігаючи конфіденційність учасників.

Анкета (анкета 1) складалась із 14 запитань і включала як закриті (із варіантами відповідей), так і відкриті запитання. Вона містила такі тематичні блоки:

- Соціально-демографічний блок: вік, стать, освіта, місце проживання, сімейний стан, наявність дітей.
- Оцінка традиційних та нетрадиційних ролей: хто має забезпечувати родину, хто виховувати дітей, хто вести побут.
- Уявлення про партнерство: чи вважають респонденти, що обов'язки у родині мають розподілятися порівну, чи існує гендерна перевага.
- Особистий досвід та вплив родини: якою була модель у батьківській родині, як вона вплинула на власні погляди.
- Відкрите запитання: «Що, на Вашу думку, означає бути хорошим партнером у сучасній сім'ї?»

Анкета була перевірена за участю фокус-групи з 5 осіб, що дало змогу уточнити формулювання, уникнути неоднозначностей і підвищити валідність запитань. Опитування тривало протягом двох тижнів, з 10 по 25 березня 2025 року.

Для збору емпіричних даних було використано авторську анкету (анкета побудована на засадах теоретичної моделі, розробленої у розділі 1. Інструмент включав три логічно пов'язані блоки.

- 1) Соціально-демографічний та воєнно-контекстуальний блок. Його метою було зафіксувати умови життя респондентів, пов'язані з

війною, які потенційно впливають на уявлення про сімейні ролі. До цього блоку входили запитання:

- зміна місця проживання через війну за останні 12 місяців (*«Так, 1 раз» / «Так, 2 і більше разів» / «Ні»*);
- поточний статус проживання (*сам/сама; з партнером; з батьками/родиною; інше*);
- наявність у респондента, партнера чи близьких досвіду військової служби під час війни;
- наявність стосунків на відстані через службу чи релокацію (з уточненням тривалості розлуки);
- суб'єктивна оцінка змін економічної ситуації сім'ї/пари за останній рік (*покращилась / без змін / погіршилась*);
- частота споживання новин про війну (*кілька разів на день; щодня; кілька разів на тиждень; рідше*).

Цей блок дозволяє врахувати вплив об'єктивно- та суб'єктивно-кризових чинників на структуру уявлень.

2) Психоемоційний та ресурсний блок. Спрямований на оцінку станів і ресурсів, які в теоретичній моделі розглядаються як медіатори та модератори уявлень про ролі:

- рівень емоційної втоми за останні два тижні (шкала 1-5, де 1 – зовсім ні, 5 – дуже сильно);
- рівень відчутної соціальної підтримки (шкала 1-5, де 1 – низький, 5 – високий).

Отримані показники розглядаються як індикатори суб'єктивного стресу та доступу до підтримувального середовища.

- 2) Блок уявлень про сімейні ролі та гнучкість розподілу відповідальності. Для операціоналізації партнерських/традиційних уявлень використано дві ключові шкали (1-5):

- гнучкість розподілу побутових обов'язків: «Наскільки розподіл побутових обов'язків у вашій парі (або бажаній майбутній парі) залежить від ситуації/можливостей, а не від статі?»;
- готовність переглядати фінансові ролі: «Наскільки ви готові переглядати розподіл фінансових ролей у разі змін (робота, переїзд, служба)?».

На основі цих двох показників розраховано індекс партнерської гнучкості (PFI) як середнє значення, що відображає загальну орієнтацію на ситуативний, переговорний, а не гендерно-фіксований розподіл ролей.

Обробка результатів здійснювалася з використанням описової статистики (частоти, відсотки, середні значення, стандартні відхилення) та елементарних порівнянь між групами (орієнтовний аналіз відмінностей за релокаційним досвідом, стосунками на відстані, економічною ситуацією). Якісний аналіз вербальних коментарів (у разі їх наявності) використано для інтерпретативного поглиблення кількісних тенденцій.

Запропонована організація дослідження дозволяє поєднати теоретичну багаторівневу модель із практичним вимірюванням того, як у конкретних воєнних умовах трансформуються уявлення молоді про справедливий і прийнятний розподіл сімейних ролей.

Усі учасники були ознайомлені з метою дослідження, принципами добровільності, анонімності та конфіденційності. Жодні персональні дані, які б дозволили ідентифікувати особу, не збирались. Участь у дослідженні була добровільною, без жодного зовнішнього тиску чи винагороди.

Обробка результатів проводилася у два етапи. На першому етапі було здійснено кількісний аналіз відповідей на закриті запитання з використанням відсоткового методу, а також побудовано частотні розподіли за окремими змінними. На другому етапі був здійснений якісний контент-аналіз відповідей на відкриті запитання, що дозволило виявити типові образи, смисли та ключові елементи уявлень респондентів.

Додатково проводилось порівняння відповідей за статевими та віковими критеріями з метою виявлення статистично значущих тенденцій. Усі отримані результати були згруповані, візуалізовані за допомогою діаграм і таблиць та інтерпретовані відповідно до завдань дослідження.

Таким чином, розроблена методика дослідження забезпечує комплексний підхід до вивчення уявлень молоді про сімейні ролі, поєднуючи наукову обґрунтованість, етичні стандарти, валідність інструментарію та аналітичну глибину.

2.2. Аналіз результатів опитування

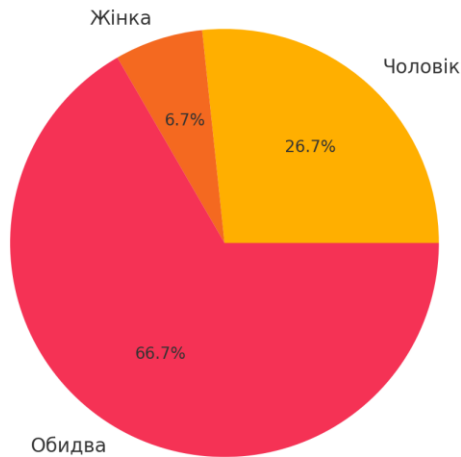
У цьому підрозділі здійснюється всебічний аналіз емпіричних даних, отриманих у ході анкетного опитування 30 респондентів віком від 20 до 35 років. Дослідження дало змогу виявити домінуючі тенденції в уявленнях молоді про сімейні ролі, з'ясувати ставлення до різних моделей сімейної взаємодії, а також встановити відмінності за статевою ознакою.

Аналіз розпочнемо з оцінки уявлень про функцію матеріального забезпечення в родині. Респондентам було запропоновано відповісти на запитання: «Хто, на Вашу думку, повинен бути головним годувальником у родині?» (Діаграма 2.2.1). Результати свідчать, що 66,7% опитаних обрали варіант «обидва партнери», 26,7% – «чоловік», і лише 6,6% – «жінка». Така картина свідчить про переважання у молоді уявлень про спільну відповідальність у фінансовій сфері, що є ознакою сучасної партнерської моделі. Гендерний розподіл відповідей показав, що жінки частіше схильні підтримувати ідеї рівноправного партнерства у сім'ї, тоді як чоловіки частіше демонструють прихильність до більш традиційного розподілу ролей. Зокрема, жінки значно активніше висловлювали згоду з твердженнями про рівне залучення обох партнерів до виховання дітей, спільну відповідальність за

побутові справи, а також підтримку можливості чоловіка перебувати у декретній відпустці.

Діаграма 2.2.1

Хто має бути головним годувальником у сім'ї?



Це свідчить про те, що серед молодих жінок спостерігається вищий рівень усвідомлення цінності особистісної свободи, професійного самовираження та спільного ведення сімейного життя. Чоловіки ж, хоча й демонструють тенденцію до поступової переорієнтації, все ще частіше тяжіють до моделей, де відповідальність за матеріальне забезпечення та прийняття ключових рішень закріплена за ними.

Такі відмінності можуть пояснюватися не лише соціокультурними чинниками, а й впливом стереотипів, що продовжують відтворюватися через сімейне виховання, медіа і коло спілкування. Отже, дослідження виявило збереження певної гендерної асиметрії в уявленнях молоді про сімейні ролі, яка, однак, поступово трансформується в бік більш гнучких, паритетних моделей.

У другому блоці аналізувалося питання виховання дітей. На запитання: «Хто має виконувати основну роль у вихованні дітей?» (Діаграма 2.2.2) 96,7% респондентів відповіли – «обидва партнери». Це свідчить про глибоке

внутрішнє переконання в тому, що відповідальність за дітей має бути спільною, незалежно від статі батьків. Лише 3,3% (одна респондентка) вважає, що виховання – це переважно функція матері. Така відповідь може бути обумовлена особистим досвідом або традиційним уявленням, сформованим у батьківській родині.

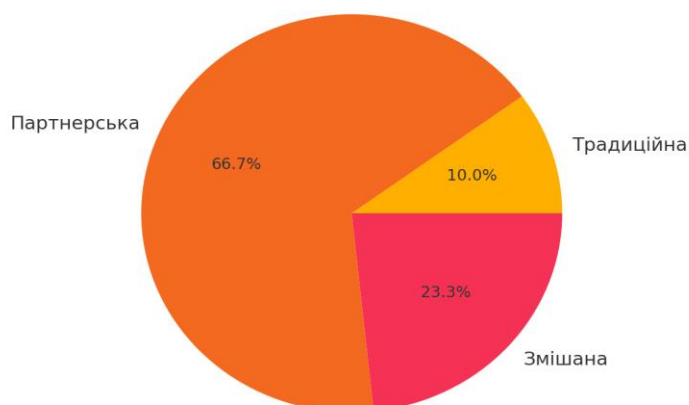
Діаграма 2.2.2



Наступне питання стосувалося уявлень про бажану модель сім'ї (Діаграма 2.2.3). Серед варіантів були запропоновані: традиційна (чоловік – лідер, жінка – берегиня домашнього вогнища), партнерська (рівноправні стосунки, спільне прийняття рішень), змішана модель. Партнерську модель обрали 66,7% опитаних, змішану - 23,3%, традиційну – лише 10%. Це ще раз підтверджує актуальність модернізованих сімейних уявлень серед молоді.

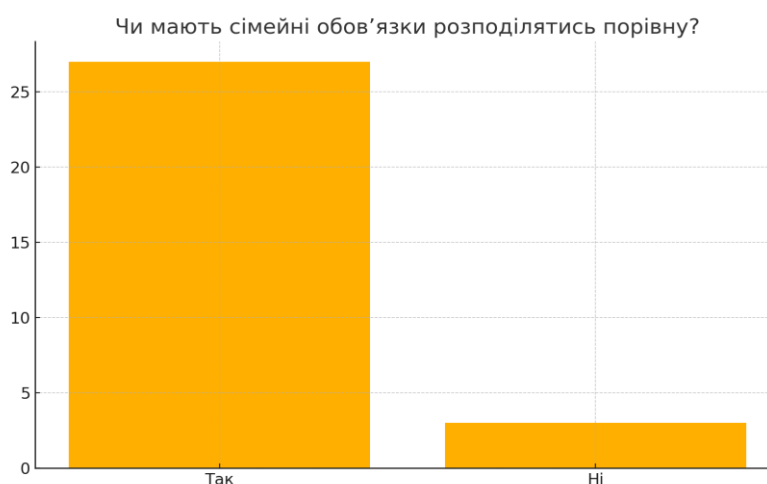
Діаграма 2.2.3

Яку модель сім'ї Ви вважаєте ідеальною?



Цікавою є відповідь на запитання: «Чи вважаєте Ви, що всі сімейні обов'язки (виховання дітей, ведення побуту, планування бюджету тощо) мають бути розподілені порівну?» (Діаграма 2.2.4). Абсолютна більшість (90%) відповіла ствердно. Лише 10% респондентів (в основному чоловіки з традиційними поглядами) вважають, що обов'язки повинні розподілятися залежно від статі. Це свідчить про прагнення молоді до справедливості, взаєморозуміння та рівного партнерства.

Діаграма 2.2.4



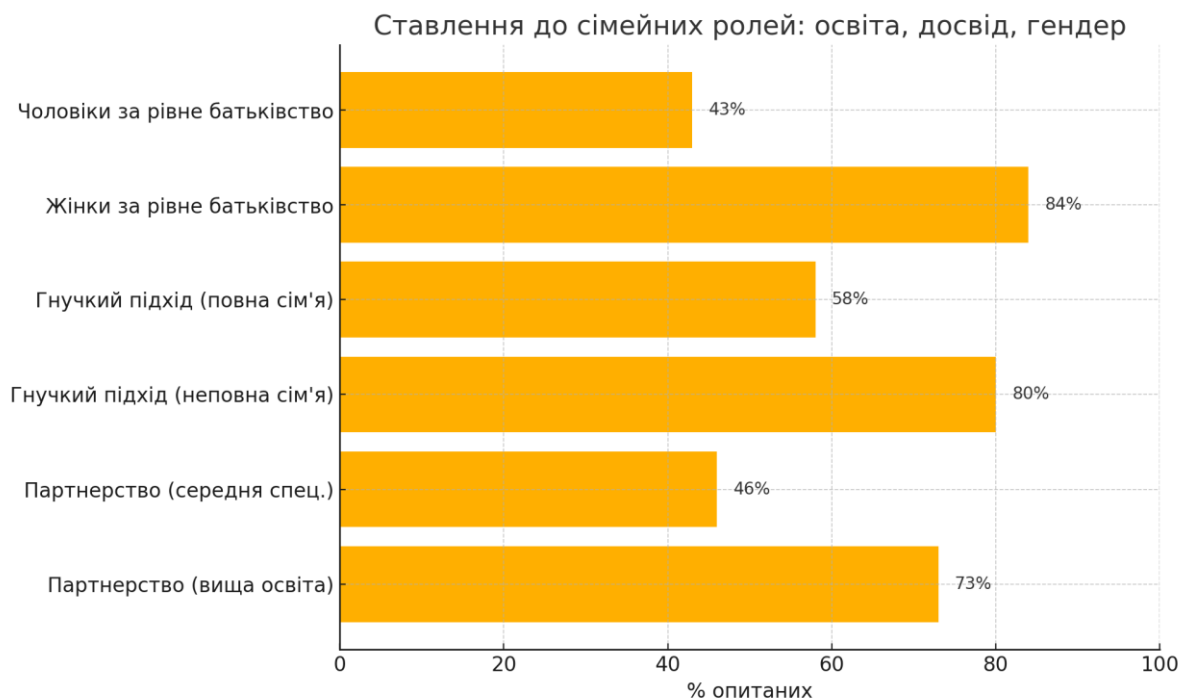
На діаграмі (Діаграма 2.2.5) відображено порівняльний розподіл відповідей учасників дослідження щодо підтримки різних моделей сімейних ролей. Аналіз графіка дозволяє виділити кілька ключових тенденцій:

По-перше, спостерігається чітка залежність між рівнем освіти та підтримкою партнерських моделей: 73% респондентів з вищою освітою виступають за рівноправний розподіл обов'язків у сім'ї, тоді як серед молоді із середньою спеціальною освітою цей показник становить лише 46%. Це свідчить про позитивний вплив освіти на формування сучасних уявлень про сімейні ролі.

По-друге, на формування гнучкого підходу до сімейного життя впливає тип родини, в якій виховувалась особа. Так, 80% учасників, які виросли в неповній сім'ї, підтримують ідею адаптивного розподілу ролей, тоді як серед вихованців повної сім'ї – 58%. Це може бути пов'язано з досвідом спостереження за багатофункціональністю одного з батьків.

По-третє, гендерний аналіз показує суттєву різницю в підтримці рівноправного батьківства: 84% жінок висловилися за рівну участь обох партнерів у вихованні дітей, у той час як серед чоловіків таких було лише 43%. Цей розрив демонструє, що чоловіки загалом повільніше адаптують нові ролі у сфері догляду за дитиною.

Таким чином, результати дослідження, відображені на діаграмі, підтверджують гіпотезу про вплив освіти, сімейного досвіду та статевої приналежності на уявлення молоді щодо сімейних ролей. Отримані дані є цінним матеріалом для подальших соціально-психологічних досліджень та розробки просвітницьких програм.



Дані якісного аналізу відповідей на відкриті запитання («Що означає бути хорошим партнером у сім'ї?») дозволяють виявити глибші смислові уявлення. Найчастіше згадувалися такі риси, як: відповідальність, взаємоповага, підтримка, чесність, здатність до діалогу, спільне планування, готовність допомагати у побуті та з дітьми. Це свідчить про те, що молодь оцінює роль партнера не лише з позиції функціонального виконання обов'язків, а й як емоційного, морального та комунікативного супутника. Дані опитування надали глибше розуміння внутрішніх переконань респондентів щодо сімейних ролей. Більшість відповідей можна згрупувати за кількома ключовими категоріями, які найчастіше повторювались у формулюваннях:

1. Повага та розуміння - респонденти зазначали, що хороший партнер – це передусім той, хто вміє слухати, розуміти і поважати думку іншого. Формулювання на кшталт «бути опорою», «приймати партнера з усіма недоліками», «вміти домовлятися» були надзвичайно поширеними.

2. Рівноправність і взаємна підтримка - багато відповідей акцентували на необхідності спільного прийняття рішень, поділу домашніх справ та обов'язків щодо виховання дітей. Вживалися формулювання: «не звалювати все на одного», «вміти підстрахувати», «разом долати труднощі».
3. Емоційна відкритість – значна частина респондентів вважала важливим вміння ділитися почуттями, проявляти турботу та підтримку. Це особливо часто зустрічалося в жіночих відповідях.
4. Відповідальність і стабільність – частина респондентів, переважно чоловіки, визначали хорошого партнера як людину, яка виконує обіцянки, забезпечує стабільність і бере відповідальність за добробут сім'ї.
5. Повага до особистих меж та самореалізації – багато респондентів наголошували, що в парі важливо залишатися особистістю, мати можливість реалізовувати себе у професії чи хобі, не бути повністю залежним від партнера.

Приклади відповідей на відкрите запитання «Що означає бути хорошим партнером у сім'ї?»:

Респондентка, 27 років, вища освіта

«Хороший партнер - це той, хто розуміє тебе без слів, підтримує, коли важко, і з ким можна розділити не лише побут, а й мрії та страхи. Це не про розподіл обов'язків, а про спільне життя».

Респондент, 30 років, середня спеціальна освіта:

«Це той, хто не боїться брати відповідальність і разом вирішувати проблеми. Бути хорошим партнером - це не перекладати провину або тягар на іншу людину, а вміти розділити як радість, так і побут. Іноді - просто мовчки сісти поруч, коли важко.»

Респондентка, 27 років, повна сім'я:

«Мій ідеал – це партнер, який не соромиться показати емоції. Для мене партнерство - це про команду: рівні, чесні, такі, що підтримують одне одного і щиро радіють успіхам іншого».

Респондент, 22 роки, неповна сім'я:

«Хороший партнер – це той, хто поважає тебе як людину, а не просто як роль: дружина, мати, домогосподарка. Це про готовність домовлятися, змінюватися разом, пробачати й не принижувати. Моя мама завжди все тягнула одна, я не хочу повторювати цей сценарій у своїй сім'ї».

Узагальнюючи результати, можна стверджувати, що у молодіжному середовищі переважає партнерське бачення ролей у родині, де функції між чоловіком і жінкою розподіляються на основі домовленостей, а не гендерних стереотипів. Уявлення про сімейні ролі формуються під впливом сучасних соціокультурних тенденцій, медіа, освіти та особистого досвіду. Незважаючи на це, окремі елементи традиційної моделі все ще зберігаються, особливо у відповідях осіб із меншою освітньою обізнаністю або із традиційним досвідом родинного життя.

Отже, емпіричне дослідження підтвердило актуальність змін у системі уявлень молоді про сімейні ролі та вказало на необхідність формування психологічної культури партнерства, підтримки рівноправ'я в сім'ї й сприяння зміні застарілих стереотипів. Якісний аналіз підтверджує загальну тенденцію до усвідомленого, партнерського підходу до сімейних ролей серед молоді. У відповідях домінують гуманістичні цінності – взаємоповага, довіра, співпраця та рівність, що корелює з кількісними результатами опитування.

2.3. Соціально-воєнний та економічний контекст вибірки

Вивчення уявлень молоді про сімейні ролі неможливе без урахування ширшого соціального контексту, у якому формуються їхні життєві практики та цінності. Воєнна реальність, економічна нестабільність, вимушені переїзди,

зміни у структурі проживання й стосунків створюють специфічні умови, що впливають як на емоційний стан молоді, так і на розподіл відповідальності в партнерських взаєминах. Саме тому першим кроком аналізу стало окреслення соціальних, воєнних та економічних характеристик вибірки, які визначають контекст прийняття респондентами сімейно-рольових рішень.

Дані цього підрозділу дозволяють встановити, у яких умовах живуть учасники дослідження, наскільки вони зазнали впливу війни, як часто змінювали місце проживання, у яких формах проживають, чи мають досвід розлуки з партнером через службу або релокацію, а також як оцінюють власну економічну ситуацію й інформаційне навантаження. Сукупність цих чинників формує фон, на якому респонденти осмислюють сімейні ролі, визначають межі відповідальності та вибудовують уявлення про партнерство.

Наведений нижче опис контекстних характеристик є важливим для подальшого аналізу, оскільки дозволяє пов'язати отримані показники емоційної втоми, соціальної підтримки та гнучкості ролей із реальними умовами життя молоді під час війни. Опис зроблений та досліджений за результатом анкети (анкета 2), яка містила 10 запитань. Питання стосувалися теми воєнного контексту сьогодення.

На діаграмі (2.3.1) аналіз відповідей засвідчив, що значна частина респондентів зазнала впливу війни на життєві умови. За останні 12 місяців 43,3% не змінювали місця проживання, 40,0% здійснили один вимушений переїзд, ще 16,7% – два і більше переміщень. Така структура підкреслює наявність суттєвого, але нерівномірного впливу релокації.

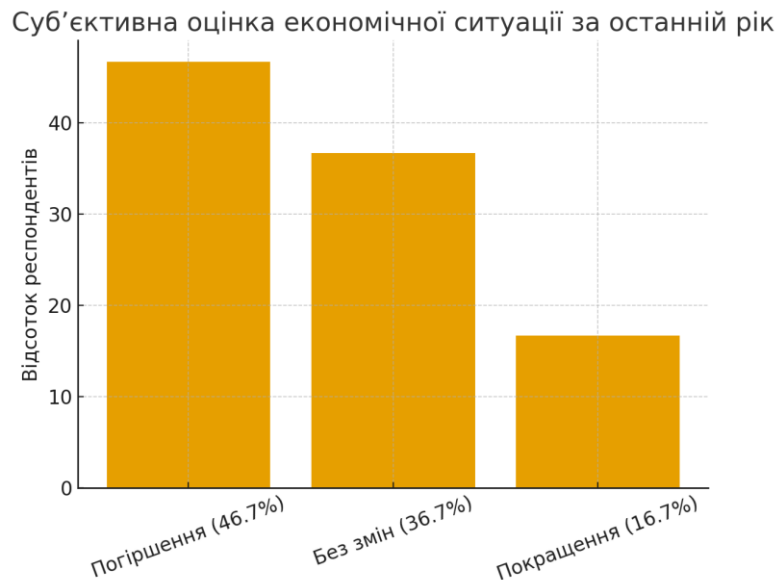
Діаграма (2.3.1)



Статус проживання в момент опитування розподілився таким чином: 40,0% проживають із партнером, 33,3% – з батьками чи родиною, 23,3% – самотійно, 3,3% зазначили інші варіанти. Досвід служби під час війни у себе, партнера чи близьких відзначили 36,7% опитаних, що підкреслює безпосередній зв'язок частини вибірки з військовими подіями.

У 30,0% респондентів на момент дослідження були стосунки на відстані внаслідок служби чи релокації; середня тривалість такої розлуки склала близько 6 місяців. Це створює специфічні умови для розподілу ролей, заснованих на довірі, автономії та дистанційній координації.

Суб'єктивна оцінка економічної ситуації за останній рік виявилася переважно негативною. На діаграмі (2.3.2) 46,7% респондентів відзначили її погіршення, 36,7% – відсутність істотних змін, лише 16,7% – покращення. Отже, для більшості молоді контекст прийняття рішень щодо ролей супроводжується економічним тиском.



Частота споживання новин про війну теж є показовою: 23,3% переглядають новини кілька разів на день, 36,7% – щодня, 26,7% – кілька разів на тиждень, 13,3% – рідше. Це свідчить про стабільно високе інформаційне навантаження, яке потенційно корелює з емоційною втомою.

Рівень емоційної втоми, пов'язаної з життєвою ситуацією та воєнними подіями, в середньому становив $M=3,5$ ($SD=1,0$) за п'ятибальною шкалою; майже половина опитаних продемонструвала високі значення (4-5 балів). Це узгоджується з припущенням про хронічний стрес як фон, на якому відбувається конструювання уявлень про ролі.

Відчуття соціальної підтримки було дещо нижчим - $M=3,2$ ($SD=1,0$), при цьому близько 40% респондентів оцінили підтримку як достатньо високу (4-5 балів), тоді як частина молоді перебуває в умовах обмежених ресурсів підтримувального середовища. Цей показник надалі розглядатиметься як потенційний буферний чинник у взаємозв'язку між стресом та гнучкістю сімейних уявлень.

Ключові результати стосуються оцінки гнучкості у сфері побуту та фінансів.

Середні значення за шкалами:

- гнучкість розподілу побутових обов'язків (залежність від ситуації, а не від статі):
- $M=3,7$, $SD=0,9$; 60% респондентів обрали варіанти 4-5;
- готовність переглядати фінансові ролі у разі змін:
- $M=3,9$, $SD=0,9$; 66,7% обрали варіанти 4-5;
- індекс партнерської гнучкості (PFI) (середнє двох показників):
- $M=3,8$, $SD=0,8$; узгодженість пунктів - на прийнятному рівні.

Отримані показники свідчать про домінування партнерської установки: більшість молоді сприймає розподіл ролей як предмет домовленостей, що має змінюватися відповідно до реальних можливостей, а не бути жорстко прив'язаним до статі.

Описове порівняння груп показує, що:

- учасники з досвідом релокації (особливо 2+ переїздів) та ті, хто перебуває у стосунках на відстані, демонструють дещо вищі значення PFI ($\approx 4,0$ - $4,1$), ніж ті, хто не змінював місце проживання або живе поруч із партнером ($\approx 3,6$ - $3,7$);
- респонденти, які відзначили погіршення економічної ситуації, частіше декларують готовність до гнучкого перерозподілу фінансових ролей, хоча водночас характеризуються вищим рівнем емоційної втоми;
- вища соціальна підтримка асоціюється з більш стабільною партнерською позицією навіть за умов стресу.

Ці закономірності узгоджуються з теоретичною моделлю: кризові умови можуть як підштовхувати до партнерства (через необхідність співпраці), так і посилювати потребу в традиційних схемах, якщо ресурси виснажені.

З відповідей респондентів випливає, що сімейні ролі в їхньому уявленні є результатом домовленості та партнерського підходу, а не статевої приналежності. Більшість учасників дослідження впевнені, що обов'язки в сім'ї не повинні бути обмежені статевими стереотипами. Це підтверджується

результатами, де понад 90% опитаних вважають, що побутові й виховні обов'язки мають виконуватись спільно. Таким чином, молодь підтримує ідеї гендерної рівності й емоційного партнерства у сімейному житті.

Виявлено високий рівень усвідомленості молоддю своєї майбутньої ролі в сім'ї. Респонденти, відповідаючи на відкриті запитання, відзначали важливість таких якостей партнера, як відповідальність, здатність до діалогу, підтримка, чесність. Це свідчить про зміщення фокусу уявлень з формального виконання ролей на емоційно-комунікативну взаємодію. Роль «партнера» в уявленні молоді виходить за межі функціональних характеристик і включає особистісні, моральні, психологічні аспекти.

Ще один висновок стосується впливу батьківської моделі на формування уявлень про ролі в родині. Респонденти, які мали приклад гармонійних, рівноправних стосунків у батьківській сім'ї, частіше обирали партнерську модель для себе. Натомість ті, хто виховувався в умовах авторитарного стилю або чітко вираженого гендерного поділу ролей, частіше демонстрували прихильність до традиційної моделі. Це дозволяє зробити висновок про значущу роль сімейного досвіду у формуванні власних орієнтацій.

Важливим результатом є вплив соціокультурних чинників на уявлення молоді про сімейні ролі. Більшість респондентів вказували на те, що їхнє уявлення формувалось під впливом освітнього середовища, ЗМІ, соціальних мереж. Зокрема, у відповідях часто згадувались позитивні приклади з блогів, публікацій відомих психологів, відеороликів на тему батьківства та партнерства. Це свідчить про те, що сучасна інформаційна культура здатна виконувати виховну функцію і трансформувати стереотипні уявлення.

Окремо варто зазначити, що попри загальну підтримку ідеї партнерства, частина респондентів (приблизно 10-15%) все ж орієнтуються на традиційну модель родини. Це пояснюється як впливом релігійних переконань, так і особистими переконаннями щодо ролі чоловіка й жінки в сім'ї. Таким чином,

сучасна молодь демонструє поляризованість уявлень, що обумовлено багатофакторністю їх формування.

Гендерний аспект є важливою складовою вивчення уявлень молоді про сімейні ролі. Результати проведеного дослідження серед респондентів віком 20-35 років дозволили виявити суттєві відмінності у відповідях чоловіків і жінок, які підкреслюють сучасні тенденції у ставленні молоді до сімейних обов'язків.

Загалом, у дослідженні взяли участь 30 осіб, з них 16 жінок (53,3%) і 14 чоловіків (46,7%). Відмінності у відповідях чоловіків та жінок за ключовими питаннями дозволяють простежити особливості формування гендерних установок щодо сімейних ролей.

Відповідаючи на питання щодо головного годувальника в сім'ї, жінки демонструють більшу схильність до рівноправної моделі: 75% жінок вважають, що годувальниками повинні бути обидва партнери, натомість серед чоловіків такий погляд підтримують лише 57,1%. Водночас чоловіки значно частіше за жінок (35,7% проти 18,8%) вважають, що основна фінансова відповідальність має бути за чоловіком. Лише незначна частина респондентів (6,3% жінок та 7,2% чоловіків) бачать головним годувальником жінку.

Схожа ситуація простежується і в поглядах на виховання дітей. Серед жінок абсолютна більшість (100%) підтримує ідею рівноправної участі обох партнерів у вихованні. У чоловіків цей показник також високий, але трохи нижчий (92,9%), що вказує на певні збереження традиційних поглядів серед окремих чоловіків.

Визначаючи ідеальну модель сім'ї, жінки частіше надають перевагу партнерській моделі (87,5%), порівняно з чоловіками (71,4%). Чоловіки натомість значно частіше вибирають змішану модель (21,4%), яка поєднує елементи традиційних та партнерських стосунків. Традиційна модель в цілому виявляється непопулярною серед обох гендерних груп (6,3% серед жінок і 7,2% серед чоловіків).

Щодо розподілу домашніх обов'язків, майже всі жінки (93,8%) висловлюють підтримку рівноправному розподілу, тоді як серед чоловіків таких відповідей менше - 85,7%. Це свідчить про більшу готовність жінок до партнерського типу стосунків та гнучкого розподілу обов'язків, аніж у чоловіків.

Для наочності порівняльних даних доцільно використати відповідну таблицю(Таблиця 2.3.1.), яка допоможе краще зрозуміти гендерні відмінності в уявленнях молоді.

Таблиця 2.3.1.

Порівняння поглядів чоловіків і жінок щодо основних питань сімейних ролей

Показники	Чоловіки (%)	Жінки (%)
Головний годувальник – обидва партнери	57,1%	75%
Головний годувальник – чоловік	35,7%	18,8%
Головний годувальник – жінка	7,2%	6,3%
Виховання дітей – обидва партнери	92,9%	100%
Ідеальна модель сім'ї – партнерська	71,4%	87,5%

Ідеальна модель сім'ї – змішана	21,4%	6,2%
Ідеальна модель сім'ї – традиційна	7,2%	6,3%
Рівноправний розподіл домашніх обов'язків	85,7%	93,8%

Таким чином, проведений аналіз демонструє, що хоча загальна тенденція до рівноправності переважає у відповідях обох гендерних груп, жінки проявляють більшу послідовність та активніше підтримують партнерські моделі сімейних стосунків. Це свідчить про значні позитивні зміни у свідомості сучасної молоді щодо сімейних ролей, хоча деякі гендерні стереотипи залишаються актуальними серед чоловіків.

Результати емпіричного дослідження дозволяють зробити комплексні висновки щодо особливостей формування уявлень сучасної української молоді про сімейні ролі в умовах тривалої війни, соціально-економічної нестабільності та культурних трансформацій. Отримані дані підтверджують загальну теоретичну логіку, згідно з якою сімейні ролі розглядаються як динамічні, переговорні та контекстно залежні конструкти, чутливі до поєднання індивідуальних ресурсів, міжпоколінних сценаріїв та зовнішніх викликів.

Емпірично зафіксовано домінування партнерської орієнтації в уявленнях молоді. Середні значення гнучкості розподілу побутових обов'язків ($M=3,7$) та готовності переглядати фінансові ролі ($M=3,9$), а також інтегральний індекс партнерської гнучкості ($PFI = 3,8$) свідчать про загальну готовність респондентів сприймати розподіл відповідальності як результат домовленостей, залежний від реальних можливостей і обставин, а не від фіксованих гендерних сценаріїв. Це підтверджує тенденцію, виявлену в

теоретичному аналізі: для значної частини молоді справедливість у сім'ї пов'язується не з традиційною ієрархією, а з взаємністю, співвідповідальністю та гнучкістю.

Дані дослідження засвідчують суттєвий вплив воєнного контексту як структурного чинника, що змінює простір можливих рішень. Досвід релокації, служби, стосунків на відстані, погіршення економічної ситуації став для багатьох респондентів не лише джерелом стресу, а й стимулом до практичного перегляду ролей. Ті, хто зазнав змін місця проживання, вимушеної адаптації чи тривалих розлук, демонструють, як правило, вищий рівень готовності до партнерських, ситуативно гнучких домовленостей. Це узгоджується з теоретичною гіпотезою про те, що криза актуалізує кооперацію й взаємозамінність як умову виживання та функціонування сімейної системи.

Водночас воєнний контекст виявився амбівалентним чинником. Підвищений рівень емоційної втоми ($M=3,5$), стабільно високий рівень медіа-навантаження (часте споживання новин про війну) та погіршення економічної ситуації для майже половини вибірки створюють передумови для посилення тривоги, виснаження і потреби в простих, структурованих рішеннях. За таких умов у частини молоді потенційно зростає привабливість більш жорстких, традиційних моделей ролей як символічного «порядку» і «контролю». Таким чином, війна не механічно перевідносить усіх до партнерських схем чи до ретрадиціоналізації; вона поляризує траєкторії, підсилюючи значення внутрішніх і зовнішніх ресурсів.

Результати підтверджують важливу буферну роль соціальної підтримки. Респонденти з вищим рівнем відчутної підтримки з боку близьких, партнера, спільноти продовжують орієнтуватися на переговорні, партнерські моделі навіть за умов високого стресу та економічної нестабільності. Натомість поєднання низької підтримки, втоми та погіршення економіки становить зону ризику: у таких випадках ймовірнішими стають конфлікти щодо ролей, відчуття перевантаження одного з партнерів і фіксація стереотипних

очікувань. Цей висновок узгоджується з теоретичними положеннями про модераційну роль підтримки та ресурсів у процесі адаптації сімейних систем до криз.

Описові результати (зокрема, якісні відповіді на запитання про те, «що означає бути хорошим партнером») демонструють переорієнтацію уявлень з суто функціональних ролей на ціннісно-емоційний вимір партнерства. Молодь пов'язує ідею адекватного сімейного партнера з відповідальністю, здатністю до діалогу, взаємною підтримкою, повагою до особистісних меж, готовністю ділити як видимі, так і «невидимі» обов'язки. Це свідчить про те, що партнерські уявлення не обмежуються декларацією «все порівну», а включають розуміння важливості емоційної праці, кооперації та гнучких домовленостей як базових умов здорових стосунків.

Результати вказують на збереження певної варіативності та суперечливості уявлень. Попри загальну орієнтацію на партнерство, частина респондентів демонструє прихильність до більш традиційного бачення ролей (наприклад, домінантної ролі чоловіка як основного годувальника або закріплення доглядових функцій за жінкою). Це віддзеркалює вплив міжпоколінних сценаріїв, релігійних переконань, локальних культурних норм та індивідуального досвіду. Така неоднорідність підкреслює, що зміни в уявленнях відбуваються поступово, нерівномірно й можуть супроводжуватися внутрішніми конфліктами та амбівалентністю.

Емпіричні спостереження підтверджують доцільність розгляду уявлень молоді про сімейні ролі як чутливого індикатора ширших соціальних процесів: демократизації стосунків, перегляду гендерних норм, впливу медіа-культури, наслідків війни. Партнерські уявлення виявляються пов'язаними з більш високою рефлексивністю, критичним ставленням до стереотипів, прагненням до психологічно безпечних і взаємопідтримувальних стосунків. Водночас збереження стереотипних установок свідчить про потребу в цілеспрямованій психопросвітницькій роботі.

Необхідно також окреслити обмеження дослідження. Вибірка ($N=30$) є невеликою та не репрезентує всі соціальні, регіональні, релігійні та економічні групи молоді; використано переважно самозвітні показники; зв'язки носять описовий, а не строго каузальний характер. Водночас навіть за цих умов отримані результати є показовими як пілотажні дані, що підтверджують актуальність заявленої проблематики та адекватність запропонованих індикаторів для подальших, масштабніших досліджень.

Висновки до другого розділу

Після проведення емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення уявлень молоді віком від 20 до 35 років про сімейні ролі, було отримано низку значущих результатів, які дозволяють сформулювати обґрунтовані висновки щодо змісту, структури та динаміки уявлень цієї вікової категорії. Висновки ґрунтуються на анкетуванні 30 респондентів, що дозволило проаналізувати не лише домінуючі думки, а й виявити соціально-психологічні тенденції, що формують ці уявлення.

Результати дослідження засвідчують переважання у молоді уявлень про партнерську модель сімейної взаємодії. Більшість респондентів (дві третини) вважають, що обидва партнери повинні брати рівну участь у забезпеченні родини, вихованні дітей, прийнятті рішень та організації побуту. Така позиція свідчить про зміщення акцентів у сімейному житті з традиційної патріархальної моделі на більш гнучку й рівноправну. Молоді люди прагнуть до справедливого розподілу обов'язків, що базується на домовленості, а не на гендерних стереотипах, які обмежують особистісну свободу та заважають формуванню рівноправного партнерства у родині.

Узагальнюючи, емпіричний розділ демонструє, що:

- партнерська модель сімейних ролей для значної частини молоді є не лише ціннісним ідеалом, а й практичною відповіддю на виклики війни та нестабільності;
- воєнний та економічний контекст, емоційна втома і соціальна підтримка виступають важливими детермінантами гнучкості або жорсткості рольових уявлень;
- психологічні ресурси (емпатія, здатність до переговорів, критичне ставлення до стереотипів) відіграють ключову роль у тому, як саме молодь адаптує свої ролі до нових реалій.

Ці висновки створюють підґрунтя для третього розділу роботи, у якому буде розроблено практичні рекомендації та психопросвітницькі заходи, спрямовані на підтримку молоді в конструюванні здорових, партнерських, психологічно стійких моделей сімейних стосунків в умовах воєнного і післявоєнного суспільства.

РОЗДІЛ 3

КОРЕКЦІЙНО-ПРОФІЛАКТИЧНА РОБОТА З МОЛОДДЮ У КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ СІМЕЙНИХ РОЛЕЙ

3.1. Програма корекційно-профілактичної роботи з формування психологічних чинників ставлення молоді до сімейних ролей

Корекційно-профілактична робота з молоддю є важливою складовою діяльності педагогів, психологів, соціальних працівників, спрямованою не лише на усунення вже наявних відхилень у поведінці чи розвитку, а й на запобігання їх виникненню. Теоретичні засади такої діяльності ґрунтуються на міждисциплінарному підході, що поєднує психологічні, педагогічні, соціологічні та медичні знання.

Під корекційною роботою розуміють цілеспрямовану систему заходів, спрямованих на зміну, виправлення або компенсацію негативних проявів у поведінці, емоційному стані або розвитку особистості. Профілактична робота, у свою чергу, має превентивний характер і спрямована на формування у молоді навичок саморегуляції, стресостійкості, позитивної самооцінки, а також на попередження девіантної або деструктивної поведінки.

До ключових напрямів корекційно-профілактичної роботи з молоддю належать:

1. Психологічна профілактика девіантної поведінки (агресивна, залежнісна, асоціальна поведінка).
2. Підвищення стресостійкості та емоційної регуляції, опанування технік самодопомоги, подолання емоційної напруги.
3. Профілактика емоційного вигорання, особливо у молодих фахівців, студентів, волонтерів.
4. Корекція низької самооцінки, тривожності, соціальної ізоляції, формування адекватного образу «Я» та відчуття власної цінності.
5. Робота з формуванням здорових міжособистісних стосунків, у тому числі в контексті майбутніх чи наявних сімейних ролей, партнерства, довіри.
6. Підтримка у періоди життєвих криз і трансформацій (перехід до дорослості, зміна статусу, створення сім'ї, релокація, воєнний досвід тощо).

У контексті формування сімейних ролей особливо значущими є напрями, пов'язані з розвитком комунікативних навичок, гнучкості у розподілі ролей, усвідомленням родинних сценаріїв та подоланням стереотипних уявлень про «жіночу» й «чоловічу» роль.

Корекційно-профілактична робота з молоддю ґрунтується на поєднанні кількох теоретичних підходів:

- Гуманістичний підхід (К. Роджерс, А. Маслоу). Орієнтований на підтримку особистісного зростання, розвиток автентичності, самореалізації. Підкреслюється важливість безумовного прийняття, емпатійного слухання, створення безпечного простору для самовираження. У роботі з сімейними ролями цей підхід дозволяє допомогти молоді побачити власні потреби та цінності, не лише наслідувати зовнішні очікування.
- Когнітивно-поведінковий підхід (А. Бек, А. Елліс). Використовується для виявлення та корекції деструктивних установок, переконань та мисленнєвих шаблонів, що впливають на емоції й поведінку. У контексті сімейних ролей це стосується, зокрема, таких переконань, як: «чоловік завжди має бути головним», «жінка зобов'язана відповідати за побут» тощо.
- Системно-сімейний підхід (В. Сатир, М. Боуен. Особливо актуальний у роботі з темою сімейних ролей. Розглядає індивіда як частину сімейної системи, де поведінка визначається сімейними сценаріями, правилами, нормами та ролями. Дозволяє аналізувати міжпоколінні впливи, повторювані моделі та «невидимі контракти» у сім'ї.
- Психодинамічний підхід. Орієнтований на виявлення глибинних внутрішніх конфліктів, що формуються ще у дитинстві та несвідомо впливають на теперішнє життя, зокрема на сферу близьких стосунків, вибір партнера, відтворення знайомих, але не завжди конструктивних сценаріїв.

- Позитивна психотерапія (Н. Пезешкіан). Дозволяє акцентувати увагу на ресурсах, цінностях, балансі сфер життя. Вона спрямована на пошук сильних сторін особистості та сімейної системи, які можна спирати у процесі змін.

У практиці корекційно-профілактичної роботи з молоддю застосовуються різноманітні методи, серед яких:

- Тренінгові форми роботи. (розвиток комунікативних навичок, емоційного інтелекту, асертивності).
- Психоедукація. (інформаційна робота, роз'яснення психологічних механізмів, навчання технікам саморегуляції).
- Групова терапія або міні-групи підтримки (посилення почуття причетності, емоційної підтримки, нормалізація досвіду).
- Арт-терапевтичні методи (робота з метафорою, символом, візуалізацією сімейних моделей, проєктивні малюнки).
- Коучингові техніки (постановка цілей, усвідомлення цінностей, формування бачення бажаного майбутнього).
- Рольові ігри та моделювання ситуацій (опрацювання поведінки в критичних сімейних та соціальних ситуаціях, тренування нових моделей реагування).
- Рефлексивні техніки (ведення щоденників, вправи на усвідомлення власних патернів поведінки, самоаналіз досвіду).

Ефективна корекційно-профілактична робота з молоддю: сприяє особистісній зрілості та емоційній стабільності, знижує рівень дезадаптації в суспільстві та у сімейних стосунках, запобігає формуванню соціально небезпечних моделей поведінки, забезпечує ресурси для здорового формування сімейних ролей та відповідального батьківства/партнерства, допомагає адаптуватися до нових викликів сучасного світу, зокрема воєнних та післявоєнних.

Успішність корекційно-профілактичної діяльності залежить від професійної підготовки та взаємодії між такими учасниками:

- Практичний психолог - здійснює психодіагностику, консультування, індивідуальні та групові корекційні заняття.
- Соціальний працівник - працює з оточенням молодшої людини, координує допомогу з боку соціальних служб і інституцій.
- Медичний працівник - за потреби бере участь у психопрофілактичних заходах та медико-психологічній допомозі.
- Батьки/опікуни - важливий ресурс у реалізації профілактичних стратегій у домашньому середовищі.

Таким чином, теоретичні засади корекційно-профілактичної роботи з молоддю є науково обґрунтованою базою для практичного втручання, спрямованого на збереження й зміцнення психічного, емоційного та соціального благополуччя молодого покоління, у тому числі у сфері формування сімейних ролей.

Назва програми: *«Моє місце в сім'ї: усвідомлення, вибір, відповідальність».*

Мета програми: формування у молоді адекватного, реалістичного та гнучкого розуміння сімейних ролей, розвиток навичок конструктивної взаємодії у сімейному середовищі, запобігання конфліктності у стосунках та зміцнення сімейних цінностей.

Завдання програми

1. Ознайомити учасників з поняттям сімейних ролей, моделями сімейної взаємодії.
2. Допомогти усвідомити вплив батьківської родини на власне сприйняття ролей.
3. Виявити дисфункціональні сімейні сценарії та сприяти їх корекції.
4. Розвинути навички емпатійного слухання, конструктивного спілкування, розподілу відповідальності.

5. Сприяти формуванню партнерських, а не жорстко ієрархічних моделей у майбутній або наявній сім'ї.

Цільова аудиторія

Молоді люди віком 20-35 років:

- ті, хто перебуває у шлюбі чи партнерстві;
- хто на шляху до створення сім'ї;
- хто переживає труднощі у стосунках.

Підготовчий етап (заняття 1)

Мета етапу:

- визначити очікування учасників, їх рівень обізнаності про сімейні ролі;
- встановити правила взаємодії та безпечний простір;
- провести первинну діагностику уявлень та установок.

Вправа «Мої очікування»

Мета: з'ясувати особисті очікування учасників щодо участі в програмі; виявити індивідуальні запити стосовно теми сімейних ролей; налаштувати групу на рефлексію.

Вікова категорія: 20-35 років

Час виконання: 10-15 хв

Форма: індивідуальна з елементами групового обговорення

Коротко: учасники на стікерах пишуть свої очікування («що хочу зрозуміти/змінити/усвідомити у темі сімейних ролей»), прикріплюють їх на загальний плакат. Ведучий узагальнює основні мотиви та обіцяє повернутися до них у кінці програми.

Психологічне значення: усвідомлення внутрішнього запиту, підвищення мотивації, можливість ведучому краще зорієнтувати програму.

Анкета «Модель моєї родини»

Мета: виявити уявлення молоді про структуру, ролі та функціонування родини, а також вплив батьківської сім'ї на формування власних установок щодо сімейного життя.

Форма: індивідуальне заповнення, напіввідкрита анкета.

Зміст анкети включає блоки:

- уявлення про батьківську сім'ю (хто був «головним», як розподілялися обов'язки, що подобалося/не подобалося);
- бачення «ідеальної» моделі родини (роль чоловіка, роль жінки, спільні ролі, найважливіші цінності сімейного життя);
- саморефлексія щодо власної ролі (лідер, партнер, підтримка тощо);
- оцінка готовності до гнучкої зміни ролей (шкала 1–10).

Результати анкети використовуються для подальшої роботи та можуть бути порівняні до/після програми.

Проективна методика «Сімейний портрет»

Мета: діагностика уявлень про сімейні ролі та структуру сім'ї; виявлення внутрішніх конфліктів, ідеалізацій, переживань; усвідомлення впливу батьківської родини або власного досвіду на формування ставлення до сімейних ролей.

Учасникам пропонується намалювати «сімейний портрет» (реальну, бажану або уявну сім'ю), відобразити розташування, розміри фігур, ролі, емоційний фон. Далі проводиться обговорення за запитаннями: хто головний, хто відсутній, які ролі виконує сам учасник, наскільки комфортно є зображена ситуація тощо.

Метод дозволяє обійти раціональні захисні механізми та торкнутися глибинних уявлень.

На основному етапі реалізуються корекційно-розвивальні завдання, спрямовані на переосмислення сімейних ролей, роботу зі стереотипами, розвиток комунікації та відповідальності.

Дискусія «Роль жінки і чоловіка в сучасній сім'ї»

Мета: розширити уявлення про сучасні сімейні ролі; сприяти усвідомленню рівності та партнерства; формувати навички діалогу та поваги до відмінних думок.

Використовуються обговорення, робота в малих групах («роль жінки», «роль чоловіка»), метод «акваріум», запитання щодо гнучкості ролей, впливу традицій та життєвих обставин (війна, втрата роботи, народження дитини тощо).

Гра «Стереотип чи правда?»

Мета: виявити та проаналізувати поширені стереотипи щодо ролей жінки і чоловіка, сформувані критичне мислення, сприяти усвідомленню рівноправності та партнерства.

Учасники реагують на твердження («жінка повинна завжди готувати», «чоловік зобов'язаний бути єдиним годувальником», «доглядати за дитиною може і чоловік» тощо), позначаючи їх як «стереотип» або «правда», з подальшим обговоренням.

Вправа «Спільна зона відповідальності»

Мета: усвідомити різницю між особистою та спільною відповідальністю у сім'ї; навчитися домовлятися про розподіл ролей; сформувані відчуття партнерства та взаємоповаги.

Учасники на аркуші (або фліпчарті) розподіляють обов'язки за зонами «моє», «твое», «наше». Далі обговорюють баланс, можливість гнучких змін залежно від обставин, уникаючи перекладання всієї відповідальності на одну сторону.

Підсумковий етап програми

На завершальному етапі відбувається оцінка результатів, інтеграція досвіду та закріплення нових установок.

Повторна анкета «Модель моєї родини»

Дозволяє порівняти початкові уявлення з тими, що сформувалися після участі в програмі, виявити зрушення у ставленні до ролей та моделей сім'ї.

Вправа «Я у сім'ї: минуле – теперішнє – майбутнє»

Учасники аналізують свої ролі на трьох часових зрізах (дитинство/минуле – теперішнє – бажане майбутнє), що сприяє рефлексії, усвідомленню змін та формуванню образу бажаної сімейної ролі.

Групове коло «Що я забираю з собою?»

Підсумкова рефлексивна вправа, що дає можливість кожному учаснику усвідомити отриманий досвід, знання та особисті відкриття, завершити груповий процес у атмосфері підтримки.

Методи, використані у програмі

У програмі поєднуються:

- психоедукація (теорії сімейних ролей, комунікації, прив'язаності);
- тренінгові вправи (комунікація, емпатія, переговори);
- рольові ігри та кейси (моделювання ситуацій у сім'ї);
- рефлексивні методи (арт-терапевтичні завдання, візуалізації, щоденники);
- коучингові техніки (визначення сімейних цінностей, бачення партнерства).

Очікувані результати участі: усвідомлення особистої ролі у сімейних сценаріях, здатність виявляти й коригувати деструктивні установки, формування гнучких уявлень про сімейні ролі, покращення комунікації та відповідальності у стосунках.

3.2. Аналіз результатів формуючого експерименту

Формуючий експеримент було проведено з метою перевірки ефективності розробленої корекційно-профілактичної програми щодо формування у молоді реалістичних, гнучких та партнерських уявлень про сімейні ролі, а також зниження впливу стереотипізованих гендерних установок. До експериментальної групи увійшли молоді люди віком 20-35

років, які брали участь у розробленій програмі «Моє місце в сім'ї: усвідомлення, вибір, відповідальність».

Методично експеримент мав до-після дизайн: на початковому етапі було здійснено діагностику уявлень про сімейні ролі (анкета «Модель моєї родини», вправа «Мої очікування», проективна методика «Сімейний портрет»), а по завершенні програми – повторне обстеження та якісний аналіз змін. Додатково враховувалися спостереження за участю молоді в групових дискусіях, вправах, рольових іграх та рефлексивних завданнях.

Аналіз результатів початкового анкетування показав, що значна частина учасників орієнтувалася переважно на традиційну модель сім'ї: чоловік розглядався як основний годувальник і «голова сім'ї», а жінка - як відповідальна за побут, догляд за дітьми, емоційний клімат. У відповідях часто зустрічалися формулювання на кшталт: «чоловік повинен забезпечувати», «жінка має створювати затишок» тощо. При цьому ідея партнерства та спільної відповідальності за обов'язки декларувалася, але не завжди виявлялася в конкретних прикладах.

Після участі в програмі, що включала психоедукацію, дискусії («Роль жінки і чоловіка в сучасній сім'ї»), гру «Стереотип чи правда?», вправу «Спільна зона відповідальності», у відповідях учасників простежувалася суттєва зміна акцентів. У фінальних анкетах і рефлексивних висловлюваннях:

- частіше з'являлися згадки про спільне прийняття рішень, «переговори» та «домовленості»;
- збільшилася кількість тверджень про гнучкий, ситуативний розподіл ролей («Хто має більше ресурсу - тимчасово бере на себе більше обов'язків», «ролі можуть змінюватися залежно від обставин»);
- посилилась орієнтація на взаємну підтримку та справедливість у розподілі навантаження, а не на жорстке слідування статево зумовленим сценаріям.

Проективні малюнки «Сімейний портрет» після програми також продемонстрували зміни: фігури членів сім'ї частіше зображувалися на одному рівні, з менш вираженою ієрархією, посилилася символіка взаємної підтримки (спільні дії, менша дистанція між фігурами, більш позитивний емоційний фон). Це свідчить про поступовий перехід від уявлень про «вертикальну» структуру сім'ї до більш горизонтальної, партнерської моделі.

У процесі аналізу даних було з'ясовано, що динаміка уявлень про сімейні ролі не є однорідною для всіх учасників. На характер змін впливали:

- особистісні цінності (орієнтація на автономію, взаємоповагу, діалог vs орієнтація на жорстку ієрархію);
- досвід батьківської сім'ї (наявність чи відсутність партнерських моделей у сім'ї походження);
- рівень рефлексивності та соціальної зрілості (готовність аналізувати власні установки, визнавати вплив стереотипів, розглядати альтернативні моделі).

Молодь, яка описувала батьківські стосунки як партнерські («батьки разом приймали рішення», «обов'язки розподілялися за домовленістю»), уже на початку демонструвала вищу готовність до гнучкого розподілу сімейних ролей. Для них участь у програмі, радше, поглиблювала і уточнювала вже наявні установки.

Водночас у частини учасників, які вказували на досвід жорсткої традиційної ієрархії (домінування одного з батьків, конфлікти через ролі, нерівномірний розподіл обов'язків), спостерігалось більш виражене зрушення: від некритичного прийняття батьківської моделі до прагнення уникати її прямого відтворення у власній майбутній сім'ї. У рефлексіях звучали фрази типу: «Я не хочу, щоб в моїй сім'ї все було як у батьків, де мама робила все сама».

Таким чином, результати підтверджують, що зміна уявлень про ролі відбувається не ізольовано, а у взаємодії з психологічними чинниками – цінностями, досвідом, рівнем осмислення власної історії.

Важливим показником ефективності формуючого експерименту стала динаміка уявлень про власну роль у сім'ї та готовність до гнучкого її змінювання. На початку програми значна частина учасників схилилася до більш фіксованих ролей («я - лідер», «я - той/та, хто більше підтримує», «я - відповідальний/відповідальна за все»). При цьому у шкалах готовності до змін ролей (самооцінка від 1 до 10) частина відповідей зосереджувалася в зоні середніх та нижчих значень.

Після участі в програмі, виконання вправ «Спільна зона відповідальності», «Я у сім'ї: минуле - теперішнє - майбутнє», обговорення кейсів і рольових ігор:

- росла кількість учасників, які визначали себе як партнера, а не лише як «лідера» чи «виконавця»;
- у рефлексіях почали з'являтися висловлювання про готовність ділити відповідальність, обговорювати ролі, переглядати домовленості;
- при самооцінці готовності до гнучкої зміни ролей учасники вказували вищі значення, наголошуючи, що тепер розуміють: ролі – це не «вирок», а процес спільного вибору.

Це свідчить про зміну суб'єктивної позиції молоді: від пасивного наслідування сценаріїв до активної, відповідальної участі в конструюванні сімейних ролей.

Під час проведення формуючого експерименту фіксувався також рівень емоційної залученості та мотивації учасників. Вже після перших занять спостерігалось зростання відкритості, зменшення напруги в дискусіях, активніше включення у справи, особливо - в обговорення реальних життєвих ситуацій.

Учасники зазначали, що:

- тема сімейних ролей виявилася для них особистісно значущою;
- вони впізнавали себе в типових сценаріях, описаних під час занять;
- відчували потребу «подумати про це раніше» або «нарешті розкласти по полицях те, що давно хвилювало».

Позитивний емоційний фон (почуття полегшення, інтересу, підтримки з боку групи) сприяв більш глибокій роботі зі стереотипами, а також підвищував ймовірність перенесення нових уявлень у реальну поведінку та стосунки.

Узагальнюючи результати формуючого експерименту, можна зробити такі висновки:

1. Розроблена корекційно-профілактична програма є ефективною у зміні уявлень молоді про сімейні ролі: від традиційних, жорстко поляризованих моделей - до більш гнучких, партнерських, заснованих на взаємних домовленостях.
2. Знижується вплив гендерних стереотипів: учасники починають критично ставитися до нав'язаних уявлень про «чоловічу» та «жіночу» працю, визнають можливість рівного розподілу обов'язків і взаємозамінності ролей.
3. Підвищується рівень усвідомленості власної ролі в сімейній системі, з'являється готовність брати відповідальність не лише за свою частину обов'язків, а й за якість взаємодії, комунікації, спільних рішень.
4. Емоційна залученість та позитивний досвід групової підтримки підсилюють мотивацію молоді до переосмислення сімейних сценаріїв і впровадження змін у власному житті.
5. Важливим чинником успіху є комплексний підхід, що поєднує психопросвіту, рефлексивні та проєктивні методики, тренінгові вправи, дискусії та коучингові елементи.

Отже, результати формуючого експерименту підтверджують доцільність і практичну значущість запропонованої програми та її потенціал для використання в роботі з різними категоріями молоді – студентами,

молодими парами, учасниками стосунків, що перебувають на етапі формування чи трансформації.

3.3. Рекомендації для практичних психологів по роботі з молоддю

Результати формуючого експерименту та аналіз психологічних чинників, що визначають уявлення молоді про сімейні ролі, дозволяють сформулювати комплекс рекомендацій для практичних психологів, які працюють із цією віковою категорією. Вони стосуються як змістових акцентів у роботі, так і організаційних підходів, що сприяють формуванню у молоді відповідального, гнучкого та партнерського ставлення до сімейного життя.

Першим важливим напрямом є психоосвіта молоді. Дослідження показало, що значна частина учасників має фрагментарні або суперечливі уявлення про сучасні моделі сім'ї: з одного боку, декларується бажання партнерства, з іншого - зберігаються традиційні стереотипи про жорстко фіксовані ролі чоловіка й жінки. Тому доцільно систематично організовувати тренінги, лекції та інтерактивні заняття, присвячені сучасним моделям сімейної взаємодії, розподілу обов'язків, партнерській комунікації. Важливо не лише «давати знання», а й підкреслювати значення рівноправності, взаємоповаги та спільної відповідальності як базових умов здорових подружніх і партнерських стосунків.

Логічним продовженням просвітницького напрямку виступає робота з гендерними стереотипами. У свідомості молоді часто співіснують як нові, так і традиційні уявлення, при цьому саме стереотипи нерідко «автоматично» визначають поведінкові сценарії. Завдання психолога - допомогти молодим людям ці стереотипи усвідомити, назвати й критично переосмислити. Для цього доцільно використовувати дискусії, групові вправи, рольові ігри, такі як «Стереотип чи правда?», що дозволяють побачити, як звичні уявлення можуть обмежувати і чоловіків, і жінок. Важливим результатом такої роботи має стати

формування у молоді гнучкого, ситуативного підходу до розподілу обов'язків у сім'ї, коли ролі визначаються не статтю, а реальними можливостями, ресурсами та спільними домовленостями.

Ще одним ключовим завданням є формування ціннісних орієнтацій, пов'язаних із сімейним життям. У процесі роботи з молоддю важливо не лише аналізувати зовнішні моделі, а й допомагати учасникам усвідомлювати власні життєві пріоритети: що для них означає «благополучна сім'я», які якості партнера є значущими, яку відповідальність вони готові брати на себе у подружніх та батьківських ролях. Це може реалізовуватися через рефлексивні вправи, індивідуальні та групові обговорення, роботу з образами «минулого - теперішнього - майбутнього» у сімейній сфері. Така діяльність сприяє розвитку відповідального ставлення до стосунків, зниженню імпульсивності у виборі моделей поведінки, а також запобігає відтворенню небажаних сімейних сценаріїв.

Окремого значення набуває психопрофілактична робота, спрямована на розвиток практичних навичок, необхідних для побудови партнерських стосунків. Йдеться насамперед про комунікативні компетенції: уміння відкрито висловлювати власні потреби, домовлятися, конструктивно вирішувати конфлікти, поважати кордони іншого. Доцільно включати в програми групові вправи й тренінги, що моделюють реальні життєві ситуації: розподіл обов'язків, обговорення важливих рішень, догляд за дитиною, переживання криз. Ефективними виявляються методики на кшталт «Карта моїх кордонів», «Спільна зона відповідальності», обговорення кейсів та інтерактивні ігри, які дають змогу відпрацювати нові моделі поведінки у безпечних умовах.

Поряд із груповими формами важливою складовою роботи є індивідуальне консультування. Не всі установки, пов'язані з сімейними ролями, усвідомлюються легко; часто вони мають глибинне коріння у досвіді батьківської сім'ї, травматичних подіях, невдалих стосунках. Завдання

психолога - створити простір, у якому молода людина зможе дослідити власні сімейні сценарії, побачити, як вони впливають на її очікування від партнера, ставлення до відповідальності, розподілу влади й турботи у стосунках. Індивідуальна робота сприяє глибшій рефлексії, допомагає інтегрувати нові цінності та моделі поведінки у власну життєву історію.

Нарешті, важливою умовою успішної реалізації корекційно-профілактичних програм є співпраця з освітніми та громадськими інституціями. Формування уявлень про сім'ю та ролі починається задовго до вступу у шлюб, тому доцільно впроваджувати програми сімейної освіти у школах, коледжах, університетах, молодіжних центрах. Психологи можуть ініціювати тематичні курси, тренінги, клуби за інтересами, платформи для безпечного обговорення питань стосунків, партнерства, батьківства. Співпраця з громадськими організаціями, центрами підтримки молоді, ветеранськими спільнотами розширює можливості доступу до цільової аудиторії та забезпечує сталість профілактичних впливів.

Таким чином, рекомендації для практичних психологів мають комплексний характер і охоплюють кілька взаємопов'язаних рівнів роботи: від підвищення обізнаності та критичного мислення щодо сімейних ролей - до формування цінностей, розвитку навичок комунікації та рефлексії, а також розбудови міжінституційної співпраці. Саме поєднання цих напрямів дозволяє ефективно підтримувати молодь у процесі формування зрілих, відповідальних і партнерських моделей сімейних взаємин.

Висновки до третього розділу

У третьому розділі було здійснено комплексне теоретичне й практичне опрацювання проблеми корекційно-профілактичної роботи з молоддю у контексті формування сімейних ролей. На основі проведеного аналізу та апробації розвивальної програми можна зробити низку узагальнюючих

висновків, які дозволяють оцінити зміст, ефективність і практичну значущість запропонованого підходу.

Систематизація теоретичних джерел дала можливість уточнити концептуальні засади корекційно-профілактичної роботи з молоддю. Встановлено, що ефективний вплив на процес формування сімейних ролей можливий лише за умови поєднання різних психологічних підходів — гуманістичного, когнітивно-поведінкового, системно-сімейного, психодинамічного та ресурсно-орієнтованого. Кожен із них вносить власний внесок у розуміння того, як молоді люди вибудовують власні установки щодо ролей у сім'ї, як реагують на стрес і як інтегрують досвід батьківської сім'ї у власну майбутню або теперішню сімейну поведінку. Визначено основні напрями роботи — від профілактики стресу та девіантної поведінки до підтримки у періоди життєвих трансформацій і формування здорових міжособистісних стосунків.

Розроблена програма «Моє місце в сім'ї: усвідомлення, вибір, відповідальність» стала практичним втіленням теоретичних положень. Її структура охоплює психоедукаційні, тренінгові, рефлексивні та проєктивні методики, спрямовані на формування гнучкого та усвідомленого ставлення до сімейних ролей. Програма містить як індивідуальні, так і групові форми роботи, що дозволяє впливати як на когнітивні установки, так і на емоційно-ціннісну сферу молоді. Вона враховує особливості сучасного соціокультурного та воєнного контексту, з яким стикається молодь, і пропонує практичні інструменти для зміцнення партнерської взаємодії, розвитку навичок комунікації та відповідального розподілу обов'язків.

Результати формуючого експерименту засвідчили ефективність програми та обраних методів. Порівняльний аналіз показав позитивну динаміку в уявленнях учасників щодо сутності сімейних ролей, зменшення впливу гендерних стереотипів і збільшення готовності до партнерського розподілу обов'язків. Учасники продемонстрували вищий рівень рефлексії,

здатність аналізувати власний досвід батьківської сім'ї та формувати власні, більш зрілі та усвідомлені моделі взаємодії. Зміни проявилися також у підвищенні комунікативної компетентності, здатності до переговорів, розумінні значення взаємної підтримки та гнучкості у вирішенні побутових і сімейних завдань.

На основі експерименту сформульовано рекомендації для практичних психологів, які підкреслюють важливість психопросвіти, роботи зі стереотипами, розвитку ціннісних орієнтацій, формування навичок партнерської комунікації, а також співпраці з освітніми та громадськими інституціями. Такий комплексний, багаторівневий підхід дозволяє забезпечити системну профілактику деструктивних сімейних сценаріїв та сприяє формуванню психологічної зрілості молоді.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що корекційно-профілактична робота з молоддю є важливим інструментом формування відповідального, партнерського ставлення до сімейних ролей в умовах сучасних соціокультурних та воєнних викликів. Розроблена програма довела свою здатність впливати на ціннісні орієнтації, емоційний стан і поведінкові стратегії молоді, сприяючи розвитку гнучкості, взаємоповаги, здатності до діалогу та конструктивної взаємодії у сімейному середовищі. Ефективність програми підтверджує можливість її ширшого впровадження у практику психологічних, освітніх та соціальних установ, які працюють із молодими людьми в умовах воєнної реальності та післявоєнного відновлення.

ВИСНОВКИ

У межах проведеного дослідження було здійснено послідовний теоретичний, емпіричний та практичний аналіз проблеми уявлень молоді про сімейні ролі, що дозволило комплексно розкрити психологічні механізми

формування цих уявлень та окреслити можливості їх корекції та розвитку. Отримані результати підтвердили, що феномен сімейних ролей є багатовимірним утворенням, у якому переплітаються особистісні чинники, досвід батьківської сім'ї, соціокультурні норми, гендерні установки, актуальні життєві обставини та впливи медіапростору. Такий підхід дав змогу структуровано виконати всі поставлені завдання дослідження і запропонувати науково обґрунтовані висновки.

На теоретичному етапі було опрацьовано сучасні психологічні та соціологічні підходи до розуміння ролей у сімейній взаємодії, що включають поняття «сімейні ролі», «рольові очікування», «гендерні ролі», «рольовий конфлікт», «партнерська модель взаємин». Аналіз наукових джерел засвідчив, що традиційна модель сімейних ролей поступово змінюється під впливом соціальних трансформацій, а рольові очікування молоді стають більш гнучкими та варіативними. Уточнення термінологічних меж дозволило чітко окреслити предмет дослідження – психологічні уявлення молодих людей про ролі в сучасній сім'ї та чинники, що зумовлюють їхню варіативність.

Емпірична частина роботи дала можливість глибше зрозуміти, як молодь віком 20–35 років сприймає сімейні ролі в умовах підвищеного соціального та воєнного стресу. Зібрані дані засвідчили наявність значних відмінностей у рольових уявленнях залежно від особистого досвіду респондентів: досвіду стосунків, релокації, служби у війську, емоційного виснаження, рівня соціальної підтримки та економічної стабільності. Хоча переважна частина молоді демонструє орієнтацію на партнерську модель взаємин, у відповідях простежується амбівалентність між традиційними й модерними уявленнями, що свідчить про суперечливий характер соціальних змін.

Аналіз психологічних чинників показав, що саме емоційний стан, рівень підтримки, а також досвід батьківської родини відіграють ключову роль у формуванні уявлень про ролі. Було встановлено, що емоційна втома та інформаційне перевантаження знижують гнучкість рольових моделей і

підвищують ризик рольових конфліктів. Натомість висока соціальна підтримка сприяє зрілому, партнерському сприйняттю взаємодії у парі. Статистичні зв'язки дали змогу побудувати прогностичні моделі та визначити чинники, що посилюють або знижують стійкість партнерських установок.

Важливим результатом стало створення системи практичних рекомендацій і психоедукаційних матеріалів, які можуть бути використані психологами, соціальними працівниками та фахівцями молодіжних центрів. Запропоновані інструменти включають модулі з розвитку навичок конструктивного спілкування, алгоритми обговорення сімейних обов'язків, методики роботи з установками та стереотипами, а також рекомендації щодо інформаційної гігієни в умовах воєнного стану. Розроблені матеріали відповідають потребам молоді й можуть бути інтегровані в освітні програми, тренінги для молодих пар і системи психологічної допомоги.

Узагальнюючи результати дослідження, можна зробити висновок, що поставлені завдання були успішно виконані, а отримані дані підтвердили актуальність проблеми та необхідність системної підтримки молоді у процесі формування уявлень про сімейні ролі. Робота зробила внесок у розуміння того, як соціальні, психологічні та культурні чинники взаємодіють у становленні сучасних рольових моделей. Практичні напрацювання дослідження можуть слугувати основою для подальших наукових досліджень, а також для створення програм розвитку партнерських відносин, профілактики рольових конфліктів і підвищення психологічної стійкості молоді.

Таким чином, проведене дослідження доводить, що уявлення молоді про сімейні ролі є гнучкими, динамічними та чутливими до впливу соціокультурних і психологічних чинників. Саме тому комплексна психологічна підтримка, психопросвіта та розвиток партнерської культури у молодіжному середовищі є важливими напрямками подальшої роботи фахівців, які працюють у сфері сімейної психології та молодіжної політики.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Асєєва Ю. М. Сімейні ролі в контексті гендерних досліджень. Київ : Інститут соціальної психології НАПН України, 2019. 124 с.
2. Баєва О. М. Соціальна підтримка особистості в умовах невизначеності. Львів : ЛНУ, 2020. 198 с.

3. Бондаренко О. Ф. Психологія особистісного розвитку. Харків : Основа, 2017. 256 с.
4. Борисенко Н. Ф. Психологія сімейних стосунків. Київ : Слово, 2021. 210 с.
5. Говорун Т. В., Кікінежді О. М. Гендерна психологія. Київ : Академвидав, 2012. 304 с.
6. Губеладзе Г. Ю. Сімейні сценарії та їхній вплив на розвиток особистості. Одеса : ПНПУ, 2018. 176 с.
7. Дьоміна Н. М. Гендерні стереотипи в сучасному українському суспільстві. Київ : Либідь, 2018. 212 с.
8. Захарова О. Ж. Психологія сімейної взаємодії. Київ : КНЕУ, 2017. 284 с.
9. Іваненко О. М. Психологічні аспекти партнерства у молодіжних парах. Київ : НПУ, 2020. 123 с.
10. Кікінежді О. М. Особливості сімейних ролей сучасної молоді. Тернопіль : ТНПУ, 2021. 170 с.
11. Коваленко Н. П. Соціально-психологічні чинники формування сімейних цінностей. Харків : ХНПУ, 2019. 190 с.
12. Кононенко І. М. Партнерська модель сім'ї: соціально-психологічний вимір. Харків : ХНУ, 2022. 215 с.
13. Кравченко Т. А. Психологія молоді. Київ : Каравела, 2020. 256 с.
14. Кремень В. Г., Наumenко Т. В. Сучасні трансформації сімейних цінностей молоді. Київ : Педагогічна думка, 2018. 230 с.
15. Климчук В. О. Математичні методи у психології. Навчальний посібник для студентів психологічних спеціальностей. Київ: «Освіта України», 2019. 288 с.
16. Коельйо П. Алхімік. Київ.: Софія, 2000. 144 с.
17. Коренєва Ю. Фрустрація і деякі аспекти психічного здоров'я сім'ї : Thesis. 2018. URL: <http://eir.nuos.edu.ua/xmlui/handle/123456789/4618> (дата звернення: 10.09.2024).

- 18.Костенко Л., Олесь О., Симоненко В., Стус В. Поезія. Київ.: Наукова думка, 2005. 272 с.
- 19.Кутішенко В. П. Вікова та педагогічна психологія (курс лекцій). 2-ге вид.: Навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2020. 128 с.
- 20.Кучманич І. М. Усвідомлене батьківство: навчально-методичний посібник. Миколаїв: Іліон. 2017. 192 с.
- 21.Кучманич І. М. Психологія сім'ї: навчально-методичний посібник. Миколаїв: Іліон, 2018. 208 с.
- 22.Максименко С. Д. Основи наукових досліджень у психології. Київ : КМ Академія, 2010. 224 с.
- 23.Моляко В. О. Психологія стресу. Київ : Каравела, 2020. 312 с.
- 24.Національна соціологічна служба. Вплив війни на сімейні відносини в Україні. Київ, 2022. 54 с.
- 25.Огієнко О. І. Соціальна підтримка та ресурси особистості в умовах кризи. Київ : НПУ, 2021.198 с.
- 26.Павленко О. М. Психологічні наслідки релокації для сімейної динаміки. Львів : ЛНУ, 2023.176 с.
- 27.Палій А. М. Психодіагностика особистості. Харків : ХНУ, 2018.288 с.
- 28.Піроженко Т. О. Молодь України: психологічний портрет у період кризових змін. Київ : ІПСП НАПН України, 2021.140 с.
- 29.Приходько Ю. О. Молодь, сім'я та цінності: сучасний соціально-психологічний аналіз. Київ : КНЕУ, 2020.184 с.
- 30.Сатир В. Психологія сімейного життя. Київ : Основи, 2016.280 с.
- 31.Сидоренко О. В. Комунікативна компетентність як фактор сімейної стабільності. Харків : ХНУ, 2019.168 с.
- 32.Снігур Л. М. Уявлення молоді про сімейні ролі: сучасні тенденції. Київ : ІПСП НАПН України, 2020.144 с.
- 33.Столяренко Г. І. Психологія сім'ї. Київ : Центр учбової літератури, 2020.304 с.

- 34.Український інститут майбутнього. Молодь України у воєнний час: соціально-психологічний портрет.Київ : UIF, 2023.67 с.
- Ajzen I. The Theory of Planned Behavior // Organizational Behavior and Human Decision Processes.1991.Vol. 50.P. 179–211.
- 35.Bandura A. Social Learning Theory.Englewood Cliffs : Prentice Hall, 1977.
- 36.Bem S. L. Gender Schema Theory: A Cognitive Account of Sex Typing // Psychological Review.1981.Vol. 88.P. 354–364.
- 37.Bowen M. Family Therapy in Clinical Practice.New York : Jason Aronson, 1978.
- 38.Butler J. Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity.New York : Routledge, 1990.
- 39.Cohen J. Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences.Hillsdale : Lawrence Erlbaum Associates, 1988.
- 40.Cohen S., Wills T. A. Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis // Psychological Bulletin.1985.Vol. 98.P. 310–357.
- 41.Connell R. W. Masculinities.Berkeley : University of California Press, 1995.
- 42.Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis.New York : Norton, 1968.
- 43.Goffman E. The Presentation of Self in Everyday Life.New York : Anchor Books, 1959.
- 44.Gottman J. The Seven Principles for Making Marriage Work.New York : Crown, 1999.
- 45.Hobfoll S. E. The Ecology of Stress.New York : Hemisphere, 1988.
- 46.Kabat-Zinn J. Full Catastrophe Living.New York : Delta, 1990.
- 47.Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping.New York : Springer, 1984.
- 48.Linton R. The Study of Man.New York : Appleton-Century-Crofts, 1936.
- 49.Livingstone S. Children and the Internet.Cambridge : Polity Press, 2009.
- 50.Mead G. H. Mind, Self and Society.Chicago : University of Chicago Press, 1934.

- 51.Minuchin S. Families and Family Therapy.Cambridge : Harvard University Press, 1974.
- 52.Moreno J. L. Who Shall Survive?Washington : Nervous and Mental Disease Publishing, 1934.
- 53.Rosenberg M. Nonviolent Communication.Encinitas : PuddleDancer Press, 2015.
- 54.Satir V. Conjoint Family Therapy.Palo Alto : Science and Behavior Books, 1964.
- 55.Valkenburg P. M., Piotrowski J. Plugged In: How Media Attract and Affect Youth.New Haven : Yale University Press, 2017.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета 1 для вивчення уявлень молоді про сімейні ролі

Шановний(а) респонденте!

Просимо Вас взяти участь в анонімному опитуванні з метою вивчення уявлень молоді про сучасні сімейні ролі. Ваші відповіді є важливими для

наукового дослідження. Дякуємо за участь!

I. Загальні відомості:

1. Вік: _____
2. Стать: ☐ Чоловіча ☐ Жіноча
3. Освіта: ☐ середня ☐ вища незакінчена ☐ вища
4. Сімейний стан: ☐ неodrужений/неodrужена ☐ у шлюбі ☐ у цивільному шлюбі
5. Наявність дітей: ☐ так ☐ ні

II. Основна частина:

6. Хто, на Вашу думку, має бути головним годувальником у родині?
☐ Чоловік ☐ Жінка ☐ Обидва
7. Хто має займатися вихованням дітей?
☐ Мати ☐ Батько ☐ Обидва
8. Яку модель сім'ї Ви вважаєте ідеальною?
☐ Традиційну ☐ Партнерську ☐ Змішану
9. Чи вважаєте Ви, що сімейні обов'язки повинні бути розподілені порівну?
☐ Так ☐ Ні
10. У Вашій батьківській родині обов'язки розподілялись:
☐ Традиційно (чоловік – забезпечення, жінка – побут)
☐ Партнерськи (спільне виконання обов'язків)
☐ Змішано
11. Хто приймав основні рішення у Вашій родині?
☐ Батько ☐ Мати ☐ Обидва
12. На Вашу думку, чи може чоловік брати декретну відпустку?
☐ Так ☐ Ні
13. Як Ви ставитесь до жінки-годувальниці в родині?
☐ Позитивно ☐ Негативно ☐ Нейтрально

14. Відкрите запитання: Що, на Вашу думку, означає бути хорошим партнером у сучасній родині?

Додаток Б

Узагальнені результати опитування (n = 30 осіб)

Питання	Варіанти відповіді	Кількість	Відсоток (%)
---------	-----------------------	-----------	-----------------

Годувальник	Чоловік	8	26,7
	Жінка	2	6,6
	Обидва	20	66,7
Виховання дітей	Мати	1	3,3
	Батько	0	0
	Обидва	29	96,7
Ідеальна модель сім'ї	Традиційна	3	10
	Партнерська	20	66,7
	Змішана	7	23,3
Обов'язки поділені порівну	Так	27	90
	Ні	3	10

Додаток В

Анкета 2 для дослідження впливу воєнного контексту, емоційної втоми та соціальної підтримки на уявлення молоді про сімейні ролі.

Шановний(а) респонденте!

Просимо Вас взяти участь в анонімному опитуванні з метою вивчення уявлень молоді про сучасні сімейні ролі. Ваші відповіді є важливими для наукового дослідження. Дякуємо за участь!

1. Чи змінювали ви місце проживання через війну за останні 12 міс.?
☐ Так, 1 раз ☐ Так, 2 і більше разів ☐ Ні
2. Ваш поточний статус проживання:
☐ Сам/сама ☐ З партнером ☐ З батьками/родиною ☐ Інше: _____
3. Чи маєте ви або ваш(а) партнер(ка)/близькі досвід служби під час війни?
☐ Так ☐ Ні
4. Чи проживаєте у стосунках на відстані (через службу/релокацію)?
☐ Так ☐ Ні → Якщо «Так»: тривалість розлуки: ____ міс.
5. Економічна ситуація вашої сім'ї/пари за рік:
☐ Покращилась ☐ Без змін ☐ Погіршилась
6. Як часто ви споживаєте новини про війну?
☐ Кілька разів на день ☐ Щодня ☐ Кілька разів на тиждень ☐ Рідше
7. Наскільки емоційно виснаженим(ою) ви відчуваєтесь останні 2 тижні?
 (1 - зовсім ні, 5 - дуже сильно)
☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
8. Рівень соціальної підтримки, який ви відчуваєте зараз (1 - низький, 5 - високий)
☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
9. Наскільки розподіл побутових обов'язків у вашій парі (або бажаній майбутній парі) залежить від ситуації/можливостей, а не від статі? (1 -

зовсім не залежить, 5 - повністю залежить)

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

10. Наскільки ви готові переглядати розподіл фінансових ролей у разі змін (робота, переїзд, служба)? (1 - не готовий(а), 5 - повністю готовий(а))

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Анкета «Модель моєї родини»

Шановний(а) респонденте!

Просимо Вас взяти участь в анонімному опитуванні з метою вивчення уявлень молоді про сучасні сімейні ролі. Ваші відповіді є важливими для наукового дослідження. Дякуємо за участь!

1. Загальні дані (можна пропустити, якщо анонімно)

Стать: ☐ Чоловіча ☐ Жіноча ☐ Інше

Вік: _____

Сімейний статус: ☐ Неодружений(а) ☐ Одружений(а) ☐ У партнерстві ☐ Розлучений(а)

2. Уявлення про батьківську сім'ю

2.1. Хто був головним у вашій родині?

☐ Батько

☐ Мати

☐ Обоє батьків

☐ Інший родич

☐ Не було визначеного лідера

2.2. Як у вашій родині розподілялися обов'язки?

(можна вибрати кілька варіантів або дописати)

☐ Побут вела мама

☐ Заробляв тато

☐ Рішення приймали разом

☐ Діти не залучалися до рішень

☐ Були конфлікти через ролі

☐ Інше: _____

2.3. Що вам подобалося у сімейних ролях ваших батьків?

Відкрита відповідь:

2.4. Що ви б не хотіли повторювати у своїй майбутній/теперішній родині?

Відкрита відповідь:

3. Ваше уявлення про ідеальну модель родини

3.1. Якою ви бачите роль чоловіка у сім'ї?

3.2. Якою ви бачите роль жінки у сім'ї?

3.3. Які ролі мають бути спільними у подружжі (партнерстві)?

3.4. Що для вас є найважливішим у сімейному житті?

☐ Повага

☐ Любов

☐ Спільні цілі

☐ Розподіл обов'язків

☐ Виховання дітей

☐ Матеріальне забезпечення

☐ Інше: _____

4. Саморефлексія

4.1. Яка роль у сім'ї вам є найближчою / природною?

☐ Лідер(ка)

☐ Партнер(ка)

☐ Підтримка

☐ Вихователь(ка)

☐ Захисник(иня)

☐ Слухач(ка)

☐ Інше: _____

Дякуємо за участь!

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

навчально-науковий інститут післядипломної освіти

(повне найменування інституту, назва факультету (відділення))

кафедра психології

«ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ»

В.о.завідувача кафедри психології

_____ Володимир ШЕВЧЕНКО

«__» листопада 2025 року

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття ступеня вищої освіти

магістр

(ступінь вищої освіти)

на тему:

**ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ
УЯВЛЕНЬ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ ПРО СІМЕЙНІ РОЛІ**

Керівник:

к.пед.н., доц.без вч.зв

Дрозд Олена Володимирівна

(вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Рецензент:

к. психол. н., доцент

Михальченко Наталія

В'ячеславівна

(посада, вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Виконала:

студентка VI курсу групи 666 Мз

Тесленко Світлана Вікторівна

(П.І.Б.)

Спеціальності:

053 «Психологія»

(шифр і назва спеціальності)

ОПП:

«Психологія»

Миколаїв – 2025 рік

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Інститут, факультет, відділення

навчально-науковий інститут

післядипломної освіти

Кафедра, циклова комісія

кафедра психології

Рівень вищої освіти	другий (магістерський)
Спеціальність	053 «Психологія»
ОПП / ОНП	«Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ
В.о.завідувача кафедри психології
_____ Володимир ШЕВЧЕНКО
“ ” _____ 2025 року

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТУ

Тесленко Світлана Вікторівна
(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Психологічні детермінанти формування уявлень сучасної молоді про сімейні ролі

керівник роботи: Дрозд Олена Володимирівна, к.пед.н., доц.без вч.зв
(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом закладу вищої освіти від
«14» жовтня 2025 року № 240.

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) «24 листопада 2025 року
3. Вихідні дані до кваліфікаційної роботи: вступ, основна частина, висновок, список використаних джерел та літератури, додатки (якщо є).
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) згідно з планом кваліфікаційної роботи магістра.
5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень)
не планується

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис	
		завдання видав	завдання прийняв

Вступ	Дрозд О.В.		
Розділ 1	Дрозд О.В.		
Розділ 2	Дрозд О.В.		
Розділ 3	Дрозд О.В.		
Висновки	Дрозд О.В.		

7. Дата видачі завдання 14.10.2025

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів проєкту (роботи)	Примітка
1.	Вступ до кваліфікаційної роботи	вересень 2025	
2.	Розділ 1. Теоретичні засади дослідження уявлень молоді про сімейні ролі	вересень 2025	
3.	Розділ 2. Емпіричне дослідження уявлень молоді про сімейні ролі	вересень-жовтень 2025	
4.	Розділ 3. Корекційно-профілактична робота з молоддю у контексті формування сімейних ролей	жовтень 2025	
5.	Висновки	листопад 2025	
6.	Передкваліфікаційна практика	06.10 – 18.10. 2025	
7.	Оформлення списку використаних джерел та літератури, додатків	листопад 2025	
8.	Попередній захист	27.11.2025	
9.	Рецензія на кваліфікаційну роботу	02.12.2025	
10.	Захист кваліфікаційної роботи	20.12.2025	

Студент

_____ (підпис)

Тесленко С.В.

_____ (прізвище та ініціали)

Керівник проєкту (роботи)

_____ (підпис)

Дрозд О.В.

_____ (прізвище та ініціали)

АНОТАЦІЯ

Тесленко С. В. Психологічні детермінанти формування уявлень сучасної молоді про сімейні ролі. – Магістерська робота.

Кваліфікаційна робота на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія» – Чорноморський національний університет імені Петра Могили, Миколаїв, 2025.

Класифікаційна робота присвячена дослідженню психологічних чинників формування уявлень сучасної української молоді про сімейні ролі в умовах війни та соціально-економічної нестабільності. У теоретичній частині проаналізовано еволюцію сімейних ролей, сучасні моделі взаємодії в сім'ї, а також вплив стресу, соціальної підтримки, інформаційного навантаження та міжпоколінних сценаріїв на уявлення молоді про розподіл обов'язків.

Емпіричне дослідження проведено на вибірці молоді віком 20–35 років (N=30) із використанням авторської анкети. Воно дозволило оцінити воєнний та економічний контекст життя респондентів, рівень емоційної втоми, соціальної підтримки та гнучкість у сприйнятті побутових і фінансових ролей. Результати засвідчили переважне тяжіння молоді до партнерської моделі взаємодії, що ґрунтується на рівності, взаємній підтримці та адаптивному перерозподілі ролей. Водночас частина респондентів демонструє суперечливість уявлень, що зумовлено впливом сімейних сценаріїв, економічних складнощів та пережитих стресових ситуацій.

У межах роботи розроблено та апробовано корекційно-профілактичну програму «Моє місце в сім'ї: усвідомлення, вибір, відповідальність», спрямовану на розвиток гнучкості сімейних ролей і навичок партнерської комунікації. Формуючий експеримент підтвердив її ефективність. Результати можуть бути використані практичними психологами, соціальними працівниками та у профілактичних програмах для молоді.

Ключові слова: сімейні ролі, молодь, партнерська модель, соціальна підтримка, емоційна втома, психологічна профілактика.

ANNOTATION

Teslenko S. V. Psychological determinants of the formation of contemporary youth's perceptions of family roles.

Qualification work for obtaining the second (master's) level of higher education in the specialty 053 “Psychology” – Petro Mohyla Black Sea National University, Mykolaiv, 2025.

The thesis is devoted to the study of psychological factors in the formation of contemporary Ukrainian youth's perceptions of family roles in conditions of war and socio-economic instability. The theoretical part analyzes the evolution of family roles, modern models of interaction in the family, as well as the influence of stress, social support, information overload, and intergenerational scenarios on young people's perceptions of the distribution of responsibilities.

An empirical study was conducted on a sample of young people aged 20–35 (N=30) using the author's questionnaire. It allowed us to assess the military and economic context of the respondents' lives, their level of emotional fatigue, social support, and flexibility in perceiving domestic and financial roles. The results showed that young people predominantly gravitate toward a partnership model of interaction based on equality, mutual support, and adaptive redistribution of roles. At the same time, some respondents demonstrate contradictory ideas, which is due to the influence of family scenarios, economic difficulties, and stressful situations they have experienced.

As part of the work, a corrective and preventive program entitled “My Place in the Family: Awareness, Choice, Responsibility” was developed and tested, aimed at developing flexibility in family roles and partnership communication skills. A formative experiment confirmed its effectiveness. The results can be used by practical psychologists, social workers, and in preventive programs for young people.

Keywords: family roles, youth, partnership model, social support, emotional fatigue, psychological prevention.