ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»
Навчально-науковий інститут психології та соціальних наук

Кафедра психології

ПСИХОЛОГІЯ МІЖПОКОЛІННИХ ВІДНОСИН В СІМ'Ї

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня

МАГІСТР

за спеціальністю 053 Психологія

Заславська Марина Анатоліївна

Кваліфікаційна робота
допущена до захисту
Зав. кафедри
« » 2026 р.

Науковий керівник:
Федосова Л.О,
науковий ступінь, вчене звання

Рецензент:
ПІБ,
науковий ступінь, вчене звання

Київ, 2026

Реєстрація

номер	дата	підпис лаборанта кафедри

Рекомендовано до захисту

підпис наукового керівника	дата	підпис наукового керівника

Результат захисту

оцінка	дата	захисту

Голова ЕК

підпис	ініціали,	прізвище

Члени ЕК

підпис	ініціали,	прізвище
підпис	ініціали,	прізвище
підпис	ініціали,	прізвище
підпис	ініціали,	прізвище

Секретар ЕК

підпис	дата	захисту

ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»
Навчально-науковий інститут психології та соціальних наук

Кафедра психології

спеціальність *Психологія* *«ЗАТВЕРДЖУЮ»*

курс II *(магістратура)* Завідувач кафедри

_____проф. Раєвська Я.М.

___ ____ 2026 р.

ЗАВДАННЯ

на кваліфікаційну роботу магістра

Заславської Марини Анатоліївни

8. Тема роботи: «Психологія міжпоколінних відносин в сім'ї»
9. Затверджена наказом по інституту від « » 2026 р. №
10. Термін подання студентом завершеної роботи « » 2026 р.
11. Цільова установка: вихідні дані: 1) Вовчик-Блакитна О. О. Міжпоколінна взаємодія як ресурс. Актуальні проблеми психології. 2019. Вип. 47. Т. 7. С. 80–91.; 2) Горецька О. В., Сердюк Н. Психологія сім'ї : навчальний посібник для студентів спеціальності «Практична психологія», «Початкова освіта». Бердянськ : Видавець Ткачук О. В., 2015. 216 с.; 3) Гірняк А. Психологія модульно-розвивальної взаємодії: монографія. Тернопіль : ВПЦ «Університетська думка». 2020. 376 с.; 4) Olson D.H. FACES IV & the Circumplex Model. Journal of Marital & Family Therapy. 2011. Vol. 3, 1. C. 64–80.; 5) Furman W. Parent-Child Relationship Questionnaire (PCRQ). Handbook of Family Measurement Techniques. Vol. 3. Thousand Oaks: Sage, 2001. C. 285–289.
12. Перелік графічного матеріалу 5 табл., 15 рис.

13. Консультанти по роботі (із зазначенням розділів):

Розділ	**Консультант (Прізвище, ініціали)**	**Підпис, дата**	
		Завдання видав	**Завдання прийняв**
Розділ 1			
Розділ 2			
Розділ 3			

14. Зміст роботи:

Вступ

Розділ 1. Теоретико-методологічні аспекти вивчення психології міжпоколінних відносин у сім’ї

Розділ 2. Емпіричне дослідження особливостей міжпоколінних взаємин у сім’ї

Розділ 3. Психологічне забезпечення гармонізації міжпоколінних відносин у сім’ї

Висновок

Список використаних джерел

Додатки

Календарний план виконання роботи

№ п/п	Етапи виконання роботи	Термін виконання	
		За планом	Фактичний
1.	Вибір теми і призначення наукового керівника кваліфікаційної роботи магістра.		
2.	Затвердження теми кваліфікаційної роботи магістра.		
3.	Отримання завдання на проведення наукового дослідження та підготовка календарного плану виконання кваліфікаційної роботи магістра, затвердження його керівником.		
4.	Збір та узагальнення матеріалу за темою роботи.		
5.	Підготовка першого (чорнового) варіанту роботи і подання його на перевірку науковому керівнику.		
6.	Доопрацювання тексту роботи з врахуванням зауважень наукового керівника, збагачення роботи додатковими дослідженнями, що проводилися під час переддипломної практики, і подання її на повторне читання.		
7.	Подання кваліфікаційної роботи магістра на реєстрацію на кафедру, рецензування та написання відгуку науковим керівником.		
8.	Підготовка до захисту кваліфікаційної роботи магістра на засіданні Екзаменаційної комісії.		
9.	Захист виконаної кваліфікаційної роботи.		

Дата видачі завдання _____

Науковий керівник Федосова Л.О

Завдання прийняв до виконання

здобувач вищої освіти Заславська М.А

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 71 с. основного тексту, 5 табл., 15 рис., 72 джерела, 2 додатки.

Об'єкт дослідження: міжпоколінні відносини у сім'ї як соціально-психологічний феномен.

Предмет дослідження: психологічні особливості формування, динаміки, гармонізації та факторів конфліктності міжпоколінних відносин у сім'ї.

Мета: комплексно проаналізувати теоретичні засади, соціокультурні та психологічні чинники, механізми і динаміку міжпоколінних відносин у сім'ї, визначити фактори гармонізації і конфліктності та розробити практичні рекомендації щодо забезпечення конструктивної взаємодії між представниками різних поколінь.

Гіпотеза дослідження: якість міжпоколінних відносин у сім'ї залежить від комплексу соціокультурних, індивідуально-психологічних і ситуативних чинників, а впровадження програм гармонізації та цілеспрямованої психологічної підтримки сприяє зниженню рівня конфліктності і підвищенню рівня емоційної близькості між поколіннями.

Методи дослідження:

- теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення сучасних наукових джерел з проблеми сім'ї та міжпоколінних відносин;
- емпіричні: анкетування, комбінований авторський опитувальник на основі Шкали сімейної адаптації і згуртованості Д.Олсона (FACES-3) та Parent-Child Relationship Questionnaire (PCRQ) В. Фурмана; аналіз історій сімей, опрацювання відповідей на відкриті питання;
- математико-статистичні: кореляційний та кластерний аналіз, t-критерій Стьюдента, порівняльний опис вибірки засобами Excel.

МІЖПОКОЛІННІ ВІДНОСИНИ, СІМ'Я, ПСИХОЛОГІЯ СІМ'Ї, ГАРМОНІЗАЦІЯ, КОНФЛІКТ ПОКОЛІНЬ, КОМУНІКАЦІЯ, СІМЕЙНІ ТРАДИЦІЇ, ПСИХОЛОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА

INTERGENERATIONAL RELATIONS, FAMILY, FAMILY PSYCHOLOGY, HARMONIZATION, CONFLICT OF GENERATIONS, COMMUNICATION, FAMILY TRADITIONS, PSYCHOLOGICAL PREVENTION

ЗМІСТ

ВСТУП 8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЇ МІЖПОКОЛІННИХ ВІДНОСИН У СІМ'Ї 12
1.1. Теоретичні підходи до вивчення сім'ї як соціально-психологічного феномену 12
1.2. Поняття та сутність міжпоколінних відносин 19
1.3. Психологічні особливості взаємин представників різних поколінь у сімейному середовищі 23
1.4. Вплив соціокультурних і психологічних чинників на формування міжпоколінних відносин 28
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖПОКОЛІННИХ ВЗАЄМИН У СІМ'Ї 34
2.1. Організація та методи проведення емпіричного дослідження міжпоколінних відносин 34
2.2. Аналіз психологічних характеристик взаємин між різними поколіннями у сучасних сім'ях 37
2.3. Визначення факторів гармонізації і конфліктності міжпоколінних стосунків 58
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГАРМОНІЗАЦІЇ МІЖПОКОЛІННИХ ВІДНОСИН У СІМ'Ї 64
3.1. Програмний підхід до гармонізації міжпоколінних стосунків у сім'ї 64
3.2. Психологічна профілактика і корекція проблем міжпоколінної взаємодії 68
3.3. Практичні рекомендації для членів сім'ї різних поколінь та психологів-консультантів 72
ВИСНОВОК 76
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 79
ДОДАТКИ 86
Додаток А. Анкета для дослідження міжпоколінних відносин у сім'ї 86
Додаток Б. Результати анкетування 89

ВСТУП

Проблематика міжпоколінних відносин у сім'ї набуває особливої актуальності в сучасних соціокультурних та демографічних умовах, коли стрімкі трансформації суспільства, технологічний прогрес, зростання темпів міграції, зміна ролей і функцій членів родини зумовлюють появу нових типів взаємодії між поколіннями. Відносини між представниками різних поколінь у сім'ї виступають не лише механізмом збереження культурної спадковості й передачі досвіду, а й простором формування ідентичності, особистісного розвитку та соціалізації. Саме сім'я забезпечує первинну інтеграцію індивіда в соціум, обумовлює стратегії поведінки в різних життєвих ситуаціях, сприяє закріпленню позитивних зразків ставлення до себе та інших людей.

На сучасному етапі значної актуалізації набувають питання гармонізації міжпоколінних взаємин, адже саме вони є важливим психологічним чинником стабільності та добробуту не лише окремої родини, а й усього суспільства. У той же час сучасні статистичні дані та наукові дослідження вказують на зростання проявів конфліктності, непорозуміння, відчуження між поколіннями, що вимагає пошуку нових підходів до вивчення механізмів, чинників та способів оптимізації міжпоколінних відносин у сім'ї. Виникає суперечність між об'єктивною необхідністю сімейної згуртованості та ускладненням процесу передачі цінностей і життєвого досвіду від старших до молодших у контексті динамічної зміни суспільних орієнтирів.

Актуальність теми дослідження підтверджується результатами сучасних соціологічних опитувань, які засвідчують зростання частки сімей із порушеним емоційним зв'язком між поколіннями, збільшення кількості неповних і багатопоколінних домогосподарств, поширення практик дистанційної комунікації замість безпосереднього живого спілкування. Психологічні дослідження доводять, що гармонійні міжпоколінні відносини є важливою умовою для формування емоційної компетентності, толерантності, адаптивності особистості, а високий рівень конфліктності може спричиняти різноманітні

проблеми в подальшому житті людини, негативно впливати на психологічне здоров'я та соціальну адаптацію.

Незважаючи на наявність певного доробку у вітчизняній і зарубіжній науці щодо вивчення сім'ї як соціального інституту, аспект психології міжпоколінних відносин у сім'ї досі залишається недостатньо дослідженим у прикладному вимірі, що обумовлює необхідність створення нових підходів до діагностики, профілактики, корекції й гармонізації міжпоколінних зв'язків.

Об'єкт дослідження – міжпоколінні відносини у сім'ї як соціально-психологічний феномен.

Предмет дослідження – психологічні особливості та чинники формування, динаміки, гармонізації і проблемних аспектів міжпоколінних відносин у сім'ї.

Мета дослідження – комплексно проаналізувати психологічні засади, чинники, особливості та механізми формування міжпоколінних відносин у сім'ї, визначити специфіку гармонізації та розробити практичні рекомендації щодо забезпечення конструктивної взаємодії між представниками різних поколінь.

Завдання дослідження:

1. Ознайомитися з основними теоретико-методологічними підходами до вивчення сім'ї та з'ясувати понятєво-термінологічну базу щодо феномену міжпоколінних відносин.
2. Визначити психологічні особливості й соціокультурні чинники формування міжпоколінних взаємин у сучасних сім'ях.
3. Провести емпіричне дослідження психологічних характеристик міжпоколінної взаємодії в родинах за допомогою валідованих психодіагностичних методик.
4. Розробити комплекс практичних рекомендацій для психолого-консультативної роботи та програм гармонізації міжпоколінних стосунків у сім'ї.

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що міжпоколінні відносини у сім'ї значною мірою залежать від комплексу соціокультурних, психологічних та

особистісних чинників, а впровадження програм гармонізації та цілеспрямованої психологічної підтримки здатне суттєво знизити рівень конфліктності і підвищити рівень емоційної близькості між представниками різних поколінь.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети використано теоретичні методи: аналіз, синтез, порівняння та узагальнення наукових праць, нормативних та емпіричних матеріалів; емпіричні: опитування, тестування, аналіз історій сімей, моделювання сімейних ситуацій; психодіагностичні методики – опитувальник Д.Олсона «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» (FACES-3) для оцінки адаптивності, згуртованості, функціонування сім'ї та Parent-Child Relationship Questionnaire (PCRQ) у власному перекладі для комплексного дослідження стосунків батьків і дітей; математико-статистичну обробку емпіричних результатів (кореляційний, кластерний аналіз, t-критерій Ст'юдента).

Наукова новизна одержаних результатів полягає у подальшому розвиткові комплексної теорії психології міжпоколінних відносин у сім'ї, уточненні ролі соціокультурних і особистісних чинників у формуванні та гармонізації міжпоколінних зв'язків, а також у розробці програми психолого-педагогічного супроводу та практичних рекомендацій щодо профілактики конфліктності й підтримки емоційної близькості у родині.

Практичне значення результатів полягає у впровадженні діагностичних методик і розроблених психологічних рекомендацій в діяльність психологів-консультантів, педагогів, соціальних працівників, спеціалістів системи освіти та сімейної медицини. Запропоновані програми можуть бути використані для підвищення ефективності психопрофілактики й корекційних заходів, спрямованих на гармонізацію відносин у багатопоколінних сім'ях та профілактику сімейної дезадаптації.

Експериментальна база дослідження охоплює сучасні міські й сільські сім'ї різного вікового, освітнього та соціального статусу. Загальна кількість учасників становить 38 осіб.

Структура роботи відповідає меті й завданням дослідження: складається з трьох основних розділів, висновків, списку використаних джерел (72 позиції), додатків. Робота викладена на 92 сторінках.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЇ МІЖПОКОЛІННИХ ВІДНОСИН У СІМ'Ї

1.1. Теоретичні підходи до вивчення сім'ї як соціально-психологічного феномену

Сім'я – це базова передумова функціонування соціуму, первинний осередок відтворення населення та формування людського капіталу. Як підкреслює О. І. Бондарчук, саме сім'я має особливе значення у відтворенні духовно-культурних і соціальних засад суспільства [7, с. 6].

Сім'я відіграє особливу роль у всій історії розвитку людського суспільства. Згідно з позицією Л. В. Коваленко, це не лише форма організації спільного життя людей, а й носій «соціальної наступності», що забезпечує спадкоємність соціального досвіду [29, с. 94]. Як зазначає О. О. Вовчик-Блакитна, саме сім'я виступає найважливішим соціальним інститутом, у якому відбувається первинна соціалізація особистості [11, с. 84]. На думку О. В. Горецької, сім'я – це складний соціальний феномен, що поєднує традиційні та сучасні риси [18, с. 29]. Крім того, О. І. Бондарчук розглядає сім'ю як найдавніше природне співтовариство людей, пов'язаних кревною спорідненістю [7, с. 8].

Відповідно до підходу М. П. Лукашевича, сім'я є малою контактною групою зі своїми особливостями організації, взаємодії та норм поведінки [37, с. 93]. Як пише О. В. Горецька, в сім'ї важливе значення мають не лише правові й економічні аспекти, а й моральна відповідальність та емоційна підтримка [18, с. 24].

До специфічних ознак сім'ї, що їх виділяє О. О. Вовчик-Блакитна, належать:

– чітко окреслені нормативні установки сімейних відносин;

– регламентація входження та виходу з сім'ї;

– гетерогенність складу за віком та статтю;

– поліфункціональність та ролеве багатство [19, с. 84].

За Л. І. Слюсар, значним є вплив чинників історичної спадковості: на взаємостосунки членів сім'ї накладаються моделі поведінки, засвоєні у батьківській родині [55, с. 29]. Особливо жорстким є характер сімейних норм і конфіденційність, які визначають структуру й обмежують можливості для зміни членства в сім'ї [11, с. 85].

Як зазначає Л. Гуменюк, представники конфліктологічної парадигми звертають увагу на суперечливий характер сімейних відносин, рольові та міжособистісні конфлікти унаслідок різнорідності інтересів, статусу або цінностей [19, с. 49]. Водночас, за С. Д. Максименком, складність і багатогранність сім'ї обумовлює потребу синтезу різних підходів до її вивчення [42, с. 97].

Сучасна сім'я має високу персональну значущість: для більшості людей вона є незамінним життєвим осередком, особливою захисною нішею, що забезпечує підтримку та психологічну безпеку [64, с. 291].

Вирізняють такі функції сім'ї (див. рис. 1.1):

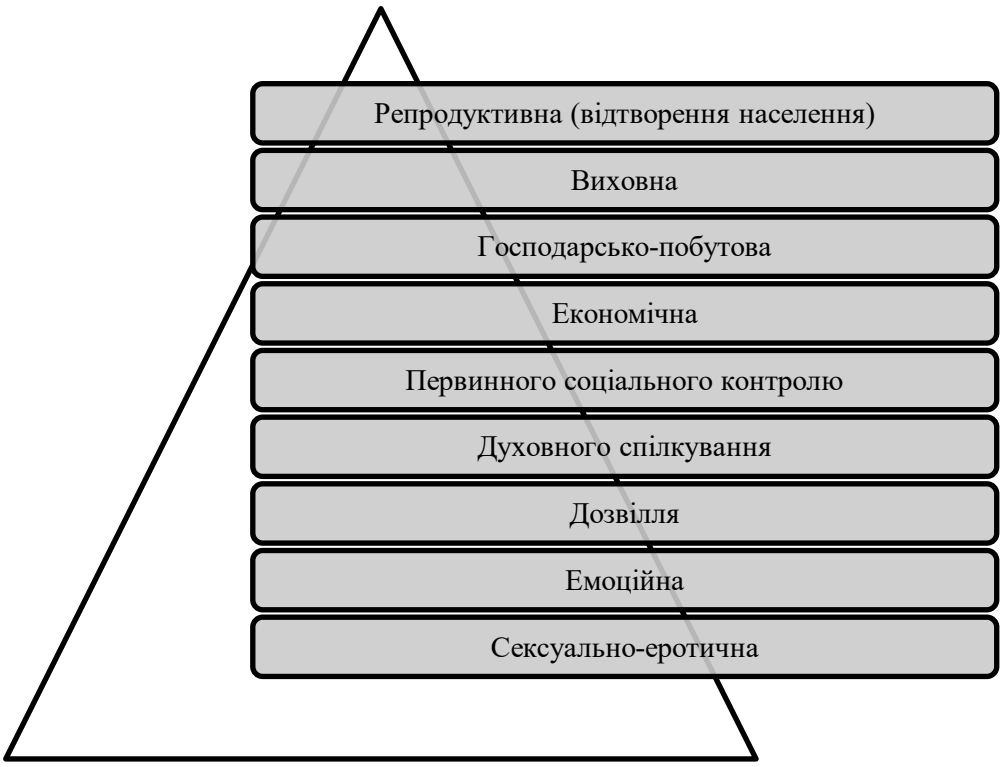


Рисунок 1.1. Функції сім'ї

Сексуально-еротична функція не обмежується біологічним продукуванням, а має соціальний характер, оскільки передбачає не лише народження дитини, а й відтворення людини, яка б відповідала сучасному рівню розвитку суспільства. З репродуктивною функцією тісно пов'язана виховна функція сім'ї, яка, на думку О. І. Бондарчук, забезпечує спадковість у розвитку культури, участь у збереженні та передачі молодому поколінню духовних цінностей та трудових навичок [7, с. 21]. Економічна та побутова функції дозволяють підтримувати фізичне здоров'я членів суспільства, економічно утримувати неповнолітніх та непрацездатних, доглядати дітей, надавати та отримувати господарсько-побутові послуги [18, с. 43].

Духовно-емоційна функція, за визначенням Л. В. Коваленко, забезпечує розвиток особистісних якостей членів сім'ї, сприяє їхньому духовному взаємозбагаченню, здійснює емоційну стабілізацію індивідів та їхню психологічну терапію, психологічний захист, надає емоційну підтримку [29, с. 127]. Функція дозвілля пов'язана з організацією раціонального проведення часу, задоволенням потреб у спільному проведенні вільного часу, взаємозбагаченні інтересів [11, с. 84].

Розглянуті функції сучасної сім'ї є узагальненими, тому не вичерпують переліку її функцій. На сучасному етапі розвитку сім'ї не всі функції виконуються в повному обсязі, тому використовується поняття «дефункціоналізація сім'ї» [7, с. 49]. Проте сім'я має здатність до відновлення та самопожертви [64, с. 219].

Сьогодні існує чимало критеріїв визначення різних типів сім'ї. Історія знає різні види сім'ї, які визначаються за характером шлюбу: моногамні та полігамні. Моногамна складається з двох суб'єктів подружжя, полігамна має два різновиди: полігінія і поліандрія. Історично першим видом була полігамна сім'я, і з розвитком суспільства їй на зміну приходить моногамна [18, с. 54].

З точки зору сфери вибору подружжя сім'ї поділяють на ендогамні (взяті в межах власної спільноти) та екзогамні (між представниками різних груп) [41, с. 132]. Це призводить до виникнення двох видів сім'ї: соціально-гомогенної

(однорідної) та соціально-гетерогенної (різнорідної). За даними сучасних соціологів, гомогенні сім'ї складають близько 70% від загальної кількості. У таких сім'ях чоловік, жінка та їхні батьки належать до тих самих соціальних груп. Гомогенна сім'я, зазвичай, більш стійка, гармонійна, елітарна, їх до 36% [9, с. 36]. Належність до різних культурних, соціальних груп, різна освіченість, професії порушують гармонію, стійкість, тому тут переважають авторитарні відносини. Однак ці особливості не слід абсолютизувати, тому що іноді існуючі відмінності стимулюють велику активність самоосвіти, самовиховання [26, с. 94].

Розрізняють сімейство зі сприятливим та несприятливим психологічним кліматом. Сім'ї зі сприятливим психологічним кліматом характеризуються згуртованістю, доброзичливістю та водночас високою вимогливістю подружжя один до одного, відповідальністю, почуттям захищеності та емоційної задоволеності [57, с. 48]. Важливий показник сприятливого сімейного психологічного клімату – це прагнення спільного вирішення сімейних проблем, проведення дозвілля за одночасної відкритості сім'ї, її широких соціальних контактах [35, с. 131].

Шлюб є одним із важливих соціальних інститутів, що регулюють життєдіяльність людської спільноти. Поряд з психологами, його вивчали та обґрунтовували своє визначення й соціологи, культурологи, зокрема Л. Орбан-Лембрик, О. Г. Коваленко, Н. О. Довгань, О. І. Бондарчук, Л. В. Коваленко, С. Д. Максименко та інші [23, с. 305]. Сучасні українські підручники найчастіше визначають шлюб як юридично визнаний суспільний договір між двома людьми, традиційно заснований на сексуальних відносинах, що передбачає сталість такого союзу [45, с. 231].

Сім'я є базовою передумовою функціонування соціуму у його сучасному розумінні, первинним та основним центром суспільства. Більшість дослідників, пропонуючи різні схеми субординації та класифікації інститутів, віддають сім'ї одне з провідних місць [18, с. 17]. Так, О. В. Горецька відносить сім'ю до базових інститутів поряд із власністю та владою [18, с. 19]. Дехто із сучасних

дослідників, серед яких і Л. І. Слюсар, стверджує, що сім'я є ключовим соціальним інститутом поряд з освітою, економікою та релігією [55, с. 28]. Орбан-Лембрик підкреслює, що сім'я є елементом суспільства, який формує фундамент його соціальної структури [45, с. 204].

Існує багато визначень сім'ї. Наприклад, згідно сучасної соціології, сім'я – це соціально визнана група, об'єднана кров'ю, шлюбом чи усиновленням, яка формує емоційний зв'язок та служить економічною одиницею суспільства [2, с. 97]. Найвдалішими (і широко визнаними) є визначення, розроблені сучасними українськими вченими, зокрема О. І. Бондарчуком. За її визначенням, сім'я є конкретною історичною системою взаємин між подружжям, між батьками та дітьми, пов'язаними шлюбними та родинними стосунками, спільністю побуту та взаємною моральною відповідальністю; її соціальна необхідність обумовлена потребою суспільства у фізичному та духовному відтворенні населення [7, с. 30].

Згідно з Л. В. Коваленко, сім'я – це засноване на шлюбі та кровній спорідненості об'єднання людей, пов'язаних спільним побутом та взаємною відповідальністю [29, с. 180]. На думку Л. Орбан-Лембрик, сім'я – це заснована на спільній загальносімейній діяльності спільнота людей, пов'язаних узами подружніми, батьківськими чи спорідненими відносинами, яка завдяки цьому здійснює відтворення населення та спадкоємність сімейних поколінь, а також соціалізацію дітей та підтримку існування членів сім'ї [45, с. 99]. Дослідниця О. І. Бондарчук розглядає як найважливішу ознаку сім'ї спільність побуту, а Л. Орбан-Лембрик підкреслює роль загальносімейної діяльності як системотворчої властивості [45, с. 41]. Усі ці визначення, попри різницю акцентів, поєднує ідея синтезу шлюбних, батьківських та споріднених відносин у межах єдиної сімейної спільноти [5, с. 53].

Батьківство – це історично обумовлена соціальна форма відносин, що соціально санкціонує та впорядковує фізичний процес продовження роду людської спільноти [63, с. 8]. Інститут спорідненості визначає форми взаємин між іншими кровними родичами, тобто братами та сестрами, прабатьками та онуками [64, с. 298]. Кожен із цих інститутів має відносну автономію, регулює

правила, норми поведінки у певній сфері, однак саме їх поєднання забезпечує виконання всього комплексу функцій сім'ї, робить її базовим осередком суспільства [5, с. 15]. Взаємозалежність батьків та дітей, шлюбних партнерів, родичів, формальні та неформальні механізми та правила їх взаємодії обумовлюють фундаментальну якість сім'ї – виконання ролі посередника між суспільством та особистістю щодо біологічного та соціально-культурного відтворення населення [17, с. 122].

Основою сім'ї є шлюб, і це визнають більшість вітчизняних та зарубіжних дослідників [14, с. 310]. Можна стверджувати, що шлюб є "ядром" інституційної архітектоніки сім'ї [28, с. 209]. Шлюб (або шлюбний союз) – постійний зв'язок між чоловіком і дружиною, як правило, заснований на особистих почуттях та сексуальних стосунках, який має на меті створення сім'ї [35, с. 115]. Якщо інститути суспільства – це «правила гри» соціальної системи, які забезпечують взаємовідносини між людьми, формують мотивацію їхньої взаємодії, то інститут шлюбу впорядковує відносини між чоловіком і жінкою, визначає їхні права, обов'язки, норми та правила взаємовідносин [25, с. 44].

Інститут шлюбу поєднує формальні та неформальні норми й правила подружніх відносин, і, за визначенням С. Д. Максименка, гарантом дотримання формальних норм у цій сфері на різних етапах історії були громада, церква, держава [26, с. 81]. У сучасний період ці правила закріплені у Сімейному кодексі, який у більшості країн Європи існує або як окрема частина законодавства, або як статті Цивільного кодексу [10, с. 49].

З розвитком людства інститут сім'ї поступово змінюється, ускладнюється: трансформуються структури її внутрішньої архітектоніки, інститути шлюбу, батьківства та спорідненості, а також їхні зв'язки. Відповідно змінюються функції сім'ї, її місце у суспільстві, форми взаємодії з іншими соціальними інститутами [28, с. 304].

У доіндустріальному суспільстві інститут сім'ї займав центральне місце, згідно з працею Н. О. Довгань, сім'я була не лише головним демографічним осередком, а і економічним, адже тут концентрувалась основна виробнича сила,

засоби виробництва та предмети споживання [14, с. 128]. Фактично весь життєвий шлях індивіда – навчання, праця, відпочинок – відбувався у сім'ї. Жорсткі умови існування у цей період вимагали об'єднання зусиль, чіткої ієрархії, авторитарного типу відносин, тому патріархальна сім'я була монолітною структурою [32, с. 34]. Зазвичай це була велика родина, де проживали разом декілька поколінь, що забезпечувало не лише догляд за малими й старими, а й матеріальний добробут [7, с. 89].

Отже, на цьому етапі розвитку суспільства інститут сім'ї мав чітку архітектоніку; шлюб, батьківство та спорідненість були тісно переплетені [5, с. 49]. Як зазначає М. П. Лукашевич, шлюб вважався обов'язковою умовою батьківства, а багатодітність – запорукою збереження зв'язків між поколіннями [22, с. 38].

Серед українських науковців, зокрема О. О. Вовчик-Блакитна, існує думка, що сім'я повинна поєднувати у своїй структурі всі три інститути – шлюбу, батьківства та спорідненості [7, с. 90]. Так, вчені вказують: якщо шлюбна пара має одну дитину, то така спільнота є сімейною групою, а не повноцінною сім'єю, оскільки відсутні стосунки «брати-сестри» [5, с. 60]. Витоки цих ідей містяться у європейських соціологічних теоріях сім'ї XIX-XX століть, але українська наука осмислює їх через сучасні соціокультурні реалії.

Не дивлячись на еволюцію, у ході історичного розвитку внутрішня структура сім'ї помітно змінилася. Її складові – шлюб, батьківство, спорідненість – суттєво трансформувалися, а система зв'язків ускладнилася, що зумовлено індустріалізацією й глобалізацією [14, с. 145]. З розвитком суспільства та підвищенням продуктивності праці з'являється відокремлення матеріального виробництва від сім'ї, поступово змінюється роль сім'ї як економічної осередку [3, с. 47].

Інституційна структура суспільства поступово ускладнюється, функції сім'ї переходять, частково або повністю, до спеціалізованих інститутів: функції виховання нових поколінь – до системи освіти, а соціального захисту старих і

немічних – до пенсійної системи [28, с. 352]. Відповідно змінюється мотивація сімейних зв'язків, скорочується бажання мати багато дітей.

Отже, сім'я виступає універсальною та динамічною системою, в межах якої формуються і розвиваються основні соціальні, економічні, культурні та моральні засади суспільства. Її багатофункціональність і здатність до адаптації дозволяють успішно відповідати викликам різних історичних епох і соціальних трансформацій. Саме завдяки цим властивостям сім'я зберігає і відтворює суспільні цінності, забезпечує соціальну стабільність і виступає фундаментом особистісного та колективного розвитку.

1.2. Поняття та сутність міжпоколінних відносин

Проблематика міжпоколінних відносин залишається однією з ключових у сучасній психології, соціології, демографії та педагогіці. Роль цих відносин набуває особливого значення в умовах динамічного суспільного розвитку, зміни ціннісних орієнтацій і способу життя різних вікових груп. За спостереженням О. О. Вовчик-Блакитної, міжпоколінна взаємодія – це складна система прямих і опосередкованих зв'язків, які виникають між представниками різних вікових груп у контексті сім'ї та ширшого соціуму [7, с. 83]. У контексті вивчення сім'ї ця проблема поєднує як питання передачі досвіду, духовних цінностей, культурних традицій, так і питання ризиків та конфліктів між поколіннями.

Сутність міжпоколінних відносин полягає у різноманітті зв'язків, які встановлюються між молодшими й старшими поколіннями, зазвичай у межах родини, але також у ширших формах соціальної взаємодії [11, с. 266]. За визначенням Н. О. Довгань, міжпоколінні відносини – це специфічний тип соціальної взаємодії, який визначається віковою структурою суспільства, соціальними нормами, очікуваннями, ціннісними орієнтирами поколінь, а також інститутами, які підтримують або регулюють такі відносини [14, с. 312]. В українській психології міжпоколінні відносини розглядаються не лише як біологічна чи родинна спадковість, а передусім як механізм передачі досвіду,

життєвих сценаріїв і моделей поведінки, які формують і підтримують єдність та тяглість сім'ї [7, с. 87].

Як справедливо зазначає М. В. Макарова, особливу актуальність міжпоколінна взаємодія набуває в умовах соціально-культурних змін, коли співіснують та взаємодіють різні ціннісні моделі, що належать формально одній родині, але відображають досвід різних історичних епох [21, с. 206; 34, с. 58].

За Л. І. Слюсар, міжпоколінні відносини є ключовим чинником забезпечення спадкоємності культурних традицій, особистого розвитку, формування соціальних норм і стереотипів, узагальнених правил поведінки, які єднають минуле, сучасне й майбутнє [37, с. 31]. Саме завдяки ефективній міжпоколінній взаємодії вдається підтримувати не лише цілісність родинної системи, а й виробляти і закріплювати позитивні соціальні та психологічні ресурси особистості [8, с. 36].

У контексті теорії поколінь міжпоколінні відносини виступають центральним елементом інтеграції різноманітних соціальних функцій сім'ї: виховної, емоційно-підтримувальної, ідентифікаційної, регулятивної [25, с. 176]. Їхня своєрідність полягає у специфічних формах передачі знань, навичок, цінностей, а також способів поведінки, що формуються у сімейному вихованні та передаються від старших до молодших у вигляді традицій, ритуалів, звичаїв, неформальних норм [2, с. 174].

До специфіки міжпоколінних відносин належать такі риси, як циклічність (безперервна зміна поколінь у сімейному та суспільному житті), спадкоємність соціальних статусів і ролей, гнучкість щодо адаптації нового досвіду та інновацій, конфліктність, що зумовлена відмінностями у цінностях і життєвому досвіді представників різних вікових груп [7, с. 85; 36, с. 28].

Як зазначає О. О. Вовчик-Блакитна, відносини між поколіннями у сім'ї генерують як ресурси (соціальна підтримка, спадкоємність досвіду, відчуття безпеки), так і потенційні зони напруги (ненаскрізна комунікація, нерозуміння цінностей, конфлікти цілей) [7, с. 90]. У сучасній літературі дедалі більше уваги приділяється поняттю «поколіннєва солідарність» – це багаторівневий феномен,

який виявляється у формі емоційної, поведінкової й фінансової підтримки між членами родини різних генерацій [37, с. 32].

Дослідники, серед яких С. Д. Максименко, Л. Орбан-Лембрик, Л. І. Слюсар, стверджують, що міжпоколінні відносини – це складний баланс взаємного впливу, співпраці, конкуренції й конфліктів, і цей баланс динамічно змінюється під тиском соціально-економічних, політичних і технологічних процесів [25, с. 189; 28, с. 157]. Важливо відзначити, що саме в сім'ї усталеність чи напруженість взаємодії поколінь найбільш яскраво впливає на психологічний клімат, мікросоціальну атмосферу, формування особистої ідентичності молодшого покоління [10, с. 109].

Як зауважує І. М. Кучманич, розрізняють кілька базових типів (форм) міжпоколінних відносин: авторитарні (патерналістські), партнерські й відчужено-конфліктні. Перші характерні для традиційних, багатопоколінних сімей, другі – для сучасних урбаністичних, а третій варіант частіше спостерігається в сім'ях, де розрив між цінностями дуже високий [18, с. 63]. Авторитет батьків і старшого покоління трансформується під впливом освітніх та інформаційних змін, поширення мас-медіа, зростання ролі «цифрових дітей» у сім'ї [24, с. 77].

О. В. Горецька виділяє такі ключові форми міжпоколінної взаємодії, як наставництво, соціальне моделювання, ритуалізована передача знань і досвіду, а також горизонтальна взаємодія, коли молодше покоління є носієм оновлення та трансформації сімейної структури [10, с. 76]. Зауважується також взаємний процес навчання, де старше покоління переймає від молодших навички використання сучасних засобів комунікації [24, с. 99].

Л. Орбан-Лембрик підкреслює, що рівень співпраці, довіри та підтримки між поколіннями залежить і від соціально-економічного становища сім'ї, ступеня стабільності суспільства, а також державної політики щодо підтримки сімей з дітьми, осіб похилого віку [28, с. 270]. Т. В. Кондратюк наголошує на тому, що криза в суспільстві часто загострює міжпоколінні конфлікти,

послаблює зв’язки й стимулює розвиток індивідуалізму серед молодого покоління [15, с. 53].

Міжпоколінна взаємодія виконує стратегічну функцію у процесі соціалізації особистості [33, с. 111]. За О. О. Вовчик-Блакитною, саме через такі процеси закладається базова довіра до світу, формується емоційна сталість, виокремлюється тип ідентичності. У психологічному аспекті це канал для передачі сімейної пам’яті, записів про досвід, травми та досягнення [7, с. 95]. Відсутність або недостатній рівень міжпоколінної взаємодії може формувати у молодих людей кризу ідентичності, відчуженість, зниження ступеня соціальної зрілості [39, с. 213].

Сімейне виховання, підтримане ефективним діалогом між поколіннями, розглядається сучасними дослідниками як головний чинник психологічного благополуччя, розвитку емпатії, толерантності, цінностей продуктивного співжиття [41, с. 179]. Конструктивна міжпоколінна співпраця виявляється у наставництві, передачі ритуалів сім’ї, у традиціях святкування, спільній роботі і побуті, що підтримує тяглість культурних та моральних орієнтирів [7, с. 104].

Однак, сучасні дослідження, такі як праці М. В. Макарової, О. О. Вовчик-Блакитної, Л. І. Слюсар, відзначають появу нової проблематики: «розірваність» поколінь, перетікання сімейної комунікації у віртуальний простір, девальвація авторитету старших, що може зумовлювати розбалансування ідентифікаційних процесів молоді [7, с. 89; 21, с. 211; 37, с. 32]. Саме тому сьогодні конче важливо вибудовувати нові стратегії міжпоколінної взаємодії на засадах рівноправного діалогу, взаємоповаги, безоціночного прийняття відмінностей між поколіннями [33, с. 18].

Своєрідним маркером змін у структурі міжпоколінних відносин виступають конфлікти поколінь [36, с. 28]. Їх суть, як справедливо вказує Т. Ф. Алєксєєнко, полягає у протиставленні цінностей, світогляду, стилю поведінки батьків і дітей, бажанні останніх здобути автономію, а перших – утримати контроль і свою модель світу [1, с. 72]. У літературі проблема

конфлікту розглядається також як конфлікт традиції й інновації, авторитету й свободи, стабільності й креативності [4, с. 166; 41, с. 180].

Вирішення таких конфліктів, наголошує С. Д. Максименко, можливе лише шляхом відкритої комунікації, підвищення педагогічної та комунікативної компетентності обох сторін, підтримки практик спільної діяльності, які дозволяють побачити ресурси й цінності один одного [25, с. 199]. Досвід багатьох сімей, за результатами досліджень О. О. Вовчик-Блакитної, свідчить: саме діалог, довіра, відкритість до змін – шлях до збереження єдності родини та конструктивного оновлення соціуму [7, с. 118].

Отже, міжпоколінні відносини – це складноорганізований, багатовимірний феномен, що забезпечує єдність та історичну наступність родини, підтримку і розвиток кожного її члена, а також цілісність суспільних структур. Від їх якості й ефективності залежить стійкість сімейної системи, соціалізація особистості та збереження національних і загальнолюдських цінностей.

1.3. Психологічні особливості взаємин представників різних поколінь у сімейному середовищі

Психологічні особливості взаємин представників різних поколінь у сімейному середовищі становлять одне з найглибших і водночас найскладніших полів для вивчення сучасної науки. Сім’я як мікросоціальна структура виступає унікальним простором, де здійснюються не лише біологічні чи економічні функції, а й безперервний процес передачі цінностей, норм, моделей поведінки, що визначають особистість кожного її члена. Найважливішим аспектом цього процесу є міжпоколінні психоемоційні зв’язки, специфіка яких обумовлюється низкою чинників: від історико-культурного контексту до індивідуальних психологічних особливостей кожної людини [7, с. 83].

Взаємини між дітьми, батьками, бабусями й дідусями – це не лише система ролей і статусів, але й сукупність емоційно насичених взаємодій, що формують атмосферу сімейного середовища. Саме в цій системі виникають перші уявлення

про довіру, підтримку, безпеку, відповідальність. Ці базові відчуття визначають психологічний клімат як окремої родини, так і ширших соціальних груп, до яких вона належить [10, с. 92]. Як ми зазначали в пункті 1.2, багатопоколінна структура сім'ї забезпечує не лише спадкоємність традицій, а й конкуренцію цінностей, світоглядних орієнтацій, стилів спілкування. Саме ця конкуренція та її конструктивне або деструктивне розв'язання й задають тон психоемоційному фону сім'ї.

З точки зору психологічної науки, найбільш значущими механізмами міжпоколінних взаємин у сім'ї є соціалізація, ідентифікація, розвиток довіри та формування відчуття належності. Соціалізаційний вплив старших полягає не лише у відкритому навчанні, наставництві чи дисциплінуванні, а й у неусвідомленому наслідуванні: діти переймають манери, погляди, емоційні реакції дорослих, копіюють стиль вирішення конфліктів, ставлення до праці, відпочинку чи інших сімейних ритуалів [8, с. 39]. Психологічний клімат у родині залежить від того, наскільки старше покоління демонструє послідовність, доброзичливість, відкритість до діалогу. Коли емоційна атмосфера насичена підтримкою та прийняттям, молоді члени сім'ї з більшою ймовірністю розвивають здорову самооцінку, гармонійно інтегрують здобутий досвід і транслюють його далі [41, с. 180].

Але, поряд із позитивним потенціалом, міжпоколінні взаємини несуть у собі й значний ризик виникнення психологічних напружень. Вчені підкреслюють, що конфлікти між поколіннями неминучі й часто пов'язані з різницею життєвих стратегій, обставин формування особистості, економічних та політичних подій, що випали на долю різних вікових груп. Саме тому батьки й діти, навіть у межах люблячої родини, нерідко відчувають взаємне нерозуміння щодо вибору професії, стилю життя, світоглядних і політичних питань чи навіть буденних речей [1, с. 73].

Дослідники акцентують увагу на принциповій відмінності ціннісних орієнтацій – особливо в умовах швидкої зміни соціальних реалій і технологій. Як ми зазначали в пункті 1.2, старше покоління тяжіє до стабільності, дотримання

заведених традицій, збереження моральних норм як гарантії впорядкованості світу. Молодше ж прагне новизни, індивідуальної свободи, особистісної реалізації, гнучкого оновлення життєвих сценаріїв [24, с. 189]. Саме на зіткненні цих прагнень виникає так званий «конфлікт поколінь», який часто виявляється несвідомо, у формі взаємних претензій, дратівливості, очікувань та вимог.

Водночас психологія взаємин у сім'ї вибудовується не лише на суперечностях. Багато вчених підкреслюють, що потенціал багатопоколінної родини – у багатстві поглядів, у можливості обговорювати різноманітні життєві ситуації з представниками різних генерацій, у трансляції досвіду виживання, протидії труднощам, розвитку стресостійкості та оптимістичних моделей поведінки [35, с. 44]. У ситуаціях, коли сім'я орієнтована на діалог, взаємну повагу, розуміння – різні покоління діють як єдина команда, використовуючи особливі сильні сторони кожного віку для спільної мети чи подолання викликів [7, с. 99].

Одним із важливих чинників, що впливає на якість і характер міжпоколінних взаємин, є стиль емоційної взаємодії та спосіб комунікації. Як ми зазначали в пункті 1.2, сім'ї, в яких панує авторитаризм, переважно демонструють жорстку ієрархію: молоді мусять підпорядковуватися правилам і вказівкам старших, позбавлені можливості для самовираження. Наслідком такої моделі найчастіше стає прихована або відкрита опозиція молодших, емоційне відчуження, ризик відтворення авторитарності у власних сім'ях нових поколінь [10, с. 117]. У демократичних системах відносин більше місця приділяється діалогу: при розв'язанні конфліктних ситуацій враховується позиція кожного члена родини, підтримується безпека висловлювань, стимулюється спільний пошук рішень.

Цікаво, що в сучасних умовах спостерігається зростання цінності партнерських і товариських відносин між поколіннями усередині родини. Батьки все частіше стають не лише фігурами влади чи контролю, а й співрозмовниками, помічниками й друзями для своїх дітей і, навіть, для своїх батьків. Це дозволяє компенсувати брак традиційних ролевих моделей у сучасній урбанізованій і

мобільній сім'ї. Зауважується, що особистість дитини в таких умовах розвиває вищий рівень емоційної компетентності та креативності [41, с. 181].

Психологічні дослідження показують: у кризових чи стресових ситуаціях саме міжпоколінна підтримка допомагає зберігати цілісність родини. Крім опори на практичні життєві навички, глибоке значення набуває емоційна підтримка, розуміння, співчуття між старшими й молодшими членами [7, с. 104]. В такому форматі сім'я стає «острівцем стабільності» для кожного та усієї родини, забезпечує ресурс для самозбереження та подолання психологічних ускладнень чи втрат.

Ще однією особливістю психології міжпоколінних взаємин є асиметрія впливу: традиційно переважає нав'язування досвіду старшими, але в сучасних умовах усе частіше відзначаються і зворотні потоки, коли діти навчають батьків чи дідусів нових навичок, допомагають опановувати цифрові технології, способи сучасної комунікації, новітні підходи до вирішення побутових чи соціальних питань. Це створює принципово новий баланс у родині, де ієрархія ролей доповнюється елементами рівності та навіть своєрідного перерозподілу авторитету [24, с. 209]. Такі взаємини стимулюють як старших, так і молодших бути відкритими до змін, більш пластичними у самоідентифікації, менш категоричними у судженнях.

Варто зазначити, що рольових очікувань стає дедалі більше. Якщо раніше старші були в основному носіями досвіду, гарантією стабільності, регуляторами культури, сьогодні дедалі більше сімей очікують від бабусь і дідусів також активної участі у догляді за дітьми, домашньому господарстві, а від дітей чи підлітків – самостійності, зрілості, відповідальності за власний розвиток та навіть допомоги родині у сфері цифрових компетенцій чи побуту. Зміна ролевих сценаріїв призводить до підвищення психологічного напруження, але й відкриває нові можливості для самоактуалізації кожного [17, с. 207].

Значний вплив на динаміку міжпоколінних відносин має гендерний фактор. Досвід багатьох країн засвідчує, що взаємини між жінками різних поколінь (наприклад, матері-дочки, бабусі-онуки) часто наповнені особливим

емоційним змістом, часто є джерелом найбільшої підтримки, але разом з тим – зон ризику переживання прихованої конкуренції, страху втратити авторитет чи бути не почутою. Як ми зазначали в пункті 1.2, чоловічі взаємини всередині поколінь формуються за іншими законами, часто ґрунтуються на ієрархії, співробітництві та взаємній повазі у вирішенні практичних питань.

Ключовим психологічним завданням сім'ї залишається формування готовності до прийняття відмінностей, різноманіття життєвих історій і сценаріїв, розвитку толерантності, емпатії, здатності до переговорів і компромісів. Саме у родинному колі закладається основа для майбутньої успішної соціалізації дитини, її життєстійкості і відкритості до міжособистісних стосунків у позасімейному середовищі [33, с. 175].

Розглядаючи перспективу розвитку сім'ї, більшість фахівців підкреслюють необхідність збереження й розвитку механізмів діалогу, спільної діяльності, відповідальності за добробут одне одного. Як ми зазначали в пункті 1.2, збереження традицій як форми передачі колективної пам'яті, моральних і культурних цінностей, – лише одна зі складових рівноваги між стабільністю і зміною. Інша, не менш важлива, – це відкритість до нових соціальних, економічних, технологічних та культурних умов.

Отже, психологічна своєрідність міжпоколінних взаємин у сім'ї полягає в динамічному поєднанні традицій та інновацій, прийнятті відмінностей і вмінні домовлятися, балансі стабільності та змін, конкуренції цінностей і пошуку порозуміння. Гармонійні відносини можливі за умов відкритого, емоційно довірливого діалогу, взаємної емоційної підтримки та прийняття, розвитку здатності до компромісу й взаємного збагачення досвідом. Саме психологічна культура сім'ї є визначальною у питаннях благополуччя не тільки окремої родини, але й усього суспільства, бо впливає на соціальну згуртованість, загальну інтеграцію та готовність до життя у світі, що постійно змінюється.

1.4. Вплив соціокультурних і психологічних чинників на формування міжпоколінних відносин

Формування міжпоколінних відносин у сімейному середовищі є складним, багатовимірним процесом, на який впливають як соціокультурні, так і психологічні чинники. Взаємодія цих чинників проявляється у різних формах: від глибоко вкорінених традицій, релігійних настанов та історичних моделей поведінки – до індивідуальних властивостей особистості, рівня емоційної зрілості та готовності до комунікації. Такий взаємозв'язок складових створює унікальний соціально-психологічний простір, у якому розгортаються не лише сценарії співпраці й підтримки, а й потенційні конфлікти, конкуренція цінностей, різні стратегії вирішення життєвих ситуацій [8, с. 88].

Ядром механізму впливу соціокультурних чинників є той факт, що кожне нове покоління, вступаючи у світ, опиняється у полі напрацьованих суспільством норм, звичаїв, ідейних схем, що визнаються ціннісною основою соціуму. У сім'ї це особливо яскраво проявляється у ритуалах спілкування, традиціях виховання дітей, розподілі ролей і обов'язків, святкуванні важливих подій. Саме ці риси, як ми вже зазначали в пункті 1.2, створюють психологічну основу для формування почуття приналежності та безпеки, а водночас і закладають межі міжособистісних відносин у родині [10, с. 99].

На різних етапах історичного розвитку української сім'ї домінували різні соціокультурні схеми. На початку XX століття сім'я була переважно багатопоколінною, що дозволяло забезпечувати економічну автономію та підтримку в умовах аграрного ладу. У такій структурі переважали патерналістські й колективістські цінності – старші виконували роль основних авторитетів, їхнє слово було вирішальним у ключових питаннях життя родини. Історичне підґрунтя цих моделей базувалося не лише на економічних потребах (ощадливість, розподіл фізичної праці), а й на символічному значенні старших як носіїв життєвої мудрості, охоронців звичаїв і моралі [14, с. 318].

З переходом до індустріального та постіндустріального суспільства сім’я трансформується: відбувається урбанізація, скорочення кількості дітей у сім’ї, дедалі більше ціниться особистісна автономія, ідея партнерства між поколіннями. Зміни соціального устрою породжують трансформацію і в моделі міжпоколінних відносин: виховання стає більш індивідуалізованим, ролі менш жорстко розподіленими, формується новий баланс між тиском суспільної традиції та самовизначенням особистості [24, с. 205]. Як ми зазначали раніше, це впливає і на ступінь конфліктності між поколіннями: там, де змінюється парадигма «старший – завжди головний», з’являється більше відкритого діалогу, але й більше простору для суперечок, взаємного непорозуміння [7, с. 120].

Культурна специфіка українського суспільства (поєднання християнських, дохристиянських, радянських і сучасних глобалізаційних цінностей) зумовлює особливу логіку формування сімейних норм і сценаріїв міжпоколінного спілкування. Однією з таких особливостей є глибока повага до родини як до головної цінності життя – ця риса притаманна всім поколінням, проте кожне з них трактує це поняття по-своєму. Для старших – це абсолютний пріоритет збереження фамільних зв’язків, поваги до старшого, жертовна любов. Для молодших поколінь важливішими є самореалізація, особистий розвиток, а «бути сім’єю» – це швидше партнерство, підтримка і спільний простір для багатьох життєвих проєктів. Саме цю суперпозицію цінностей часто відзначають у своїх дослідженнях і О. О. Вовчик-Блакитна, і М. В. Макарова, підкреслюючи, що різниця у визначенні смислів існування сім’ї й породжує як зону підтримки, так і напруги між генераціями [7, с. 93; 21, с. 206].

Структурний чинник – тобто розподіл ролей і влади між поколіннями – також формується під тиском соціокультурних обставин. У традиційних родинах це жорстко фіксується: батько чи матір – головні, молодші мають слухатися, приймати без заперечень рішення старших. У сучасних умовах ці межі стають дедалі відносніші, а ієрархія – більш рівною, що позитивно впливає на розвиток автономії дитини, уміння приймати самостійні рішення, але зменшує відчуття «авторитетної підтримки» [22, с. 109]. Зміни соціальних ролей і правил

приходять разом із трансформаціями в освіті, медіа, законодавстві, масовій культурі – наприклад, український Сімейний кодекс чітко підкреслює рівність обох батьків у прийнятті сімейних рішень, що транслюється і на міжпоколінну взаємодію [10, с. 45].

Освітній рівень і культурний багаж родини – ще одна вагома соціокультурна змінна, яка формує стиль взаємодії різних генерацій. Чим високоякісніша освіта батьків, тим більша ймовірність того, що вони будуть схильні до компромісів, діалогу, пояснення мотивів своїх дій дітям і онукам. Натомість у малограмотних і консервативних родинах принцип ієрархії, безумовної покори залишаються домінуючими [7, с. 97]. Між тим цей чинник сам по собі не є універсальним – навіть у родинах з високою освітою можливі авторитарні чи відсторонені сценарії, якщо цього вимагають економічні обставини чи домінує культура «виживання» (економічна скрута, міграція, травма війни, розлучення).

Психологічні чинники, що діють у структурі міжпоколінних взаємин, не менш впливові й розмаїті. Кожна особистість має власний стиль спілкування, рівень емоційної зрілості, самоповаги й самооцінки, навички регулювання емоцій. Емоційна відкритість батьків, їх готовність ділитися особистим досвідом або, навпаки, дистанціюватися від обговорення делікатних тем, визначає не лише характер стосунків «батьки – діти», а й формує загальний психоемоційний клімат у сім'ї [35, с. 135].

Однією з центральних психологічних категорій у цій площині є ідентифікація. Діти ототожнюють себе із старшими, наслідують (або протестують проти) ті ролеві моделі, які їм запропоновані у сім'ї. Якщо бабуся-мати постає для дівчини безумовно шанованою, турботливою, впливовою фігурою, зразком жіночої реалізації, то ця модель може залишатися основною і для створення власної родини. Якщо ж досвід підлітка чи дитини асоціюється із суперництвом, відсутністю емоційної підтримки, критикою або холодністю, з великою ймовірністю буде спроба розірвати таку схему та побудувати інакші міжпоколінні відносини у дорослому житті [41, с. 180]. Внесок психологічної

спадковості доповнюється способом розв’язання конфліктів: звичка до замовчування проблем або, навпаки, до відкритої дискусії йде від «емоційної культури» родини.

Істотний вплив на міжпоколінні стосунки має поняття «генераційного досвіду». Кожне покоління українців переживало певний унікальний соціально-історичний стрес: війни, тоталітаризм, голодомори, масову міграцію, трансформації політичного ладу, економічну кризи. Ці реалії закрипилися як у колективній, так і в індивідуальній психіці у вигляді особливих моделей захищеності/недовіри до світу, схильності до жертвенності, відчуття необхідності збереження родини за будь-яку ціну, партіархальності, схильності до адаптації або опору змінам [14, с. 329]. Молоде покоління, часто не маючи цього тягаря травматичного досвіду, виявляється більш відкритим до нового, готовим до експериментів і ризиків, що не завжди знаходить підтримку у старших.

Не можна не згадати і про роль медіа, інформаційних технологій, інтернету, що з кожним роком істотно трансформують поле міжособистісного спілкування. Діти й підлітки оволодівають новими форматами комунікації швидше і впевненіше, тоді як старше покоління може відчувати почуття ізольованості, нерозуміння або навіть знецінення свого досвіду. Як ми зазначали в пункті 1.2, цифровий розрив набуває не лише технічного, а й психологічного виміру: питання домінування, визнання, авторитету у сім’ї тепер часто вирішується не віком, а «володінням знанням», яке у динамічному світі швидко застаріває й перестає бути монополією старших [24, с. 209].

Важливим соціокультурним чинником є також релігія та система моральних пріоритетів, які формують очікування ролей, взаємної підтримки, ідеалів турботи та жертовності у сім’ї. Вірування впливають на форми виховання (м’яке чи суворе), стиль вирішення конфліктів (пробачення, діалог, жертвування власними інтересами), ритуали святкувань, вибір імені, структуру річного циклу сімейних подій. Однак і ці чинники з часом стають більш гнучкими: дедалі частіше молодь адаптує релігійні чи традиційні припис до реалій власного життя,

переосмислює питання гендеру, сексуальності, професійної самореалізації, побутової рівності [41, с. 184].

Суттєвим психологічним чинником, котрий у сучасних родинах набуває першорядного значення, є комунікативна культура. Це не лише здатність говорити «по душах», обговорювати проблеми і радитися щодо сімейних справ, а й уміння чути іншого, не знецінювати його аргументи незалежно від віку, розвивати емпатію та толерантність до відмінності поглядів [33, с. 109]. Брак розвинених комунікативних навичок часто стає причиною міжпоколінних бар'єрів навіть у зовні благополучних родинах. Діти, які не отримали досвіду відкритого діалогу з батьками, пізніше зазнають труднощів у спілкуванні зі своїми власними дітьми.

Говорячи про вплив соціальних і психологічних чинників, варто відзначити роль і таких макросоціальних факторів, як міграція, урбанізація, економічні кризи, збройні конфлікти. Всі вони підвищують цінність сім'ї як системи підтримки, але водночас змушують сім'ї пристосовуватися до нових моделей взаємодії, часто в умовах розділення поколінь (наприклад, діти і батьки мешкають у різних країнах чи містах). У цих обставинах міжпоколінні зв'язки підтримуються через дистанційну комунікацію, спільні онлайн-ритуали чи короткі фізичні зустрічі [14, с. 342]. Це породжує як нові моделі підтримки (онлайн-вечері, дистанційна допомога у навчанні), так і нові труднощі (відчуття самотності, дефіцит живого спілкування).

Особливе місце серед психологічних і соціокультурних чинників відіграє гендерний чинник. Дослідження свідчать, що матері й бабусі більше схильні до емоційної участі, співчуття, практика «родових кіл» досі часто зберігається в сільському середовищі чи серед певних релігійних спільнот, де жінка є моральним ядром сім'ї [39, с. 221]. Чоловічі ролі більшою мірою пов'язані з матеріальною підтримкою, захистом, але сучасність дедалі частіше запрошує чоловіків до активної емоційної участі у вихованні дітей, спілкуванні з внуками, будівництві психологічно комфортного сімейного простору.

Нарешті, соціокультурний чинник проявляється і в унікальних традиціях української нації: обрядовості, значенні родинних свят, пам’яті предків, шануванні родового дерева, колективній праці на землі чи у громаді, що ще у середині ХХ століття були вирішальними для формування ідентичності кожного члена родини. Означене сьогодні частково зберігається, особливо в сільських регіонах, але зазнає змін під впливом масової культури, міграційних рухів, технічної революції та урбанізації [8, с. 94].

Підбиваючи підсумок, можна стверджувати, що вплив соціокультурних та психологічних чинників на формування міжпоколінних відносин є унікальним для кожної сім’ї, але водночас має певні універсальні закономірності. Від поєднання традицій й інновацій, авторитарності й демократичності, комунікативної відкритості, взаємної поваги, трансляції цінностей, ролі стресогенних чи кризових подій, гендерних очікувань й індивідуально-особистісних якостей залежить якість, стійкість і перспективність міжпоколінних зв’язків. Як ми наголошували в пункті 1.2, саме синтез цих впливів дозволяє забезпечити безперервність сімейних традицій, формувати психологічно та соціально стійке середовище, що сприяє розвитку, адаптації та щасливому життю як окремої родини, так і всього суспільства [7, с. 120; 24, с. 209].

Отже, соціокультурні й психологічні чинники відіграють вирішальну роль у формуванні міжпоколінних зв’язків у сім’ї: від них залежить характер, глибина, тривалість, ресурсність, гнучкість та адаптаційний потенціал сімейної взаємодії; вони визначають, чи стане родина простором підтримки й зростання для кожного члена, чи, навпаки, зоною конфліктів, непорозуміння і відчуження.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖПОКОЛІННИХ ВЗАЄМИН У СІМ'Ї

2.1. Організація та методи проведення емпіричного дослідження міжпоколінних відносин

Для вивчення особливостей міжпоколінних взаємин у сучасній сім'ї нами були застосовані комплексні методи, які поєднують теоретико-методологічний аналіз з емпіричним моделюванням і кількісною оцінкою. Вибір і організація дослідження обумовлені поєднанням актуальності проблеми, мультидисциплінарності предмету й необхідності об'єктивізувати ті складні психосоціальні процеси, що відбуваються у родині між представниками різних поколінь. Відповідно до гіпотези роботи, міжпоколінні стосунки є багатовимірними й залежать як від усвідомлених особистісних настанов, так і від усталених соціокультурних патернів, тому їх вивчення вимагає методологічної різнобічності [11; 18].

Першим етапом організації дослідження став ґрунтовний аналіз сучасної наукової літератури та чинних стандартів щодо сімейних відносин, психологічного клімату родини, проблеми міжпоколінної взаємодії та специфіки родинної комунікації [7; 8; 18; 24]. Аналіз отриманих даних у теоретичному розділі дозволив не лише виявити основні напрями й типи досліджень у цій галузі, а й окреслити лакуни та суперечності в сучасних підходах – зокрема, обмеженість суто якісних чи кількісних моделей, недостатню увагу до сімейної системи як цілісного організму, а також неврахування гібридного характеру стосунків у постмодерних українських сім'ях [54; 16].

Власне емпіричне дослідження було організоване з урахуванням вимог до репрезентативності вибірки, дотримання етичних принципів і максимального наближення процедур до реалій життя сучасних сімей. Було важливо включити в дослідження респондентів різного віку, статусу, рівня освіти, типу місця

проживання (враховано як мешканців міста, так і сільської місцевості), що дозволило описати сучасний спектр міжпоколінних зв’язків у динаміці (на момент дослідження у вибірці взяли участь 38 осіб. Добір респондентів здійснювався на основі методу випадкового самозапрошення – Google-форма поширювалася через соціальні мережі та месенджери для уникнення відбору за будь-якими формальними ознаками та збереження добровільності та анонімності участі. Такий підхід підвищив релевантність зібраних даних, дозволив залучити як традиційні, так і «новітні» родини, різних за складом і стилем взаємодії [65].

Керуючись поставленою метою й завданнями, як основні теоретичні методи дослідження було залучено аналіз, синтез, порівняння та узагальнення наукових праць українських і зарубіжних авторів. Це дозволило інтегрувати класичні й сучасні уявлення щодо функцій сім’ї, структури й змісту міжпоколінних взаємин, особливостей формування сімейного клімату та чинників гармонізації/конфліктності [11; 24; 18; 54]. Ґрунтовність теоретичної бази забезпечила коректність науково-методологічних виборів у емпіричній частині, можливість порівняння власних результатів із даними інших дослідників, що важливо в умовах розмаїття культурних моделей родини [55; 41].

До емпіричних методик збору даних було залучено спостереження, опитування, тестування й аналіз сімейної історії через відкриті й закриті питання. Ці інструменти дозволили поєднати кількісну й якісну стратегії збору інформації: отримати стандартизовані показники за рахунок опитувальника та розгорнуті емоційно-ціннісні характеристики взаємин завдяки відкритим відповідям [12; 36; 22]. Також учасникам пропонувалося коротко описати структуру своєї родини, основні сценарії взаємодії, що дало змогу скласти уявлення про типові та індивідуальні особливості розподілу ролей, емоційної близькості, конфліктності тощо.

Особливістю даного дослідження стало комбінування двох валідних психометричних інструментів: «Шкали сімейної адаптації і згуртованості» Д. Олсона (FACES-3) [71] та Parent-Child Relationship Questionnaire (PCRQ)

В. Фурмана [70]. На підставі детального аналізу первинних версій методик і супровідних мануалів, а також апробації в невеликій пілотній вибірці, нами було створено авторський опитувальник (див. Додаток А), який об’єднує сутнісні компоненти обох підходів. Такий інструмент дає змогу діагностувати відразу кілька вимірів міжпоколінних відносин у сім’ї: рівень згуртованості, гнучкості, стилі комунікації, якість емоційної підтримки, типові сценарії подолання сімейних криз, міру прийняття/контролю, а також фактори гармонізації й конфліктності [70; 71].

Відбір саме цих інструментаріїв пояснюється їхньою міжнародною валідністю і численними результатами апробації в різних культурах, а також можливістю адаптації для українських соціокультурних умов [18; 71]. Створений комбінований опитувальник містить 28 основних запитань із варіантами вибору та шкалами оцінювання за принципом Лайкерта, а також декілька розгорнутих відкритих питань для самостійного опису досвіду. Така структура дозволяє, з одного боку, коректно індексувати ключові показники (згуртованість, адаптивність, емоційна близькість, конфліктність), а з другого – вловити індивідуальні сенси й життєві контексти сімейної взаємодії [12, с. 24].

Збір даних відбувався протягом двох тижнів. Респондентам гарантувалася анонімність та добровільність участі. Таким чином, було знято психологічну напругу й вплив соціально бажаних установок, які часто ускладнюють реалістичне висвітлення конфліктних чи делікатних питань у родині [12; 32]. Зазначений інструментарій дозволив не лише систематизувати ключові параметри міжпоколінної взаємодії, а й вивчити ті її аспекти, які залишаються прихованими при використанні одновимірних моделей (наприклад, глибину прихованих образ, ставлення до традицій чи інновацій, особливості прийняття рішення в кризових ситуаціях) [17; 36].

Обробка і аналіз результатів здійснювалися із залученням стандартних методів математичної статистики, для чого попередньо було зашифровано відповіді кожного респондента в єдину електронну таблицю (MS Excel – див. Додаток Б). Такий підхід забезпечив високу точність статистичних висновків,

дозволив виявити не лише загальні закономірності, але й помітити менш очевидні патерни (наприклад, поєднання високої автономії з низькою згуртованістю, або, навпаки, високої адаптивності за умов латентної конфліктності) [24].

Додатково, при інтерпретації отриманих результатів, бралися до уваги теоретичні засади сучасної психології сім'ї (зокрема, роботи про гармонізацію стосунків [10; 15], дослідження щодо наслідків дисгармонійної взаємодії [22; 39; 41], концепції рольових очікувань [65], а також публікації, що висвітлюють вплив соціокультурних та психологічних чинників на динаміку родинної системи [54; 16; 18]).

Дуже важливою складовою цієї роботи стало дотримання етичних принципів дослідження: всі респонденти проходили анкетування свідомо та добровільно, отримували коротке інформування про мету та анонімність обробки результатів, мали право відмовитися від участі на будь-якому етапі без пояснення причин, а отримані дані аналізувалися й інтерпретувалися лише у зведеному вигляді [32; 65]. Дотримання принципів добровільності, поінформованої згоди, гарантованої анонімності відповідає етичним стандартам сучасної психологічної науки й активізує довіру до отриманих результатів.

Таким чином, можна стверджувати, що побудова та застосування авторського інструменту, наукова комбінаторика та етика процедур надали можливість провести якісне всебічне дослідження, результати якого дозволяють перейти до глибокого аналізу психологічних характеристик взаємин між поколіннями у сучасних сім'ях (п. 2.2), а відтак – і до завдання виявлення ключових механізмів гармонізації або конфліктогенезу родинних стосунків.

2.2. Аналіз психологічних характеристик взаємин між різними поколіннями у сучасних сім'ях

Аналіз психологічних характеристик взаємин між різними поколіннями у сучасних сім'ях доцільно почати з ретельного розгляду соціально-демографічного профілю нашої вибірки, оскільки саме такі «базові змінні»

виступають потужними маркерами соціального досвіду, очікувань щодо ієрархії, автономії чи готовності до змін. Рисунок 2.1. відображає розподіл респондентів за віковими категоріями, чітко свідчить про рівномірне (хоч і з акцентом на дорослий середній вік) представлення всіх основних поколінь – від дітей-підлітків до осіб пенсійного віку.

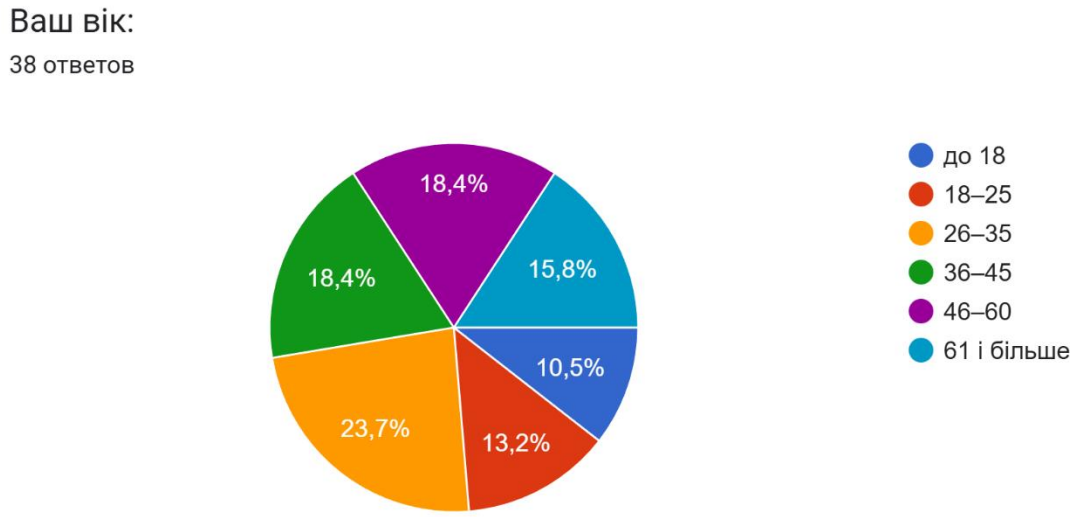


Рисунок 2.1. Вікова група респондентів

Найчисленніші групи – це молоді люди 18–25 років і дорослі 26–45 років; високий відсоток опитуваних у віці після 60 дозволяє говорити про репрезентативне охоплення й «основних трьох складових» так званої вертикальної сім'ї. Це винятково важливо для розкриття природи міжпоколінних контактів, адже і література, і практичні спостереження свідчать, що саме зіткнення досвіду, ритуалів, поглядів і споживчих стратегій найбільше виявляються саме там, де співіснують три покоління [7; 24; 11].

Діаграма структури за статтю (див. Рис. 2.2.) демонструє незначну перевагу жінок, що віддзеркалює реальні демографічні процеси сучасної України (особливо у зрілих і старших вікових групах), а також наслідки традицій соціалізації, котрі закладають домінуючу роль жінки у родинній міжпоколінній комунікації, емоційному моделюванні й «керуванні сімейною атмосферою» [10;

6]. Переважання жінок серед старших респондентів пояснюється також одиночним проживанням жінок-вдів, що наочно проявляється у вибірці.

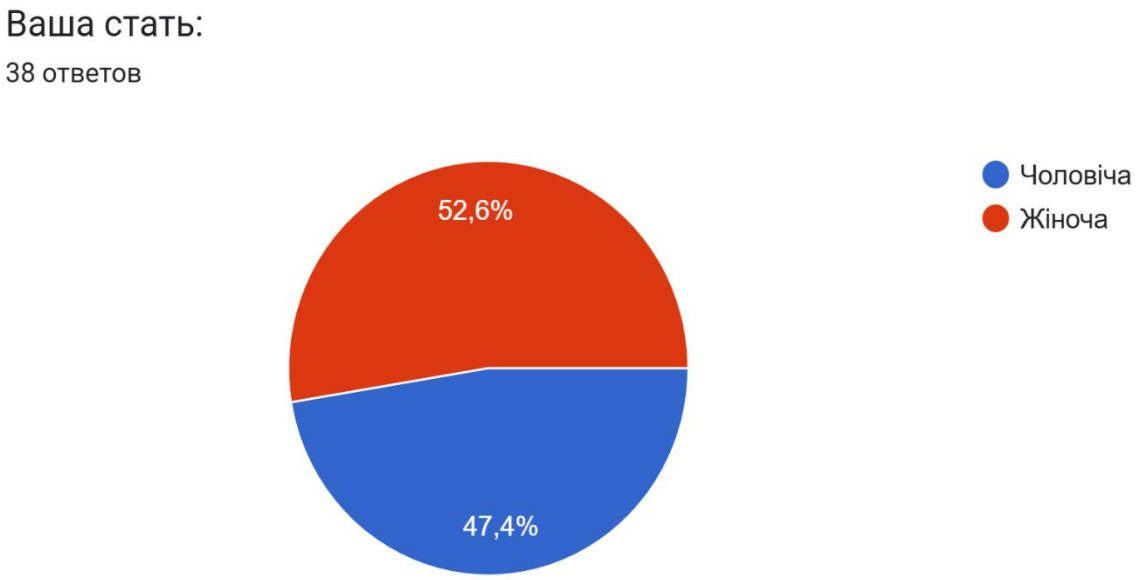


Рисунок 2.2. Розподіл респондентів за статтю

Оцінка сімейного стану респондентів – рисунок 2.3 – дозволяє говорити про широкий спектр моделей сім'ї: від неповних родин до класичних нуклеарних і розширених (залежно від статусу – «одружений/-а», «розлучений/-а», «вдівець/вдова», «неодружений/-а»).

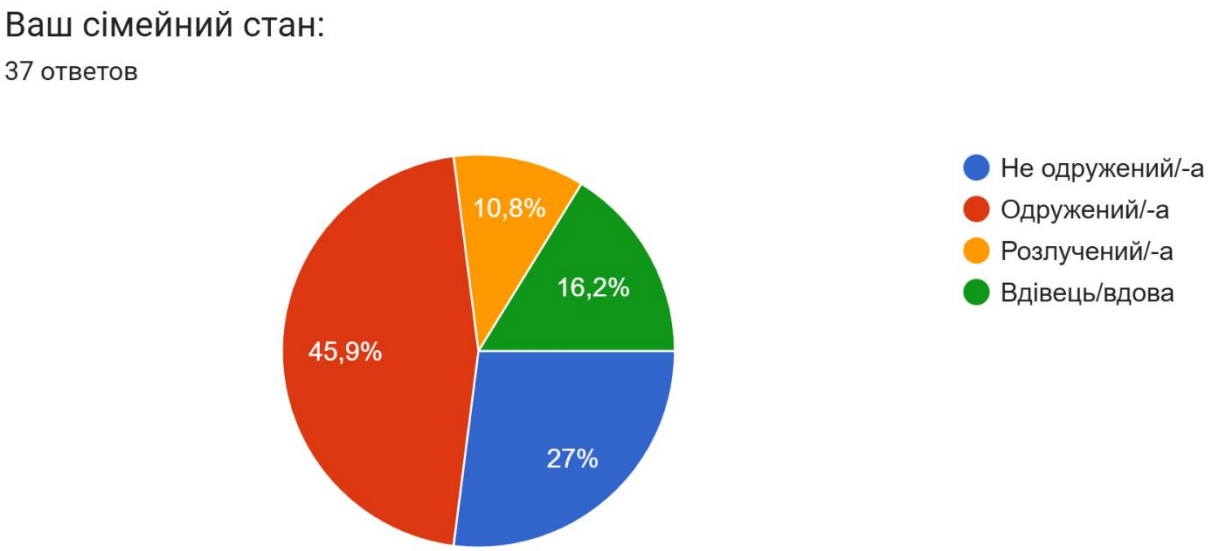


Рисунок 2.3. Сімейний стан опитуваних

Це важливо враховувати під час подальшого аналізу, адже дослідження підтверджують, що психологічний клімат і типи міжпоколінної взаємодії у сім'ях з розлученням чи багатопоколінним складом часто разюче різняться від «канонічної» моделі, і саме в таких родинах частіше виникають як унікальні ресурси (емоційна зрілість дітей, залучення бабусь/дідусів), так і нові ризики (дефіцит спільного часу, конкуренція авторитетів) [9; 55].

Подальший блок «Хто проживає разом із вами» (рис. 2.4) відображає певну стійкість класичних «ядрових» сімей і водночас демонструє чималу частку «розширених домогосподарств». У вибірці фіксується чимало відповідей, де під одним дахом співіснують три покоління – батьки, діти, онуки, або навіть «транзитивна модель», коли дорослі діти залишаються жити з батьками, народжують своїх дітей і формують складніші вертикалі взаємодії. Це набуває особливого значення в контексті українського суспільства з його підвищеною міграцією, економічними викликами та традицією «родинної поруки» [54]. Видно, що такі багатопоколінні осередки краще зберігають елементи традиції, але частіше є майданчиком для «битви» за автономію і вплив.

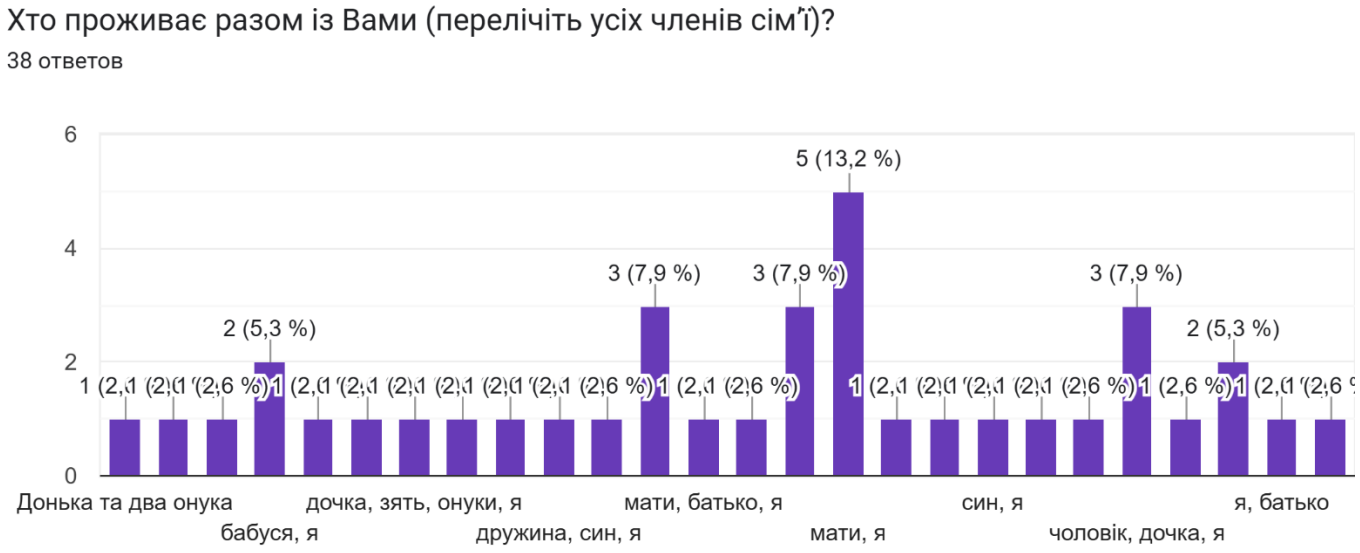


Рисунок 2.4. Покоління, що проживають разом

Перехід до питання «До якого покоління ви належите у своїй сім'ї?» дозволяє побудувати діаграму (див. Рис. 2.5) унікальної соціальної ролі кожного учасника («старше», «середнє», «молодше»). Тут простежується чітка закономірність: у сім'ях, де є більше трьох поколінь, відбувається не лише «вертикальна трансляція» досвіду від старших до молодших, а й часто «реверсивна» – дорослі діти і навіть підлітки навчають старших цифрової або життєвої компетентності, виступають агентами оновлення «норм і правил сім'ї». Як показує подальший аналіз, саме там відчувається найвища варіативність як гармонійних, так і конфліктних тенденцій.



Рисунок 2.5. Приналежність до покоління

Детальна рефлексія розпочинається від першого психологічного ядра – вільного висловлення почуттів (див. Рис. 2.6).

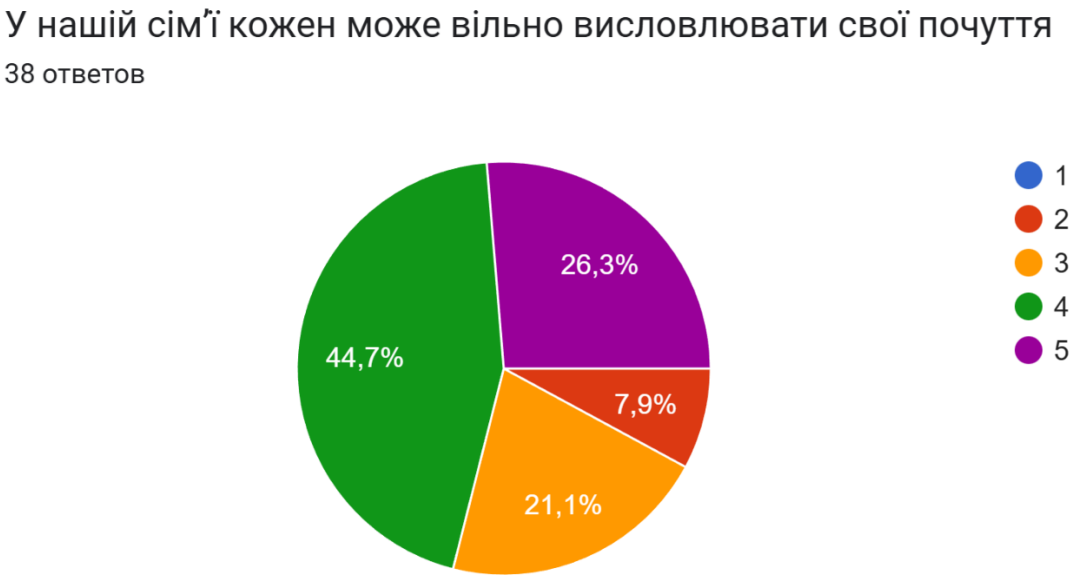


Рисунок 2.6. Вільне висловлення власних почуттів у родині

Отримані результати опитування свідчать про те, що у більшості сімей, згідно з відповідями респондентів, присутній досить високий рівень відкритості у вираженні почуттів. Відповіді на питання «У нашій сім'ї кожен може вільно висловлювати свої почуття» показали, що майже половина опитаних (44,7%) обрали четвертий рівень, а ще понад чверть (26,3%) – найвищий, п'ятий бал. Це означає, що понад 70% учасників відчувають можливість емоційно відкриватися у сімейному колі, не боячись засудження чи відторгнення. Такий рівень довіри в сім'ї є важливим фактором для формування гармонійних міжпоколінних відносин, оскільки вільне вираження почуттів сприяє зменшенню напруженості між поколіннями, полегшує пошук взаєморозуміння та створює атмосферу підтримки.

Водночас, певна частина опитаних (21,1% обрали середню оцінку, а 7,9% – другу), демонструє, що тема відкритості залишається актуальною і не у всіх сім'ях члени можуть повністю відкрито говорити про власні емоції. Це може свідчити про збереження бар'єрів, пов'язаних із різницею у вихованні, культурних традиціях попередніх поколінь, або ж домінування авторитарного стилю спілкування в окремих родинах. Часто саме міжпоколінні розбіжності

впливають на те, чи буде атмосфера довіри у сім’ї – адже старші покоління, виховані у традиціях стриманості й емоційної скромності, можуть не завжди заохочувати молодших членів родини до відкритої розмови, що породжує нерозуміння й певну емоційну відстороненість.

Таким чином, цілком очевидно, що загальний вектор у розвитку сімейних міжпоколінних відносин поступово зміщується у бік більшої відкритості та емоційної довіри. Це відповідає сучасним уявленням про психологічне здоров’я сім’ї й сприяє формуванню позитивних сценаріїв спілкування між різними поколіннями. Але результати також відзначають, що процес цей нерівномірний, і в окремих сім’ях ще лишається потреба у розвитку навичок емоційної грамотності та створенні більш сприятливих умов для повноцінного вираження почуттів усіма членами родини.

Діаграма (див. рис. 2.7) до питання спільного прийняття рішень підтверджує, що демократизація сімейних стосунків є не лише просунутою соціальною нормою, а практикою повсякдення у більшості опитаних родин. Це не означає, що відсутній контроль чи загалом «рівність» у всьому – але респонденти виявляють схильність саме обговорювати найбільш ключові справи всією родиною. На фоні сучасних змін це створює підґрунтя для гармонійнішого розподілу ролей та меншої кількості прихованих образ [27; 11].

Рис.

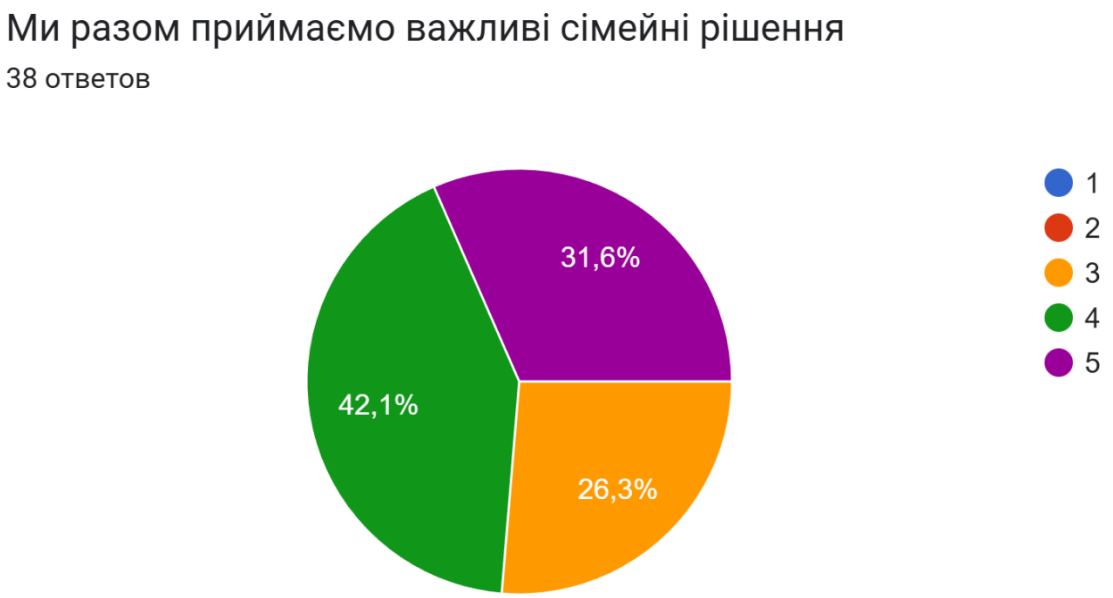


Рисунок 2.7. Питання спільного прийняття рішень у сім'ї

Більшість респондентів зазначили, що у їхніх сім'ях рішення такого характеру ухвалюються колективно: 42,1% обрали четвертий рівень згоди, а ще 31,6% – найвищий, п'ятий бал. Таким чином, майже три чверті опитаних відчувають, що їхній голос враховується при вирішенні важливих сімейних питань, що є ознакою демократичного стилю сімейної взаємодії. Це свідчить про зрілий рівень сімейної комунікації, в якій представники різних поколінь залучені до обговорення і можуть впливати на рішення, що стосуються спільного життя.

Водночас 26,3% респондентів дали відповіді на середньому рівні, що може вказувати на часткову участь членів родини у вирішенні значущих питань або на те, що такі дискусії відбуваються не завжди систематично. Цей показник демонструє, що ще існують сім'ї, де все ж таки переважає або авторитарний підхід до прийняття рішень, коли останнє слово залишається за старшими або за однією людиною, або ж у процесі прийняття рішень не всі члени сім'ї мають рівний вплив.

У контексті міжпоколінних відносин такі результати є доволі показовими, адже спільне прийняття рішень сприяє формуванню атмосфери довіри та взаємоповаги між членами сім'ї різного віку. Якщо кожен відчуває свою значущість у родинних справах, між поколіннями зростає рівень розуміння та підтримки, що є фундаментом для гармонійного співіснування. Проте наявність частки тих, хто не до кінця відчуває себе рівноправним учасником сімейного діалогу, ще раз підкреслює актуальність питання взаємної взаємодії, відкритості та рівноправності в родинах. Це також вказує на необхідність продовження формування довірливих відносин і залучення всіх членів сім'ї – незалежно від віку – до обговорення та вирішення важливих питань.

Аналізуючи попередні результати щодо спільного прийняття важливих рішень у сім'ї, можна побачити, що більшість респондентів мають досвід колективного обговорення значущих питань. Це свідчить про певний рівень взаємної довіри та відкритості, які є фундаментом ефективної взаємодії між різними поколіннями. Логічним продовженням такого підходу є і ставлення до обговорення сімейних проблем, коли питання стосуються не лише прийняття рішень, а й підтримки у складних ситуаціях.

Результати реакцій респондентів на твердження «Коли в когось із членів сім'ї виникають проблеми, ми їх обговорюємо разом» (див. рис. 2.8), свідчать про те, що механізм колективного обговорення поширюється й на вирішення особистих труднощів членів родини.



Рисунок 2.8. Обговорення проблем в сім'ї

Понад 76% опитаних (сукупно оцінки 4 і 5) підтвердили, що у разі виникнення проблем вони обговорюються разом усією сім'єю. Це свідчить про високу згуртованість родин та готовність до взаємопідтримки незалежно від віку людини, яка зіштовхнулася з труднощами. Така особливість суттєво зміцнює міжпоколінні зв'язки, оскільки передбачає залученість, розуміння та обопільну допомогу в складних ситуаціях.

Водночас певна частина респондентів (21,1%) все ж таки оцінила цю можливість на середньому рівні, а 2,6% – нижче середнього, що може вказувати на наявність сімей, у яких проблеми все ще залишаються переважно приватною справою або ж обговорення відбувається не завжди відкрито та з урахуванням думки всіх членів родини. Це може бути наслідком сімейних традицій, попереднього досвіду або небажання окремих поколінь втручатися у справи інших.

Як засвідчили результати опитування, питання гнучкості розподілу обов'язків усередині сім'ї є досить актуальним для сучасних родин (див. рис. 2.9).



Рисунок 2.9. Розподіл обов'язків в сім'ї

Майже 40% респондентів обрали четвертий рівень, а ще більш ніж 31% – найвищий, п'ятий рівень (тобто, загалом понад 70% учасників вважають, що у їхніх сім'ях обов'язки змінюються залежно від обставин). Такий розподіл відповідей свідчить про те, що більшість сімей схильні до динамічних моделей співіснування, де роль кожного з членів родини може адаптуватися відповідно до виникнення нових потреб, ситуацій чи непередбачуваних труднощів.

Ця гнучкість означає, що у сім'ї сформовані певні механізми взаємопідтримки і взаємодопомоги, які дозволяють реагувати на зміни у житті кожного з членів сім'ї – наприклад, хтось може підхопити частину домашніх справ у разі хвороби чи зайнятості іншого, або діти можуть брати на себе більше відповідальності у важкі для батьків часи. Такий підхід є не лише практичним, але й позитивно впливає на психологічний клімат у сім'ї, адже кожен член родини отримує підтвердження своєї значущості, відчуває підтримку і розуміє: його внесок у сімейні справи цінується і визнається іншими.

Варто також звернути увагу на частку відповідей із середньою оцінкою (майже 24%), що може вказувати на деяку часткову або ситуаційну гнучкість у перерозподілі обов'язків, коли перелік домашніх завдань або сфер

відповідальності більшість часу залишається сталим, але може змінюватися у разі нагальної необхідності. Дещо менший відсоток – 5% – вказали на недостатню гнучкість, що, ймовірно, відображає традиційну модель з фіксованим розподілом домашніх справ, яка частіше зустрічається у родинах із жорсткою ієрархією чи сильним впливом традицій попередніх поколінь.

Відповіді на питання «Ми багато часу проводимо разом» демонструють суттєву варіацію: найвищі оцінки бачимо у молодих невеликих сім'ях із малими дітьми (для них спільний час – джерело радості і згуртованості), натомість старші і особи віком 46+, що живуть із дорослими дітьми чи внуками, часто згадують «формальний» контакт, що більше нагадує співжиття, а не спілкування («всі вдома, але кожен у себе»). Власне ця закономірність висвітлює ризики «видимої згуртованості», що насправді приховує дефіцит емоційного дотику (див. рис. 2.10).



Рисунок 2.10. Відсоткове співвідношення проведеного разом часу

Цікаво, що чверть учасників оцінюють цей аспект лише на середньому рівні, що, ймовірно, відображає сучасні реалії: стрімкий темп життя, численні зайнятості, індивідуальні інтереси або навіть територіальну роз'єднаність. Частка тих, хто відзначив низьку частотність спільного дозвілля, є незначною,

проте вона акцентує на тому, що деякі сім’ї зіштовхуються з проблемами щодо організації часу разом – і це не завжди пов’язане лише з небажанням, а часто є наслідком об’єктивних труднощів.

Висока залученість родини до спільного дозвілля має серйозний вплив на якість міжпоколінних стосунків. Час, проведений разом, стає не лише платформою для зміцнення емоційного зв’язку, а й можливістю для неформальної передачі цінностей, традицій, життєвого досвіду. Іноді саме такі моменти створюють основу для довіри, порозуміння і теплої родинної атмосфери, які неможливо здобути іншими шляхами.

При аналізі відповідей (див. рис. 2.11) про спільне вирішення складних ситуацій, бачимо: де сім’я «команда» – там підкреслюють згуртованість і психологічну стійкість до зовнішніх стресів (що має синергійний ефект для здоров’я, особливо у часи соціальних і кризових змін).



Рисунок 2.11. Спільне вирішення складних питань

Результати з цього питання показують доволі оптимістичну тенденцію щодо взаємної підтримки та згуртованості в родинах, коли життя ставить перед ними непрості завдання. Показово, що переважна більшість респондентів – а це майже 82% (сукупно відповіді «4» та «5») – стверджують, що у складних

життєвих ситуаціях вони схильні долати труднощі разом, а не поодинці. Така позиція свідчить про високий рівень єдності – саме у складні моменти найбільш яскраво проявляється сила родинних зв’язків і готовність об’єднувати зусилля для пошуку рішень.

Дещо менше, але все ж відчутна частка респондентів (18,4%) оцінила цю якість на середньому рівні, що може свідчити про різноманітність сімейних сценаріїв. В цих сім’ях прагнення вирішувати проблеми разом є, проте не завжди реалізується на практиці: можливо, окремі питання вирішуються індивідуально, або допомога приходить не одразу і не від усіх членів родини. Зовсім незначна частина не відчуває в цьому процесі згуртованості, або їм складно відкрито розраховувати на підтримку сім’ї.

Такий розподіл відповідей підкреслює кілька важливих моментів. Насамперед, сучасна сім’я для більшості лишається тим середовищем, де навіть попри зміну способу життя, зростаючу індивідуалізацію та навантаження на кожного із членів, допомога й колективне вирішення труднощів зберігають свою цінність. У критичних ситуаціях саме міжпоколінна взаємодія допомагає об’єднати досвід і енергію старших і молодших, а також зберегти відчуття опори та безпеки для всіх членів родини.

Загалом, ці показники свідчать не лише про емоційну близькість, а й про практичну готовність родини діяти як єдиний організм в умовах стресу чи проблем. Це одна із важливих запорук стабільних і гармонійних стосунків між поколіннями, яка дає впевненість кожному у тому, що, зустрівши складнощі, він не залишиться із ними наодинці.

Значення питання «у нас бувають конфлікти між різними поколіннями» для нашого дослідження психології міжпоколінних відносин у сім’ї було визначальним, адже саме рівень та частота конфліктів між поколіннями багато в чому визначає не лише емоційну атмосферу в родині, а й перспективи подальшого розвитку стосунків, передачу сімейного досвіду, формування цінностей і навіть міцність родинної підтримки (див. рис. 2.12).



Рисунок 2.12. Відсоток міжпоколінних конфліктів

Діаграма демонструє, що тематика конфліктів між поколіннями є притаманною багатьом родинам – лише 10,5% учасників відповіли, що такі конфлікти взагалі не трапляються (оцінка 1), тоді як найменша частина (2,6%, оцінка 5) вважає їх постійними і дуже вираженими. Водночас, найбільша кількість опитаних (42,1%) надала відповідь на трієчку, тобто визнала, що конфлікти все ж мають місце, однак, скоріше, не є системними чи руйнівними, а сприймаються скоріше як частина звичайного життєвого циклу сім'ї. На рівень вище (оцінка 4) – майже третина опитаних (28,9%) – схильна вважати конфлікти між поколіннями досить помітною рисою власних стосунків у родині. Відповіді з другою оцінкою (15,8%) теж засвідчують наявність таких суперечностей, але у менш вираженій формі.

Ці результати є досить показовими, якщо розглядати їх у контексті психології сім'ї та динаміки міжпоколінного діалогу. Насамперед, те, що абсолютна більшість сімей стикається з конфліктами між старшими і молодшими, цілком природньо і навіть неминуче для більшості родин – адже різниця у світогляді, цінностях, способах спілкування, життєвому досвіді чи

навіть у стилях виховання обумовлює появу суперечностей незалежно від рівня відкритості та довіри. Водночас, саме зміщення відповідей до «середини» шкали (тобто, оцінки 3 та 4) свідчить, що ці конфлікти для багатьох не є чимось критичним чи таким, що призводить до глибоких криз – радше йдеться про побутові або ситуативні суперечності, які учасники сприймають як звичайну частину спільного життя і навіть, можливо, як точку зростання для обох сторін.

Дуже важливо, що лише незначна частина опитаних бачить у своїй родині постійний антагонізм поколінь, що дає підстави стверджувати: у більшості сімей вироблені певні стратегії переживання й урегулювання подібних ситуацій – можливо, через діалог, компроміс, залучення до прийняття рішень або обговорення проблем разом. Однак і рівень середніх відповідей (оцінка 3) надто високий, щоб ігнорувати цю проблему: це може свідчити як про недосконаліть навичок вирішення конфліктів, так і про певну інерцію традицій, де узгодження позицій і цінностей відбувається радше через зіткнення, аніж через усвідомлену взаємодію.

З психологічної точки зору, конфлікти між поколіннями є важливою складовою розвитку сім’ї. Вони сигналізують про актуальність питань адаптації традицій минулого до вимог сучасності, спонукають родину переосмислювати межі особистого простору, відповідальність кожного члена, його права й обов’язки. Водночас, від характеру та частоти цих конфліктів часто залежить і те, чи буде сім’я спроможною зберігати функціональність та здорові стосунки в довгостроковій перспективі.

Отже, отримані результати підтверджують, з одного боку, універсальність проблеми міжпоколінних конфліктів у родинах, а з іншого – демонструють, що у більшості родин ці конфлікти не мають руйнівного характеру, залишаються в рамках конструктивної напруги і, за умови належної уваги, можуть бути навіть джерелом оновлення і взаємного збагачення. Проте, з наукової точки зору, така ситуація потребує подальшого вивчення й впровадження ефективних практик посередництва та сімейної психологічної підтримки, що допоможе сім’ям

навчитися долати протиріччя так, щоб вони сприяли розвитку особистості кожного члена, а не ставали причиною відчуження.

Наступні діаграми щодо підтримки (див. рис. 2.13), святкувань та ритуалів (див. рис. 2.14) ще раз підтверджують «психологічну склейку» традиції та сучасної відкритості. Для більшості респондентів саме спільне святкування, вечірні розмови, сімейні «ритуали» (особливо під час криз та свят) є джерелом емоційного ресурсу і способом «перезаписати» конфлікт у досвід прийняття.

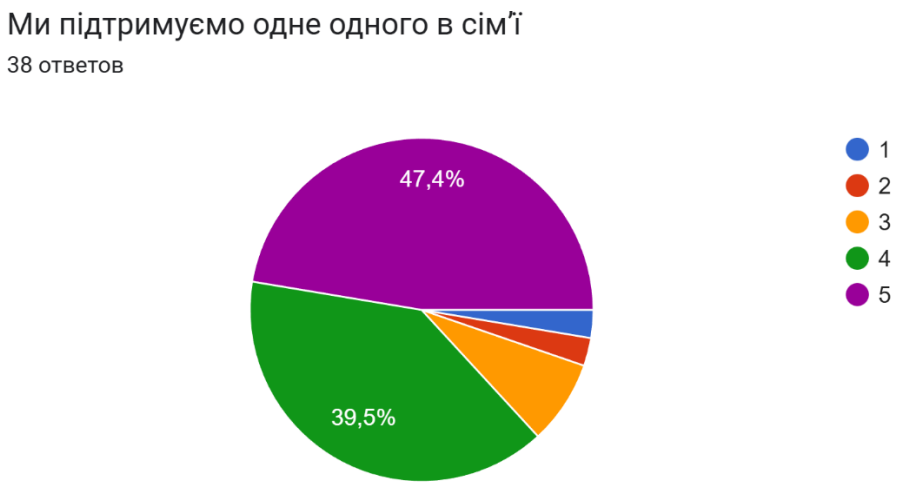


Рисунок 2.13. Оцінка респондентів підтримки одне одного в сім'ї



Рисунок 2.14. Спільні свята в сім'ї

Аналіз відповідей на діадичні питання дозволяє прослідкувати своєрідний «тепловий портрет» міжособистісного клімату у родині: діаграми, побудовані для кожного із тверджень (про довіру, підтримку, повагу, частоту

доброзичливості, контроль тощо), в цілому демонструють, що найтепліші, довірливі стосунки найчастіше фіксують жінки з дітьми та молодими респондентами, в той час як найскладніше висловлюватися – дітям та підліткам в ієрархічних родинах. Явище «контролю» сприймається негативно у всіх вікових групах, але молодші трактують його як «перешкоду», а старші – як «обов'язок піклування». Тут проявляється психологічна неспівмірність досвіду, яку називають також «інтергенераційною бар'єрністю» [11; 66].

З огляду на кількісні результати опитування, можна простежити, що питання міжпоколінних відносин у сім'ї мають багатовимірний характер і охоплюють як аспекти спільного життя, так і питання емоційного контакту, підтримки та вирішення конфліктів. Проте не менше значення мають і суб'єктивні, особисті відчуття самих учасників родинної взаємодії, їхній власний досвід, цінності та очікування. Саме ці індивідуальні судження та погляди дають можливість проникнути глибше в структуру сімейних стосунків, побачити не лише загальні тенденції, а й «живу тканину» сімей, їхню унікальність і різноманіття.

З метою отримати поглиблену якісну картину стосунків між поколіннями, респондентам були запропоновані відкриті питання, які дозволили їм безпосередньо висловити власне бачення причин гармонії, джерел конфліктів та можливих шляхів вдосконалення взаємин у родині. Першим питання, що відкривало блок відкритих відповідей було «Що найбільше сприяє гармонії між поколіннями у Вашій сім'ї?». У таблиці 2.1. наведено частину відповідей респондентів, з рештою відповідей всіх 38 учасників опитування моєна ознайомитися в Додатку Б.

Таблиця 2.1

Що найбільше сприяє гармонії між поколіннями у Вашій сім’ї?

№	Відповідь
1	Наш родинний гумор часто рятує від сварок навіть у складних ситуаціях
2	Мені найбільше допомагає спільне святкування свят
3	Зберігаємо гармонію завдяки добрим родинним жартам і турботі
4	Терпляче ставлення дозволяє зберігати гармонію навіть у спірних питаннях
5	Повага особистих меж і підтримка у важливих рішеннях
6	Гармонія виникає завдяки любові, командній роботі та спільним традиціям
7	Об’єднують душевні розмови ввечері, коли усі діляться своїми думками
8	Відкриті розмови про емоції допомагають уникати непорозумінь і об’єднують нас
9	Коли можна чесно висловитися
10	Головним є бажання зрозуміти погляд кожного та ділитися підтримкою

Відповіді демонструють орієнтацію більшості сімей на відкритість, взаємну підтримку, повагу до особистих кордонів, при цьому особливо цінуються спільні позитивні емоції: гумор, святкування, душевні розмови. Повторювано звучать ідеї рівноправності, довіри, терпимості й готовності вислухати. Особливу роль респонденти надають чесності у спілкуванні, спільному вирішенню побутових завдань та традиціям, що підтримують єдність усередині сім’ї.

У попередньому пункті було проаналізовано чинники, які, на думку респондентів, сприяють гармонії між поколіннями у родині. Однак не менш важливим для повного розуміння психології родинних стосунків є виявлення тих причин, що саме стають джерелом найбільших конфліктів між поколіннями. Саме глибинний аналіз цих причин дозволяє на практиці виявити ті аспекти сімейної взаємодії, які вимагають особливої уваги чи можуть бути точками потенційного розв’язання проблем.

Для отримання більш комплексного уявлення про ці аспекти респондентам було поставлено відкрите питання щодо джерел найбільших конфліктів між членами різних поколінь у їхніх сім'ях. Усі ці відповіді було зведено та представлено у таблиці 2.2, що надає можливість детально простежити найбільш поширені теми та причини суперечностей у міжпоколінній комунікації.

Таблиця 2.2

Що є джерелом найбільших конфліктів між поколіннями у Вашій сім'ї?

№	Відповідь
1	Виникає напруга на ґрунті свободи та вибору професії
2	Найчастіше конфлікти стосуються мого ставлення до його захоплень
3	Конфлікти трапляються, якщо я прошу більше допомоги, ніж звикли давати
4	Часто виникають суперечки через різне розуміння пріоритетів у сім'ї
5	Зазвичай сваримося через розподіл обов'язків або різні погляди на відпочинок
6	Бувають труднощі через неузгодженість планів різних членів родини
7	Сварки найчастіше через оцінки в навчанні та друзів
8	Суперечки трапляються, якщо мені щось забороняють або порівнюють з іншими
9	Серйозні конфлікти пов'язані з грошима та розподілом часу
10	Сварки виникають, коли молодші не хочуть дотримуватись традицій

Як ми бачимо, найтиповішими джерелами конфліктів виступають питання контролю, автономії (свободи вибору, самостійності), фінансів, розподілу домашніх обов'язків, несвоєчасності виконання задач та непорозумінь через різницю у цінностях, життєвих підходах, стилях відпочинку і навіть щодо традицій. Напруга часто виникає, коли втрачається баланс між індивідуальністю та родинною ієрархією або ігноруються особисті потреби.

Відкриті відповіді учасників дослідження не лише ілюструють наявні проблеми, а й свідчать про готовність до діалогу, прагнення до компромісу та бажання вдосконалювати стосунки з близькими.

Саме для того, щоб краще побачити ці прагнення й окреслити найреальніші варіанти покращення міжпоколінних стосунків, усі розгорнуті відповіді респондентів було систематизовано у таблиці 2.3. Вона наочно відображає, які саме зміни, на думку самих учасників, могли б сприяти поліпшенню взаєморозуміння, зменшенню напруги та створенню більш гармонійної атмосфери у сучасних українських сім'ях.

Таблиця 2.3

Які зміни можуть покращити відносини між поколіннями у Вашій родині?

№	Відповідь
1	Якби дорослі більше дослухались до молодих, конфліктів було б менше
2	Життя було б кращим, якби ми частіше говорили про свої почуття
3	Більше діалогу про мої потреби і спільної праці по дому
4	Більше відкритих бесід і компромісів покращили б атмосферу
5	Спілкування і компроміс
6	Ми стали більше спілкуватись і проводити вихідні разом
7	Можна було б більше довіряти моїм рішенням і давати поради як друзі, а не накази
8	Потрібно частіше слухати одне одного і не боятись визнати свої помилки
9	Гнучкіше підходити до питань бюджету
10	Цінування нових ідей та гнучкий підхід до змін

Респонденти звертають увагу на ключову роль діалогу, відкритості, готовності вислуховувати і визнавати цінність аргументів кожного незалежно від віку. Вказують, що потрібно не лише більше говорити одне з одним, а й шукати спільні рішення, йти на компроміси й не боятися змінювати вже звичні підходи у спілкуванні чи побуті. Пропозиції стосуються і формальних, і неформальних

аспектів: від спільного дозвілля та довіри до змін у фінансовій політиці, стилях виховання та реагуванні на нові ініціативи.

Таким чином, детальний аналіз усіх блоків і питань анкети дозволяє вибудувати психологічний «зріз» сучасної української сім'ї: це складна, пластична, з одного боку традиційна, а з іншого – модерна система, де конфлікт і гармонія співіснують як динамічні полюси. Демографічні особливості формують унікальний простір для діалогу «через покоління», але саме в цих зонах, у їхньому зрушенні чи стагнації, вирішується майбутнє сім'ї – як психоемоційної екосистеми, що розвивається або ні. Отримані результати створюють вірогідний фундамент для подальшого аналізу саме структурних причин і механізмів гармонізації та конфліктності між поколіннями в родині, котрий буде розгорнуто у наступному розділі.

2.3. Визначення факторів гармонізації і конфліктності міжпоколінних стосунків

Взаємини між поколіннями всередині сучасної української сім'ї мають складний, динамічний характер, що формується під впливом як психологічних, так і соціокультурних факторів. З одного боку, сім'я продовжує виконувати свою історичну роль базової соціалізації, передачі культурних норм і психологічних сценаріїв життя від старших до молодших. З іншого – масштабні трансформації та проблеми сьогодення, серед яких високі темпи змін, інформаційний вибух, поширення індивідуалізму й попередніх моделей патерналізму, породжують складні виклики для збереження єдності та досягнення гармонії в багатопоколінній родині. Проведене дослідження, результати якого представлені як у вигляді кількісного аналізу відповідей на закриті шкальні питання, так і в якісному блоці (табл. 2.1-2.3), дозволяє виділити ключові ресурси гармонізації, а також чинники, що найчастіше стають передумовами або каталізаторами сімейних конфліктів між різними поколіннями.

Починаючи із загальних емпіричних тенденцій, необхідно відзначити, що найвиразнішими індикаторами гармонійності виступають емоційна відкритість, погодженість цінностей, залучення усіх членів родини до спільного обговорення важливих питань і рівноправність у прийнятті рішень (див. рис. 2.6, 2.7). Високі оцінки за твердженням «У нашій сім'ї кожен може вільно висловлювати свої почуття» (сукупно понад 70% відповідей на рівнях 4 й 5) демонструють переважання відкритої атмосфери, в якій кожен член родини незалежно від віку може озвучити власні емоції та не побоюватися негативних наслідків або засудження. Відкритість до прояву почуттів, як показують результати, природно корелює з почуттям психологічної безпеки, зниженням гостроти конфліктів і підвищенням задоволеності стосунками.

Додатковий ресурс для гармонізації – це стиль прийняття рішень у родині: дані показали, що у 73,7% респондентів (сума відповідей на рівнях 4 і 5; див. рис. 2.7) спостерігається демократизація у стратегічних питаннях. Відсутність ієрархічного диктату дозволяє формувати стійку звичку до діалогу, спільного пошуку компромісів і залученості до вирішення справ, від побутових до принципово важливих. Це стає своєрідною моделлю партнерства у родинному середовищі, що, як зауважує О. Вовчик-Блакитна, є одним з найсильніших потримуючих факторів у стабільності сім'ї та запобіганні накопичення латентного роздратування чи відчуження [11, с. 86].

Ефект від такого підходу яскраво простежується й далі: як видно із діаграми (рис. 2.8), навіть у складних ситуаціях більшість родин шукають рішення разом. Понад 76% учасників підтвердили, що у випадку виникнення труднощів вони обговорюють проблему колективно. Це є виразною ілюстрацією того, що відкрита, довірча атмосфера у сімейному спілкуванні задає стандарт взаємодії не лише в повсякденних, а й у кризових моментах. Такий механізм формує почуття захищеності, допомагає переглядати міжособистісні кордони, гасити осередки непорозуміння та формувати спільний позитивний досвід, з якого черпають ресурс представники всіх поколінь.

Ще одним вагомим фактором виступає гнучкість у розподілі обов'язків (див. рис. 2.9). Понад 71% респондентів відзначили, що в їхніх родинах обов'язки можуть змінюватися залежно від обставин, що відображає новітній підхід до балансу між традиціями, усталеними ролями і необхідністю оперативно реагувати на життєві виклики. Це, по суті, практичне втілення стратегії взаємної підтримки, готовності підхопити відповідальність, проявити ініціативу, що є ключовим для зниження емоційного напруження та розвитку солідарності між поколіннями.

Варто підкреслити, що дані про спільне проведення часу (рис. 2.10) та якість сімейного дозвілля вказують на те, що для майже половини опитаних (47,4%) характерне постійне створення простору для щирого, неформального контакту. Такі комунікативні ритуали як спільна підготовка вечері, сімейні прогулянки, відпочинок за столом – виступають психотерапевтичним ресурсом, допомагають трансльовувати цінності, зміцнюють почуття єдності, дозволяють запобігати конфліктам завдяки природній атмосфері підтримки й взаємної радості від спілкування.

Одним із визначальних факторів гармонії, що дає підстави говорити про її стійкість у родинній системі, є стиль подолання труднощів та конфліктів. Дані кількісного аналізу свідчать: якщо навіть конфлікти і виникають, вони переважно не мають руйнівного, антагоністичного характеру (див. рис. 2.12 та таблицю 2.2). Більшість респондентів оцінюють рівень напруження у сім'ї як помірний, а характер конфліктів – ситуативний, обумовлений не принциповими світоглядними розбіжностями, а здебільшого питаннями розподілу обов'язків, фінансами, дрібними деталями побуту, що піддаються врегулюванню через спільний пошук рішень.

Інтерпретація відкритих відповідей респондентів (див. табл. 2.2) дозволяє поглибити розуміння природи конфліктності. Тут чітко вирізняються теми «контролю – свободи», бажання молодших отримувати довіру, а не постійні вказівки, а також прагнення старших до збереження власного авторитету, виключне право контролювати найважливіші питання сімейного та

професійного вибору дітей. Зокрема, суперечки часто виникають і через розбіжності у сприйнятті престижу, пріоритетів у відпочинку, організації життєвого простору тощо. У відкритих відповідях («Строгість батьків і наше бажання свободи», «Дратує байдужість молодших до порад старших», «Суперечки через розподіл обов'язків, грошові питання», «Основні конфлікти через виховання дітей» тощо) простежується тенденція до сутички цінностей саме там, де ігнорується або не визнається потреба певного члена сім'ї на автономію та розвиток [11, с. 88].

Актуальною проблемою залишаються також питання справедливого розподілу ролей і ресурсів, особливо в умовах економічної нестабільності, зростання ролі жінок на ринку праці, багатозадачності та появи потреби в постійній адаптації стилю проживання, професійної мобільності. Саме тут найбільше проявляється потенціал як для конфлікту, так і для гармонізації: родини, які здатні досягти гнучкого, глибоко осмисленого балансу, демонструють вищу задоволеність, стійкість перед зовнішніми і внутрішніми викликами.

Особливої уваги, згідно з результатами аналізу, потребують комунікативні навички. В тих сім'ях, де відсутня культура діалогу, де не прийнято ділитися почуттями та обговорювати проблему до її нагромадження, навіть незначні відмінності у поглядах можуть переростати в тривалі образи, дистанцію, а то і розрив емоційного контакту. Регулярне використання механізмів відкритих сімейних нарад, рефлексія щодо почуттів та потреб, підтримка взаємної поваги – все це формується насамперед через культуру спілкування, що формується і самими членами сім'ї, і за прикладом старших поколінь.

Крім того, суттєве значення має міксування традиційного й інноваційного (див. відповіді таблиці 2.1). Гармонійна родина, як правило, не замикається на відтворенні лише тих моделей, що реалізовувалися 10-20 років тому. Вона готова до перегляду традицій, прийняття нових ідей, визнання реалій сучасної культури, цифровізації, появи принципово нових форм дистанційного спілкування чи просто активнішого врахування інтересів всіх поколінь, не

відкидаючи значення родинної історії. Саме компроміс, готовність говорити про зміни й робити їх корисними для всіх, виступає надійним фундаментом стійкого розвитку.

Важливу роль також відіграє рівень емпатії, вміння розуміти і приймати інший досвід. Дослідження і груповий аналіз відповідей респондентів свідчать, що там, де зберігається «монолог» – домінування лише батьківського голосу, жорстка позиція «старший завжди правий», бракує не тільки конструктивного конфлікту, але й розвитку психологічної стійкості, знаходження нових способів інтеграції. Навпаки, родини, які обрали курс на «сімейне партнерство», постійну рефлексію та подолання власних бар'єрів, отримують більше задоволення від спільного життя.

Підсумовуючи зазначене, можна констатувати: гармонія між поколіннями заснована перш за все на відкритості, регулярній щирій комунікації, рівному доступі до обговорень життєвих питань, підтримці ініціативи й самостійності молодших, запозиченні старшими нових поглядів та технологій, сумлінному й гнучкому розподілі обов'язків і взаємної готовності шукати компроміси. Конфлікти, з іншого боку, виникають тоді, коли порушується особиста автономія, є перевага авторитарного стилю, відбувається ігнорування справжніх почуттів і прагнень членів сім'ї, а також бракує визнання різноманіття інтересів і життєвих сценаріїв.

Позитивним є те, що навіть на тлі перманентних змін і викликів суспільства, переважна більшість респондентів демонструють готовність до змін і напрацьовують власний досвід гармонізації, експериментуючи з новими формами взаємодії, знаходячи власний баланс між особистим, родинним та суспільним.

Таким чином, узагальнення факторів гармонізації і конфліктності міжпоколінних стосунків дозволяє не лише зрозуміти закономірності та варіативність сучасної сім'ї, а й дає підстави для формування практичних рекомендацій, спрямованих на попередження хронічних конфліктів, підвищення

психологічної культури, формування довіри, колективної згуртованості і зрештою стійкості родинної системи як основи стійкості всього суспільства.

РОЗДІЛ 3
ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГАРМОНІЗАЦІЇ МІЖПОКОЛІННИХ ВІДНОСИН У СІМ'Ї

3.1. Програмний підхід до гармонізації міжпоколінних стосунків у сім'ї

Актуалізація проблеми гармонізації міжпоколінних стосунків в умовах стрімких соціальних змін, кризи авторитетів і модифікації структур сім'ї в Україні вимагає розробки системного, цілісного програмного підходу, який враховує індивідуальні й соціокультурні відмінності родин, розмаїття моделей сімейної взаємодії та багатоступеневість сімейних трансформацій [11, с. 86; 18, с. 92].

В емпіричному та теоретичному розділах даної роботи було доведено, що гармонія між поколіннями не народжується автоматично як продукт «хорошого» виховання чи самочинної традиції: вона формується цілепокладено, через впровадження спеціальних стратегій, соціокультурних інновацій і психологічно зумовлених технологій комунікації [7, с. 14; 16, с. 227]. Основними чинниками, що цього забезпечують, виступають: культ діалогу, сталий баланс між стабільністю традиції та гнучкістю змін, взаємоповага й емпатія, розвиток культури сімейної підтримки, відкритість до складних розмов про цінності та реалії, а також готовність до трансформації власних стереотипів представниками всіх поколінь.

Під «програмним підходом» у психології сім'ї варто розуміти впровадження системних інтеграційних стратегій, що базуються на результатах комплексної діагностики та відповідях на нагальні запити різних поколінь щодо психоемоційної, когнітивної, соціально-побутової, ролевої й аксіологічної (ціннісної) взаємодії [17, с. 117]. Такий підхід не обмежується разовими консультаціями чи ситуативними втручаннями: він включає довгострокову програму дій, адаптивну до змін складу сім'ї, економічних і світоглядних загроз, демографічної чи ціннісної кризи.

Програмна модель гармонізації розкривається як система послідовних кроків, спрямованих на три ключових напрями:

1. Поетапну діагностику потреб і проблем,
2. Впровадження цілеспрямованих освітньо-корекційних, комунікативних та психологічних практик,
3. Інституціалізацію родинних ритуалів та інновацій (залучення нових практик взаємодії: сімейні ради, інтегроване святкування, спільні проєкти, включення усіх поколінь до прийняття важливих рішень) [12, с. 23].

Опираючись на результати попереднього аналізу, доречно виділити етапи програмного підходу до сімейної гармонізації, який може бути зручно поданий у вигляді таблиці. Така таблиця дозволяє чітко впорядкувати як цілі програми, так і комплекс заходів та індикаторів їх ефективності (див. Табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Програмний підхід до гармонізації міжпоколінних стосунків у сім'ї: етапи, завдання, інструменти та очікувані результати

Етап	Завдання	Інструменти/практики	Очікувані результати
Комплексна діагностика	Виявлення прихованих конфліктів, зон ризику, ресурсів; оцінка ціннісних орієнтацій	Соціометрія родини, психодіагностичне інтерв'ювання (FACES-3, PCRQ), аналіз сімейної історії, заповнення анкет саморефлексії	Формування індивідуального профілю родини, визначення домінуючих сценаріїв взаємодії, підготовка до цілеспрямованої програми
Формування культури діалогу	Навчання технік сімейного діалогу, розвитку емоційної грамотності, толерантності, активного слухання	Психоосвітні групи, тренінги комунікативної компетентності, сімейні майстер-класи/арт-терапія, рольові ігри	Підвищення довіри, зниження конфліктності, розвиток уміння висловлювати почуття, враховувати потреби інших

Продовження таблиці 3.1

Впровадження сімейних рад і регулярних обговорень	Інституалізація організованого діалогу (сімейні зібрання, «день новин», «відкрите коло» тощо)	Регулярні сімейні ради, «щотижнева розмова», зустрічі за принципом «рівність і повага»; моделювання/рефлексія	Формування звички до партисипації, врахування думки всіх, профілактика накопичення образ і непорозумінь
Спільне створення нових традицій та ритуалів	Гармонізація через родинні свята, колективні проєкти, спільні заходи, посильна участь різних поколінь	Колективні подорожі, творчі вечори, святкування з залученням представників усіх вікових груп, «духовний міст» родини	Зміцнення ідентичності, емоційної близькості та підтримки, підвищення ресурсності родини
Гнучке коригування і зворотний зв'язок	Оцінка ефективності заходів, корекція у разі нових проблем чи змін у сім'ї	Повторна діагностика, «опитування задоволеності», консультування, підтримка сімей психотерапевтом чи консультантом	Стійка гармонія у взаєминах, розробка нових моделей вирішення конфліктів, формування «екосистеми підтримки»

Розробка такої програми передбачає не лише разове втручання, а постійний моніторинг, адаптацію й активне залучення всіх членів родини до процесу змін [17, с. 126]. У цьому сенсі, важливу роль відіграє саме інтеграція поколінь – кожен учасник родини розглядається як джерело унікального досвіду, носій власних потреб і цінностей, а сучасна програма гармонізації має створювати простір, де голоса всіх поколінь однаково важливі.

Ключовим принципом успішної програмної моделі є позиція «гармонізуюча сім'я – це гнучка команда», де навчаються не лише вирішувати актуальні труднощі, а й передбачати й усувати приховані джерела майбутніх непорозумінь. Одне з новаторських рішень – створення «сімейної ради», коли раз на тиждень або місяць усі члени родини рівноправно діляться своїми труднощами і перспективами, обирають «тему тижня», генерують пропозиції щодо дозвілля, розподілу обов'язків, бюджетних рішень, розглядають нагальні проблеми. Ефективність таких рад підкріплюють дослідження [10, с. 43; 12, с.

23]: навіть сам факт регулярного збирання стимулює відчуття залученості, знижує число невисловлених образ і відстрочених конфліктів.

Другий важливий блок програмного забезпечення – це психоосвітній і тренінговий компонент. Саме розвиток навичок активного слухання, емоційної рефлексії, вміння артикулювати свої очікування й приймати незручну інформацію з повагою до співрозмовника, закладає можливість спільного подолання криз, «розрядки» давніх образ, підтримки конструктивного спілкування [18, с. 145]. Проведення майстер-класів, лекцій, арт-терапевтичних сесій для різних поколінь із відпрацюванням таких навичок можна включати у родинні святкування чи буденні традиції.

Дуже важливо у програмній моделі приділити увагу питанням гнучкості й адаптивності: життя родини змінюється, з’являються нові її члени, змінюється економічний профіль, хтось виростає, хтось втрачає працездатність, старіє, народжуються діти або внуки. Саме тому комбінація діагностики (опитування, інтерв’ювання, самооцінювання) та регулярного обговорення досвіду і відчуттів актуалізує проблеми на етапі їх утворення і дозволяє швидко вносити корекції [12, с. 25].

Окремо в структурі програмного підходу варто зазначити роль інтергенераційної фасилітації (модерування), яка може здійснюватися як сімейним «медіатором» (старший член родини з високим рівнем емпатії й довіри), так і зовнішнім психологом, психотерапевтом чи фасилітатором. Водночас, у групах високого ризику чи хронічної конфліктності доцільно залучати фахівців закладів сімейного консультування, шкільних чи місцевих соціальних служб [41, с. 180].

Впровадження програм гармонізації часто потребує не лише індивідуальних, сімейних, а й соціально-інституційних зусиль. В Україні перспективним є розвиток мережі сімейних клубів, громадських організацій із підтримки батьківства, бабусинських/дідусевих осередків та ком’юніті, де обговорюються питання міжпоколінних контактів, розробляються моделей профілактики відчуження поколінь [12, с. 24].

Серед успішних психопрограм та тренінгових рішень для сімейної гармонізації – тематичні заняття «Діалог поколінь», «Жива традиція», спільні сімейні арт-терапевтичні заходи, проекти «Моя сімейна історія», організація вечорів-спогадів, фотопроектів «Родовід», благодійних або волонтерських акцій із залученням всіх вікових груп родини – кожен із цих компонентів посилює не лише почуття єдності, а і дозволяє виробити механізми спільного ціннісного бачення [12, с. 25; 41, с. 186].

Кожна ефективна програма гармонізації має передбачати етап зворотного зв'язку у вигляді рефлексійних інтерв'ю чи анкет після впровадження ключових інновацій – «що змінилося?», «які проблеми залишилися?», «де ще бракує порозуміння?». Це дозволяє налаштовувати програму у динаміці й уникати «заштампованості» психологічної підтримки, підлаштовуватися під реальні потреби і контекст родини [17, с. 131].

Отже, програмний підхід до гармонізації міжпоколінних стосунків – це не набір окремих інструментів, а цілісна система, що враховує особистісне, ціннісне й соціальне багатоголосся родини, забезпечує її здатність до змін і підтримки учасника будь-якого покоління. Його реалізація – це шлях від простого «співіснування» до справжньої «сімейної команди», що гармонійно поєднує традицію із сучасністю, стабільність із динамікою, досвід із новизною.

3.2. Психологічна профілактика і корекція проблем міжпоколінної взаємодії

Практика сімейної психології переконливо доводить, що навіть найкраща програма гармонізації не працюватиме автоматично, якщо не впроваджувати систематичну профілактику і не реагувати гнучко на реальні проблеми всередині конкретної родини. Якщо програмний підхід (див. пункт 3.1) фокусується на вибудові сталої стратегії тривалої роботи з гармонією, то профілактика і корекція – це інструмент «швидкої допомоги», «раннього попередження» та реагування

на динамічні зміни у міжпоколінних стосунках, частіше прицільний, адресний, реактивний та ситуаційний за своєю природою.

За матеріалами власних і більшості класичних досліджень [11, с. 89; 41, с. 195], це повторювані конфлікти через різницю цінностей, напади образи та відчуження, рольові суперечності у кризових ситуаціях (наприклад, хвороба, міграція, втрата роботи), а також глибші психологічні бар'єри, що проявляються в уникненні спілкування, маніпуляціях, травматизації тощо.

Завдання профілактики – не чекати піку напруги, а заздалегідь вирівнювати простір взаєморозуміння, ловити тривожні ознаки втрати ентузіазму до спільних справ, ігнорування емоцій, перші прояви дистанціювання. Корекція ж – це вже робота з конкретною кризою або стійкою негативною динамікою, і вона ґрунтується на принципах безоціночності, акценту на ресурсах, пошуку альтернатив і максимально нейтрального фасилітатора.

Профілактичні заходи завжди побудовані на уважному аналізу сімейної атмосфери. Доцільна регулярна самооцінка (опитувальники емоційного клімату, перевірка рівня довіри, перелік останніх конфліктних моментів), що дозволяє навіть не залучаючи зовнішнього психолога швидко помічати ті теми, які лишаються «поза поверхнею». Сімейні бесіди – коли раз на тиждень чи місяць родина неформально розмовляє за структурованим алгоритмом («Що мені сподобалось у спілкуванні з родиною за тиждень, що засмутило, що важливо сказати наступного разу?») – вже самі по собі діють як антипровокатори загострення конфліктів.

Особливості профілактики у міжпоколінних стосунках полягають у тому, що вона має бути багаторівневою й включати:

- Мікропрофілактику (щоденні практики: емоційне «налаштування» ранку, короткі діалоги «про себе», виявлення почуттів),
- Мезопрофілактику (системні сімейні зустрічі для фіксації спільної динаміки, «день прощення», обмін листами чи творчими посланнями),
- Макропрофілактику (залучення до сімейних ценностей громади, родинних свят, менеджменту значущих сімейних проєктів) [11, с. 83; 17, с. 132].

На етапі корекції доцільно змінюється і рівень, і формат роботи. Тут уже не йдеться лише про «теплу бесіду» – нерідко потрібна справжня фасилітація, психотерапевтична чи навіть кризова інтервенція. Корекція починається з адекватної діагностики проблеми (коріння образи – це суто зіткнення цінностей? симптом втрати авторитету одного з поколінь? конкуренція через ресурси?).

Після постановки «соціально-психологічного діагнозу» стартують цілеспрямовані заходи:

– Медіаційні сесії з психологом чи навченим родичем, де кожний учасник конфлікту має гарантований час для безпечного висловлення своїх претензій, страхів, побажань [32, с. 32].

– Використання арт-технік, наприклад, складання «родинної мапи очікувань», спільне малювання «сімейної пригоди», «життєвий таймлайн» – це допомагає візуалізувати, до чого прагне кожен, і визначити справжні точки зіткнення.

– Впровадження «рольової ротації» – один тиждень усі діти «керують днем», наступний – старші створюють сімейний захід, ще наступний – всі готують вечір спільних спогадів. Це виховує повагу до досвіду одного, креативність іншого й емпатію у всіх [10, с. 57].

– Ведення «щоденника діалогу» – кожен пише про власний настрій, невдоволення, радість щодо родини, а потім ці нотатки анонімно обговорюються й перетворюються на позитивні меседжі або плани розвитку.

Сутнісною відмінністю корекції є те, що вона сфокусована на процесі, а не на результаті. Вона допускає і помилки, і «крок назад», і випадки повернення до невдачі – але якщо учасники готові повертатись до діалогу, навіть якщо кожна нова бесіда спершу викликає дискомфорт чи спротив, це і є корекційний поступ [41, с. 205].

Цінним і у профілактиці, і у корекції є залучення інтергенераційних історій успіху – обговорювання досвіду «важких» періодів минулого, обмін родинними «страшилками» та «анекдотами», аналіз ключових ситуацій, які вже вдалося

подолати спільно. Саме такі живі спільні наративи діють потужніше за будь-які універсальні рецепти [12, с. 26].

Окремої уваги заслуговує профілактика «вигорання старших»; люди похилого віку або батьки в період життєвих чи професійних змін легко можуть опинитись у ролі «жертв сімейних нововведень» – отримують менше уваги, їхні навички або життєвий досвід обесцінюється. Для профілактики таких ефектів важливо розробляти спільні міжпоколінні проекти: занурення у сучасні технології («цифровий лікбез для дідусів-майстер-класів від онуків»), родинні майстеркласи, проєкти «родинний щоденник», підтримка інтересу до спільного дозвілля [15, с. 142].

Корекція для підлітків та молоді може включати експрес-психотерапевтичні практики («скринька ресурсів», «діалог крізь листування», робота з тілесними проявами стресу під час сімейних сварок), групові настільні ігри для сімейних суперечок чи навіть публічних дебатів – коли кожне покоління «захищає свою позицію», а потім відбувається взаємний обмін ролями [41, с. 191]. У табличній формі це доцільно узагальнити так:

Таблиця 3.2

Ключові інструменти психологічної профілактики й корекції міжпоколінних проблем

Тип впливу	Методи/техніки	Формат проведення	Ефект
Мікро-профілактика	Щоденні міні-діалоги, «check-in», спільна вправа «добрий ранок»	Домашній, індивідуальний, сімейний	Підвищення емоційної грамотності, зміцнення довіри
Мезо-профілактика	Спільна сімейна нарада, «день прощення», обмін листами	Щотижневий, періодичний, «сімейний клуб»	Завчасне попередження накопичення проблем
Макро-профілактика	Інтергенераційний проєкт, родинна екскурсія, святковий квест, фасилітація	Усі покоління, за участю зовнішнього фахівця	Поглиблення інтеграції, «відчуття родини»

Продовження таблиці 3.2

Корекція кризова	Сімейна медіація, психотерапія, рольовий тренінг	Залучення психолога, іноді кілька сесій поспіль	Зменшення напруги, нова модель стосунків
Корекція тривала	Ведення щоденника діалогу, організація рольових ротаторів	Домашній, під контролем фахівця чи старшого	Перебудова комунікації, поступ агресії в діалог

Важливо підкреслити, що профілактика значно дешевша емоційно, більш екологічна для атмосфери в сім'ї, ніж «гасіння пожеж» уже хронічних конфліктів. Щоб перехід до корекції не став травматичним, потрібна регулярна підтримка – іноді навіть у позафаховому форматі (залучення старших дітей, прабабусь як фасилітаторів, дослухання до чужого досвіду), розвиток звички до перегляду власних сценаріїв, визнання права кожного на зміни, помилки, особистий простір.

Зрештою, змістовна профілактика й корекція в родині – це не разова освітня акція чи консультація: це щоденна, пластична робота всіх поколінь над екологічністю сімейної атмосфери, де немає остаточно правильного сценарію, але є щире бажання чути, розуміти, приймати іншу точку зору, робити кроки їм назустріч і разом шукати свій шлях до стійкої довіри й тепла.

3.3. Практичні рекомендації для членів сім'ї різних поколінь та психологів-консультантів

Оптимізація міжпоколінної взаємодії в сучасній родині передбачає не лише впровадження широких програмних чи профілактичних стратегій, а й дотримання конкретних принципів і технік, які сприяють профілактиці конфліктів, посиленню емоційної близькості, адекватному розподілу сімейних ритуалів і обов'язків. На основі аналітичного узагальнення результатів власного емпіричного дослідження, а також структурування ключових ідей провідних наукових розвідок [7; 11; 16; 41], доцільно запропонувати низку рекомендацій,

орієнтованих як на окремих членів сім'ї різних вікових груп, так і на фахівців-психологів, які здійснюють супровід і консультаційну підтримку родини.

– Для представників молодшого покоління (діти та підлітки):

Ефективне функціонування особистості в родинній системі передбачає формування навичок конструктивного емоційного самовираження. Доречно сприяти розвитку здатності до саморефлексії (через щоденники, психоосвітні вправи), опануванню навичок формулювання і артикуляції власних емоційних запитів та потреб поза форматом протестної поведінки [41, с. 184]. Необхідно теоретично і практично наголошувати на затребуваності залучення молодших до колективної участі у сімейних ініціативах, інтеграції у реалізацію спільних проєктів, ритуалів та дозвілля. Молодші члени сім'ї мають поступово вчитися ініціювати конструктивний діалог із батьками чи старшими, адміністративно не обираючи конфронтаційну модель, а розробляючи алгоритми аргументованих звернень та запитів.

– Для дорослих членів родини (батьків, членів подружжя, дорослих дітей):

Ключовим запобіжником хронізації конфліктів є відмова від ригідних стилів комунікації – зокрема, прямого авторитарного впливу, «моралізації», демонстративної ролі дорослого як єдиного носія легітимності сімейного досвіду [17, с. 123]. Науково доведено, що найбільш ефективною є практика інтенсивної рефлексії власної взаємодії (у форматі «емпатичного дзеркала», консультативно-психологічних груп) і широке впровадження партисипативних (спільних, а не формально меритократичних) практик сімейного прийняття рішень. Необхідно розширювати палітру спільної діяльності, переорієнтовуючи традиційні ритуали на нові формати з урахуванням інтересів усіх поколінь, а також відкрито визнавати власні помилки, провини чи емоційні збої у спілкуванні.

У роботі з підлітками та молоддю рекомендується систематично ініціювати та підтримувати практики відкритих обговорень емоційних труднощів і особистих проблем, забезпечуючи знижений рівень моралізаторства і підвищену включеність у дискусії про індивідуальні цінності та життєві цілі [7,

с. 79]. Навички запобігання конфлікту досягатимуться через впровадження технологій «я-інтервенцій» (опис почуттів замість звинувачення), системної підтримки сімейних цінностей, а також відмову від узагальнених порівнянь і повторних негативних стереотипів.

– Для членів старшого покоління (літні батьки, бабусі, дідусі):

Рекомендації полягають у активізаційній інтервенції щодо власної гнучкості, сприйнятливості до змін у родинній системі. Старшим потрібно уникати трансляції моделі «єдиного джерела істини», демонструючи відкритість до практики отримання навичок, необхідних у сучасному інформаційному світі, а також залучатися до регулярного оновлення сімейних ритуалів. Необхідно переглянути ставлення до автономії молодших, не сприймати суперечки чи ініціативу як загрозу власному авторитету, а навчатися партнерському ставленню до «спадкоємців» родинної традиції. Позитивного ефекту досягає залучення літніх до сучасних форм дистанційного спілкування, сімейних проєктів, у яких усі покоління мають рівну можливість проявити свою думку і компетентність.

Загальні міжпоколінні практики для розвитку гармонії:

– Створення постійного «простору безпечного діалогу» у родині, де кожен участник незалежно від віку має погоджену право висловити думку щодо основних родинних рішень (питання бюджету, дозвілля, планування свят, підтримки у кризових ситуаціях).

– Систематизація і переосмислення родинних традицій з акцентом на інтеграції – розробка нових ритуалів, у яких повноцінно беруть участь всі члени сім’ї.

– Запровадження практик рефлексивного аналізу конфліктів – після суперечливих ситуацій необхідно повертатися до їх обговорення у спокійній обстановці, аналізувати причини, почуття та реакції, виокремлювати зони для покращення взаєморозуміння.

– Стимулювання особистісної автономії, розвиток емпатії до інтересів інших поколінь, впровадження кооперативних підходів до вирішення побутових питань.

У процесі консультативної діагностики приділяти першочергову увагу не стільки зовнішньому прояву конфлікту, скільки дослідженню внутрішньої динаміки сімейної ідентичності, прихованих очікувань, симптомів незадоволеної потреби у визнанні з боку кожного покоління.

Використовувати методи комплексних інтервенцій: індивідуальні і групові бесіди, фасилітовані сімейні ради, арт-терапію, психогерменевтичний аналіз родинної історії, проективні та моделюючі техніки (сімейна скульптура, рольові реконструкції типових конфліктів) [32, с. 35].

Заохочувати родину до впровадження регулярних сесій «зворотного зв’язку» після терапії, стимулювати розвиток саморефлексійної культури (щоденники спостережень за власними реакціями у сімейних ситуаціях).

Формувати індивідуалізовані поетапні плани гармонізації з урахуванням унікального сімейного досвіду, а також консультувати сім’ю щодо необхідності залучення зовнішніх ресурсів (тренінги, супервізії, громадські сімейні клуби).

Особливо варто дбати про зниження емоційного вигорання у членів сім’ї, що мимоволі стають «стрижнем» міжпоколінної комунікації, сприяти їхньому залученню до професійної психопедагогічної підтримки, а також створювати психокорекційні платформи для самонавчання і обміну досвідом між різними родинами.

Кінцевою метою впровадження запропонованих рекомендацій є формування унікальної культури сімейної взаємодії, де різноманіття поглядів і способів життя не роз’єднує, а інтегрує учасників у динамічну й адаптивну родинну спільноту, сприяє підвищенню емоційної зрілості, гнучкості та психологічної стійкості кожного покоління. Це дозволяє не тільки мінімізувати ризики хронічної конфліктності, а й суттєво зміцнити ресурсний потенціал родини як основи здорового функціонування суспільства.

ВИСНОВОК

У кваліфікаційній роботі було комплексно досліджено теоретичні засади, соціокультурні передумови та емпіричні закономірності формування і динаміки міжпоколінних відносин у сучасній сім'ї. Науковий аналіз показав, що сім'я залишається основною психосоціальною структурою, в межах якої відбувається передача цінностей, моделей поведінки та життєвих стратегій, а характер міжпоколінних взаємозв'язків виступає системоутворюючим фактором психологічного розвитку індивіда.

Результати проведеного теоретико-емпіричного дослідження підтвердили, що сучасна українська сім'я дедалі більшою мірою тяжіє до впровадження партисипативних форм взаємодії: переважає тенденція до відкритого діалогу, гнучкого розподілу ролей і колективного прийняття рішень. Разом із тим, виявлено, що зміна соціокультурного контексту, цифровізація, зростання ролі особистісної автономії загострюють характерні для різних поколінь відмінності у стилях мислення, способах комунікації, ставленні до авторитету й традиції. Найбільш проблемними зонами виявилися питання контролю, меж особистого простору, суперечливі підходи до виховання, розподілу обов'язків та ресурсів, а також різні сприйняття цінності сімейних ритуалів. У низці родин спостерігається так званий ефект «видимої згуртованості» – збереження формальних елементів єдності за наявності латентних емоційних бар'єрів.

Емпіричний аналіз підтвердив, що найважливішими факторами гармонізації міжпоколінних стосунків є відкритість до спільного обговорення сімейних проблем, взаємна підтримка, гнучкість у ритуалах і правилах, толерантність до різноманіття життєвих позицій і готовність звертатись одне до одного у складних ситуаціях. Спільне створення нових традицій, рівноправність у прийнятті рішень і цілеспрямована підтримка емоційної культури родини відіграють роль запобіжників хронічної напруги. Водночас, ключовими детермінантами конфліктності виступають жорсткі ролеві схеми, персоніфікований контроль, відсутність практик рефлексії й діалогу та

домінування установок минулого без урахування сучасних запитів молодших поколінь.

Проведене анкетування, побудоване на інтеграції міжнародних діагностичних інструментів (FACES-3, PCRQ), дало змогу виділити як універсальні типи міжпоколінних відносин, так і проміжні диференційовані моделі. Дані показали, що рівень відкритості у висловленні емоцій, включення дітей і літніх членів у сімейні рішення, спільне святкування й вирішення кризи визначають суб'єктивне відчуття задоволеності та ресурсності сімейної системи.

До практичних результатів дослідження можна віднести обґрунтування програмного підходу до гармонізації міжпоколінних відносин, що передбачає поетапну психологічну діагностику атмосфери в сім'ї, формування культури рівного діалогу, впровадження структурованих сімейних рад, створення спільних проектів і ритуалів, психопедагогічний супровід під час криз чи конфліктних періодів розвитку сім'ї. Доведено, що ключовою умовою сталого розвитку родини є здатність усіх поколінь адаптуватися до змін, переглядати стереотипи, бути відкритими до рефлексії власних цінностей і в момент труднощів переходити до конструктивного партнерства.

Психологічні рекомендації, одержані у дослідженні, спрямовані на розвиток рефлексивно-діалогічної взаємодії: для молодших – важливість навчитися формулювати емоційні запити, нарощувати досвід відповідального вибору та долучення до прийняття рішень; для дорослих – відмова від ригідних комунікативних моделей, впровадження практик горизонтальної кооперації у родинному колі; для старших – розвиток гнучкості, підтримка ініціативи молодших й активне залучення до інноваційних спільних форм активності. Психологам-консультантам рекомендовано приділяти увагу прихованим очікуванням і потребам кожного покоління, розвивати фасилітуючі підходи у комунікації, використовувати комплексні психодіагностичні та психокорекційні технології.

Практичне впровадження запропонованих моделей і рекомендацій доцільне не тільки у сімейному консультуванні, а й у роботі з педагогічним

колективом, соціальними службами, громадськими ініціативами, спрямованими на розвиток сімейних цінностей і профілактику дезадаптації в сім'ях різних типів. Одержані результати становлять основу для подальших досліджень феномену міжпоколінної взаємодії як запоруки психологічної зрілості, здорового функціонування сім'ї і стійкості суспільства в період турбулентних соціокультурних змін.

Таким чином, проведене дослідження підтвердило, що основою гармонійного розвитку сучасної сім'ї є інтеграція традицій і оновлених стратегій взаємодії, чітка робота з цінностями, діалогічна культура і регулярна психологічна підтримка. Гармонійні міжпоколінні відносини формуються не лише шляхом передачі готових схем і зразків, а переважно через чутливу взаємодію, рефлексію потреб і баланс індивідуального й спільного. Пропоновані результати і практичний інструментарій можуть слугувати дієвим ресурсом для фахівців у галузі психології сім'ї та для самих українських родин у щоденному шляху до стійкої гармонії поколінь.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алєксєєнко Т. Ф. Проблема цінностей в інтерпретації конфлікту батьків і дітей у теорії поколінь. Педагогіка і психологія. *Науково-теоретичний та інформаційний журнал Академії педагогічних наук України.* Київ : Педагогічна преса, 2018, № 3. С. 68–76.
2. Ануфрієва Н., Зелінська Т., Єрмакова Н. Соціальна психологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. К. : Каравела, 2011. 295 с.
3. Бевз Г. Особистісні, соціальні та суспільні ресурси врегулювання соціальних конфліктів: міждисциплінарний підхід. Humanitarium: Психологія. 2018. Т. 41, № 1. С. 7–17.
4. Берлач А. Конфліктологія. Навч. посіб. для дистанційного навчання. К. : Університет «Україна», 2007. 204 с.
5. Білецька І. К. Вирішення моральних завдань як метод виховання цінності іншої людини. *Рідна школа*. 2005. № 1. С. 15-17.
6. Богдан Ж., Мовчан Я. Ґендерна психологія : навчально-методичний посібник. Харків: Друкарня Мадрид, 2021. 155 с.
7. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. К. : МАУП, 2001. 95 с.
8. Борзик О. Спецкурс «Формування гармонійних міжособистісних відносин особистості»: навч. посіб. Харків : Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, 2018. 56 с.
9. Буленко Т. В. Тенденції розвитку української сім'ї та її проблеми на сучасному етапі. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України* / за ред. Максименка С. Д. К., 2001. Т. 3, ч. 4. С. 20–24.
10. Вінс В. А., Кашпур Ю. М., Кузьменко Т. М. Гармонізація міжособистісних взаємин подружніх пар засобами психологічного консультування. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. № 1. 2022. С. 42–46.
11. Вовчик-Блакитна О. О. Міжпоколінна взаємодія як ресурс. *Актуальні проблеми психології.* 2019. Вип. 47. Т. 7. С. 80–91.

12. Вознесенська О. Л. Гуманізація стосунків між поколіннями: досвід сімейної арт-майстерні. *Наук. студ. із соц. та політ. психол*. : зб. статей ; АПН України, Ін-т соціальної та політичної психології ; [редкол. : С. Д. Максименко, М. М. Слюсаревський та ін.]. К. : Міленіум, 2007. Вип. 17 (20). С. 19–27.
13. Галичанська А. Міжпоколінний конфлікт як спосіб взаємодії представників різних поколінь у сім'ї. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія».* Серія «Психологія і педагогіка». 2014. Вип. 26. С. 35–38.
14. Георгадзе Т. О. Традиційна сім'я та її роль в сучасному українському суспільстві. *Science, Research, Development. Pedagogy*. 2018. № 12. С. 27–29.
15. Гірняк А. Н, Глова І. М. Передумови формування гармонійної міжособистісної взаємодії в молодій сім'ї. Україна в умовах реформування правової системи: сучасні реалії та міжнародний досвід : матеріали IV міжнар. наук.-практ. конф., м. Тернопіль, ТНЕУ, 5-6 квіт. 2019 р. Тернопіль : Економічна думка. 2019. Т. 2. С. 133–136.
16. Гірняк А. Психологія модульно-розвивальної взаємодії: монографія. Тернопіль : ВПЦ «Університетська думка». 2020. 376 с.
17. Гірняк А.Н. Поняттєво-категорійне поле і наукові підходи до розуміння взаємодії у психології. *Психологія і суспільство.* 2017. № 3. С. 112-126.
18. Горецька О. В., Сердюк Н. Психологія сім'ї : навчальний посібник для студентів спеціальності «Практична психологія», «Початкова освіта». Бердянськ : Видавець Ткачук О. В., 2015. 216 с.
19. Гуменюк Л. Соціальна конфліктологія: підручник. Львів : ЛДУВС, 2015. 564 с.
20. Гусєв А. Діалог як технологія вирішення конфліктів: принципи побудови. VIII Міжнародна науково-практична конференція «Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах трансформації освіти», Київ, 2019. С. 31–34. URL: http://umo.edu.ua/konferenciji

21. Гусєв А. Світоглядні основи комунікативних технологій врегулювання соціальних конфліктів. Другий Всеукраїнський конгрес із соціальної психології «Соціальна психологія сьогодні: здобутки і перспективи», Київ, 2019. С. 92–94. URL: http://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2019/11/Theses-UCSP2019.pdf
22. Довбенко Л.Ю. Проблеми психологічної діагностики дисгармонійного розвитку особистості дітей та підлітків. *Педагогіка і психологія.* 2009. № 3. С. 22–28.
23. Довгань Н. О. Психологія соціокультурної взаємодії поколінь : монографія. К. : Талком, 2020. 539 с.
24. Єхалова Л. В. Психологічний клімат родини і психічний розвиток. *Соціальна психологія*. 2005. № 5 (13). С.137–143.
25. Зінченко Л. В., Шаповалова Н. В. Теоретичний аналіз поняття «взаємодія» як соціально-психологічний феномен. URL: https://sworld.com.ua/konfer34/457.pdf
26. Івачевська О. Програма емпіричного дослідження специфіки соціальних конфліктів у сучасних сім'ях. Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні питання педагогіки та психології: наукові дискусії», Харків, 2018. С. 93–97.
27. Квас Р. Конфлікти в сім'ї: особливості та специфіка. *Науковий журнал.* № 8. 2016. С. 1–4.
28. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості: навч. посіб. Київ : Либідь, 2007. 256 с.
29. Коваленко О. Г. Міжособистісне спілкування осіб похилого віку: психологічні аспекти : монографія. К. : Інститут обдарованої дитини, 2015. 456 с.
30. Ковальова С. В. До проблеми формування методологічної опори науково-педагогічного дослідження. Освіта дорослих : теорія, досвід, перспективи. № 1. 2014. С. 33–40.

31. Кондратюк Т. В. Характеристика сфери сімейних відносин суспільств сучасного типу як об’єкта державного управління. *Економіка та держава*. 2009, № 8. С. 52–55.
32. Короход Я. Д., Лазор К. П. Основи психологічної допомоги, психоконсультування та психокорекції : навч.-метод. рекоменд. Одеса : Фенікс, 2021. 72 с.
33. Кошонько Г. Соціально-психологічні особливості сучасної сім’ї. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2009. Вип. 16–17. С. 53–55.
34. Крамченкова В. О. Психологія сім’ї. Харків : Видавництво «Новое слово», 2010. 238 с.
35. Кутієнко В. П. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. Київ : Центр навчальної літератури, 2005. 128 с.
36. Кучманич І. М. Психологія сім’ї : навчально-методичний посібник. Миколаїв, 2018. 174 с.
37. Лукашевич М. П. Соціологія сім’ї: теорія і практика : навч. посібник. К. : ІПК ДСЗУ, 2012. 186 с.
38. Ляшенко Н. О., Семке Н. М. Соціологія сім’ї : конспект лекцій для студентів спеціальності 054 «Соціологія» у 2-х частинах. Ч. І. Сім’я як соціальний інститут. Харків : ХПІ, 2018. 96 с.
39. Магдисюк Л. І., Мельник А. П. Психологія життєвих криз та кризове консультування : навч.-метод. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 100 с.
40. Макарова М. В. Типи міжпоколінної комунікації як механізму соціокультурної спадкоємності. *Питання культурології*. 2019. № 35. С. 205–213.
41. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія : підручник. К. : МАУП, 2020. 256 с.
42. Максименко С. Загальна психологія. К. : Центр учбової літератури, 2008. 272 с.

43. Матвійчук О. Теорія поколінь: чому ми різні та як порозумітися одне з одним (за матеріалами інтернет-видань). URL: http://d-grand.com/inforaciiny-portal/teoriia-pokolin-chomumi-rizni-ta-iak-porozumitisia-odne-z-odnim
44. Мушкевич М. І. Психотерапія : навч. посіб. Луцьк : «Вежа», 2017. 474 с.
45. Орбан-Лембрик Л. Соціальна психологія : у 2 кн.: підруч. для студ. вищ. навч. закл. Кн. 1 Соціальна психологія особистості і спілкування / Л. Орбан-Лембрик; гол. ред. В. Куценко. К. : Либідь, 2004. 576 с.
46. Помиткіна Л. В., Злагодух В. В., Хімченко Н. С., Погорільська Н. І. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с.
47. Посвістак О. А. Біхевіористський підхід до сім'ї: специфіка та основні концепції. *Наука і освіта.* 2015. № 7. С. 111–117.
48. Потапчук Є. М., Карпова Д. Є. Психологічна діагностика сімейних ролей як моделей поведінки подружжя. *Науковий вісник Херсонського державного університету.* 2016. Вип. 4. С. 41–45.
49. Психології сім'ї: конспект лекцій / Ірина Ушакова. Харків : НУЦЗУ, 2019. 90 с.
50. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Ліра-К, 2020. 266 с.
51. Психологія сімейних взаємин. Навчальний посібник / за заг. ред. М. С. Корольчука. К. : Ніка-центр, 2012. 296 с.
52. Пухова Т. І. Розвиток уявлень про сімейні стосунки у дітей. *Питання психології.* 2016. № 2. С. 14-18.
53. Саппа М. М. Конфлікт поколінь «батьки і діти» як виклик педагогам. Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України. Харків, 2020. № 4. С. 55–57.
54. Система сучасних методологій: хрестоматія у 4-х томах / упоряд., відп. ред., перекл. А.В. Фурман. Тернопіль: ТНЕУ, 2015. Т. 1. 314 с. Т. 2. 344 с. Т. 3. 400 с. 2021. Т. 4. 400 с.

55. Слюсар Л. І. Батьківство у системі відносин інституту сім'ї: сучасні трансформації, їх причини та наслідки. *Демографія та соціальна економіка.* 2016. № 2 (27). С. 26–38.
56. Слющинський Б. В. Комунікація як визначник сучасної соціокультурної реальності. *Вісник Маріупольського державного університету.* Серія : Філософія, культурологія, соціологія. 2011. Вип. 1. С. 152–159. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vmdu_fks_2011_1_29
57. Сова М. О., Дєніжна С. О. Психологія сім'ї : навчальний посібник. К., 2014. 212 с.
58. Столін В. В., Соколова Е. Т., Варга А. Я. Психологія розвитку дитини і взаємин батьків і дітей як теоретична основа консультаційної практики. *Сім'я в психологічній консультації: Досвід і проблеми психологічного консультування.* 2019. № 3. С. 16-37.
59. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук : ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
60. Терещенко М. В. Можливі шляхи подолання ілюзорної картини світу у сімейних стосунках. Зб. наук. Праць. Ін-т психології і соц. педагогіки Київського ун-ту ім. Бориса Грінченка. Вип. 2. К. : 2010. URL: http://www.psyh.kiev.ua/.
61. Ткач Р. М., Хомич Г. О. Основи психологічного консультування : навч. посіб. Київ : МАУП, 2004. 151 с.
62. Ткаченко В. Є. Благополуччя подружніх відносин і його психологічні детермінанти: теоретичний аналіз. *Наука і освіта*. 2010. № 3. С. 113–116.
63. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навчальний посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 362 с.
64. Федоренко Р. П., Мушкевич М. І., Дучимінська Т. І., Магдисюк Л. І. Психологія молодої сім'ї : монографія. Вид. 2-ге, доповн. та змін. Луцьк : Вежа-Друк, 2020. 392 с.
65. Хлопоніна Н. Є. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук :

спец. 19.00.05 «Соціальна психологія; психологія соціальної роботи». Ін-т соц. та політ. психології АПН України. К., 2007. 16 с.

66. Цьомик Х. Б. Психологічна сутність подружніх взаємин у зарубіжних та вітчизняних дослідженнях. *Габітус.* 2021. Вип. 24. С. 177–183.
67. Шебанова В. І. Основи психологічної корекції : метод. вказ. і рекоменд. Херсон : Книжкове видавництво ФОП Вишемирський В. С., 2022. 104 с.
68. Шиделко А. В. Етика і психологія сімейного життя : навчально-методичний посібник (для ПТНЗ). Львів : ЛНПЦПТО, 2009. 132 с.
69. Feuer L. S. The Conflict of Generation. The Character and Significance of Student Movements. 3rd ed. New York : Basic Books, 1969.
70. Furman W. Parent-Child Relationship Questionnaire (PCRQ). *Handbook of Family Measurement Techniques*. Vol. 3. Thousand Oaks: Sage, 2001. C. 285–289.
71. Olson D.H. FACES IV & the Circumplex Model. *Journal of Marital &Family Therapy*. 2011. Vol.3,1. C.64-80.
72. Strauss W., Hove N. Generations: the history of America’s future. 1584 to 2069. New York : Perennial, 1991. 544 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета для дослідження міжпоколінних відносин у сім'ї

Шановний(а) респондент(ко)!

Запрошуємо Вас взяти участь в анонімному психологічному дослідженні, яке проводиться з метою вивчення особливостей міжпоколінних відносин у сучасних українських сім'ях. Ваші відповіді є цілком анонімними, будуть використані лише в узагальненому вигляді та допоможуть дослідити, як представники різних поколінь спілкуються, підтримують одне одного та вирішують конфлікти в родині. Просимо Вас відповідати чесно і відверто: в анкеті немає "правильних" чи "неправильних" відповідей.

Дякуємо за Ваш час і участь!

1. Ваш вік:
   - ☐ до 18
   - ☐ 18–25
   - ☐ 26–35
   - ☐ 36–45
   - ☐ 46–60
   - ☐ 61 і більше
2. Ваша стать:
   - ☐ Чоловіча
   - ☐ Жіноча
   - ☐ Інше
3. Ваш сімейний стан:
   - ☐ Не одружений/-а
   - ☐ Одружений/-а

☐ Розлучений/-а

☐ Вдовець/вдова

4. Хто проживає разом із Вами (перелічіть усіх членів сім'ї)?

(Відкрите питання)

_____

5. До якого покоління Ви належите у Вашій сім'ї?

☐ Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)

☐ Середнє (наприклад, дорослий син/дочка)

☐ Молодше (наприклад, дитина, підліток, онук/онука)

Уважно прочитайте наведені твердження. Вкажіть, наскільки кожне з них відповідає реальності Вашої сім'ї за такою шкалою:

☐ 1 – зовсім не погоджуюсь,

☐ 2 – скоріше не погоджуюсь,

☐ 3 – частково погоджуюсь,

☐ 4 – погоджуюсь,

☐ 5 – повністю погоджуюсь

6. У нашій сім'ї кожен може вільно висловлювати свої почуття.

7. Ми разом приймаємо важливі сімейні рішення.

8. Коли в когось із членів сім'ї виникають проблеми, ми їх обговорюємо разом.

9. У нашій сім'ї обов'язки можуть змінюватися залежно від обставин.

10. Ми багато часу проводимо разом.

11. У нашій сім'ї кожен має свої обов'язки.

12. У складних ситуаціях ми шукаємо вирішення разом.

13. У нас бувають конфлікти між різними поколіннями.

14. Ми підтримуємо одне одного в сім'ї.

15. Ми разом святкуємо важливі для нас події.

Далі подумайте про Ваші стосунки із конкретною людиною іншого покоління в сім'ї (наприклад, з мамою, татом, дитиною, дідусем чи бабусею). Підкресліть, хто це: _____ (відкрите поле для вказівки особи). Оцініть наступні твердження за попередньою шкалою (1-5):

16. Я можу поділитися цією людиною своїми переживаннями.

17. Я відчуваю підтримку від цієї людини.

18. Мені складно відкрито висловлювати свою думку у стосунках з цією людиною.

19. У нас із цією людиною часто виникають непорозуміння.

20. Я відчуваю, що ця людина мене контролює.

21. Я довіряю цій людині.

22. Ми проводимо разом приємний час.

23. Я відчуваю, що мене поважають у спілкуванні з цією людиною.

24. Я можу розраховувати на допомогу цієї людини.

25. Зазвичай між нами панує доброзичлива атмосфера.

Кілька коротких відкритих питань (за бажанням відповідайте розгорнуто):

26. На Вашу думку, що найбільше сприяє гармонії між поколіннями у Вашій сім'ї?

(Ваша відповідь)

_____

27. Що є джерелом найбільших конфліктів між поколіннями у Вашій сім'ї?

(Ваша відповідь)

_____

28. Які зміни, на Вашу думку, можуть покращити відносини між поколіннями у Вашій родині?

(Ваша відповідь)

_____

Дякуємо за Ваші щирі відповіді! Ваш вклад дуже важливий для розвитку психологічної науки та практики.

Додаток Б

Результати анкетування

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Підкресліть, хто це: _____	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	На Вашу думку, що найбільше сприяє гармонії між поколіннями у Вашій сім'ї?	Що є джерелом найбільших конфліктів між поколіннями у Вашій сім'ї?	Які зміни, на Вашу думку, можуть покращити відносини між поколіннями у Вашій родині?
18–25	Жіноча	Не одружений/-а	Я	Молодше (наприклад, дитина, підліток, онук/онука)	5	5	5	5	5	5	5	1	1	3	Мама/тато	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	Я живу одна. В майбутньому сімейні традиції допоможуть побутувати міцні зв'язки в родині	Нічого	Якщо в мене з'явиться родина
61 і більше	Чоловіча	Вдівець/вдова	Донька та два онука	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	5	5	5	4	3	4	5	3	5	3	Дитина	4	4	3	3	4	4	4	5	5	5	Любов та взаємоповага	Нестача особистого простору	Розширення житлової площі
46–60	Жіноча	Розлучений/-а	Син та я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	2	5	4	2	2	2	3	1	3	2	Дитина	1	1	1	1	4	2	1	1	1	2	Повчання та покарання	Мій син як приклад нестерпного підлітка	Досягнення повноліття
до 18	Чоловіча	Не одружений/-а	мати, батько, я	Молодше (наприклад, дитина, підліток, онук/онука)	5	4	4	5	4	4	4	2	5	4	Мама/тато	4	5	2	2	2	4	5	4	5	5	Спільне проведення часу робить нашу родину більш дружньою та згуртованою	Мені здається, що головне джерело конфліктів – це строгість батьків і наше бажання свободи	Було б краще, якби дорослі більше довіряли нам і давали більше самостійності
18–25	Жіноча	Не одружений/-а	мати, я	Молодше (наприклад, дитина, підліток, онук/онука)	4	4	5	4	4	4	4	3	4	3	Мама/тато	4	5	2	1	2	5	4	4	4	5	Відкриті розмови про емоції допомагають уникати непорозумінь і об'єднують нас	суперечки трапляються, якщо мені щось забороняють або порівнюють з іншими	Потрібно частіше слухати одне одного і не боятись визнати свої помилки
26–35	Чоловіча	Одружений/-а	дружина, син, я	Середнє (наприклад, дорослий син/дочка)	3	4	5	5	4	3	4	4	4	3	Дитина	5	4	1	2	2	5	5	5	5	4	повага особистих меж і підтримка у важливих рішеннях	Зазвичай сваримося через розподіл обов'язків або різні погляди на відпочинок	спілкування і компроміс
46–60	Жіноча	Одружений/-а	чоловік, дочка, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	3	3	4	4	4	3	2	5	4	Дитина	4	4	3	3	2	5	4	3	4	5	Найбільше допомагає, що кожен поважає роботу та ініціативу іншого	Зате часто виникають суперечки через різні погляди на життя та дозвілля	Хотіла б, щоб усі у сім'ї мали можливість реалізовувати свої інтереси
36–45	Чоловіча	Одружений/-а	дружина, троє дітей, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	Мама/тато	5	5	2	1	1	5	5	5	5	5	Гармонія виникає завдяки любові, командній роботі та спільним традиціям	Бувають труднощі через неузгодженість планів різних членів родини	Ми стали більше спілкуватись і проводити вихідні разом
61 і більше	Жіноча	Вдівець/вдова	дочка, зять, онуки, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	3	4	4	4	3	4	4	1	5	4	Дитина	4	5	4	1	2	4	5	4	5	5	важливо відчувати підтримку, навіть коли погляди різні	конфлікти виникають через різну оцінку пріоритетів у житті	Більше часу для відвертих розмов
18–25	Чоловіча	Не одружений/-а	мати, батько, я, сестра	Середнє (наприклад, дорослий син/дочка)	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	Мама/тато	4	3	4	3	2	4	4	3	4	4	Наш родинний гумор часто рятує від сварок навіть у складних ситуаціях	виникає напруга на грунті свободи та вибору професії	Якби дорослі більше дослухались до молодих, конфліктів було б менше
26–35	Жіноча	Одружений/-а	чоловік, син, я	Старше (наприклад,	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	Мама/тато	5	4	3	2	2	5	5	4	5	5	Довіра та розуміння	Конфлікти переважно через	Потрібно обговорювати всі

				дідусь/бабуся, батько/мати)																					розбіжності у баченнях виховання дитини	важливі рішення спільно, а не в односторонньому порядку
46–60	Чоловіча	Одружений/-а	дружина, діти, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	Дитина	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	Коли всі мають власний простір і поважають кордони, атмосфера у сім'ї краще	Розбіжності та напруження виникають через фінансові питання	Встановити чіткіші сімейні правила і прописати обов'язки могло б покращити ситуацію
36–45	Жіноча	Одружений/-а	чоловік, донька, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	4	5	4	4	5	5	3	4	4	Дитина	3	5	3	2	2	3	5	4	5	4	Головним є бажання зрозуміти погляд кожного та ділитися підтримкою	Сварки виникають, коли молодші не хочуть дотримуватись традицій	Цінування нових ідей та гнучкий підхід до змін
до 18	Чоловіча	Не одружений/-а	мати, тато, я	Молодше (наприклад, дитина, підліток, онук/онука)	4	4	3	4	5	4	5	2	5	4	Мама/тато	4	3	2	3	3	4	3	3	4	3	Маючи змогу говорити все, що думаю, я почуваюсь більш впевнено	Головні суперечки через обмеження від батьків	Дуже бракує відкритості до наших сучасних інтересів і хобі
61 і більше	Жіноча	Вдівець/вдова	я, онука	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	2	3	3	2	2	3	3	4	2	2	Дитина	4	3	3	2	2	4	3	2	3	3	найважливіше, що у нашій родині повага завжди йшла попереду інших цінностей	Дратує байдужість молодших до порад старших	Могло б бути краще, якби частіше згадували та переймали наші родинні традиції
26–35	Чоловіча	Розлучений/-а	мати, я	Середнє (наприклад, дорослий син/дочка)	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	Мама/тато	3	3	4	4	2	4	4	3	3	4	чесність між нами та можливість просити про допомогу	Часто сваримося щодо того, як планувати майбутнє	прийняття різних виборів
до 18	Жіноча	Не одружений/-а	мати, я	Молодше (наприклад, дитина, підліток, онук/онука)	5	5	5	4	4	5	4	3	5	5	Мама/тато	5	5	3	1	2	5	5	4	5	5	Об'єднують душевні розмови ввечері, коли усі діляться своїми думками	Сварки найчастіше через оцінки в навчанні та друзів	Можна було б більше довіряти моїм рішенням і давати поради як друзі, а не накази
36–45	Чоловіча	Одружений/-а	дружина, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	4	5	4	4	4	4	1	5	5	Мама/тато	4	5	2	1	1	5	5	5	5	5	взаємна підтримка	Основні суперечки виникають на ґрунті грошей	Більше компромісів у щоденних питаннях
46–60	Жіноча	Розлучений/-а	син, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	4	3	3	3	3	3	3	5	3	Дитина	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	Мені найбільше допомагає спільне святкування свят	Найчастіше конфлікти стосуються мого ставлення до його захоплень	Життя було б кращим, якби ми частіше говорили про свої почуття
26–35	Чоловіча	Одружений/-а	мати, тато, я	Середнє (наприклад, дорослий син/дочка)	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	Мама/тато	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	Довіра й самостійність, яку мені дають батьки	Зазвичай найбільші конфлікти виникають через фінанси	Якби ми більше обговорювали сімейні бюджети, було б менше суперечок
36–45	Жіноча	Одружений/-а	чоловік, двоє синів, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	5	4	5	5	5	4	5	3	4	5	Дитина	5	5	2	1	1	5	5	5	5	5	Нашу гармонію створює велика увага один до одного і взаємопоміч	Суспільний тиск часто створює додаткові непорозуміння в сім'ї	Більше сімейних вечорів та спільної роботи над побутовими питаннями
61 і більше	Чоловіча	Вдівець/вдова	онуки, я, діти	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	Дитина	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	Нам завжди допомагали чесні бесіди	Мене турбує дефіцит уваги та шанування від молодших	Потрібно, щоб молодші частіше цікавились життям старших
46–60	Жіноча	Одружений/-а	дочка, я, чоловік	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	5	4	5	5	5	4	2	5	5	Дитина	5	4	2	2	2	5	4	5	5	5	Головне – чути потреби один одного та	Конфлікти виникають через різні смаки у виборі	Більше залучати всі покоління до ухвалення сімейних рішень

																									допомагати, якщо це необхідно	часу відпочинку та дозвілля	
26–35	Чоловіча	Розлучений/-а	я, батько	Середнє (наприклад, дорослий син/дочка)	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	Мама/тато	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	Команда у родині	Найбільше непорозумінь через несвоєчасне виконання обов’язків по дому	Краще визначати розподіл завдань разом, а не нав’язувати
26–35	Жіноча	Одружений/-а	чоловік, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	5	4	5	4	5	5	4	4	5	Мама/тато	5	5	2	1	2	5	5	5	4	5	нам допомагають довірливі відносини та підтримка у складних ситуаціях	нам допомагають довірливі відносини та підтримка у складних ситуаціях	Було б корисним впровадити правило "семейної ради" для ключових питань
61 і більше	Чоловіча	Одружений/-а	бабуся, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	Дідусь/бабуся	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	Теплі відносини тримаються на взаємній підтримці та спільних спогадах	Мені важко, коли намагаються контролювати мої дії або не довіряють	відкриті розмови про очікування
18–25	Жіноча	Не одружений/-а	мати, я	Середнє (наприклад, дорослий син/дочка)	5	5	5	4	5	4	5	3	5	5	Мама/тато	4	5	3	1	1	5	5	4	5	5	Спільні пригоди, подорожі й просто розмови за вечерею	Через надмірну турботу починаються суперечки	Більше особистого простору допоможе відчувати себе дорослішою
36–45	Чоловіча	Одружений/-а	дружина, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	Мама/тато	3	5	2	1	2	5	5	5	5	5	Разом долати труднощі, розподіляти навантаження у побуті	Маємо складності, якщо не чуємо один одного	Варто не знецінювати проблеми одне одного
46–60	Жіноча		чоловік, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	3	5	5	4	5	5	5	3	5	5	Мама/тато	5	5	2	1	1	5	5	5	5	5	Терпляче ставлення дозволяє зберігати гармонію навіть у спірних питаннях	Часто виникають суперечки через різне розуміння пріоритетів у сім’ї	Більше відкритих бесід і компромісів покращили б атмосферу
26–35	Чоловіча	Не одружений/-а	батько, мати, я	Середнє (наприклад, дорослий син/дочка)	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	Мама/тато	4	4	3	2	2	4	4	4	4	4	Гарні відносини забезпечує щире бажання зрозуміти одне одного	Часто виникають сварки через суперечки у побуті	Треба давати більше права голосу кожному члену родини
18–25	Жіноча	Не одружений/-а	мати, тато, я	Середнє (наприклад, дорослий син/дочка)	4	4	4	5	4	4	5	2	5	5	Мама/тато	4	5	3	2	2	4	5	4	5	5	коли можна чесно висловитися	Серйозні конфлікти пов’язані з грошима та розподілом часу	Гнучкіше підходити до питань бюджету
61 і більше	Чоловіча	Вдівець/вдова	бабуся, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	Дідусь/бабуся	3	4	2	2	2	3	3	3	3	4	Взаємоповага	часто не вистачає уваги	Більше цікавитись життям та самопочуттям рідних
36–45	Жіноча	Одружений/-а	чоловік, дочка, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	5	4	5	4	5	5	3	5	5	Мама/тато	5	4	2	2	2	5	5	5	4	5	Спільні захоплення зміцнюють наші відносини	Часто суперечки з’являються, коли ідеї щодо виховання не співпадають	Завжди враховувати думку обох
26–35	Чоловіча	Одружений/-а	батьки, дружина, я	Середнє (наприклад, дорослий син/дочка)	5	4	4	4	4	5	5	3	5	5	Мама/тато	5	5	1	2	2	5	5	5	5	5	Коли вдома панує довірлива атмосфера, навіть труднощі не страшні	Найчастіше сварки через дрібниці у побуті	Потрібно частіше поступатися один одному
26–35	Жіноча	Одружений/-а	чоловік, дочка, я	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	5	5	4	5	5	4	5	4	5	5	Дитина	5	4	2	2	2	5	5	5	4	5	Вміння дати свободу дітям	порівняння з іншими дітьми та батьківський контроль	Зменшення контролю і більше уваги саме моїй дитині змінить все на краще
36–45	Чоловіча	Одружений/-а	дружина, я	Старше (наприклад,	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	Мама/тато	4	5	2	1	1	4	5	2	5	5	Поважаємо вибір одне одного і завжди	Зазвичай суперечки виникають через	Потрібно спільно планувати сімейний

				дідусь/бабуся, батько/мати)																						підтримуємо нові ідеї	побутові дрібниці або фінанси	бюджет і розподіляти обов’язки
до 18	Жіноча	Не одружений/-а	мати, я	Молодше (наприклад, дитина, підліток, онук/онука)	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	Мама/ тато	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	Люблю, коли вся родина разом готує вечерю	Конфлікти часто починаються, якщо мені наказують без пояснень	Варто спочатку обговорювати причини і не сварити за помилки
46–60	Жіноча	Вдівець/ вдова	онук, я, дочка	Старше (наприклад, дідусь/бабуся, батько/мати)	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	Дитина	4	5	2	1	2	5	5	5	4	5	Зберігаємо гармонію завдяки добрим родинним жартам і турботі	Конфлікти трапляються, якщо я прошу більше допомоги, ніж звикли давати	Більше діалогу про мої потреби і спільної праці по дому