

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

Факультет соціальних наук
(повне найменування факультету)

Психологія
(повне найменування кафедри)

Пояснювальна записка

до дипломного проєкту (роботи)

бакалавр
(ступінь вищої освіти)

на тему: Відносини підлітків та юнаків з батьками в період війни

Виконав(ла): студент(ка) 4 курсу,

групи СН-110

Спеціальності 053 Психологія
(код і найменування спеціальності)

Освітня програма (спеціалізація)

Психологія

ГРЕБЕНЩИКОВА А.І.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

Керівник БУРЛАКОВА І.А.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

Рецензент КОВАЛЬ В.В.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»
(повне найменування закладу вищої освіти)

Факультет соціальних наук
Кафедра «Психологія»
Ступінь вищої освіти бакалавр
Спеціальність 053 Психологія
(код і найменування)
Освітня програма (спеціалізація) Психологія
(назва освітньої програми (спеціалізації))

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

« 19 » _____ лютого 2024 року

З А В Д А Н Н Я
НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЄКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТА(КИ)

ГРЕБЕНЩИКОВОЇ АЛІНИ ІГОРІВНИ

(ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Відносини підлітків та юнаків з батьками в період війни.
керівник проєкту (роботи) доктор психологічних наук, професор
БУРЛАКОВА Ірина Анатоліївна

(науковий ступінь, вчене звання, ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

Затверджені наказом закладу вищої освіти від «19» лютого 2024 року № 70

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) «5» червня 2024 року

3. Вихідні дані до проєкту (роботи) 64 сторінки, 1 таблиця, 10 малюнків, 40 джерел, 6 додатків.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань які потрібно розробити) на основі теоретичного аналізу наукової літератури проаналізувати та узагальнити теоретичний аспект проблеми відносин підлітків та юнаків з батьками в період війни; теоретично дослідити вплив війни на взаємини підлітків та юнаків з батьками ; описати розвиток родинних відносин та способи взаємодії у військових умовах.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень)
Малюнок 2.1. Результати опитування методики оцінки рівня компетентності у вирішенні конфліктів ;
Малюнок 2.2. Багаторівневий опитувальник адаптивність;
Малюнок 2.3 Методика оцінювання способів реагування в конфліктних ситуаціях;
Графік 2.4 Результати тесту Підліток про батьків; Малюнок 2.5.Результати опитування взаємин в родині.

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	ПРИЗВИЩЕ, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	прийняв виконане завдання
1	БУРЛАКОВА І.А., професор	15.04.2024	28.04.2024
2	БУРЛАКОВА І.А., професор	29.04.2024	12.05.2024
3	БУРЛАКОВА І.А., професор	13.05.2024	24.05.2024
Нормок-б	ГАРМАШ А.О., викладач	03.06.2024	05.06.2024

7. Дата видачі завдання «19» лютого 2024 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проєкту (роботи)	Строк виконання етапів проєкту (роботи)	Примітка
1	Узгодження теми та затвердження завдання на дипломний проєкт (роботу)	19.02.2024	
2	Збір матеріалу та вивчення літературних джерела дипломний проєкт (роботу)	21.02.2024	
3	Затвердження теми	15.03.2024	
4	Складання змісту	18.03.2024	
5	Виконання першого розділу	15.04.2024	
6	Виконання другого розділу	29.04.2024	
7	Виконання третього розділу	13.05.2024	
8	Формування висновків	23.05.2024	
9	Перевірка роботи керівником	27.05.2024	
10	Оформлення дипломного проєкту (роботи)	30.05.2024	
11	Нормоконтроль та перевірка на запозичення	03.06.2024	
12	Попередній захист дипломного проєкту(роботи)	05.06.2024	
13	Подання роботи на кафедру	05.06.2024	
14	Одержання відгуку та рецензії	07.06.2024	
15	Захист дипломної роботи	12.06.2024	

Студент(ка) _____
(підпис)

Аліна ГРЕБЕНЩИКОВА
(Ім'я ПРИЗВИЩЕ)

Керівник проєкту (роботи) _____
(підпис)

Ірина БУРЛАКОВА
(Ім'я ПРИЗВИЩЕ)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 64 с., 1 табл., 10 рис., 40 дж., 6 дод.

Мета роботи- теоретично обґрунтувати та дослідити відносини підлітків та юнаків з батьками в період війни

Відповідно до мети були поставлені такі завдання дослідження:

1) Проаналізувати та узагальнити теоретичний аспект проблеми відносин підлітків та юнаків з батьками в період війни.

2) Теоретично дослідити вплив війни на взаємини підлітків та юнаків з батьками.

3) Описати розвиток родинних відносин та способи взаємодії у військових умовах .

Об'єкт дослідження – підлітки та юнаки.

Предмет-відносини підлітків до батьків в період війни.

У процесі дослідження для розв'язання поставлених завдань і перевірки було використано такі методи:

1) На основі аналізу наукової літератури описати відносини підлітків та юнаків з батьками в період війни.

2) На основі емпіричного дослідження описати відносини підлітків та юнаків з батьками в період війни.

3) Описати розвиток родинних відносин та способи взаємодії в умовах війни.

Для дослідження було використано такі методики: Методика оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів (П.П.Хеппнер, І.Х.Петерсен); Багаторівневий опитувальник адаптивність А. Г. Маклаков С. В. Черм'янін; Методика оцінювання способів реагування в конфліктних ситуаціях К.Томас.;Тест Підлітка про батьків,методика Шефера; Анкета взаємини в родині.

ВІДНОСИНИ, ПІДЛІТКИ ТА ЮНАКИ, ВІЙНА, ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ПРОБЛЕМИ ВІДНОСИН ПІДЛІТКІВ ТА ЮНАКІВ З БАТЬКАМИ В ПЕРІОД ВІЙНИ,ПОРАДИ ЩОДО ЗБЕРІГАННЯ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН В УМОВАХ ВІЙНИ

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. Теоретичний аналіз взаємин між підлітками та юнаками і їх батьками в умовах війни.	10
1.1. Вплив війни на взаємини підлітків та юнаків з батьками	10
1.2.Фактори які впливають на відносини між підлітками та юнаками і їх батьками під час війни.....	18
1.3.Психологічні аспекти взаємодії між між підлітками та юнаками і їх батьками у воєнний період.....	26
Висновки до 1 розділу.....	33
РОЗДІЛ 2.ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВІДНОСИН ПІДЛІТКІВ ТА ЮНАКІВ З БАТЬКАМИ В ПЕРІОД ВІЙНИ.....	35
2.1. Вибірка та методика дослідження.....	35
2.2.Аналіз результатів дослідження.....	37
2.3.Розвиток родинних відносин та способи взаємодії в умовах війни.....	45
Висновки.....	53
Список використаних джерел.....	55
Додатки.....	64

ВСТУП

Актуальність дослідження. Під час війни наше життя розділилось на до та після, внаслідок впливу війни дітям і батькам довелося пристосуватися до нового етапу життя, дистанційного навчання в підлітків та онлайн роботи для батьків, при необхідності знаходитися вдома, що вимагає змиритися із постійною наявністю відволікаючих факторів. Зважаючи на ці обмеження рівень матеріального забезпечення багатьох сімей значно знизився, що спровокував нестабільний емоційний стан батьків і погано вплинув на дітей підліткового віку, які відчуваються знедоленими через неможливість задовольнити свої потреби у спілкуванні з друзями.

Спілкування між підлітками та батьками під час війни є важливим, але воно може бути складним. Підліткам важко висловити свої емоції та страхи, тоді як батькам може бути важко зрозуміти переживання своїх дітей і зв'язатися з ними. Бажано, щоб обидві сторони намагалися бути терплячими та чуйними одна до одної, визнаючи, що кожен з нас долає виклики війни по-своєму.

В умовах воєнного стану позначається розумовий розвиток підлітків та громадська думка свого оточення. У всіх своїх діях орієнтується, перш за все, на думку однолітків. Відбувається зміна позиції підлітка в сім'ї: з часом батьки починають більше довіряти фізичним і психічним якостям підлітка, доручати йому важку роботу в сім'ї, залучати його до дискусій і враховувати його думку при вирішенні побутових проблем. Міжособистісні стосунки підлітків передбачають, системну активність батьків, однолітки та інші суб'єкти спілкування щодо створення оптимальних умов для задоволення потреб підлітка, самореалізація, самоствердження у стосунках з іншими, розвиток позитиву самооцінки та оцінки інших.

Проаналізуємо як вплинула війна на стан спілкування підлітків. Особлива увага приділяється психологічним дослідженням тривалі наслідки війни для дітей-підлітків, які можуть тривати довго стикаючись з несподіваними для них

травматичними подіями, а також тривалі несприятливі події, стрес, що є причиною непродуктивні концепції поведінки підлітків.

Тож на час війни в Україні спілкування підлітків із дорослими є досить важливою темою. Воєнний конфлікт та його наслідки сильно вплинули на спілкування та взаємини підлітків з батьками. Важливо створити для підлітків безпечні умови спілкування, давати змогу висловлювати свої власні почуття. Дорослі повинні емоційно підтримувати та надавати підліткам необхідну інформацію, щодо спілкування у такий період життя.

Спілкування з батьками, які виявляють розуміння та підтримку, можуть допомогти зберегти стосунки з їхніми дітьми. Важливо забезпечити підліткам можливість відчувати комфорт, створювати повноцінний розпорядок дня та влаштовувати дозвілля у воєнний період. Спілкування з дорослими, які проявляють увагу та підтримку, можуть допомогти підліткам уникнути конфліктів та замкнутості у собі.

Підсумовуючи, можна констатувати, що у наш воєнний час важливо будувати довірливі та міжособистісні стосунки з батьками, адже завдяки довірливим стосункам будуються взаємовідносини. К. Журба, досліджуючи війну як фактор впливу на сферу сучасних підлітків, зазначає, що в умовах війни слід діагностувати стресостійкість підлітків. Рівень стресостійкості, на думку дослідниці, залежить від сімейної підтримки спрямованої на розвиток емоційної стійкості всіх суб'єктів освітнього процесу, планування та організація свого життя та досягнення життєвої мети, врахування досвіду виживання минулих поколінь в умовах війни, формування власного досвіду подолання труднощів.

Варто зазначити, що під час спілкування з підлітками, дорослим важливо навчити їх будувати свої плани на день, та раціонально розподіляти свій час, тоді в умовах війни людина зможе грамотно контролювати своє життя. Вважається, що захисні чинники сім'ї проявляються найбільшою мірою, коли між членами сім'ї існують добрі, відкриті стосунки, у вихованні дітей є прояв душевної теплоти, що включає постійні ультиматуми претензій, батьки вірять у життєвий успіх своїх дітей, виявляють високі батьківські якості очікування. Здорові стосунки між

батьками та дітьми будуються на взаємній підтримці, ставлення батьків до дітей ґрунтується на реальності інтересу, баченні їх проблем і обмежується розмовами. Підлітки відчують потребу в глибокому зв'язку з батьками, який виходить за рамки поверхневих розмов. Вони шукають справжньої зацікавленості, підтримки та розуміння від батьків, які приймають їх такими, якими вони є, і довіряють їм.

Отже, поняття «процес спілкування підлітка з дорослими» дозволяє стверджувати, що важливість для підлітків їх спілкування з дорослими. Важливе значення для підлітків має організована спільна діяльність з дорослими, яка ґрунтується на єдності інтересів, захопленні, задоволенні потреб.

Таким чином, можемо зробити висновок, що процес спілкування підлітка з дорослими містить характерну сукупність моральних знань, ціннісних понять у сфері норм і правил взаємовідносин, практичних комунікативних умінь і навичок. Їх використання в міжособистісних стосунках підлітків і дорослих сприяє виникненню взаєморозуміння, емоційного благополуччя, забезпечує ефективне вирішення завдань і досягнення мети спілкування.

Мета роботи- теоретично обґрунтувати та дослідити відносини підлітків та юнаків з батьками в період війни

Відповідно до мети були поставлені такі завдання дослідження:

1) Проаналізувати та узагальнити теоретичний аспект проблеми відносин підлітків та юнаків з батьками в період війни

2) Теоретично дослідити вплив війни на взаємини підлітків та юнаків з батьками

3) Описати розвиток родинних відносин та способи взаємодії у військових умовах

Об'єкт дослідження – підлітки та юнаки.

Предмет-відносини підлітків до батьків в період війни.

Методи дослідження-виявити відносини підлітків та юнаків з батьками в період війни.

У процесі дослідження для розв'язання поставлених завдань і перевірки було використано такі методи:

1) На основі аналізу наукової літератури описати відносини підлітків та юнаків з батьками в період війни

2) На основі емпіричного дослідження описати відносини підлітків та юнаків з батьками в період війни.

3) Описати розвиток родинних відносин та способи взаємодії в умовах війни.

Для дослідження було використано такі методики: Методика оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів (П.П.Хеппнер, І.Х.Петерсен); Багаторівневий опитувальник адаптивність А. Г. Маклаков С. В. Черм'янін; Методика оцінювання способів реагування в конфліктних ситуаціях К.Томас.;Тест Підлітка про батьків,методика Шефера; Анкета взаємини в родині.

Розділ I

Теоретичний аналіз взаємин між підлітками та юнаками і їх батьками в умовах війни

1.1 Вплив війни на взаємини підлітків та юнаків з батьками

Взаємини батьків і підлітків є ключовим і складним аспектом міжособистісних стосунків. З одного боку, здорові та підтримуючі стосунки між батьками та підлітками можуть сприяти формуванню позитивного самовизначення у підлітків та юнаків. З іншого боку, негативні стосунки можуть призвести до погіршення психічного стану та емоційного благополуччя, а також призвести до психологічних проблем у подальшому житті [1,с.2]. Відносини між підлітками та батьками вивчають такі вчені як: З.Фройд, Е.Фромм, Р.Фішер, К. Хорні.

Такі дослідники, як Б.Г. Ананьєв і В.Н. Мясіщев вважають, що дитячо-батьківські відносини являють собою виборчі, емоційно-оцінні зв'язки між дитиною і її батьками. Ці взаємозв'язки проявляються в тому, як діти сприймають світ, діють у різних ситуаціях і реагують на зовнішні впливи, враховуючи як свої вікові особливості, так і засвоєні ними культурні моделі поведінки. Вони визначаються тим, як дитина сприймає батьків і взаємодіє з ними. Слід відзначити, що взаємини між батьками і дітьми є найважливішою складовою частиною взаємин у сім'ї і розглядаються, як неперервні і тривалі, впливаючи на них ,вікові особливості дитини та відносини між батьками.

Одним із ключових аспектів успішних стосунків між батьками та підлітками є емоційна підтримка та взаєморозуміння. Ці фактори допомагають підліткам відчувати себе коханими та цінними, що сприяє їх психологічному та емоційному розвитку. Однак стосунки між батьками та дітьми можуть бути складними та конфліктними. У таких ситуаціях важливо вміти ефективно спілкуватися і знаходити компроміси для вирішення конфліктів, щоб зберегти позитивні сторони відносин і зменшити негативні наслідки.

Стосунки – це взаємодія між людьми, яка може базуватися на різноманітних факторах, таких як довіра, повага, співпраця, інтерес, розуміння та підтримка. Відносини можуть мати різний характер: сімейні, дружні, любовні, професійні, командні і т. д. Вони визначаються взаємодією між людьми і можуть бути позитивними або негативними в залежності від якості і стабільності спілкування між ними. Стосунки можуть бути дуже важливими для людини, оскільки вони впливають на її емоційний стан, самопочуття та загальне самопочуття [2,с.55].

Одним з ключових аспектів успішної взаємодії між батьками та підлітками є побудова емоційного зв'язку. Діти повинні почувати, що їх люблять, цінують, приймають і розуміють. Батьки зі свого боку повинні створювати умови для вираження дітьми своїх почуттів, думок та переживань, а також вміти адекватно реагувати на них. Не менш важливою є установка правил і меж, які допомагають побудувати здорові відносини в сім'ї. Отже важливо, щоб взаємодія батьків і дітей будувалася на взаєморозумінні, повазі та співпраці.

Війна вимагає від підлітків високої життєстійкості, щоб вони могли впоратися з викликами та захистити себе, не наражаючи себе на небезпеку. Ця стійкість формується завдяки здатності адекватно оцінювати ризики та власні можливості, контролювати емоції, бути вмотивованим та вміти знаходити рішення у складних обставинах, не піддаючись стресу. Здатність підлітків справлятися зі стресами війни значною мірою залежить від підтримки, яку вони отримують від своїх родин, а також від психологічної та освітньої допомоги. Ця підтримка має допомогти їм впоратися зі страхом і тривогою, надаючи відчуття стабільності та безперервності їхнього життя. Така підтримка сприяє формуванню почуття надії на майбутнє, допомагаючи підліткам пережити цей складний період. [3, с.64].

Взаємини відіграють вирішальну роль у підтримці підлітків під час війни. Тож батьки мають запропонувати емоційну та практичну підтримку, забезпечуючи підліткам відчуття безпеки та спокою. Вони можуть допомогти підліткам зрозуміти ситуацію, з якою вони стикаються. На час війни у підлітків спостерігаються гострі емоційні реакції на те, що відбуваються емоційні спалахи, істерики, підвищене піднесення, стан ступору, страху тощо. З огляду на це емоційна стійкість допомагає

особистості впоратися з отриманим негативним досвідом, що допомагає їй зберігати віру в себе та бачити можливості навіть у складних ситуаціях.

У таких випадках важливо навчити підлітків замінювати довгострокові плани на короткострокові, планувати свій день, адже у воєнний час людина не може контролювати своє життя, як зазвичай. Виконання повсякденних обов'язків і підтримання гігієни зменшує стрес і додає відчуття стабільності під час війни.

Під стресом ми розуміємо реакцію організму на сильні зовнішні подразники. Стрес як психічне напруження є реакцією організму на екстремальні умови, надзвичайні ситуації, що виникають під час війни. Як виділяє Г. Сельє 3 стадії розвитку стресу:

1. Занепокоєння (вираз неспокою стану, відбувається коли розум зациклюється на негативних думках людини).

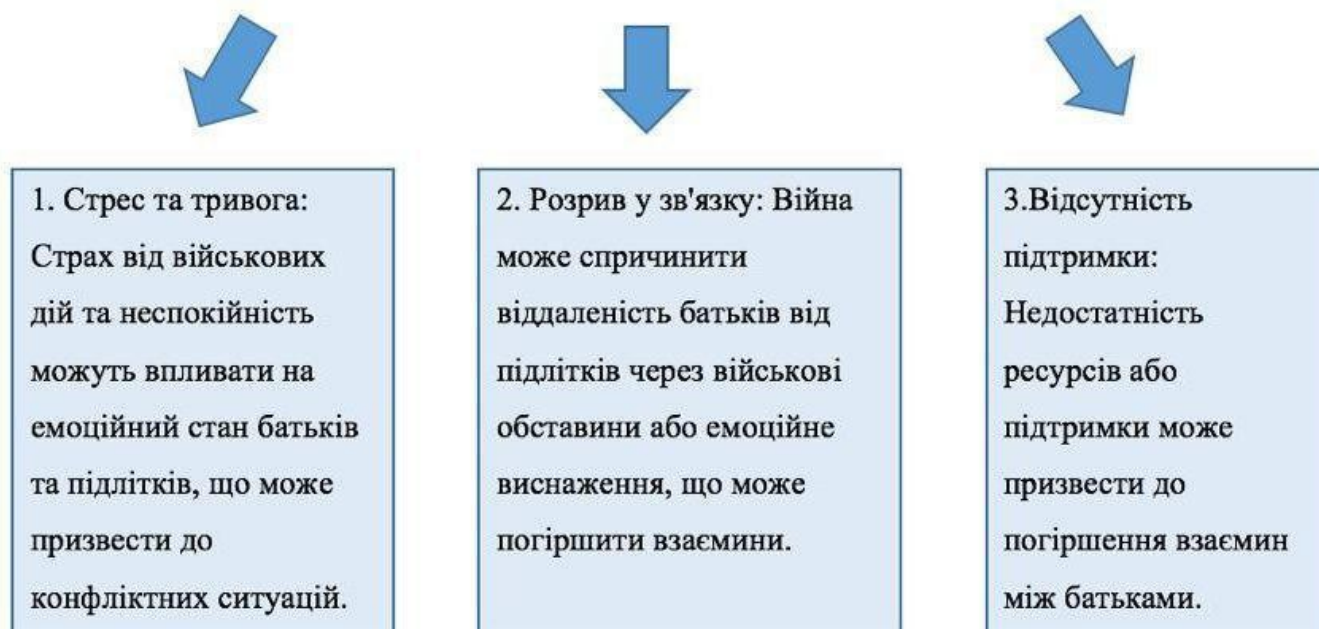
2. Пристосування (звикання до ситуацій. На цих етапах підвищується стійкість особистості до випробувань негативних факторів).

3. Безсилля (слабкість чого-небудь, від втоми мук, важкої праці).

Формування цінностей і мотивації в підлітково-батьківських відносинах відбувається в процесі соціалізації. О.Л. Музика вважає, що процес соціалізації остаточно формується в процесі соціалізації і закарбовується в його цінному досвіді. Вони формуються в процесі вирішення життєвих проблем і фіксуються в цінному досвіді людини. Ціннісний аспект взаємодії між батьками та підлітками є ключовим фактором у формуванні, розвитку та зміцненні сімейних зв'язків як на рівні спілкування між подружжям, так і на рівні взаємодії батьків з підлітками. Цей процес передбачає створення системи цінностей у молодій людини, яка визначає її уявлення про себе, інших людей та світ навколо неї [4, с.15].

Розглянемо чинники які впливають на батьківсько-підліткові взаємини під час війни.

Чинники які можуть вплинути на батьківсько-підліткові взаємини під час війни



Мал. 1.1. Чинники які можуть вплинути на батьківсько-підліткові взаємини під час війни.

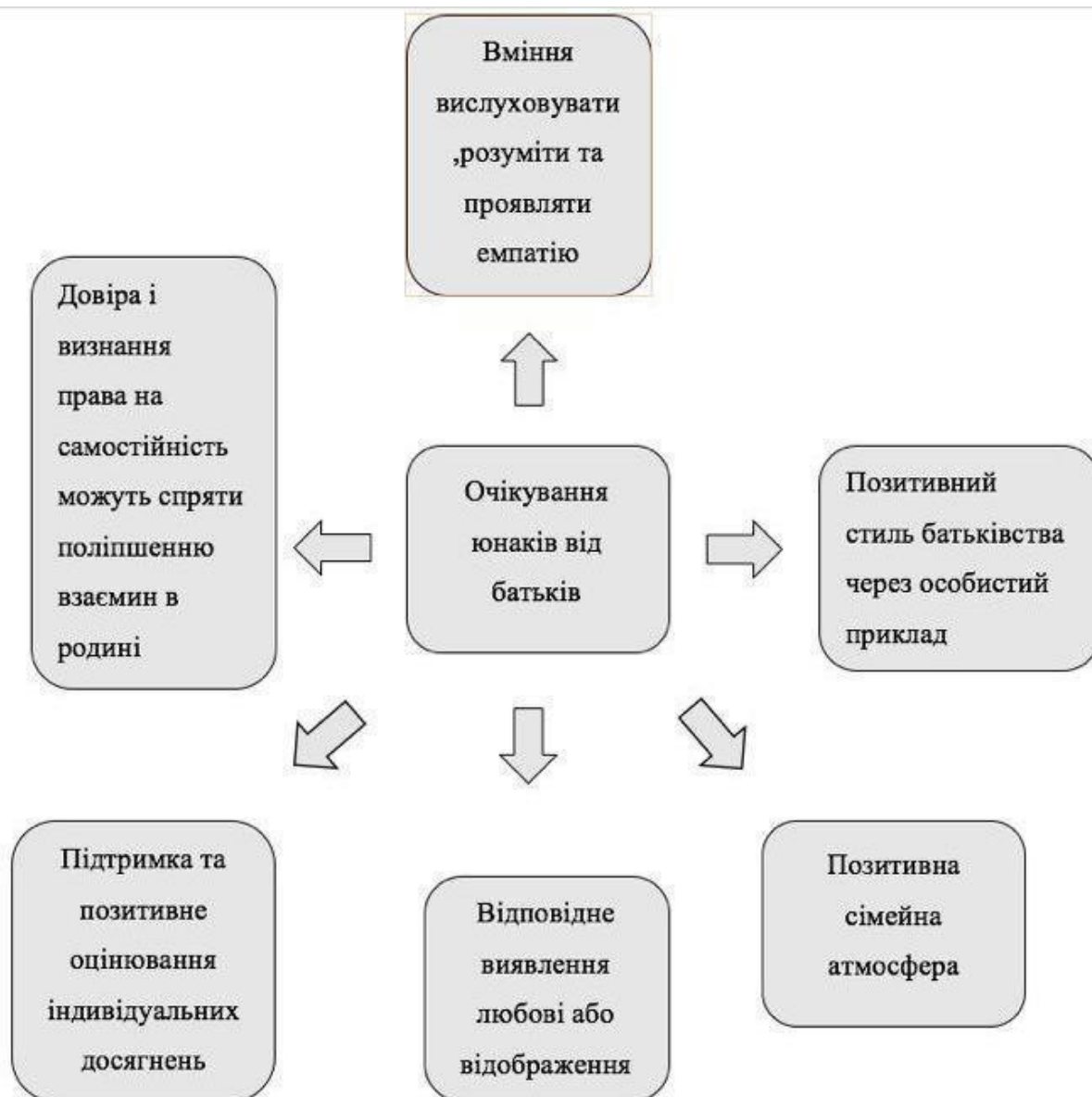
Проаналізувавши чинники які впливають на батьківсько-підліткові взаємини під час війни, можемо сказати, що ці фактори можуть ускладнити стосунки між батьками та підлітками, під час військового конфлікту. Одним із ключових чинників формування є ускладнене спілкування між близькими, недостатність уваги або відсутність підтримки, можуть негативно вплинути на взаємини в сім'ї. Отже для покращення батьківсько-підліткових стосунків під час війни важливо зосередитись на спілкуванні, емоційній підтримці, розумінні та взаємопідтримці в сім'ї, а також на пошуку спільних стратегій подолання труднощів, які можуть виникнути в цих умовах.

Щоб не виникло проблем зі спілкуванням можемо порекомендувати батькам декілька порад, щодо збереження відносин між підлітками та юнаками:

- Встановіть з підлітками відкрите і довірливе спілкування.
- Визначте правила і обов'язки в сім'ї, дозволяйте підлітками мати можливість висловлювати свою точку зору.
- Плануйте час разом і заходи на свіжому повітрі, які сприятимуть спільному проведенню часу.
- Підтримуйте психологічне благополуччя в родині.
- Ефективно спілкуйтесь та вислуховуйте один одного.
- Шукайте позитивні методи ,щодо вирішення конфліктів.
- Виконуйте спільні справи які об'єднують сім'ю.
- Виявляйте взаємні інтереси та влаштовуйте спільні заходи відпочинку, які сприятимуть зближенню та взаєморозумінню.

Завдяки цим порадам позитивна динаміка може спостерігатися у взаємодії молоді з дорослими. Досягнення молодих людей у самостійності отримують визнання з боку батьків, що сприяє зменшенню конфліктності в їхніх стосунках. На відмінну з підлітками юнаки виявляють більш толерантне, лояльне та доброзичливе ставлення до батьків. Незважаючи на прагнення до самостійності молоді люди активно відчують потребу в життєвому досвіді та підтримці з боку старших. Очікування молодих людей від відносин з батьками можуть бути різними.

Розглянемо види очікувань юнаків від батьків:



Мал.1.2 Очікування юнаків від батьків.

Можемо підсумувати, що вплив війни на стосунки між підлітками та їхніми батьками досить складний і може мати, як позитивні так і негативні наслідки. Важливим фактором для підлітків виступають взаємні відносини в сім'ї, які формуються під впливом внутрішніх та зовнішніх факторів. Батьківська підтримка є важливим ресурсом, який сприяє позитивному становленню особистості підлітка. Важливим фактором позитивного розвитку особистості підлітка в умовах війни є підтримка батьків. Сімейні відносини значною мірою впливають на психологічний стан і емоційний комфорт підлітка. Тому наявність розумної підтримки з боку

батьків є важливою умовою сприяння позитивному розвитку дітей і підлітків навіть у складних ситуаціях, наприклад, на війні.

Під час війни діти можуть відчувати стрес, тривогу та страх за своїх батьків, які воюють чи перебувають на передовій. Це може викликати конфлікти та напругу у взаємодії між підлітками та їхніми батьками. З іншого боку війна також може змінити взаємодію між підлітком і батьками, спонукаючи їх до більш тісного спілкування та підтримки один одного. Важлива підтримка і розуміння з обох сторін, а також можливість відкрито обговорити свої почуття та емоції.

Тож вплив війни на стосунки між підлітками та їхніми батьками, може бути різним, але важливо зберігати відверте спілкування та підтримувати один одного в цей нелегкий час. Отже батьки виступають головним авторитетом в житті підлітків та юнаків, тому вони очікують від них порад та увагу, особливо в нелегкий час. Згідно Т.М. Зелінської, взаємні стосунки в родині створюють стабільну та впевнену атмосферу для молоді. Така взаємодія дозволить підліткам розвиватися, вирішувати проблеми та відчувати підтримку. Взаємодія між батьками, сприяє формуванню стосунків, заснованих на повазі, розумінні та довірі. Така атмосфера сприяє психологічному комфорту та внутрішній гармонії серед молодих людей, що важливо для їхнього майбутнього успіху та щастя.

Юнаки очікують від своїх батьків підтримки, розуміння, виховання, настанов, заохочення, любові, безпеки, відповідальності, свободи самовираження, допомоги у вирішенні проблем і конфліктів, а також можливостей для зростання і розвитку як особистості. Батьки відіграють ключову роль у формуванні характеру, цінностей і життєвих навичок своїх синів, тому важливо створити сприятливу атмосферу взаємодії та взаєморозуміння між батьками і дітьми.

Отже розглянемо як війна впливає на стосунки підлітків та юнаків з батьками у кількох способах:

По-перше, війна може призвести до порушення контакту між батьками і дітьми через брак спілкування через віддаленість військових конфліктів. Це може призвести до конфліктів, роздратування та непорозумінь між сторонами.

По-друге, війна може викликати стрес у батьків, що може вплинути на їхні стосунки з підлітками та юнаками. Батьки можуть бути надто зайняті та заклопотані військовими подіями, що може відволікати їхню увагу від дітей і забирати час, який вони проводять разом.

По-третє, відчуття страху і нестабільності, яке виникає під час війни, може вплинути на емоційний стан дітей, що може позначитися на їхніх стосунках з батьками. Діти можуть відчувати страх, тривогу і невпевненість, що може призвести до збільшення конфліктів з батьками.

Загалом війна може негативно вплинути на стосунки між підлітками та їхніми батьками, але важливо намагатися зберігати спокій і взаєморозуміння в цій складній ситуації та підтримувати здорові стосунки в родині. Війна дуже негативно впливає на стосунки між підлітками та юнаками і їхніми батьками. Під час війни батьки можуть бути розлучені зі своїми дітьми через мобілізацію, військові дії або евакуацію. Це може викликати у підлітків та юнаків стрес, тривогу та почуття відчуження.

Крім того, війна може призвести до поранень і загибелі батьків, що ще більше загострює стосунки з дітьми. Почуття безпорадності, страху та відчуження від близьких стає більш поширеним.

Таким чином, війна має серйозний вплив на стосунки між підлітками та їхніми батьками, що може призвести до психологічних та емоційних проблем у молодих людей. Важливо надавати підтримку і допомогу в такі складні періоди, щоб зберегти теплі та довірливі стосунки в родині.

1.2. Фактори які впливають на відносини між підлітками та їх батьками під час війни.

Внаслідок війни батькам та підліткам доводиться адаптуватися до нового життя для них. Внаслідок цих обмежень у багатьох сім'ях знизився матеріальний рівень положення, що може спровокувати емоційно-нестабільний стан батьків, та безпосередньо впливає на підлітків, які можуть відчувати обмеження у спілкуванні зі своїми однолітками, також розчарування внаслідок своїх бажань.

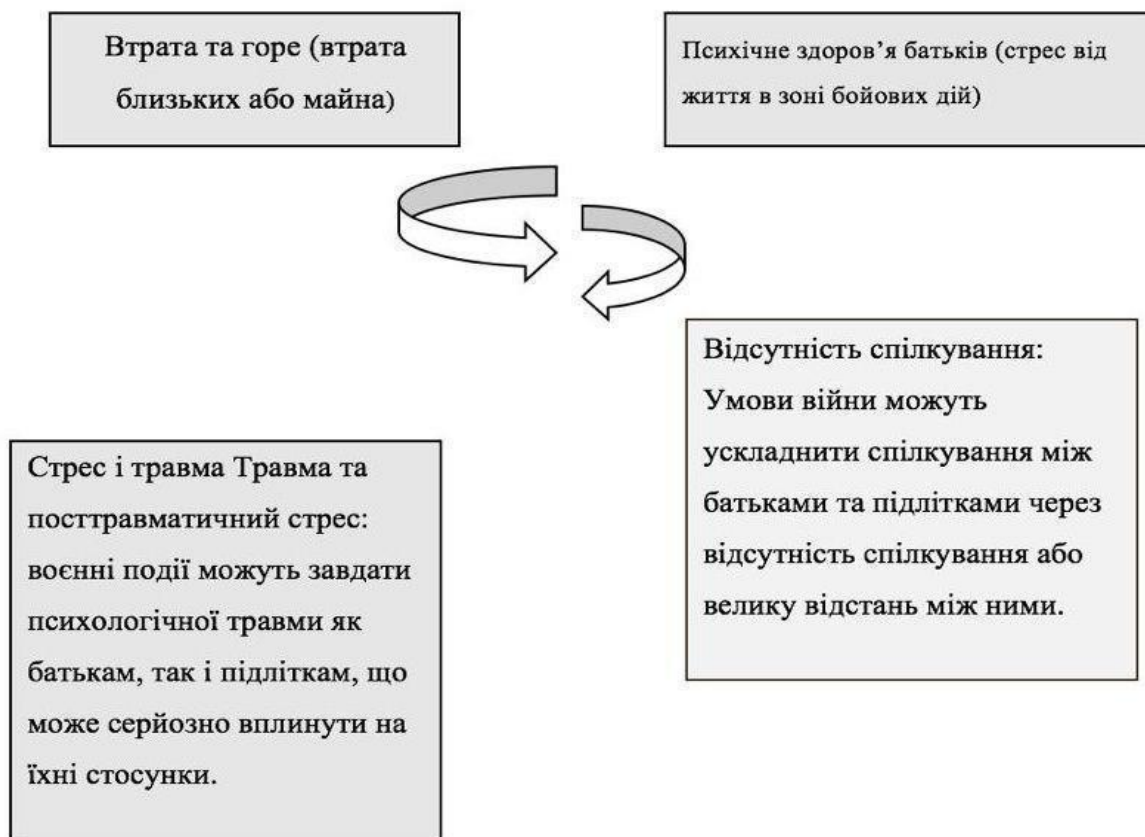
Психологічні особливості взаємодії підлітків з батьками розглядають такі вчені як: О. Близнюкова [2], О. Жизномирська [5], Л. Кондрацька [6], Г. Кошонко [8], Г. Лазос [9], В. Павелківа [13], В. Сутчук [16], О. Чайковська [19], Г. Шульга [20], Т. Яновська [21]. [5,с.52].

Наслідки впливу війни на взаємини між підлітками та батьками, можна розрізнити за тим на ,які сфери сімейного життя вони переважно впливають, негативне порушення виховної функції, ускладнені стосунки між батьками ,напружені стосунки з іншими членами сім'ї. Всі ці фактори можуть впливати на відносини між підлітками та батьками в період війни.

Розглядаючи розлади в сім'ї, слід також враховувати, як вони впливають на підлітків. Порушення відносин підлітків з батьками зазвичай призводить до незадоволеності потреб і таким чином може викликати нервові напруження. Можна сказати, що війна торкається всіх членів родини.

Одним із найважливіших наслідків порушень взаємин, є негативний вплив на психічне здоров'я людини (травмуючий ефект). Сім'я, яка стискається з труднощами, можуть мати проблеми з спілкування між собою. Однак є відмінності в тому, як сім'ї реагують на труднощі. В одних випадках вони здійснюють інтегруючий вплив ,в інших сім'я послаблюється і це призводить до розбіжностей [6,с.60].

Розглянемо фактори ,які можуть впливати на відносини між підлітками та батьками:



Мал.1.3 Фактори, які можуть вплинути на відносини між підлітками та батьками під час війни.

Серед факторів, що негативно впливають на стан сім'ї, можна виділити: підвищення рівня стресу та екстремальних ситуацій, що негативно впливають на психологічний клімат у сім'ї, низький рівень загальної та психолого-педагогічної культури стосунків між членами сім'ї, зайнятість батьків, особливо матерів, у сфері суспільного виробництва, що може призвести до офіційного оформлення відносин з дітьми, збільшення кількості малозабезпечених сімей, зниження тривалості та якості спілкування в родині, збільшення розлучень і створення неповних сімей, конфліктні та нестабільні сім'ї, збільшення кількості асоціальних сімей.

Конфлікт в сім'ї це-напружена ситуація або розбіжності між членами сім'ї, які можуть призвести до конфліктів. Такі конфлікти можуть виникати через різні думки, погляди, цінності, потреби ,або конфлікт інтересів між членами сім'ї. Вони

можуть виникнути через різницю у вихованні, управлінні сімейними фінансами, розподілі обов'язків ,або забезпеченні комфорту та безпеки сім'ї [7,с.45].

На основі аналізу, власних спостережень та досліджень вітчизняних і зарубіжних психологів О.І. Захаров зробив висновок, що існує зв'язок між певним типом батьківських відносин і особистісними характеристиками дітей. Для того, щоб зрозуміти походження сімейних конфліктів та їх вплив на виховання дітей, важливо враховувати фактори, які можуть спричинити негативний вплив на психічне здоров'я дітей.

До перших факторів можна віднести компенсацію невирішених проблем батьками, проекцію власних проблем на дітей, підвищену тривожність батьків, а також недостатню емоційну доступність і близькість батьків через їхній егоцентризм, раціоналізм, переймання та песимізм.

До факторів другої групи належать: неусвідомлення специфіки особистісного розвитку дитини, відсутність взаєморозуміння з підлітком, незбіг між батьківськими бажаннями та реальними можливостями та потребами дітей, жорсткість батьків у спілкуванні з дітьми, неузгодженість підходів до виховання між батьками.

До факторів третьої групи належать: афективність батьків, таке як роздратування, незадоволеність, тривога та страх. До цієї групи також відносяться тривожність у стосунках з дітьми, домінантність у вихованні, гіперсоціальний характер виховання, недовіра до можливостей дітей, недостатня чуйність батьків, а також непослідовність у стосунках з дітьми.

Наслідки впливу труднощів на сімейні стосунки можна розрізнити за тим, на які сфери сімейного життя вони переважно негативно впливають: порушення виховних функцій сім'ї, ускладнені подружні відносини, напружені стосунки з іншими членами сім'ї (батьками або іншими близькими членами сім'ї). Такі стани можуть призвести до конфліктів, депресії, агресії, або навіть до розпаду сім'ї. Крім того, порушення в родині можуть вплинути на фізичне та емоційне здоров'я її членів, змінити їхні життєві погляди та цінності. Тому важливо не тільки вирішувати конкретні проблеми в сім'ї, але і працювати над покращенням взаємин

та взаєморозуміння між її членами. Один з найважливіших наслідків порушень відносин - це негативний вплив на психічне здоров'я людини. Сім'я, яка зіштовхується з проблемами, намагається якось протидіяти їм, щоб запобігти негативним наслідкам [8,с.48].

Агресивна поведінка з боку батьків та підлітків, може порушувати різні аспекти взаємовідносин в сім'ї. Щоб запобігти цього можемо надати декілька порад, щодо відносин між підлітками та батьками:

- 1) Максимально будьте залучені до життя підлітка.
- 2) Для підлітків важлива порада та підтримка, саме від близьких людей, тож підтримуйте їх у всьому та надавайте поради.
- 3) Навчіться допомагати підлітку коли це потрібно.
- 4) Уникайте сварок, або різких висловів.
- 5) Долучайте підлітка у свої справи ,або виконуйте спільну справу, це допоможе вам більше зблизитися та налагодити взаємні стосунки.

Як вважає Е. Еріксон, прийняття і любов батьків до підлітка формує почуття довіри до світу. Близькі люди виступають для підлітка важливими в його житті. Сім'ю об'єднують позитивні почуття любові, які визначають характер взаємних стосунків членів сім'ї. Почуття взаємних відносин у родині позитивно впливають на підлітка та його оточення.

Ще одним фактором, що може вплинути на взаємини, це може бути травматична подія.

Травматична подія - це стан, який сильно вплинув на особистість через свою інтенсивність, тривалість або повторюваність. Така подія може спричинити психічні та емоційні проблеми, що можуть призвести до певних клінічних порушень.

Батьки мають значний вплив на те, як їхні діти впораються з травматичною ситуацією. Підлітки мають обмежений набір навичок, які дозволяють їм відкрито спілкуватися або регулювати свої емоції і впоратися з болем. Це робить їх дуже залежними від батьків, які допомагають їм відчувати себе в безпеці та контролювати свої емоції. Сімейні чинники, такі як підтримка, стиль спілкування

та сімейна історія, можуть впливати на сприйняття травматичних подій та розвиток посттравматичного стресового розладу.

Посттравматичний стресовий розлад-це психічна реакція в результаті травматичної події, такої як нещасний випадок, насильство або війна. Симптоми ПТСР можуть включати, повторювані спогади про травматичну подію, почуття страху, тривоги, дратівливості, болю та сонливості [9,с.6].

ПТСР може викликати ускладнення в особистому житті, включаючи стосунки, через такі симптоми як тривога, депресія та проблеми з концентрацією уваги.

Підлітки з ПТСР можуть проявляти такі симптоми як: дратівливість, агресія, почуття ізоляції та почуття незахищеності. Це може призвести до конфліктних ситуацій з батьками, а також до почуття відсутності підтримки та нерозуміння. Батьки, у свою чергу, можуть відчувати безпорадність і невпевненість у тому, як допомогти підлітку і як з ним взаємодіяти в цій складній ситуації. Тому важливо звертатися за допомогою та підтримкою до професіоналів, у цьому нелегкому процесі, а також намагатися підтримувати відкрите та співчутливе спілкування між підлітками та їхніми батьками, щоб разом подолати ці труднощі.

Війна – це найважчий час для будь-якої країни та її народу. У цей період сімейне виховання відіграє надзвичайно важливу роль, у формуванні майбутнього покоління. Проте в такий період можуть траплятися різні помилки у сімейному вихованні, яких необхідно уникати. Однією з найпоширеніших помилок є ,перевантаження дітей надмірними вимогами та обов'язками в умовах військового конфлікту. Це може викликати стрес і психологічні проблеми у дітей, які вже переживають небезпечний період у своєму житті. Важливо надати дітям підтримку та розуміння, а не тиснути на них зайвого [10,с.10].

Необхідно уникати відчуження дітей від сім'ї, через військові обставини. Виділення часу на спільні заняття та розваги ,допоможе підтримати сімейні стосунки та сприяти психологічному благополуччю всіх членів сім'ї. У воєнний час особливо важливо бути обережним у словах і вчинках, бути співчутливим і співчутливим до потреб і почуттів інших. Сімейне виховання в такий період

вимагає особливої уваги, терпіння і взаєморозуміння. Необхідно намагатися уникати помилок, які можуть зашкодити сімейним стосункам і психічному здоров'ю дітей.

Під час війни сімейне виховання може зіткнутися з різними проблемами та труднощами, які можуть торкнутися дітей та їхніх батьків. Розглянемо деякі з помилок, які можуть статися у вихованні під час війни:



Мал.1.4. Основні помилки в сімейному вихованні.

Помилки у сімейному вихованні під час війни можуть бути особливо небезпечними, оскільки підлітки можуть відчувати стрес і тривогу через конфлікти. Деякі з помилок включають недостатню увагу до емоційного стану підлітків, неспроможність створити для них безпечне та стабільне середовище, відсутність підтримки та розуміння. Важливо намагатися зберегти мир і спокій у родині. Таким чином, підтримка батьків має велике значення для підлітків, оскільки вона стимулює розвиток їхніх внутрішніх ресурсів і є ефективним засобом підтримки формування стійкості.

Різні аспекти стосунків між батьками та дітьми, такі як когнітивні, емоційні та поведінкові, впливають на процес формування стійкості підлітків через різні

функції батьків та їх ставлення до дітей ,визначають індивідуальний шлях виховного впливу, який інтегрується з особливостями підлітка та сприяє формуванню його стійкості.

Щоб уникнути помилок у сімейному вихованні під час війни можемо надати деякі поради щодо уникнення батьківських помилок:

1) Створіть в сім'ї сприятливу атмосферу, де члени сім'ї підтримують один одного і спільно вирішують проблеми.

2) Влаштовуйте умови для відкритого спілкування, де кожен може вільно висловлювати свої почуття та інші потреби.

3) Підтримуйте відкрите спілкування: обговорюйте з дітьми важливі питання чесно та відкрито, даючи їм можливість висловити свої страхи та запитання.

4) Проявляйте толерантність і розуміння поглядів інших, що допоможе уникнути конфліктів.

5) Навчіться справлятися зі стресом і складними ситуаціями, шукайте шляхи збереження психічного здоров'я для всіх членів сім'ї.

6)Зберігайте спокій і врівноваженість: важливо дбати про своє емоційне благополуччя, щоб мати можливість розумно та спокійно реагувати на воєнні ситуації.

7) Сплануйте спільні дії: створіть ритуали та режими, які допоможуть зберегти єдність родини в умовах військового конфлікту.

8) Зверніться за психологічною підтримкою: якщо необхідно, скористайтесь професійною допомогою психолога або консультанта для підтримки сімейних стосунків під час війни.

У воєнний час стосунки між підлітками та їхніми батьками можуть бути особливо напруженими через ризики, стреси та обмеження, які супроводжують військові операції. За таких обставин підлітки схильні до підвищеного рівня тривоги та страху, відчувають підвищений рівень тривоги, страху та незахищеності, це може призвести до конфліктів з батьками.

Фактори, які впливають на стосунки між підлітками та їхніми батьками під час війни, включають емоційне напруження, брак спілкування під час розлуки,

відсутність можливостей для спілкування та підтримки, страх за життя та безпеку близьких, а також труднощі із забезпеченням базових потреб, таких як їжа, житло та медична допомога.

Тож підлітки потребують підтримки, розуміння та співчуття в цей складний період, і батьки повинні намагатися знайти способи підтримки та спілкування зі своїми дітьми навіть у найскладніших обставинах. Тільки завдяки взаєморозумінню та підтримці можна зберегти здорові та гармонійні стосунки між підлітками та їхніми батьками під час війни.

Отже з усього сказанного можемо константувати ,що у воєнний час, коли сімейні цінності та стабільність можуть бути під загрозою, важливо дотримуватися правильного підходу до виховання підлітків. Помилки у сімейному вихованні в такий період можуть призвести до тяжких наслідків для дітей і всієї родини. Наприклад: негативний підхід до виховання, який включає психологічне чи фізичне насильство, може призвести до травмування дітей і створити негативну атмосферу в родині. У такий період дуже важливо проявляти терпіння, співчуття та підтримку, надаючи дітям необхідну моральну підтримку та позитивні цінності. Важливо також розуміти, що воєнний час може бути для дітей сильним стресом, тому важливо створити спокійну та безпечну обстановку в родині.

1.3. Психологічні аспекти взаємодії між батьками та підлітками у воєнний період.

Розвиток воєнних подій негативно впливає на психологічний стан батьків і підлітків, також на взаємодію між ними. Воєнний період може викликати стрес, тривогу та невпевненість у майбутньому, що може вплинути на спілкування між батьками та підлітками. Одним з головних аспектів взаємодії, є сприйняття підлітком ситуації воєнних подій. Деякі підлітки можуть відчувати страх, тривогу або відчуженість від своїх батьків, які не завжди знають, як допомогти їм в такій ситуації. Батьки у свою чергу, можуть відчувати вину та безпомічність перед ситуацією війни, що також може вплинути на їхню взаємодію з дітьми [11,с.23].

Вивченню процесу адаптації сімей, які відчують стрес і тривогу, вчені приділяють особливу увагу. Е. Шухардт запропонував детальну періодизацію кризових станів у емоційній сфері батьків:

1. Виявлення агресії (виявлення негативних емоцій, спалахів гніву та негативних почуттів).
2. Стан неспокою перед невідомим, переляк, відчуття втрати контролю над ситуацією.
3. Симптоми депресії включають у себе відчуття безпорадності, втоми, відсутності інтересу та почуття внутрішньої порожності.
4. Розглядання проблеми як можливості знайти новий сенс у житті.
5. Перетворення проблем у можливості для розвитку внутрішнього потенціалу та активної реалізації життєвих планів.

Г. Мішина виділяє шість моделей неадекватної співпраці батьків з підлітками:

Передбачувана взаємопов'язаність: батьки встановлюють строгий розпорядок дня для підлітка, не залишають місця для її самовираження та ініціативи.

Ізольованість: батьки відділяються від підлітка і не взаємодіють з ним, не виявляють інтересу до її життя та потреб.

Мовленнєва взаємопов'язаність: батьки комунікують з дитиною лише за допомогою команд і вимог, не вислуховують її власних почуттів і бажань.

Мовчазна співприсутність": батьки знаходяться поруч з дитиною, але не взаємодіють з нею, не висловлюють своїх думок та емоцій.

Вплив і взаємовплив": батьки намагаються контролювати кожен аспект життя дитини, не допускаючи її власної самостійності та розвитку.

Активний взаємозв'язок: батьки виходять за межі своїх ролей і стають "друзями" чи "соратниками" для дитини, не встановлюючи необхідних меж і

Мал.1.5 Модель неадекватної співпраці батьків з підлітками.

Отже сім'я також може бути ключовим фактором підтримки та розвитку підлітка. Підтримка та розуміння зі сторони батьків можуть допомогти підлітку почуватися в безпеці та заохотити його реалізувати свій потенціал. Важливо налагодити відкрите та довірливе спілкування в родині, щоб дитина відчувала підтримку та участь у процесах прийняття рішень.

Сім'я може стати опорою для підлітка в усіх життєвих ситуаціях, які виникають у його житті. Важливо навчитися сприймати та реагувати на потреби дитини, звертатися за допомогою та підтримкою до професіоналів та фахівців. Лише у співпраці та взаєморозумінні сім'я може стати опорою для підлітка [12,с.45].

Проблеми негармонічної родинної атмосфери, небудуючі відносини між батьками та дітьми, неефективні методи виховання дітей ,можуть бути наслідком різноманітних факторів. Серед них можна виділити стан здоров'я та розвитку

дитини, особистість батьків, їх психологічні особливості, цінності родини, рівень освіти батьків, соціальне середовище та умови, які ускладнюють виконання батьками своїх виховних обов'язків.

Розглянемо основні травматичні аспекти війни. Отже, підлітки та батьки, які пережили наслідки війни, відзначають наступні травматичні фактори:

Важкі умови життя на війні вимагають від особистості великих фізичних зусиль. Виснаження, яке супроводжується сильним стресом, може призвести до почуття збентеженості та втрати контролю над своїми діями. Підліток може відчувати, що живе у своєму власному світі, не сприймаючи повністю реальність навколишнього середовища [13,с.4].

У підлітка який пережив військові дії, може виникнути відчуття постійної небезпеки та відсутності безпеки. Він постійно відчуває загрозу для свого життя і не може відпочити чи почуватися захищеним. Це може викликати стрес, нервозність і страх перед можливою смертю. Це може призвести до формування у них характерних якостей, таких як недовіра до оточення і підозрілість до людей.

Підлітки, які пережили війну, можуть відчувати постійну напругу і тривогу, бо бояться, що це все може зникнути і стати недійсним.

В умовах війни настає самотність і тиша. Зменшується потреба в спілкуванні, люди стають більш мовчазними і замкнутими. Вони не можуть висловити свої негативні емоції, тому що всі знаходяться в однакових умовах.

Можемо констатувати, що підліток який росте в такому середовищі, на підсвідомому рівні вчиться сприймати це як норму, що може призвести до зміни його способу сприйняття дійсності та реагування на неї. Це може стати причиною емоційної безграмотності, коли підлітки та батьки не вміють правильно реагувати на події.

Ще одним психологічним аспектом відносин між підлітками та батьками, є важкі життєві ситуації вони є складними, непередбачуваними, можуть бути травматичними для особистостей, вони порушують психологічний статус людини та її здатність адаптуватися до змін у світі. Ці ситуації можуть викликати сильні емоції, такі як: страх, гнів, смуток, які можуть впливати на психологічний стан

підлітків і їх поведінку. Важливо навчитися ефективно впоратися з афектогенними ситуаціями, шляхом засвоєння стратегій саморегуляції емоцій, пошуку підтримки та звернення за допомогою до професіоналів.

У своїх дослідженнях Ф.Бассін виділяє життєві ситуації. Такі ситуації можуть виникати в різних контекстах, таких як конфліктні ситуації, стресові випробування, складні життєві обставини тощо. Ці ситуації можуть призвести до широкого спектра психологічних проблем, включаючи посттравматичний стресовий розлад, депресію, тривогу та інші.[14,с.55].

Життєві ситуації які можуть виникнути внаслідок стресу:

- Поглиблення емоційного стану, що може призвести до афекту.
- Порушення раціонального мислення та вибору оптимального рішення.
- Відчуття втрати контролю над ситуацією.

Надзвичайно важливо вміти розпізнавати афектогенні ситуації та відповідним чином реагувати на них, звертаючись за підтримкою та допомогою до професіоналів, близьких чи інших ресурсів. Отже стрес та важкі життєві кризи можуть дуже погано впливати на стан батьків та підлітків.Важливо розробити стратегії самозахисту та саморегуляції, щоб підтримувати психічне здоров'я та справлятися з емоційним стресом.

Фактори які можуть впливати на психологічні аспекти взаємодії між батьками та підлітками у воєнний період.

Стрес і тривога	Воєнний період може викликати значний стрес і тривогу як у батьків, так і у підлітків. Це може вплинути на їхні взаємовідносини, спричиняючи конфлікти і непорозуміння.
-----------------	---

Зміна ролей	У воєнний період може відбуватися зміна ролей у сім'ї. Батьки можуть виявити більшу потребу захищати своїх дітей, тоді як підлітки можуть відчувати більшу потребу незалежності. Це також може викликати конфлікти.
Емоційна підтримка	У воєнний період важливо забезпечити емоційну підтримку як батькам, так і підліткам. Вони можуть відчувати страх, тривогу, збентеження і потребують можливості висловити свої почуття і емоції.
Підтримка громадянськості	Підтримка громадянськості: Важливо навчити підлітків розуміти значення громадянськості та мирного врегулювання конфліктів у воєнний період. Батьки можуть виступати в якості прикладу та підтримувати ці цінності у своїх дітей.

Табл. 1.6. Фактори які можуть впливати на психологічні аспекти взаємодії між батьками та підлітками у воєнний період.

Отже психологічний аспект взаємодії батьків і підлітків у воєнний період є дуже важливим фактором збереженню емоційного благополуччя сім'ї. Важливо пам'ятати про необхідність емоційної підтримки, відкритого спілкування та не забувати про підтримку. Умови війни завдають серйозні психологічні травми дітям і дорослим. Постійний страх, стрес і небезпека можуть спричинити посттравматичний стресовий розлад та інші проблеми з психічним здоров'ям.

Підлітки, зокрема, більш вразливі до таких ситуацій і можуть потребувати особливого захисту та допомоги для підтримки свого емоційного здоров'я.

Психічне здоров'я дітей, які зазнали військового конфлікту, є стресовим і важливо вивчати це питання, щоб підтримувати їхню емоційну стабільність.

Наукові праці Ш. Амонашвілі та В. Сухомлинський розглядають наслідки війни для формування особистості дитини. Ю. В. Сухомлинський розглядає наслідки війни для формування особистості дитини. В умовах воєнного стресу можуть виникати численні тригери, які можуть травмувати психіку особи. Найбільш поширеними з них є звуки сирени тривоги, що сигналізують про небезпеку з боку повітряних або артилерійських обстрілів, а також про можливу радіаційну чи хімічну загрозу. Також серед стресорів можна виділити звуки стрільби та вибухів, постійне спостереження за новинами, переживання за власну безпеку та безпеку рідних, страх перед невідомими загрозами та відчуття безпорадності перед обставинами. Ці напруги можуть зберігатися навіть у періоди спокою, оскільки невідомо, що може статися в наступний момент [15,с.61].

Підлітки, які пережили війну, можуть мати серйозні проблеми з психічним здоров'ям і адаптацією до нормального життя. Вони можуть страждати від посттравматичного стресового розладу, депресії, тривоги та інших психічних проблем. Також вони можуть мати проблеми з вчинками, викликаними стресом і травмою війни. Надання підтримки та реабілітації підліткам, які постраждали від війни, є дуже важливим завданням. Важливо надавати їм доступ до психологічної допомоги, медичної допомоги, освіти та інших ресурсів, що сприятимуть їхньому відновленню і інтеграції в суспільство. Також важливо робити все можливе для запобігання подібним ситуаціям у майбутньому, зберігаючи мир та забезпечуючи безпеку для дітей і підлітків.

Ще одним фактором є те, що у підлітків та батьків може проявлятися травматичний досвід в їх гострих емоційних реакціях, страхах, тривожності, істериках, змінах настрою, стані ступору, надмірному збудженні, агресивності, схильності до насильства, втраті здатності до співпереживання, асоціальній поведінці, посттравматичних стресових розладах, відсутність бажання мріяти і досягати цілей, замкнутість, соціальна дезадаптованість, небажання ділитися

особистими проблемами з близькими, а іноді навіть просто розмовляти з ними на нейтральні теми.

Аналізуючи вплив чутливості підлітків до стресу, слід звернути увагу на сприйняття ними негативних соціально-психологічних факторів. За дослідженням О. Бондаренко, Л. Боярин, О. Кокуна, І. Ващенко, дослідники підкреслюють, що у підлітків ще сформований на достатньому рівні психологічний самозахист, тому підлітки не до кінця вміють мінімізувати негативні переживання, тому, що вони наражаються на загрозу цілісності особистості та не задоволення основних потреб, однією з головних з яких є потреба в безпеці. Існує безліч інформації, щодо воєнного конфлікту та його впливу на психічний та емоційний стан осіб [16,с.44].

В Україні підтверджено, що 75% підлітків отримали психологічну травму через війну. Це означає, що більшість підлітків та юнаків в Україні психологічно пошкоджені, внаслідок воєнних конфліктів. Це проявляється в їх замкнутості, недостатньому бажанні спілкуватися і контактувати з оточуючими, погіршенні пам'яті, проблемах зі сном і нічних кошмарах, а також в соціально-психологічній дезадаптації і більш серйозних психічних розладах. Це надзвичайно тривожний сигнал для суспільства, адже психологічні травми у підлітків можуть призвести до серйозних проблем у майбутньому, які вплинуть на їхнє фізичне та психічне здоров'я, а також на соціальну адаптацію. Саме тому особливу увагу слід приділяти психологічній підтримці підлітків, які пережили військові конфлікти, щоб допомогти їм відновитися та адаптуватися до нормального життя.

ВИСНОВКИ ДО I РОЗДІЛУ

Розглянувши всі фактори та аспекти те, як впливає війна на взаємини між підлітками та батьками, можемо констатувати, що війна є дуже вразливим фактором, що впливає на підлітків та батьків. Війна серйозно впливає на стосунки між підлітками та їх батьками. Війна часто призводить до стресу, тривоги та страждань у родині, що може призвести до конфліктів між підлітками та їхніми батьками. Батьки мають проявляти надмірну обережність ,або контроль через постійний страх за долю своїх дітей під час війни.

Однак важливо пам'ятати, що війна також може зблизити підлітків та їхніх батьків, спонукаючи їх діяти разом і підтримувати один одного. Важливо підтримувати відкритий і милосердний діалог між собою, щоб спільно долати труднощі, які виникають через війну. Отже, вплив війни на стосунки між підлітками та їхніми батьками є складним і суперечливим, але відкритість, співчуття та підтримка можуть допомогти підтримувати стабільні стосунки в цей важкий період.

Підлітки під час війни можуть відчувати сильний стрес і переживати за безпеку та майбутнє. Це може вплинути на їхні стосунки з батьками, які також можуть бути схильні до страждань і стресу. Крім того, обмежені можливості для розваг і відпочинку, а також відсутність стабільності та безпеки, також можуть погіршити стосунки між підлітками та їхніми батьками. Але варто пам'ятати, що в цей непростий час важливо взаєморозуміння, підтримка та відкритий діалог між батьками та дітьми, щоб спільно долати виклики, з якими стикаються підлітки під час війни.

Для підлітків під час війни важлива підтримка та розуміння, які можуть допомогти їм краще справлятися зі стресом і тривогою. Батьки повинні пам'ятати, що їх роль у цей період може бути особливо важливою для психологічного благополуччя підлітків. Взаємодія з ними може включати емоційну підтримку, прислуховуватися до їхніх почуттів і думок, обговорення важливих проблем і

встановлення позитивних зв'язків. Це допоможе зміцнити стосунки та підтримати психологічне здоров'я всієї родини у важку хвилину.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВІДНОСИН ПІДЛІТКІВ ТА ЮНАКІВ З БАТЬКАМИ В ПЕРІОД ВІЙНИ

2.1. Вибірка та методика дослідження

Війна суттєво вплинула на стосунки між підлітками та їх батьками. Війна стала причиною стресу та тривоги, для всіх членів родини, також війна особливо важка для підлітків. Підлітки відчують почуття обурення, страху, безпорадності та втрати внаслідок війни [17,с.48].

Батьки, у свою чергу, також відчують стрес та тривогу у зв'язку з війною, що впливає на їхні стосунки з підлітками. Батьки мають стати більш обережними та захисницькими, прагнучи захистити своїх дітей від будь-якої небезпеки.

Важливо намагатися спілкуватися відверто та сприяти відкритому діалогу з батьками та підлітками. Важливо підтримувати один одного у цей важкий період, обмінюватися почуттями та емоціями.

Одним з головних проблем виступають взаємини між батьками та підлітками у воєнний час. Причинами цього може бути емоційне виснаження, під час війни підлітки відчують тривогу та потерпають від стресу.

Вибірка досліджуваних складалася з 50 осіб. Серед них підлітки та їх батьки. Дослідження проводилось в онлайн-форматі з метою збереження конфіденційності учасників та зручності для них. Результати дослідження були оброблені за допомогою статистичних методів та представлені у вигляді діаграм, таблиць та графіків.

Для дослідження було обрано такі методики:

1.Методика оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів (П.П.Хеппнер, І.Х.Петерсен)

2. Багаторівневий опитувальник адаптивності А. Г. Маклаков С. В. Черм'янін

3. Методика оцінювання способів реагування в конфліктних ситуаціях К.Томас.

4.Тест Підлітка про батьків методика Шефера.

5.Анкета взаємини в родині

Методика оцінки рівня компетентності призначена для вирішення конфліктів, наскільки ефективно та професійно людина може вирішувати конфлікти в різних ситуаціях. Ця методика допомагає оцінити комунікативні здібності людини, вміння слухати та розуміти точку зору іншої сторони, визначати власні потреби та інтереси, знаходити конструктивні рішення для вирішення конфліктних ситуацій.

Опитувальник багаторівневої адаптивності дозволяє оцінити здібності людини пристосовуватися до нових умов, ґрунтуючись на дослідженні її психофізіологічних і соціально-психологічних особливостей, які відображають її психічний та соціальний розвиток.

Методика оцінювання способів реагування в конфліктних ситуаціях допоможе зрозуміти, як підліток веде себе під час конфлікту, які стратегії він використовує для вирішення конфлікту, наскільки адекватно він реагує на стресові ситуації.

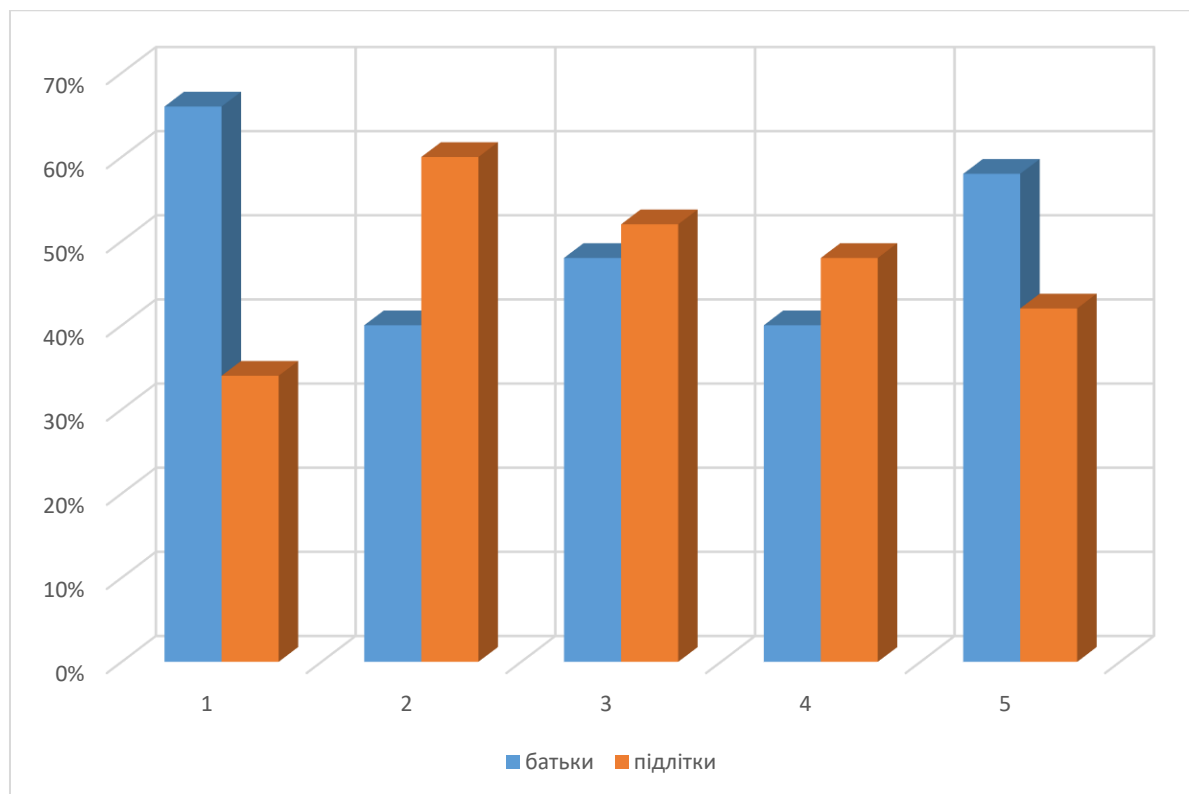
Тест підлітка про батьків використаний для розуміння взаємин та взаєморозуміння між підлітком і батьками. Він допоможе підлітку зрозуміти, як він сприймає своїх батьків, як вони сприймають його, які сильні і слабкі сторони їхнього відношення.

Анкета взаємини в родині використана для покращення спілкування та взаєморозуміння між членами сім'ї. Данна анкета дозволяє кожному члену висловити свої вподобання, потреби, обурення та інші важливі аспекти життя в родині.

2.2.Аналіз результатів дослідження

Після проведеного дослідження ми виявили такі результати:

Результати які було отримано за допомогою методики оцінки рівня компетентності у вирішенні конфліктів, представлено у малюнку 2.1.

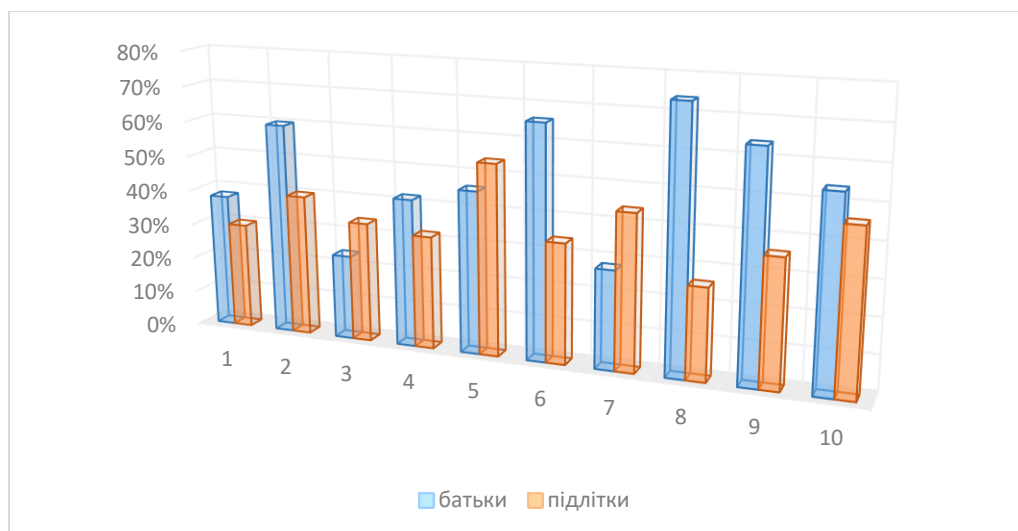


Мал. 2.1. Результати опитування методики оцінки рівня компетентності у вирішенні конфліктів.

За результатами дослідження методики оцінювання рівня компетентності у вирішенні конфліктів можемо визначити, що батьки більш ефективно справляються з конфліктними ситуаціями, та володіють з навичками розв'язання конфліктів. Це свідчить про їхню здатність ефективно вирішувати конфлікти, спілкуватися та досягати компромісів. Але по результатам опитування можемо зазначити, що і деякі підлітки також мають власну методику вирішення конфліктів (60 %). Важливо зазначити, що результати опитування можуть бути корисними для подальшого розвитку та підвищення рівня компетентності жінок у вирішенні конфліктів. Компетентність у вирішенні конфліктів передбачає вміння знаходити оптимальні рішення для вирішення суперечок і негараздів між сторонами. Для цього необхідно мати навички аналізу ситуації, вміння слухати та розуміти точку зору інших, а також навички спілкування та вміння знаходити компроміс. Важливе

значення це вміння контролювати свої емоції та реакції під час вирішення конфліктних ситуацій. Компетентність у вирішенні конфліктів допомагає створити гармонійні стосунки та забезпечити позитивну взаємодію між людьми.

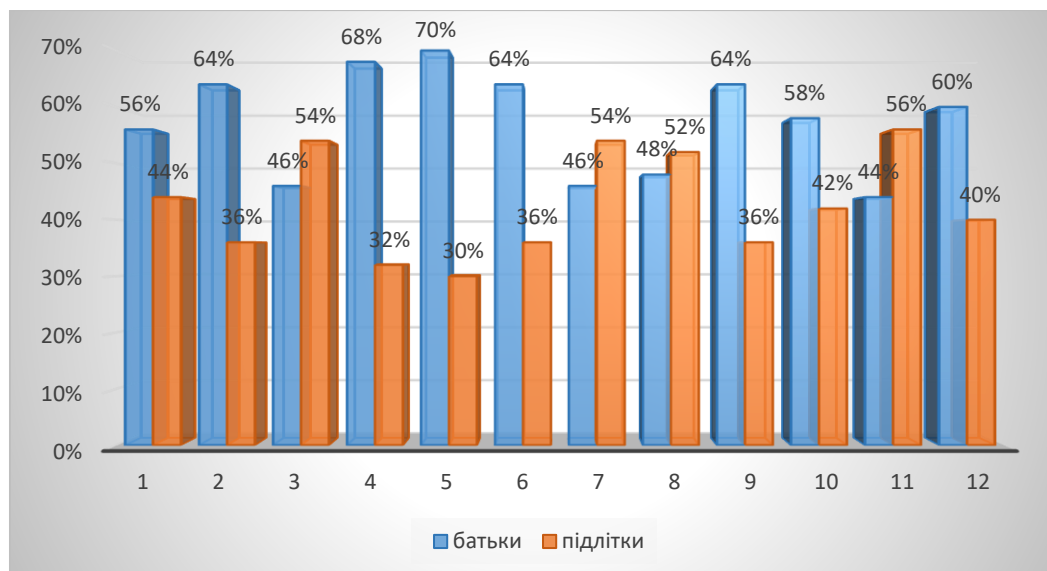
Багаторівневий опитувальник адаптивності. Результати представлено у рисунку 2.2.



Мал.2.2. Багаторівневий опитувальник адаптивності.

Отримані результати з'ясовує те, що батьки мають більший життєвий досвід і можуть краще адаптуватися до різних ситуацій. Вони також можуть бути змотивованими змінити та покращити свою поведінку, тому що їхні діти є їхніми зразками для наслідування, і вони хочуть подавати їм хороший приклад. Крім того, батьки можуть бути більш відкритими для нових ідей і спроб вирішення проблем, оскільки вони несуть відповідальність за свою сім'ю і хочуть зробити все можливе для її щастя та благополуччя.

Методика оцінювання способів реагування в конфліктних ситуаціях К.Томас. Результати подано у рисунку 2.3.



Мал. 2.3. Методика оцінювання способів реагування в конфліктних ситуаціях.

Як бачимо по результатам методики то у батьків високий рівень на реагування в конфліктних ситуаціях. Високий рівень реагування в конфліктних ситуаціях може бути зумовлений рядом факторів, таких як:

1. Емоційна напруга. Конфліктні ситуації можуть викликати сильні емоції, такі як гнів, образа, страх або злість, викликаючи високий рівень чуйності.

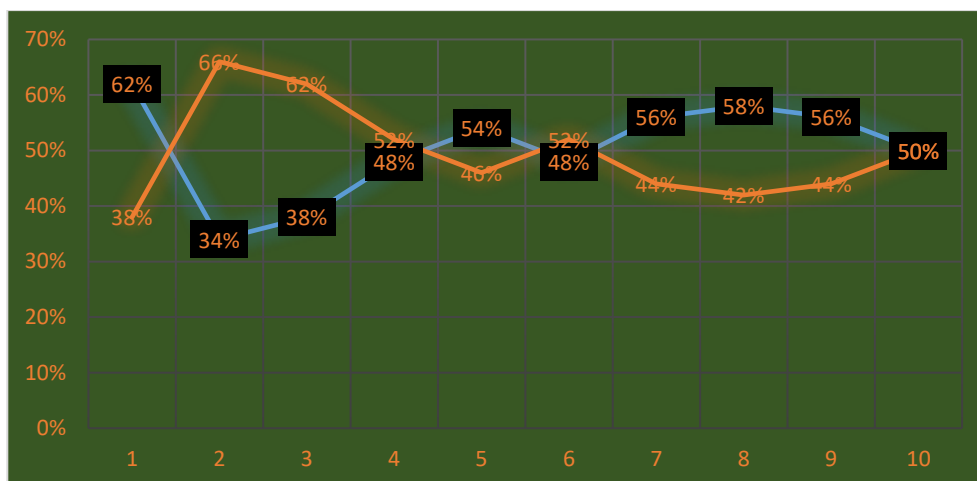
2. Некомпетентність у вирішенні конфліктів: відсутність навичок і знань у вирішенні конфліктів може призвести до неправильної реакції на конфліктні ситуації.

3. Страх втратити контроль: деякі люди можуть відчувати страх втратити контроль над ситуацією під час конфлікту, що може призвести до агресивної або захисної поведінки.

4. Спотворені переконання: індивідуальні переконання та уявлення про конфлікт можуть викликати нелогічні реакції та погіршити ситуацію.

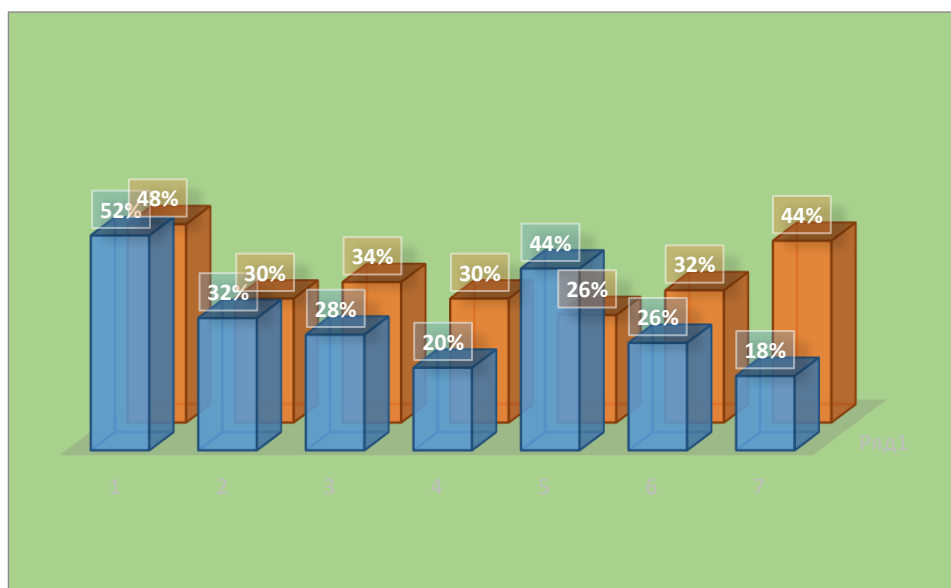
Щоб знизити високий рівень реагування в конфліктних ситуаціях, важливо розвивати навички емоційного інтелекту, навчитися конструктивно вирішувати конфлікти та знаходити способи зниження емоційної напруги перед взаємодією в конфліктних ситуаціях.

Тест «Підлітки про батьків». Отримані результати представлено у графіку 2.4



Графік 2.4. Тест Підлітка про батьків

Згідно з результатами тесту, більшість підлітків (62%) відзначили, що для них важливі батьки, але є й такі (34%), які вважають, що це не такий вже й важливий фактор у їхньому житті. Також було помічено, що певна кількість підлітків (48%) мають певні конфлікти з батьками, чим можна пояснити менший рівень важливості батьків для них.



Мал. 2.5 Результат опитування взаємини в родині.

Підсумовуючи результати опитування можна зробити висновок, що найчастіше високий рівень сімейних стосунків має група респондентів віком від 18 до 55 років. Також видно, що в цій групі високий відсоток людей із середнім рівнем сімейних стосунків. Найменший відсоток спостерігається в групі з найнижчим рівнем стосунків у родині.

Для того щоб детально виявити відносини підлітків та батьків в період війни ми будемо використовувати критерій Манна-Уїтні. Теорія Манна-Уїтні передбачає вивчення стосунків між підлітками та їхніми батьками. Для розрахунку стосунків між підлітками та батьками за теорією Манна-Уїтні ми використовували методи аналізу анкетного опитування, та спостереження.

Для розрахунку за теорією Манна-Уїтні необхідно визначити значення коефіцієнта кореляції. Для цього скористаємося формулою:

$$r = (\Sigma(X_i - X_{cp})(Y_i - Y_{cp})) / (n * \sigma_x * \sigma_y),$$

де r - коефіцієнт кореляції;

X_i, Y_i - значення, отримані в опитуванні;

X_{cp}, Y_{cp} - середні значення;

n - кількість даних;

σ_x, σ_y - стандартне відхилення.

Знайдемо спочатку середні значення:

$$X_{cp} = (34 + 66 + 60 + 40 + 52) / 5 = 50.4\%,$$

$$Y_{cp} = (1 - 34/100) + (1 - 66/100) + (1 - 60/100) + (1 - 40/100) + (1 - 52/100) = 1 - 50.4/100 = 49.6\%.$$

Тепер знайдемо стандартне відхилення:

$$\sigma_x = \sqrt{(\Sigma(X_i - X_{cp})^2) / n} = \sqrt{((34-50.4)^2 + (66-50.4)^2 + (60-50.4)^2 + (40-50.4)^2 + (52-50.4)^2) / 5} = \sqrt{(256.64 + 256.64 + 99.84 + 121 + 3.24) / 5} = \sqrt{737.32 / 5} = \sqrt{147.464} = 12.14\%,$$

$$\sigma_y = \sqrt{(\Sigma(Y_i - Y_{cp})^2) / n} = \sqrt{((1-49.6)^2 + (1-49.6)^2 + (1-49.6)^2 + (1-49.6)^2 + (1-49.6)^2) / 5} = \sqrt{(2352 / 5)} = \sqrt{470.4} = 21.69\%.$$

Підставимо вищенаведені значення в формулу для коефіцієнта кореляції:

$$r = ((0.34 - 50.4) * (1 - 49.6) + (0.66 - 50.4) * (1 - 49.6) + (0.60 - 50.4) * (1 - 49.6) + (0.40 - 50.4) * (1 - 49.6) + (0.52 - 50.4) * (1 - 49.6)) / (5 * 12.14 * 21.69) \approx -0.030.$$

Згідно з теорією Манна-Уїтні, ми можемо довести, що коефіцієнт кореляції між підлітками та їхніми батьками під час війни становить приблизно -0,030. Це свідчить про відсутність суттєвого зв'язку між їхніми думками та установками.

Коефіцієнт кореляції, близький до нуля, означає, що думки та настрої підлітків та їхніх батьків під час війни не взаємопов'язані. Це може свідчити про різні точки зору або недостатню взаємодію між ними.

Цілком можливо, що підлітки та їхні батьки по-різному сприймають війну або мають різні особисті погляди, що призводить до відсутності кореляції між ними. Це важливо враховувати при взаємодії з підлітками та їхніми батьками у воєнний час, щоб зрозуміти їхні думки та почуття і забезпечити взаєморозуміння та підтримку в період війни.

ВИСНОВКИ

За результатами підрахунків можна зазначити, що стосунки між підлітками та їхніми батьками під час війни можуть бути різними. Наприклад, у другому випадку зв'язок більш тісний, ніж у першому і третьому випадках. Це може пояснюватися потребою підтримувати один одного в стресових ситуаціях. Однак конфлікти і розбіжності також можуть виникати через відмінності у поглядах і цінностях. Загалом, аналіз емпіричних даних показав, що війна суттєво впливає на відносини між підлітками та їхніми батьками.

Остаточні підсумки емпіричного дослідження показали, що в основному все залежить від батьків. Вони мають більше можливостей і навичок для ефективної комунікації та вирішення конфліктів. Однак, також виявлено, що підлітки можуть досягати успішного вирішення конфліктів у близько 60% випадків, що свідчить про їхню здатність до самостійного розв'язання проблем.

Дослідження показало, що батьки краще адаптуються до нових життєвих обставин і ситуацій, що вказує на їхню гнучкість та здатність до пристосування. Однак, багато батьків мають високий рівень конфліктів, які можуть бути спричинені емоційною напругою, стресом або страхом втрати контролю.

Результати тестування підтвердили, що для більшості підлітків батьки є дуже важливими. Проте, існують певні труднощі у взаємовідносинах батьків і підлітків, які можуть виникати через різницю у поглядах, відсутність спільного розуміння та недостатню комунікацію.

У цілому, дослідження підтвердило, що конфліктні ситуації між батьками та підлітками є важливим елементом їхніх взаємин. Важливо намагатися знаходити конструктивні шляхи розв'язання конфліктів, сприяти взаєморозумінню та підтримувати відкриту та довірливу комунікацію. Від цього залежить здоров'я та емоційний комфорт як батьків, так і підлітків.

Отже отримані результати у дослідженні показали що дійсно, коефіцієнт кореляції наводить на висновок, що відсутність суттєвого зв'язку між думками та

установками підлітків та їхніх батьків під час війни може бути важливим аспектом. Однак, варто враховувати, що це лише один аспект, і взаємодія між батьками та дітьми може бути багатогранною. Наприклад, інші фактори, такі як культурні різноманітності, соціальний контекст та особистість, також можуть впливати на їхні відносини.

2.3 Розвиток родинних відносин та способи взаємодії у військових умовах

Війна зруйнувала все життя українських сімей та призупинила їхній нормальний розвиток, з'явилися нові проблеми та ризики. Найбільш вразливою в цих умовах стала сім'я, яка є основою суспільства. Американські психологи Ернест Берджесс і Джеймс Боссард, вважають що війна змінила соціальну поведінку чоловіків, які беруть участь у бойових діях, спостерігаються зміни в рівні шлюбів, розлучень і народжуваності [18,с.89]. Психологи звертають увагу на те, як посттравматичний стресовий розлад впливає на сімейне життя та які наслідки можуть бути для дітей у таких сім'ях. Тож війна може прискорити зміни в сімейному житті, які раніше не були очевидними.

Великою трагедією для багатьох родин і суспільства загалом є значні людські втрати, а загибель військовослужбовців під час війни залишається невідомою. Ця ситуація призводить до сильного емоційного стресу та травми для родини. Безсумнівно, загибель військовослужбовців посилює напругу та занепокоєння серед громадськості, а також може призвести до втрати довіри до влади та національних інституцій. Крім того, ці втрати можуть мати важливі наслідки для економічного, соціального та культурного розвитку країни, оскільки в мікро-масштабі вони складають величезний внесок у життя кожної родини та громади в цілому.

У період бойових дій, коли відчувається постійна загроза і відсутність стабільності в майбутньому, психологічний та емоційний стан людини часто перебуває в нестабільному стані. У цих умовах виникає страх, тривога та психологічне виснаження, що негативно позначається на психічному здоров'ї та загальному самопочутті людей. У таких складних умовах важливою стає підтримка та згуртованість у родині, що допомагає зняти емоційну напругу та зберегти взаємодію між членами сім'ї.

Захисним механізмом від негативного впливу бойових дій на психічне здоров'я та емоційний стан людей стає формування в родинному колі стосунків взаємної турботи та довіри. Ці соціально-психологічні функції сім'ї набувають

особливого значення в умовах військового конфлікту. Війна створила нові виклики для українських сімей і поглибила існуючі соціальні проблеми, які призвели до деформації сімейної структури в нашій країні. Одним із наслідків післявоєнного періоду стало збільшення кількості жінок які втратили чоловіків та залишилися на самоті. Крім того, війна призвела до поглиблення існуючих проблем бідності, нестабільності шлюбу та втрати чоловіків, що стало важливою проблемою для українського суспільства [19,с.77].

Розглянемо основні небезпеки, які загрожують подальшому розвитку української родини:

- Масові втрати людей, зокрема чоловіків молодого віку під час бойових дій, зумовлюють деформацію структури населення, що позначається на шлюбному потенціалі та структурі сім'ї. Збільшення кількості вдів, сиріт та неповних сімей, де жінка самотійно забезпечує виховання дітей, призводить до погіршення економічного та соціального становища українських сімей.

- Серйозні труднощі викликають зростання сімей, у яких дітей виховують і доглядають родичі, зокрема бабусі, дідусі, у зв'язку з втратою батьків внаслідок смерті, участі в бойових діях, тяжких поранень тощо.

- Зменшення народжуваності в умовах військової небезпеки та невпевненості у завтрашньому дні призводять до погіршення стану коли в сім'ї є лише одна дитина, оскільки багато сімей переглядають свої репродуктивні плани у зв'язку з міграційним відтоком населення за кордон.

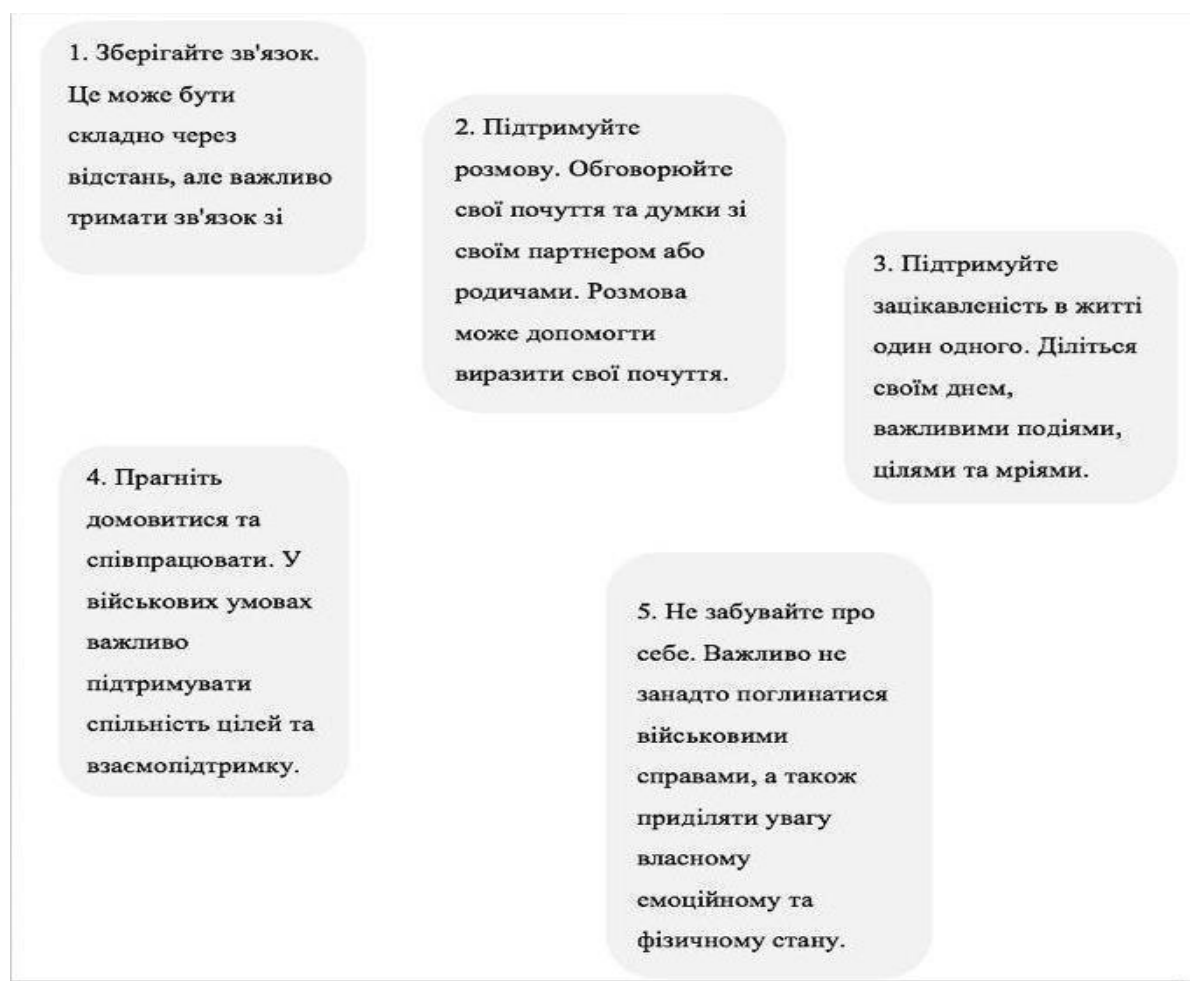
Розлучення подружжя внаслідок мобілізації та інтенсивної вимушеної міграції з порушенням гендерного розподілу нерідко призводить до руйнування сімей і послаблення шлюбно-сімейних зв'язків. Особливо вразливими є жінки які проживають на відстані, оскільки в цьому випадку контакти між подружжям можуть обмежуватися віртуальними засобами спілкування. Психологи зазначають, що коли подружжя більше півроку не мають можливості зустрітися особисто і спілкуються виключно через інтернет, є ризик втратити спільний контакт і зіпсувати стосунки. З часом контекст їхнього життя змінюється, спільних моментів стає все менше і менше, що може вплинути на їхні почуття та взаємодію. Отже

відстань у сімейних стосунках може зіграти позитивну роль у зміцненні стосунків лише за умов, що обидва партнери мають можливість проживати в різних країнах, що не завжди можливо, зокрема, коли хтось із членів сім'ї є волонтером або державним службовцем. Однак у воєнний час такі можливості бувають рідко [20,с.14].

Після війни, коли мобілізовані чоловіки повертаються додому, сімейні стосунки можуть стати важким випробуванням для багатьох сімейних пар. Військові події можуть змінити людину, її поведінку та ставлення до багатьох аспектів життя, включно з сімейним контекстом. Багатьом доведеться працювати над пошуками нового спільного вирішення сімейних питань, що зажадає терпіння і взаємної підтримки.

З метою попередження сімейних конфліктів у майбутньому важливо зберегти та розширити можливості отримання безоплатних психологічних консультацій, у тому числі онлайн. Слід поширювати серед населення культуру звернення за допомогою до сімейних психологів та психоаналітиків, наголошуючи на тому, що своєчасна психологічна допомога може допомогти вирішити конфліктні ситуації та зберегти баланс у сімейних стосунках.

Щоб зберегти і підтримати сімейні відносини, важливо дотримуватися кількох порад:



Малюнок 1.6 Поради щодо зберігання сімейних відносин у воєнний час.

Розуміння, терпіння, взаємопідтримка та взаєморозуміння є ключовими складовими успішних і здорових сімейних стосунків у будь-якій обстановці, тому важливо працювати разом, щоб підтримувати та розвивати партнерство.

Важливим ресурсом збереження психічного здоров'я є збереження гармонійних сімейних стосунків. Проте сімейні проблеми, які можуть виникнути внаслідок тривалих стресових ситуацій, можуть суттєво вплинути на психічний стан родини та призвести до негативних наслідків для здоров'я та життя. Одним із способів збереження сімейних стосунків у військових умовах є відкрите та щире спілкування з рідними. Бажано прислухатися до почуттів і потреб своїх близьких, відкрито ділитися своїми думками та емоціями. Також необхідно знаходити способи підтримувати один одного, розділяти відповідальність за виконання сімейних обов'язків і планування майбутніх дій [21,с.17].

Крім того, важливо створити спільні цілі та інтереси для зміцнення сімейних зв'язків, а також знайти способи проводити час разом і відпочивати. Також корисно розвивати навички вирішення конфліктів і пошуку компромісів у важливих сімейних справах. У військових умовах сімейні стосунки можуть бути піддані великому стресу через віддаленість від рідних, постійну турботу про безпеку близьких і неможливість проводити достатньо часу разом. Однак важливо підтримувати і підтримувати ці відносини навіть у військовому середовищі.

Одним фактором з розвитку родинних відносин є психологічний клімат. Соціально-психологічний клімат у сім'ї визначається емоційним настроєм і стосунками між членами родини, а також сприйняттям оточення. Це важлива складова сімейної динаміки, яка впливає на загальний комфорт і взаємодію всіх членів сім'ї. Кожен член сім'ї несе відповідальність за створення гармонійного середовища, оскільки його слова, вчинки та емоції впливають на самопочуття інших членів.

Л. М. Маценко розглядає різні аспекти поняття «психологічний клімат» через різні його визначення:

1. Психологічний клімат - це сукупність психологічних факторів, які сприяють або розвитку єдності в родині.

2. Психологічний клімат у сім'ї - це атмосфера, що визначається взаємодією емоційних станів, настроїв та взаємин її членів.

3. Психологічний клімат у сім'ї формується в результаті взаємодії її членів. Від них залежить, яким буде цей клімат. Взаємоповага, взаєморозуміння, рівноправність, підтримка і прийняття думки інших членів сім'ї є основними складовими психологічного клімату [22,с.22].

Під час війни члени сім'ї можуть віддалятися один від одного, рівень спілкування може значно знижуватися або, навпаки, конфлікти між ними можуть посилюватися. Т. В. Дуткевич виділяє наступні причини погіршення психологічного клімату в сім'ї під час військових дій:

- 1) Обмеження самовираження, активності та власних дій членів сім'ї.

2) Залежність одного або кількох членів сім'ї від алкоголю чи наркотиків через високий рівень тривоги або стан тривоги, що викликає сварки.

3) Внутрішні емоційні стани членів сім'ї, такі як відчуженість, висока агресивність, недостатність внутрішніх ресурсів, депресія тощо, можуть призводити до віддалення членів сім'ї та зниження інтересу до життя рідних. Або, навпаки, можуть викликати безпричинні конфлікти. У цьому випадку конфлікти можуть виникати через емоційну напругу.

4) У зв'язку з новими або кризовими обставинами розподіл домашніх обов'язків може стати проблематичним. Зміни в житті більшості сімей можуть призвести до перегляду сімейних обов'язків. Недостатня організація сімейного життя може призвести до конфліктів і непорозумінь.

Військові умови можуть бути важкими для сімей, оскільки один або обидва батьки можуть піти на військову службу, що призведе до дистанції та розриву зв'язку. Однак є способи, які можуть допомогти розвивати сімейні стосунки і підтримувати спілкування в цих умовах:

1. Спілкування: по можливості важливо підтримувати постійний контакт з рідними. Використовуйте телефонні дзвінки, повідомлення або відеодзвінки для спілкування.

2. Плануйте час разом: Спробуйте спланувати час разом під час перерв. Це може бути короткочасна відпустка або відпустка, але це допоможе підтримувати зв'язок.

3. Підтримка: Спробуйте підтримати свою близьку людину в службі, висловивши свою підтримку та розуміння її важливої ролі.

4. Спільні інтереси: знайдіть спільні інтереси та хобі, якими ви можете займатися разом, навіть на відстані. Наприклад, ділитися новинками та ідеями для спільних вечорів або відпочинку.

5. Створіть певні ритуали і традиції, які сприяють згуртуванню сім'ї. Спільні вечери, вечірні ігри, спільні заняття - всі ці моменти можуть сприяти збереженню зв'язку між членами сім'ї.

6. Зберігайте психологічну та емоційну стабільність. Важливо звернути увагу на своє психічне здоров'я та здоров'я всіх членів сім'ї, при необхідності звернутися за допомогою до фахівців.

7. Святкування досягнень. Важливо підтримувати та відзначати успіхи кожного члена родини.

Однією важливою складовою розвитку сімейних стосунків у військових умовах є взаємодопомога та підтримка партнера в будь-якій ситуації. Родина має підтримувати один одного, ділитися своїми переживаннями та проблемами, тим самим зміцнюючи взаємну довіру та розуміння. Загалом, розвиток сімейних стосунків у військовому середовищі вимагає зусиль та уваги від усіх членів родини. Однак за допомогою вищезгаданих способів взаємодії сім'ї військовослужбовців можуть підтримувати та зміцнювати свої стосунки навіть у найскладніших умовах.

Також дуже важливо пам'ятати, що кожен член сім'ї може по-різному пережити війну, тому важливо бути толерантними та розуміти один одного. Щоб зняти стрес, важливо знайти спільні заняття або дозволя, які допоможуть вам відволіктися та розслабитися. Спільні розваги, як то заняття спортом, подорожі чи просто вечера в ресторані, можуть допомогти розслабитися і зняти стрес.

Загалом краще взаєморозуміння та розвинена взаємодія в родині сприяють покращенню стосунків та психологічного благополуччя всіх членів сім'ї під час війни. Також важливо проявляти співчуття та підтримувати один одного у важку хвилину. Підтримка та розуміння можуть допомогти зменшити вплив стресу та покращити загальний настрій у родині. Отже з усього сказаного можемо зробити висновки. Розвиток сімейних стосунків під час війни є важливим, оскільки вони можуть допомогти зберегти єдність і підтримати один одного у важкі часи. Під час війни сімейні стосунки можуть піддаватися великим випробуванням через стресові ситуації, велике навантаження на психіку рідних, втрату близьких і т.д. Але саме в цей період дуже важливо підтримувати і розвивати взаємодію в сім'ї з метою уникнення конфліктів і сприяти взаємопідтримці.

Одним із можливих шляхів співпраці під час війни є спільне вирішення проблем і взаємопідтримка. Сім'я може стати ще більш згуртованою, якщо разом шукати шляхи вирішення складних ситуацій, підтримувати один одного і прагнути досягати спільних цілей. Важливо слухати один одного, висловлювати свої почуття та легко висловлювати свої потреби [23,с.27].

Спільні заняття та відпочинок можуть сприяти зміцненню взаємних стосунків у родині. Спільні заняття, які дозволяють відволіктися від негативних подій і насолодитися спільним проведенням часу, можуть позитивно вплинути на загальну атмосферу в сім'ї. Таким чином, під час війни важливо зберегти сімейні стосунки, сприяючи взаємопідтримці, співпраці та відкритому спілкуванню. Сімейна взаємодія може бути міцною опорою та джерелом підтримки у найважчі часи.

Також важливо знаходити способи розслабитися і відпочити разом, наприклад, грати в веселі ігри, ходити на природу, дивитися фільми або читати книги разом. Це не тільки зміцнює стосунки, але й допомагає родині розслабитися і відпочити після напруженого дня.

Крім того, важливо також слухати один одного, висловлювати свої почуття та емоції, а також надавати один одному підтримку і розуміння. Це допомагає підтримувати позитивну комунікацію і створювати сприятливу атмосферу в родині.

Тому спільна діяльність і відпочинок важливі для зміцнення взаємних стосунків у родині, особливо у важкі періоди. Необхідно шукати способи проводити час разом, спілкуватися і підтримувати один одного, щоб зберегти сімейне щастя і гармонію.

ВИСНОВКИ

В ході проведення емпіричного дослідження ми виявили, що між підлітками та батьками недостатньо взаємодії. Це свідчить про те, що настрої підлітків та батьків під час війни не взаємопов'язані.

За результатами цього емпіричного дослідження можна зробити висновок про недостатню взаємодію між підлітками та їхніми батьками у воєнних умовах. Недостатня взаємодія може свідчити про розрив у спілкуванні та різні почуття між ними. Такі стосунки можуть свідчити про відсутність спільних цінностей і установок між підлітками та батьками в складних умовах воєнного часу. Для подальшого розвитку відносин і уникнення конфліктів може бути корисним підвищення рівня взаєморозуміння і взаємодії між учасниками сімейних відносин.

Як показали результати дослідження, необхідно активно працювати над покращенням взаємодії підлітків та їх батьків в умовах воєнного часу. Розрив у спілкуванні та відмінності у ставленні можуть створити напругу в сім'ї. Для покращення стосунків та запобігання конфліктам важливо зосередитись на підвищенні рівня взаєморозуміння та підтримки між членами родини. Налагодження якісного спілкування, визначення спільних цінностей та взаємопідтримка можуть сприяти покращенню психологічного клімату в родині в умовах воєнного часу.

Для збереження здорових сімейних стосунків у важкий період бойових дій важливі гнучкість, толерантність і взаємопідтримка. Ефективне спілкування, утвердження спільних цінностей і взаємодопомога можуть сприяти покращенню психологічного клімату в родині під час військових подій. Гнучкість, толерантність і взаємопідтримка відіграють важливу роль у збереженні здорових сімейних стосунків у важких умовах воєнного часу.

Таким чином, вирішення конфліктних ситуацій між батьками та підлітками є важливим для забезпечення гармонійних стосунків у родині. Уміння знаходити конструктивні шляхи вирішення конфліктів, сприяти взаєморозумінню, підтримувати відкрите та довірливе спілкування має значний вплив на емоційний

комфорт і благополуччя як батьків, так і підлітків. Для стабільності сімейних стосунків важливо працювати над побудовою позитивного спілкування та взаєморозуміння між усіма членами родини.

У воєнний період стосунки між підлітками та їх батьками можуть зазнати негативних змін. Напруга і стрес в сім'ї можуть стати причиною конфліктів, часто виникають непорозуміння і дистанція. Це може призвести до погіршення спілкування, взаєморозуміння та загального психологічного клімату в родині. Важливо знаходити шляхи вирішення конфліктів, підтримувати відкрите спілкування та допомагати один одному у важкі часи війни.

Для збереження та покращення стосунків у таких умовах важливо зосередити зусилля на взаєморозумінні, підтримці та співпраці між батьками та підлітками, а також на створенні сприятливого психологічного клімату для спільного подолання викликів, що виникають в умовах війни. Під час дослідження нами було розроблено рекомендації, щодо покращення відносин підлітків з батьками в період війни.

Отже за результатами аналізу ми визначили, що умови бойових дій по-різному впливають на стосунки підлітків та батьків. У деяких випадках спостерігається підвищена близькість у стосунках через необхідність підтримувати один одного в стресових ситуаціях. Однак конфлікти і розбіжності також можуть виникати через відмінності в цінностях і поглядах. Загалом встановлено, що воєнні випробування суттєво впливають на стосунки між підлітками та батьками, і це важливо враховувати для подальшого розвитку та підтримки цих стосунків.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Журба, К. 2022р. Війна як чинник впливу на смислово-життєву сферу сучасних підлітків, с. 30-35.
2. Авдєєва Н. В. Нова українська школа: психологічні проблеми. збірник тез наукових доповідей. Всеукраїнська науково-практична інтернет-конференція – Видавництво: Київ, 2022. – С. 15-20.
3. С. Максименко, С. Д. (2022). Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 70 с.
4. О.В. Скрипченко, С. В. Долинська, З. В. Скрипченко, О.В. Долинська, С.В. З.В. (2015). Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник. С. 100-120.
5. Євдокимова Н.О. Зливков В.Л. Лукомська С.О.: Ефективне спілкування у кризових умовах життя: посібник з психології : Навч. посіб. Н.О. Євдокимова, В.Л. Зливков, С.О. Лукомська. – Миколаїв: Вид-во "Навчальна книга", 2016. – 116 с.
6. Зливков В. Діти війни: теоретико-методичні і практичні аспекти психологічної допомоги / В. Зливков, С. Лукомська. - Київ–Ніжин: Видавець ПП Лисенко М. М. 2022. - 96 с. В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан: навч. посіб. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях-219 с.
7. Апишева, А. Ш. (2012). Проблема конфліктних стосунків сучасних підлітків та юнаків з батьками. Вісник Національного технічного університету України, Київський політехнічний інститут. Педагогіка No2, 117-125.
8. Сім'я в умовах війни: Психологічні, психосоціальні та психопатологічні проблеми / за ред. І. І. Іванової. - К.: Видавництво Ім. В. Кашинського, 2022. - 554 с.
9. Заброцький М.М. Вікова психологія [Текст]: Навч. Довідка. - К.: МАУП, 2011. – 92 с.

- 10.Близнюкова, О. М. (2018). Соціально-психологічні особливості процесу розвитку особистості підлітків. Теоретичні та прикладні проблеми психології, No3(1), 26-33. Взято з [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tiprrp_2018_3\(1\)__6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tiprrp_2018_3(1)__6).
- 11.Кошонько Г.А. (2010). Психологічне здоров'я сучасної сім'ї як її життєво важлива функція. Збірник наукових праць, (с. 174-177).
- 12.Лазос Г. П. "Стійкість: огляд сучасних досліджень". Том 3. - Випуск 14. Вінниця: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАН України; ФОП Рогальська І.О. 2018, Вип.14, с. 26-64.
- 13.Павелків В. Р. Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки в підлітковому віці. Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології». - 2015.
- 14.Кульчицька А. В. Федотова, Т.В. (2019). Соціально-психологічні аспекти формування поведінки в підлітковому віці. Психологічні перспективи, с.178-191.
- 15.Чайковська О. М. (2013). Психологічні особливості особистісного конфлікту в підлітковому віці. Проблеми сучасної педагогічної освіти. Педагогіка і психологія. с. 251-257.
16. Яновська Т.А. Психологічні особливості формування особистості дітей підліткового віку // Психологія і особистість. - 2015. - №1. - С. 45-58.
17. Коваленко А. Б. Рогаль, Н. І. (2016). Психологічні умови гармонізації стосунків підлітків з батьками. Український психологічний журнал, No2, 52-62.
- 18.. Хепшнер П. П. Петерсен, І. Х. (2003). Методика визначення рівня компетентності у вирішенні конфліктів в професійній діяльності. Вісник психології, с.55-65.
19. В.В. Агаєв Н.А. Кокун О.М. Пішко І.О. Лозінська Н.С. Остапчук В.В. Ткаченко В.В. Методичний посібник. Видання перше. Київ, Видавництво - 200 с.
- 20.Моїсеєва О.Є. (2015). Підліткова агресія: причини та можливості психологічної корекції. Науковий журнал. с.139-148.
- 21.Кляпець О. Я. Лазоренко Б. П. Лєпіхова Л. А. Савінов В. В. Методики вивчення повсякденного стресу і способів розв'язання кризових життєвих ситуацій / За ред. Т. М. Титаренко. – К. : Міленіум, 2009. – 120 с.

- 22.Вовчик-Блакитна О. О. Індивідуальні особливості емоційного розвитку дитини: стратегії педагогічного супроводу. Практична психологія та соціальна робота. - 2006. - № 4. - С. 1–3.
- 23.Пінчук І. Психосоціальні фактори та їх вплив на психічне здоров'я населення України: нові виклики та шляхи їх вирішення. - Режим доступу: <http://www.idss.org.ua/stil.html> (дата звернення: 12.02.2023).
- 24.Ткаченко О. Л. (2019). Фактори соціально-психологічної адаптації населення до військових конфліктів. Соціальна психологія.с.112-120.
25. Малкіна-Пих І. Г. Психологічна допомога в кризових ситуаціях. М.: Видавництво Ексмо, 2005. - 960 с.
- 26.Моєсева, О. Є. (2015). Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції. Юридична психологія с.139-148.
- 27.Дідик Н. Ф. (2018). Соціально-психологічна підтримка членів родин військовослужбовців. Український психологічний журнал, 1(7),с. 41–56.
28. Іванов В.А. Вплив умов бойових дій на психологічний клімат сім'ї. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія, 2018, № 2, с. 45-56.
- 28.Федоренко Р. П. Психологія сім'ї: Навч. посібник. Луцьк: Волинський університет, 2015. 364 с.
29. Булах В. П. Стрес та його вплив на організм людини: монографія / В. П. Булах. – Київ, 2014. – 150 с. – (Серія "Наука і освіта").
30. Максименко Д. С. Психологічні особливості криз підлітка. Практична психологія. Київ: Центр учбової літератури, 2018. 200 с.
31. Алеєксеєнко Т. Ф. Тенденції розвитку і класифікація батьківсько-дитячих стосунків в умовах сучасної сім'ї. К. : Видавництво УАДУ, 2021. Вип. 1. 192 с.
- 32.Захарова Є. І. Дослідження особливостей емоційного боку дитячо-батьківської взаємодії. Є. І. Захарова. - 2018. - С. 9-17.
33. Каткова Т. А., Зотова А. О. Конфлікти між батьками та дітьми: причини та способи їх подолання // Проблеми сучасної педагогічної освіти. - 2013. - Вип. 40(1). - С. 177-181.

34. Ковбас Б., Костів В. Родинна педагогіка: У 3-х т. Том І. Основи родинних взаємовідносин. Івано-Франківськ: Видавництво ІФНТУНГ, 2002. 288 с.
35. Корнійчук С. В., Олійник О. О. (2022). Роль батьківського ставлення до дітей у формуванні батьківсько-дитячих відносин. Науковий журнал «Гуманітарні студії: педагогіка, психологія, філософія». № 113 (1), с. 117-123.
36. Коваленко Є.І., Кириленко С.В. Енциклопедія батьківства: посібник з сімейного виховання [Текст]. - К.: КНТ, 2008. - 592 с.
37. Олексюк, Н. С. (2007). Особливості функціонування сім'ї військовослужбовця у сучасних умовах. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія №11. Соціологія. Соціальна робота. Соціальна педагогіка. Управління: зб. наукових праць, Випуск 5 (Частина II), 94-99. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова.
38. Корольчук М. С., Осьодло В. І. Психодіагностика : навчально-методичні рекомендації. Львів, 2021. 62 с
39. Слюсар Л. І. Українська сім'я в умовах війни. Демографічні процеси. Київ, 2023. 18 с.
40. Шосте загальнонаціональне опитування: Адаптація українців до умов війни (березень 2022). Соціологічна група «Рейтинг». Взято з https://ratinggroup.ua/research/ukraine/shestoy_obschenaciona

ДОДАТКИ

Додаток А

«Методика Оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів» (П.П. Хепшнер,
І.Х.Петерсен)

Інструкція для учасників опитування. Оцініть будь ласка наведені твердження. Вкажіть будь ласка, як часто вам властиве кожне з нижче описаних переживань: «так», «ні», «іноді», «вірно».

- 1) Я вважаю, що можу вирішити більшість проблем.
- 2) Я маю власну методику вирішення конфліктів.
- 3) У конфліктній ситуації я часто виношу судження, яке в подальшому не виправдовується.
- 4) Якщо я стикаюся з проблемою, то керуюся рішенням, яке найперше спало на думку.

«Багаторівневий опитувальник Адаптивність» А. Г. Маклакова та С. В. Черм'яніна

Інструкція для учасників опитування. Перед вами запропоновано відповісти на ряд питань, що стосуються деяких особливостей вашого самопочуття, поведінки, характеру. Вкажіть будь ласка ваш стан відповідями «так», «ні» , або «іноді».

- 1) Буває, що я серджуся.
- 2) Зараз я, приблизно, так само працездатний, як і завжди.
- 3) Часом мені дуже хотілося покинути свій будинок.
- 4) Часом у мене бувають напади сміху або плачу
- 5) Моя сім'я ставиться з несхваленням до тієї роботи, яку я вибрав
- 6) Бували випадки, що я не стримував своїх обіцянок.
- 7) Раз на тиждень або частіше я без всякої видимої причини раптово відчуваю жар у всьому тілі.
- 8) Більшості людей, які мене знають, я подобаюся.
- 9) Я людина товариська.
- 10) Останні кілька років я відчуваю себе добре

Тест підлітка про батьків За методикою Шефера

Інструкція: Шановні учасники перед вами питання, просимо вас оцінити виходячи із власного досвіду, які із зазначених положень найбільше характерні для ваших батьків.

1. Моя мати дуже часто посміхається мені
2. Моя мати завжди швидко забуває те, що сама говорить або наказує
3. Коли в мене поганий настрій, мати радить мені заспокоїтися або розвеселитись
4. Мій батько постійно скаржиться комусь на мене
5. Моя мати завжди з розумінням вислуховує мої погляди і думки
6. Мій батько (моя мати) змінює свої рішення так, як йому (їй) зручно
7. Моя мати часто хвалить мене за що-небудь
8. Моя мати часто хвалить мене за що-небудь
9. Моя мати завжди легко мене прощає
10. Моя мати хвалить і карає дуже непослідовно: іноді занадто багато, а іноді занадто мало
11. Мій батько Завжди відверто відповість на будь-яке питання, про що б я не запитав

«Методика оцінювання способів реагування в конфліктних ситуаціях»

К.Томас.

Інструкція для учасників опитування. Перед вами поставлені питання способу реагування в конфліктних ситуаціях будь ласка надайте відповідь «так» ,або «ні»

1. Я намагаюся знайти компромісне рішення.
2. Я намагаюся владнати справу з урахуванням інтересів іншого і власних.
3. Я намагаюся зробити все, щоб уникнути напруження.
4. Я вважаю за можливе поступитися одним, щоб досягти іншого.
5. Я насамперед намагаюся чітко з'ясувати те, у чому полягають усі порушені інтереси й питання.
6. Я докладаю всіх зусиль, щоб досягти свого.
7. Я намагаюся переконати іншого в перевазі моєї позиції
8. Як правило, я турбуюся про те, щоб задовольнити бажання кожного з нас.
9. Якщо позиція іншого видається мені важливою, я намагатимуся йти назустріч його бажанням.
10. Я намагаюся довести іншому логіку й переваги моїх поглядів.
11. Зазвичай я уникаю позиції, що може викликати суперечки.
12. Вважаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.

«Анкета взаємини в родині»

Інструкція: просимо вас оцінити взаємини в родині. Запропонована анкета допоможе визначити взаємини в родині, виявити сімейні конфлікти і намітити шляхи їхнього усунення.

1. Ви вважаєте взаємини у вашій родині: дуже гарними, не дуже гарними.
2. Чи вважаєте ви свою родину дружнім сімейним колективом?
3. Як часто ваша родина збирається разом?
4. Чи бувають у вашій родині сварки, конфлікти?
5. Чим обумовлені сварки, конфлікти?
6. Чи бувають діти свідками або учасниками сімейних конфліктів між дорослими?
7. Які способи вирішення моральних конфліктів у вашій родині?

Приклади відповідей:

