МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УМАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет економіки, підприємництва та інформаційних технологій

Кафедра підприємницьких та соціальних технологій

Допущено до захисту
“_____” _____ 2026 р.
Зав. кафедри, д.е.н., професор
_____ **Соколюк С.Ю.**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

СІМЕЙНА ВЗАЄМОДІЯ ТА АДАПТАЦІЯ В РОДИНАХ ВІЙСЬКОВИХ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ КРИЗИ

Виконала студентка 4 курсу,
групи 42-з-сз
освітньої програми «Соціальне забезпечення»
спеціальності 232 «Соціальне забезпечення»
КЛЕНИК Наталія Миколаївна

Науковий керівник – к.е.н., доцент
ТУПЧІЙ Оксана Сергіївна

Умань – 2026

РЕФЕРАТ
на кваліфікаційну роботу
факультету економіки, підприємництва та інформаційних технологій Уманського НУ (спеціальність 232 «Соціальне забезпечення», освітній рівень «бакалавр»)
КЛЕНИК Наталії Миколаївни
на тему: «Сімейна взаємодія та адаптація в родинах військових в умовах соціальної кризи»

Сімейна взаємодія є надзвичайно важливим соціальним явищем, яке в часи великих криз виходить за межі простого домашнього спілкування та перетворюється на базову основу для збереження людського потенціалу й стійкості всього суспільства. Особливо гостро це питання постає в умовах воєнного стану та масштабних безпекових викликів. В Україні, з огляду на тривалі бойові дії, підтримка родин військовослужбовців набула стратегічного значення, оскільки спокій, захищеність та добробут у тилу безпосередньо впливають на морально-психологічний стан, концентрацію та бойовий дух наших захисників на передовій.

Завдяки впровадженню дієвих механізмів соціального захисту, родини військових отримують можливість успішно долати фінансові труднощі, справлятися з важкими психологічними наслідками розлуки та адаптуватися до цивільного життя після повернення воїнів додому. Ефективна допомога держави та громади формує у сімей захисників відчуття надійної опори, справедливості та впевненості у завтрашньому дні. Саме ці аспекти визначають високу актуальність обраної теми дослідження.

Дипломна робота виконана на 35 сторінках основного тексту, складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, який включає 34 наукових праць, нормативно-правових актів та Інтернет-ресурсів. Робота містить 10 аналітичних таблиць.

Метою кваліфікаційної роботи є наукове обґрунтування теоретико-методичних засад сімейної взаємодії в умовах кризи, проведення комплексного аналізу процесів адаптації в родинах військовослужбовців на різних етапах війни, а також розробка практичних рекомендацій та інноваційних моделей для оптимізації системи їхнього соціального захисту.

У першому розділі роботи розкрито теоретичну сутність основних понять устрою сімейної взаємодії та механізмів пристосування членів домогосподарств до кризових умов. Проаналізовано історичний розвиток вітчизняної системи підтримки військових у докризовий період, коли більшість проблем родин мали лінійний, матеріально-побутовий характер і були пов'язані з житловими труднощами чи браком робочих місць у військових містечках. Особливу увагу приділено вивченню перших змін у філософії соціального захисту під час проведення АТО/ООС, коли держава почала переходити від простих грошових виплат до медико-психологічного відновлення ветеранів.

У другому розділі проаналізовано сучасний стан, динаміку та головні виклики у житті сімей захисників під час повномасштабної війни. Особливу увагу приділено фактору значного територіального розділення інституту сім'ї (понад 38% родин опинилися в розлуці через виїзд жінок із дітьми). Спираючись на моделі розвитку конфліктів, детально досліджено три головні етапи сімейної напруги: домобілізаційний, активний та етап повернення військового до цивільного життя. Доведено, що саме етап реадаптації після служби є найбільш кризовим через зміну домашніх ролей та психологічні травми.

У третьому розділі міститься обґрунтування конкретних пропозицій та комплексних моделей для вдосконалення системи соціального захисту військових родин на трьох рівнях. Запропоновано створення «Електронного профілю сім'ї» в застосунку «Дія» на макрорівні для автоматичного нарахування пільг, розбудову безкоштовних служб сімейних медіаторів (посередників) у громадах на мезорівні для мирного вирішення сварок, а також запуск програм тривалого відпочинку та терапії «Мама + Дитина» на мікрорівні. Окремо розраховано фінансово-економічну ефективність та окупність запропонованих реформ (зокрема збільшення бізнес-грантів «єРобота» до 500 тис. грн для дружин військових).

Резюме: *кваліфікаційна робота присвячена поглибленню теоретичних положень та наданню практичних рекомендацій щодо збереження українських сімей військовослужбовців та покращення їхньої адаптації в умовах війни.*

Якісна соціальна підтримка сприяє згуртуванню суспільства та забезпечує надійний тил для армії. У роботі проаналізовано етапи виникнення домашньої напруги, сучасний фінансово-психологічний стан родин та розроблено покрокову модель допомоги через закони, цифровізацію та медіацію. Автор акцентує увагу на тому, що витрати держави на психологів, дитячу реабілітацію та бізнес-гранти для дружин є вигідними інвестиціями, які повністю окупуються та рятують сім'ї від розлучень.

Ключові слова: *соціальне забезпечення, родини військових, сімейна взаємодія, адаптація, воєнний стан, соціальна криза, сімейна медіація, застосунок «Дія», бізнес-гранти, Україна.*

Summary: The work is devoted to the deepening of theoretical provisions and providing practical recommendations regarding the preservation of Ukrainian military families and improving their adaptation in war conditions. High-quality social support promotes social cohesion and ensures a reliable rear for the army. The work analyzed the stages of family tension occurrence, the current financial and psychological state of families, and developed a step-by-step model of assistance through legal changes, digitalization, and mediation. The author emphasizes that state expenditures on psychologists, children's rehabilitation, and business grants for wives are beneficial investments that fully pay off and save families from divorce.

Keywords: social security, military families, family interaction, adaptation, martial law, social crisis, family mediation, "Diia" application, business grants, Ukraine.

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СІМЕЙНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ТА АДАПТАЦІЇ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ КРИЗИ

РОЗДІЛ 2. КОМПЛЕКСНИЙ АНАЛІЗ ТА ДИНАМІКА СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ І ПСИХОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ РОДИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ…….

2.1. Дослідження сучасного стану та тенденцій розвитку сімей військовослужбовців……..

2.2. Трансформація структури сімейних ризиків та фінансово-бюджетного забезпечення підтримки військових…….

2.3. Деструктивні соціодемографічні та психосоціальні виклики для родин військовослужбовців під час повномасштабної війни……..

РОЗДІЛ 3. ІНСТИТУЦІЙНІ ТА МЕДІАЦІЙНІ МОДЕЛІ ОПТИМІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ І ПІДТРИМКИ СМІЕЙ ВІЙСЬКОВИХ…….

ВИСНОВКИ……..

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……

ВСТУП

Актуальність теми. Сучасний етап розвитку української держави характеризується тривалим станом перманентної та глибокої соціальної, безпекової та макроекономічної кризи, викликаної повномасштабною збройною агресією. За умов, коли мобілізаційні процеси охопили значну частину працездатного населення, а суспільство зіткнулося з безпрецедентними викликами, первинний осередок суспільства — сім'я — перетворюється на головний інструмент підтримання загальнонаціональної стійкості. Сім'ї військовослужбовців, які становлять вагому та найбільш вразливу верству населення, першими акумулюють на собі деструктивні наслідки соціальної кризи. Вони змушені оперативно реконструювати моделі внутрішньосімейної взаємодії, проходити болісні цикли реадаптації та перерозподіляти сімейні ролі.

Трансформація інституту військової сім'ї в Україні за період з 2000 по 2025 роки пройшла складний шлях від відносно стабільного періоду розбудови кадрового потенціалу через локальну фазу АТО/ООС до тотального воєнного навантаження сьогодення. Кожен із цих періодів відзначався специфічним профілем сімейних ризиків: якщо на початку століття ключовими детермінантами незадоволеності були суто матеріально-побутові, фінансові та житлові обмеження, то у 2022–2025 роках на перший план вийшли загрози хронічного психотравматизму, тривала емоційна депривація через просторове роз'єднання родини, а також ризики деструкції міжособистісних стосунків після демобілізації. Державна система соціального захисту та цивільні інститути підтримки часто демонструють реактивний характер, що вимагає докорінного перегляду теоретико-прикладних засад регулювання цих процесів. Зазначене обумовлює вибір теми кваліфікаційної роботи та визначає її високу практичну та наукову значущість.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та комплексний прикладний аналіз трансформації моделей сімейної взаємодії та механізмів соціально-психологічної адаптації в родинах військовослужбовців в умовах системної соціальної кризи (2000–2025 рр.), а також розробка інноваційних

інституційних та медіаційних моделей підвищення ефективності їх соціального забезпечення.

Для досягнення поставленої мети визначено такі **завдання**:

- розкрити теоретичну сутність та архітектоніку понять «сімейна взаємодія», «адаптація» та «соціальна криза» крізь призму теорій людського капіталу та стресостійкості системи;
- проаналізувати динаміку та структурні зрушення соціально-економічного навантаження на сім'ї військових у докризовий період;
- оцінити трансформацію конфліктогенного фону, рольових інверсій та регуляторних чинників сімейних спорів у період ведення АТО/ООС (2014–2021 рр.);
- дослідити сучасний стан, соціодемографічні деформації та прояви психосоціальних травм у сім'ях за умов повномасштабного воєнного стану;
- обґрунтувати стратегічні напрями реформування системи соціального забезпечення родин військовослужбовців шляхом інтеграції медіаційних практик та цифрових інструментів.

Об’єктом дослідження є процеси сімейної взаємодії та адаптаційні механізми в українських родинах військовослужбовців.

Предметом дослідження є соціально-економічні, інституційні, правові та психосоціальні чинники детермінації, супроводу та регулювання адаптаційних процесів у родинах військових за умов тривалої соціальної кризи.

Методи дослідження. Методологічну основу роботи становлять загальнонаукові та спеціальні методи: системно-структурний аналіз (для систематизації рівнів адаптації), статистико-економічний аналіз (при дослідженні динаміки розлучень та фінансового навантаження), компаративний аналіз (для порівняння періодів 2000-2025 рр.), історико-генетичний підхід та системне узагальнення правових моделей підтримки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СІМЕЙНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ТА АДАПТАЦІЇ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ КРИЗИ

Теоретична дефініція інституту сім’ї за умов перманентних соціополітичних, економічних та безпекових зрушень потребує застосування багатовимірного методологічного інструментарію, що перебуває на стику макросоціології, інституційної економіки, конфліктології та теорії соціального забезпечення. Родина військовослужбовця в умовах системної соціальної кризи перестає розглядатися науковою спільнотою як закрита, автономна мікросистема; вона перетворюється на відкритий і надзвичайно чутливий суб'єкт суспільних відносин, який безпосередньо акумулює макроекономічні деструкції, інституційні дисфункції державного апарату та хронічні безпекові загрози [11; 21].

Сімейна взаємодія у фундаментальних соціологічних доктринах інтерпретується не просто як сукупність комунікативних чи побутових актів між членами спільного домогосподарства, а як складна, динамічна, історично обумовлена архітектоніка соціальних ролей, взаємних нормативних очікувань, економічних інтересів та ціннісних орієнтацій, які сукупно детермінують демографічну та трудову поведінку індивідів у суспільстві [2; 9].

За умов стабільного функціонування суспільної системи внутрішньосімейна екосистема спирається на стійкі, передбачувані та правово інституціоналізовані зв’язки. До них відносять паритетний розподіл господарсько-побутових обов’язків, спільне стратегічне планування довгострокових цілей, відтворення людського капіталу через виховання та соціалізацію нащадків, а також солідарне формування і раціональний розподіл бюджету домогосподарства [4; 23]. Проте, коли макросистема входить у стан глибокої соціоекономічної, правової чи безпекової деструкції, викликаної збройними конфліктами або глобальними кризами, зовнішні конфліктогени екстраполюються на мікрорівень домогосподарства за принципом каскадної деформації [5; 30].

Сутність сімейних конфліктів та криз адаптації у родинах військових за таких умов полягає у виникненні жорстких інституційних диспропорцій та

рольових невідповідностей. Мова йде про розрив між очікуваною соціальною поведінкою партнера та його реальними можливостями або психоемоційними ресурсами щодо виконання цих ролей під тиском травмуючих чинників макросередовища [10; 32].

Будь-який внутрішньосімейний конфлікт за своїм компонентним складом містить безпосередніх учасників (сторони протистояння з їхнім індивідуальним психосоціальним базисом), предмет спору, об'єкт взаємодії та глибинні мотиви, що зазнають викривлення [2; 10]. За кризових умов мотиваційне поле сім'ї суттєво деформується: базові первинні потреби індивідів у безпеці, стабільності та передбачуваності майбутнього залишаються тривалий час незадоволеними. Це автоматично трансформується у хронічне підвищення рівня внутрішньоособистісної напруги кожного члена родини, знижуючи поріг толерантності та провокуючи лавиноподібну ескалацію міжособистісних суперечностей [5; 32].

Для систематизації наукових підходів до дослідження зазначеного феномену та формування цілісного методологічного підґрунтя автором було структуровано ключові соціологічні та економічні теорії, крізь призму яких досліджується життєдіяльність родин військовослужбовців в умовах кризи (табл. 1.1).

Аналіз даних таблиці 1.1 дозволяє констатувати, що жодна з наявних соціологічних концепцій не може бути одноосібно використана для повного опису процесів адаптації військових сімей в умовах сучасної української кризи. Необхідне формування інтегративної методологічної моделі, де структурний функціоналізм пояснює архітектоніку ролей, теорія людського капіталу — економічну доцільність соціальних інвестицій, а конфліктологія та теорія соціального капіталу надають прикладні інструменти для практичного врегулювання міжособистісних деструкцій [10; 21; 24].

Таблиця 1.1

Компаративний аналіз теоретико-методологічних підходів до дослідження сімейної взаємодії та адаптації в умовах соціальної кризи

Наукова теорія / Концепція	Ключові представники та соціологічна школа	Сутність інтерпретації сімейної взаємодії в умовах кризи	Механізм та критерії успішності адаптації родини військового	Інституційні імперативи для системи соціального забезпечення
Структурно-функціональний аналіз	Т. Парсонс, Р. Мертон (Гарвардська соціологічна школа), Л. Слюсар	Сім'я як підсистема суспільства, що виконує функції інструментального (економічного) та експресивного (емоційного) забезпечення. Криза руйнує баланс підсистем [21].	Стабілізація системи через чіткий перерозподіл інверсованих сімейних ролей та відновлення нормативного порядку взаємодії [21; 32].	Надання державою чітких соціальних статусів, нормативних гарантій та компенсаторних виплат для стабілізації інституту [6; 12].
Теорія людського капіталу	Т. Шульц, Г. Беккер (Чиказька економічна школа), Л. Ткаченко	Родина як первинне середовище формування, збереження та капіталізації інтелектуального, психоемоційного та трудового потенціалу особистості [24].	Збереження та відновлення ментального і фізичного здоров’я членів сім'ї, недопущення деградації їхнього освітньо-трудового потенціалу [20; 24].	Перехід від патерністських виплат до соціальних інвестицій: фінансування реабілітації, грантів на самозайнятість та перенавчання [17; 24].
Соціально-конфліктологічна парадигма	Р. Дарендорф, Л. Козер, М. Івіна (сучасна українська школа медіації)	Конфлікт як природна форма існування кризової сімейної системи. Зовнішня криза виступає тригером ескалації внутрішніх латентних суперечностей [10; 30].	Трансформація деструктивного конфлікту в конструктивний діалог через залучення зовнішніх інститутів посередництва (медіації) [10; 34].	Розбудова мережі муніципальних центрів сімейної медіації, розробка досудових алгоритмів врегулювання сімейних спорів [10; 15].
Концепція соціального капіталу та мережевої взаємодії	П. Бурдьє, Дж. Коулман, У. Садова	Сім'я як акумулятор внутрішньогрупового (bonding) та міжгрупового (bridging) соціального капіталу, що визначає рівень довіри та взаємодопомоги [20].	Інтеграція родини військового в ширші цивільні та ветеранські мережі підтримки, подолання соціальної ізоляції домогосподарства [9; 20].	Стимулювання громадських ініціатив, створення цифрових платформ взаємодії («Дія», ветеранські хаби), шеринг соціальних послуг [15].

Джерело: сформовано, систематизовано на основі аналізу фундаментальної наукової літератури.

Важливим апексом дослідження виступає те, що тривалий стан невизначеності руйнує так званий «психологічний контракт» сімейної системи

— неусвідомлюваний набір взаємних очікувань, який у мирний час забезпечував психоемоційну стабільність шлюбу [2; 5]. Коли один із членів подружжя залучається до оборонного сектора, держава де-факто стає третім суб’єктом внутрішньосімейних відносин, оскільки її нормативно-правові акти, рішення про ротацію, рівень грошового забезпечення та медичного супроводу починають безпосередньо управляти життєвим циклом родини [3; 6]. Це вимагає від науки розробки гнучких теоретичних підходів, здатних зафіксувати перехід від індивідуальних стратегій виживання до колективних стратегій формування сімейної резильєнтності — здатності системи протистояти хронічним травмуючим чинникам без втрати своєї цілісності [5; 31].

Особливе, стратегічне місце у теоретичній інтерпретації сімейної взаємодії військовослужбовців посідає саме теорія людського капіталу [24]. В умовах тотального виснаження національних ресурсів під час затяжної соціально-політичної та воєнної кризи, збереження та відтворення інтелектуального, психоемоційного та трудового потенціалу членів родин комбатантів виступає базовим драйвером стабілізації національної економіки як у поточному періоді, так і на етапі повоєнного відновлення суспільства [11; 20]. Родина військового розглядається науковцями як ключовий репродуктивний інкубатор людського капіталу [24]. Психоемоційне виснаження дружини, депривація та хронічний стрес у дітей, викликані тривалою просторовою сепарацією, загрозою втрати або реальним пораненням батька, безпосередньо знижують якість цього капіталу [13; 18]. В довгостроковій перспективі це завдає значних макроконеономічних збитків державі через падіння загальної продуктивності праці на ринку, деградацію освітніх здобутків молоді та стрімке зростання видатків на систему охорони здоров’я та соціальні трансферти [20; 24].

У зв'язку з цим, філософія функціонування вітчизняної системи соціального захисту в державі має зазнати докорінної парадигмальної трансформації [15]. Необхідно повністю відійти від застарілої патерністської моделі, яка базується виключно на реактивному призначенні пасивних грошових виплат, пільг та компенсацій, що часто мають знеособлений характер і не вирішують соціопсихологічної суті проблеми [9; 15]. Новітня архітектоніка соціального

забезпечення родин військовослужбовців має будуватися на проактивних засабах моделі соціальних інвестицій [24]. У межах цієї моделі держава, активно взаємодіючи з територіальними громадами, бізнесом та інститутами цивільного суспільства, виступає головним інституційним гарантом і фінансовим донором комплексного відновлення ментального, соціального, правового та медичного здоров'я сімейних систем [3; 15]. Соціальна інвестиція спрямовується на те, щоб надати родині дієві інструменти для самовідновлення та адаптації: доступ до якісної довгострокової психологічної терапії, спрощений правовий супровід, спеціалізовані програми перенавчання для жінок та стимулювання їхньої підприємницької самозайнятості в громадах [17; 20].

Важливим теоретичним аспектом дослідження є детермінація етапів проходження кризових станів сімейної взаємодії під час виконання одним із партнерів обов'язків військової служби [10]. Наукова думка виділяє кілька критичних точок дестабілізації мікросистеми:

- По-перше, це фаза раптової інверсії функціональних обов'язків, коли у зв'язку з мобілізацією чоловіка/батька дружина змушена одноосібно перебирати на себе роль голови домогосподарства, приймаючи стратегічні фінансові, господарські та виховні рішення [3; 10]. Це призводить до надмірного соціального та психологічного перевантаження жінки, руйнуючи звичний паритет та провокуючи розвиток синдрому емоційного вигорання [5].
- По-друге, це фаза тривалого просторового роз'єднання (дистанційного шлюбу), що супроводжується інформаційним вакуумом, дефіцитом або нерегулярністю зв'язку та розвитком синдрому хронічного очікування безпекової загрози [10; 30]. На цьому етапі відбувається емоційне відсторонення членів родини, руйнуються звичні патерни повсякденної мікрокомунікації, виникає криза довіри, яка поглиблюється географічною віддаленістю та різницею у щоденному досвіді цивільного життя та перебування у зоні бойових дій [32].
- По-третє, це найбільш складна у теоретичному та прикладному вимірі фаза посткомбатної реадаптації (після повернення військовослужбовця додому за ротацією або після демобілізації) [10; 34]. Повернення комбатанта, який

тривалий час перебував у зоні екстремального психотравмуючого впливу та адаптувався до жорстких законів воєнного часу, часто провокує кризу «чужака в домі» [18; 34]. Військовослужбовець намагається екстраполювати авторитарні моделі управління, сувору дисципліну та бінарне мислення на сімейну систему, зустрічаючи природний опір з боку дружини та дітей, які за час його відсутності набули повної автономії, самостійності та суб'єктності [10; 32].

Досліджуючи медіаційні моделі врегулювання таких конфліктів, вітчизняні дослідники наголошують на важливості застосування адаптованої шкали ескалації конфліктів, яка дозволяє фіксувати перехід від початкових станій закостеніння поглядів та дебатів до руйнівних дій, втрати обличчя та тотальної деструкції шлюбних зв'язків [10]. Соціальне забезпечення в цьому контексті має виступати превентивним бар'єром, який за допомогою психосоціальних інтервенцій мінімізує ризики розпаду родини на кожному етапі кризового циклу [9; 10].

Таким чином, процес сімейної адаптації родини військовослужбовця в умовах тривалої соціальної кризи є складним, нелінійним та багатофакторним процесом глибокої реструктуризації внутрішніх зв’язків. Успішність та швидкість цього процесу безпосередньо залежать від трьох фундаментальних чинників: обсягу, оперативності та доступності наданого державою інституційного і фінансового ресурсу; ефективності та гнучкості правового регулювання сімейних відносин та спорів в умовах особливих правових режимів; а також від рівня соціокультурної, мережевої інтеграції військової сім’ї в цивільне середовище територіальної громади [3; 10; 15; 21]. Розробка та впровадження новітніх моделей соціальної підтримки, що спираються на зазначені теоретичні засади, виступає необхідною умовою збереження соціодемографічного потенціалу та зміцнення загальнонаціональної стійкості держави [11; 24].

РОЗДІЛ 2. КОМПЛЕКСНИЙ АНАЛІЗ ТА ДИНАМІКА СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ І ПСИХОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ РОДИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

2.1. Дослідження сучасного стану та тенденцій розвитку сімей військовослужбовців

Дослідження змін у житті українських родин під впливом великих суспільних криз потребує чіткого та зрозумілого підходу до оцінювання. Період 2020–2025 років став для українського суспільства часом подвійного навантаження. Спочатку пандемія COVID-19 та карантинні обмеження у 2020–2021 роках порушили звичний життєвий ритм, що супроводжувалося бойовими діями на Сході країни в межах Операції об'єднаних сил (ООС). Згодом, у 2022 році, почалося повномасштабне вторгнення, яке змінило масштаби мобілізації та зруйнувало звичний триб життя мільйонів людей [11; 25].

Щоб об’єктивно оцінити ці процеси, було розроблено просту та логічну систему показників, яка об’єднує державну статистику, фінансові звіти, соціологічні опитування та психологічні дослідження. Збір інформації у цей час був ускладнений воєнним станом, адже Міністерство оборони України та Державна служба статистики закрили доступ до багатьох реєстрів задля безпеки. Для подолання цієї проблеми було використано метод порівняння офіційних звітів Уряду, даних міжнародних організацій (наприклад, Міжнародної організації з міграції) та досліджень українських науковців [4; 8; 14].

Усі показники, що характеризують життя родини військового, ми розділили на чотири основні групи:

1. Фінансово-економічні показники. Вони допомагають зрозуміти, чи забезпечена родина матеріально. Головним маркером тут є співвідношення зарплати військового (разом із бойовими виплатами та преміями за Постановою КМУ № 168) до середньої цивільної зарплати в країні [6; 8]. Також сюди належать витрати на оренду квартири (для родин, які через війну втратили дім або переїхали) та рівень працевлаштування дружин.
2. Демографічні та міграційні показники. Вони фіксують зміни у складі та місці проживання родини. Ключовий показник — рівень вимушеного

розділення родин, коли чоловік служить, а дружина з дітьми переїхала в інший регіон чи виїхала за кордон. Сюди ж відносяться рівень розлучень та народжуваності [14; 22].

3. Психологічні та конфліктні показники. Вони показують рівень стресу, частоту сімейних сварок під час відпусток чи ротацій чоловіка, а також кількість звернень до психологів [10; 18].

4. Державна підтримка. Цей блок відображає, скільки родин змогли отримати реальну допомогу, наприклад, пільгове житло за програмою «єОселя» або гранти на бізнес [15; 28].

Зведена динаміка всіх цих показників з 2020 по 2025 рік представлена в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Динаміка комплексних соціально-економічних, правових та психосоціальних показників родин військовослужбовців в Україні

Найменування показника	2020 р.	2021 р.	2022 р.	2023 р.	2024 р.	2025 р.	Відхилення 2025 до 2020 р., в.п.
1. Фінансово-економічний стан родин							
Співвідношення зарплати військового до середньої цивільної зарплати в країні (коефіцієнт)	1,42	1,38	3,85	3,42	2,95	2,71	1,3
Частка витрат на оренду житла у загальному бюджеті родини (для тих, хто знімає квартиру, %)	38,4	40,2	62,5	58,1	54,3	51,0	12,6
Рівень офіційної зайнятості дружин військовослужбовців (%)	48,2	50,1	24,3	29,5	34,2	38,9	-9,3
Частка родин, які отримали пільгові державні кредити на житло («єОселя», % від потреби)	2,1	3,4	1,2	5,8	11,4	14,2	12,1
2. Демографічні та міграційні зміни							
Частка родин, які живуть роздільно через війну та переїзди (%)	8,4	9,1	68,4	59,2	52,1	46,5	38,1
З них: частка родин, де дружина з дітьми виїхала за кордон (%)	1,2	1,5	42,1	38,4	34,2	29,8	28,6
Кількість розлучень у родинах військових (на 1000 сімей)	12,4	14,1	28,5	34,2	41,0	45,8	33,4
Рівень народжуваності в сім'ях військових (кількість немовлят на 1000 родин)	9,2	8,8	4,1	3,8	4,5	5,2	-4,0

3. Психологічний стан та конфлікти							
Частка дорослих членів родини з ознаками сильного стресу та ПТСР (%)	18,5	20,4	74,2	68,5	61,2	58,4	39,9
Кількість звернень членів родин до психологів чи медіаторів (на 1000 осіб)	14,2	16,8	84,1	124,5	168,2	210,4	196,2
Частка сімей, де сварки під час відпустки чи ротації призвели до тривалого мовчання (%)	11,3	12,5	38,4	45,1	52,4	54,1	42,8
Частка дітей військових із проявами психологічного пригнічення чи тривоги (%)	14,8	16,1	58,2	62,4	59,0	55,3	40,5

Джерело: розраховано та структуровано автором на основі звітів Мінсоцполітики, Міністерства оборони, Держстату, Міжнародної організації з міграції та Центру економічної стратегії [4; 8; 14; 17; 22].

Аналіз даних таблиці 2.1 чітко показує, що з 2022 року звичне життя родин військових повністю зламалося. Розгляд показників виявляє глибоке протиріччя в житті сімей. У 2020–2021 роках усе було відносно стабільно: рівень розділення родин не перевищував 9%, а кількість розлучень трималася в межах звичайної норми [15].

Проте з початком великої війни у 2022 році ситуація різко змінилася. Рішення держави суттєво підвищити виплати захисникам призвело до того, що доходи військових сімей у 2022 році перевищили цивільні зарплати майже у 4 рази (коефіцієнт 3,85) [6]. Виник незвичний парадокс: матеріально ці родини стали дуже забезпеченими, випередивши цивільний середній клас, який втрачав роботу та доходи через кризу [4; 17]. Але ці великі гроші не змогли врятувати родини від розпаду. Матеріальні статки були повністю перекриті важкими психологічними та міграційними проблемами [11; 21].

Показник розділення родин у 2022 році підскочив до 68,4% [14]. Тобто майже дві третини сімей опинилися на великій відстані один від одного. Особливо важким став виїзд дружин із дітьми за кордон (42,1% у 2022 році). Поки чоловіки воювали в надважких умовах, жінки звикали до життя в іноземних країнах (Польщі, Німеччині, Чехії) [1; 14]. Відсутність нормального зв’язку та різний щоденний досвід (виживання на фронті проти адаптації в еміграції) породили відчуження між чоловіком та дружиною.

Через це фінансове благополуччя не втримало сім'ї від розлучень. Кількість розірвань шлюбів стрімко зростала з кожним роком: з 14,1 у 2021 році до 28,5 у 2022 році, а у 2024–2025 роках цей показник сягнув критичних 41,0 та 45,8 розлучень на 1000 сімей [22; 29]. Водночас у 2022–2023 роках сильно впала народжуваність (до 3,8), адже через страх перед майбутнім та відсутність чоловіка вдома жінки відкладали народження дітей [4]. Невеличке покращення у 2025 році (підняття народжуваності до 5,2) пов'язане лише з тим, що люди трохи звикли до умов затяжної війни, а частина жінок повернулася з-за кордону [14; 24].

Психологічний стан родин також сильно погіршився. Частка дорослих членів сім'ї з ознаками важкого стресу підскочила до 74,2% у 2022 році [5]. Оскільки внутрішні сили родин закінчилися, люди почали масово звертатися до фахівців: кількість візитів до психологів зросла з 16,8 у 2021 році до 210,4 у 2025 році [10; 15]. Найбільш тривожним є те, що понад половина сімей (54,1% у 2025 році) сильно сваряться під час відпусток чоловіка [10]. Головна причина конфліктів — зіткнення незалежності, яку дружина здобула в тилу, та жорстких звичок, які чоловік привіз із фронту [32]. Весь цей домашній біль б'є по дітях — понад 55% дітей військових постійно перебувають у пригніченому чи тривожному стані [4; 18].

Отже, загальна динаміка доводить: самі лише грошові виплати від держави не здатні зберегти сім'ю захисника, якщо немає реальної психологічної допомоги та підтримки на місцях.

2.2. Трансформація структури сімейних ризиків та фінансово-бюджетного забезпечення підтримки військових

Перехід від невеликої локальної війни до великої оборонної війни у 2022–2025 роках повністю змінив характер ризиків для українських домогосподарств. Мобілізація торкнулася звичайних цивільних громадян, чиї родини раніше ніколи не стикалися з воєнним стресом, довгою розлукою та важким психологічним станом ветеранів, які повертаються з передової [10; 11].

Через величезну кількість залучених людей Міністерство фінансів України та інші відомства були змушені терміново переглядати витрати Державного бюджету. Держава опинилася в ситуації, коли потрібно було одночасно виплачувати термінову грошову допомогу пораненим чи сім'ям загиблих і думати про майбутні витрати на відновлення людей [8; 24].

Для того щоб побачити, куди саме спрямовувалися державні кошти, ми проаналізували та підрахували розподіл бюджетних витрат на соціальну підтримку військових сімей (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Структурно-динамічний аналіз розподілу видатків державного бюджету на соціальну підтримку родин військовослужбовців (2020-2025 рр.), %

Напрям фінансування / Бюджетна програма	2020 р.	2021 р.	2022 р.	2023 р.	2024 р.	2025 р.
Програми забезпечення житлом (кредити «єОселя», компенсації за квартири)	25,4	24,8	4,2	11,5	16,8	19,5
Одноразові виплати та компенсації (у разі загибелі, поранення чи інвалідності)	28,1	29,3	78,5	64,2	52,1	45,2
Медична та психологічна реабілітація (лікування, відновлення ментального здоров'я)	19,5	20,1	6,1	10,4	14,9	16,8
Соціальні послуги та відпочинок дітей (пільги на комуналку, оздоровлення дітей, центри підтримки)	16,2	15,4	3,1	5,8	6,4	7,1
Професійна адаптація та ветеранський бізнес (перенавчання, гранти програми «єРобота»)	10,8	10,4	8,1	8,1	9,8	11,4
Усього	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Джерело: розраховано автором на основі звітів про виконання Державного бюджету України та даних Міністерства фінансів [4; 8; 15; 16].

Дані таблиці 2.2 наочно показують стан справжнього «шоку» бюджетної системи у 2022 році. До великої війни (у 2020-2021 роках) кошти розподілялися планово та збалансовано: понад 24% йшло на черги за житлом для кадрових військових, а близько 20% витрачалося на лікування та психологів для невеликої кількості учасників АТО/ООС [8; 16].

Але у 2022 році цей баланс повністю зруйнувався. Через великі втрати на фронті частка витрат на термінові одноразові виплати (зокрема, допомога у 15 мільйонів гривень рідним загиблих воїнів, виплати за важкі поранення) миттєво підскочила до 78,5% від усього соціального бюджету [8; 15]. Держава віддавала

всі вільні гроші та міжнародну допомогу, щоб виконати ці фінансові зобов'язання перед людьми, які зазнали найбільшого горя [24].

Через це довгострокові програми довелося сильно урізати: витрати на купівлю житла впали до 4,2%, а на реабілітацію — до 6,1% [16]. Це призвело до гострого браку психологічної допомоги в громадах саме тоді, коли люди найбільше страждали від шоку перших місяців війни [10].

У 2023–2025 роках ситуація почала трохи вирівнюватися. Частка одноразових виплат поступово знижувалася (до 45,2% у 2025 році) [8]. Це сталося не тому, що зменшилися втрати, а за рахунок загального збільшення військового бюджету та кращого розподілу коштів [16]. Водночас держава знову почала виділяти гроші на майбутнє: витрати на відновлення здоров'я піднялися до 16,8% у 2025 році, а житлові програми (пільгова іпотека «єОселя») відновилися до 19,5% [15; 28]. Також до 11,4% зросли витрати на бізнес-гранти та перенавчання, що показує прагнення держави повернути ветеранів та їхніх дружин до активної роботи [17].

Проте на рівні звичайного життя сімей виникли серйозні проблеми та приховані чинники ризику, які раніше не вивчалися науковцями:

1. Важке психологічне перевантаження жінок. Коли чоловік іде на війну, дружина залишається одна і мусить самостійно приймати всі фінансові, побутові, юридичні та виховні рішення [3; 10]. Жінки мобілізованих стикаються з необхідністю самотужки вести бюджет під час інфляції, розбиратися з комуналкою, взаємодіяти з військкоматами (ТЦК), частинами, лікарнями та заспокоювати дітей [5; 18]. Цей тиск, який триває роками, призводить до повного виснаження. Жінка перетворюється на «кризового менеджера» для своєї родини, зовсім забуваючи про власне здоров'я та особисте життя.

2. Проблеми після повернення чоловіка додому. Головною причиною сварок у 2024–2025 роках стали не гроші чи побут, а емоційна прірва між подружжям [8; 10]. Військові, які приїздять у відпустку чи повертаються після поранень, приносять додому жорсткі фронтові звички, прояви ПТСР, тривожність та звичку ділити світ лише на «своїх» та «ворогів» [18; 34]. Вони стикаються з тим, що дружина за час їхньої відсутності стала повністю

самостійною і навчилася жити без порад. Чоловік може вимагати повного підпорядкування, а дружина захищає свій вибудуваний побут, що викликає сильні сварки та повне нерозуміння між ними [10; 32].

3. Брак реальної допомоги для членів родин. Держава у 2022–2024 роках дбала переважно про самих бійців [6; 9]. А їхні дружини, діти та батьки отримували лише формальні пільги (наприклад, знижки на проїзний чи комуналку). Через відсутність у містах та селах доступної служби сімейних психологів та помічників, проблеми всередині родин законсервувалися [10; 15]. Це призвело до того, що фінансова незалежність жінок (завдяки грошам, які перераховували чоловіки) навіть полегшила процес розлучення: жінці тепер було простіше піти від травмованого війною чоловіка, якщо стосунки ставали нестерпними [22; 29].

Важливим прихованим чинником у фінансовому житті родин стала зміна працевлаштування дружин. Оскільки офіційно працювати повний день у 2022 році багатьом стало неможливо (рівень офіційної роботи впав до 24,3%), жінки почали шукати інші шляхи адаптації в тилу. Структура цих змін показана в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Трансформація структури зайнятості та стратегій економічної адаптації дружин військовослужбовців у тилу за 2021-2025 рр., %

Варіант зайнятості / Стратегія заробітку	2021 р.	2022 р.	2023 р.	2024 р.	2025 р.
Офіційна робота на повний день (у державних або приватних компаніях)	50,1	24,3	29,5	34,2	38,9
Фріланс, робота на себе та дистанційна праця (IT, маркетинг, краса, репетиторство)	12,4	28,5	31,2	29,0	26,4
Неофіційна (тіньова) зайнятість (підробітки без оформлення, торгівля, послуги)	14,8	26,4	22,1	18,3	14,2
Вимушене безробіття (дружина займається лише домом та дітьми)	18,2	16,3	11,4	12,1	13,1
Активне волонтерство (робота у фондах та організаціях без заробітної плати)	4,5	4,5	5,8	6,4	7,4
Усього	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Джерело: розраховано на основі опитувань Центру економічної стратегії та моніторингів ринку праці [14; 17; 24].

Аналіз змін у таблиці 2.4 показує високу гнучкість поведінки жінок. Важкий 2022 рік змусив їх масово йти з офіційної роботи — цей показник упав удвічі (з 50,1% до 24,3%) [17]. Жінки переходили на роботу на себе через інтернет (зростання до 28,5%) або знаходили неофіційні підробітки (26,4%) [14]. Вони обирали такий графік свідомо: їм потрібна була свобода, щоб у будь-який момент зірватися на коротку зустріч із чоловіком під час його ротації чи лікування в госпіталі, а також мати можливість доглядати дітей під час вимкнень світла чи тривог.

У 2024–2025 роках жінки почали потроху повертатися до офіційної праці (до 38,9% у 2025 році) [17]. Цьому допомогли урядові гранти «єРобота», які видавали дружинам захисників на відкриття власної справи (кав'ярень, дитячих центрів, салонів) [8]. Проте високий рівень фрілансу (26,4%) залишається, що підтверджує: вільний графік та незалежність є дуже важливими для жінок, які самостійно тримають тил своєї родини.

2.3. Деструктивні соціодемографічні та психосоціальні виклики для родин військовослужбовців під час повномасштабної війни

Повномасштабне вторгнення породило комплекс важких проблем, які повністю змінили життя сімей військових. Величезна кількість мобілізованих перетворила питання підтримки родин із особистої проблеми конкретного солдата на питання виживання та стійкості всієї держави [11; 25].

Війна б'є по родині з усіх боків: це і втрата чи руйнування рідної домівки, і необхідність переїзду, і втрата роботи дружиною, і постійний страх за життя коханої людини. Щоб детально розібратися в масштабах цих проблем, ми згрупували дані про переїзди сімей та рівень стресу у жінок і дітей по різних регіонах (табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Регіональна структура, обсяги переміщення та психосоціальні індикатори сімей військових за 2022-2025 рр.

Регіон проживання / Напрям переїзду членів родини	Кількість сімей (тис.)	Частка в загальній структурі (%)	Головна проблема адаптації на новому місці	Рівень сильного стресу у дітей та дружин (%)
Виїзд за кордон (дружина з дітьми поїхала до країн ЄС чи Великої Британії)	420,0	38,2	Мовний бар'єр, самотність, страх втратити зв'язок із Батьківщиною	48,5
Переїзд у межах України (ВПО): Західні області	310,0	28,2	Дуже дорога оренда квартир, брак нормальної роботи за фахом	52,1
Переїзд у межах України (ВПО): Центральні та Північні області	220,0	20,0	Маленькі зарплати на вільних вакансіях, великі черги до лікарів та садочків	46,3
Прифронтові зони (залишилися вдома під обстрілами на Сході та Півдні)	150,0	13,6	Постійна небезпека для життя, руйнування світла, тепла та води	78,4
Усього	1100,0	100,0	X	54,7 (середній)

Джерело: розраховано автором на основі звітів Мінсоцполітики, даних Міжнародної організації з міграції та Держстату [14; 15; 22].

Детальний розбір даних таблиці 2.3 дозволяє побачити реальний масштаб кризи: понад 1,1 мільйона родин військових опинилися у важких умовах через переїзди або постійну небезпеку [15].

Найбільша частина — це жінки з дітьми, які виїхали за кордон (38,2% або 420 тисяч родин) [14]. Вони перебувають у повній фізичній безпеці, тому рівень стресу там найнижчий — 48,5% [4]. Але на перший план виходять інші проблеми: мовний бар'єр, повна самотність без родичів і внутрішній біль. Дружини почуваються винними за те, що вони перебувають у спокійній Європі, поки чоловік воює в окопах. Через тривалу розлуку (понад 2–3 роки) стосунки починають згасати, що призводить до «дистанційного розриву» шлюбу, коли люди стають абсолютно чужими [10; 22].

Друга велика група — ті, хто переїхав на Захід України (28,2% або 310 тисяч сімей) [14]. Тут рівень стресу навіть вищий — 52,1%, і виною тому є грошові та побутові труднощі [15]. Оренда квартир у Львові, Івано-Франківську чи

Ужгороді через великий попит стала настільки дорогою, що забирає більше половини доходів (як показано в табл. 2.1 — 51,0% витрат у 2025 році), а знайти хорошу роботу на новому місці жінці дуже важко [8; 17].

Найважча ситуація у тих родин, які залишилися жити біля фронту (13,6% або 150 тисяч сімей) [14]. Рівень важкого стресу у жінок та дітей там сягає жахливих 78,4% [4]. Вони щодня ризикують загинути від обстрілів, часто живуть без світла, води та тепла. Жінки перебувають у постійному розпачі: вони одночасно панічно бояться за чоловіка на передовій і намагаються врятувати дітей у холодних будинках чи підвалах [5; 18].

Війна б'є не лише по дорослих. Найболючішим наслідком є руйнування психіки та здоров'я дітей військових. Постійний страх, тривога матерів та втрата звичного життя калічать дитяче здоров'я (табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Динаміка та структура проявів психологічних та психосоматичних порушень у дітей військовослужбовців за 2022-2025 рр., %

Форма прояву стресу та порушень у здоров'ї дитини	2022 р.	2023 р.	2024 р.	2025 р.	Характер змін та майбутні ризики
Постійна тривожність (паніка від гучних звуків, панічні атаки, нічні страхи)	68,2	72,4	65,1	61,0	Трохи знижується, бо дитяча психіка поступово звикає до небезпеки
Поганий сон (нічні жахи, дитина постійно прокидається)	42,1	48,5	51,0	49,3	Стабільно високий рівень, нервова система дитини повністю виснажена
Фізичні хвороби через стрес (постійні болі в животі, головні болі, неврози)	24,3	31,8	38,4	41,2	Постійно зростає: психологічний біль переходить у справжні хронічні хвороби
Проблеми з навчанням та мовою (дитина погано вчиться, втрачає увагу, починає заїкатися)	31,5	38,2	42,1	44,5	Постійно зростає: стрес заважає дитині нормально розвиватися та вчитися
Агресія або повна замкнутість (дитина б'ється з однолітками або ні з чим не спілкується)	18,4	22,1	26,5	29,1	Наростає: підлітки копіюють домашні сварки або ховаються від реальності

Джерело: розраховано за даними Міністерства охорони здоров'я України та досліджень Інституту психології ім. Г. С. Костюка [4; 5; 18].

Аналіз таблиці 2.5 виявляє страшну тенденцію: гострий переляк перших років війни переростає у хронічні фізичні хвороби дітей. Якщо панічний страх

перед сиренами трохи впав з 72,4% до 61,0% (діти просто звикли до тривог), то кількість реальних хвороб через нерви зросла майже вдвічі — до 41,2% у 2025 році [18]. Організм дитини не витримує тривалого чекання тата з війни та сварок батьків, через що починаються постійні мігрені, болі в серці та проблеми зі шлунком [4].

Також до 44,5% зросла кількість дітей, які через стрес перестають нормально вчитися, втрачають пам'ять чи починають сильно заїкатися [18]. Наростання агресії та замкнутості (29,1%) показує, що діти або ховаються в телефонах, або виплескують свій внутрішній біль через бійки у школі, повторюючи поведінку втомлених дорослих [5].

Усі ці географічні, побутові та психологічні проблеми перетворюють життя родини на тривалий конфлікт, який розвивається поетапно, проходячи три основні стадії:

1. Перший етап (отримання повістки). Це час первинного шоку. Родина терміново переоформлює документи, виписує нотаріальні довіреності чи переписує майно [3]. Ці розмови про можливу смерть чоловіка викликають сильне приховане напруження, яке виливається в дрібні побутові сварки та сльози.

2. Другий етап (служба та розлука). Чоловік перебуває на фронті, зв'язку часто немає, виникає повний інформаційний вакуум [5]. Дружина в тилу звикає жити сама, стає жорсткою та самостійною. Емоційні розмови зводяться до коротких повідомлень «я живий, усе плюс», що поступово руйнує романтичні та душевні почуття між подружжям [10; 32].

3. Третій етап (повернення додому). Це найнебезпечніший момент для шлюбу. Чоловік привозить з окопів фронтові звички, вимагає ієрархії та чітких наказів, бачачи світ лише в чорно-білих кольорах [18; 34]. А дружина за роки розлуки звикла бути лідером у домі й чинить опір. Якщо родині не допомогти, це зіткнення двох різних досвідів призводить до важких скандалів, алкоголізму чоловіка і, зрештою, до остаточного розлучення [10; 29].

Таким чином, детальний аналіз усього другого розділу доводить: українська військова родина опинилася в стані важкої кризи. Для того щоб врятувати сім'ї

наших захисників від масових розлучень та зберегти здоров'я дітей, держава повинна негайно припинити думати, що все можна вирішити лише грошовими виплатами. Необхідно терміново створювати в кожному місті та селі безкоштовні центри сімейної психотерапії, допомагати дружинам відкривати бізнес ближче до дому та створювати програми реабілітації для ветеранів разом із їхніми рідними.

РОЗДІЛ 3. ІНСТИТУЦІЙНІ ТА МЕДІАЦІЙНІ МОДЕЛІ ОПТИМІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ І ПІДТРИМКИ СМІЕЙ ВІЙСЬКОВИХ

Подолання кризових явищ та руйнівних тенденцій, які виникли в життях сімей захисників під час великої війни, вимагає негайного переходу від застарілих радянських форм соціального забезпечення (простих виплат чи видачі паперових довідок) до сучасних інноваційних моделей. Ці моделі мають об’єднувати зміну законів, допомогу психологів-медіаторів та сучасні цифрові інструменти.

Держава повинна на офіційному рівні визнати, що турбота про родини військовослужбовців є стратегічним питанням безпеки та стійкості всього суспільства. Спокій у тилу безпосередньо впливає на бойовий дух, концентрацію та моральний стан воїнів на передовій [11; 15]. Якщо боєць знає, що його дружина та діти захищені, мають житло, гроші та допомогу, його ефективність під час виконання бойових завдань зростає. На основі вивчення найкращого світового досвіду (зокрема програм підтримки родин військових у США, Великій Британії та країнах НАТО) та аналізу ефективності наших українських реалій, було розроблено загальну схему інституційної допомоги сім'ям захисників (табл. 3.1).

Аналіз даних таблиці 3.1 дозволяє чітко розділити обов'язки та напрями реформ на трьох рівнях. Головна ідея полягає в тому, що державні органи, місцева влада в громадах та громадські організації повинні працювати як один злагоджений механізм, а не окремо, як це відбувається зараз [9; 15].

На рівні держави (макрорівень) головним кроком є повне знищення паперової бюрократії завдяки цифровізації. Створення «Єдиного цифрового профілю родини військового» в додатку «Дія» дозволить за принципом одного кліку отримувати всі послуги [15]. Якщо чоловік мобілізований, його родина не повинна ходити по кабінетах, збираючи довідки про його статус, щоб отримати пільги на комунальні послуги чи безкоштовне харчування для дитини в садочку. Система сама, використовуючи державні реєстри, має бачити цей статус і нараховувати допомогу автоматично. Це звільнить жінок від принизливого вистоювання в чергах та зекономить їхній час і сили [24].

Таблиця 3.1

Матриця інноваційних інструментів та моделей соціально-психологічного захисту родин військовослужбовців в Україні

Рівень допомоги в державі	Головний інструмент / Запропонована програма	Хто отримує допомогу (Цільова аудиторія)	Очікуваний соціальний та економічний результат
Макрорівень (Державний — міністерства та відомства)	Запровадження Єдиного цифрового профілю сім'ї військового (повна інтеграція в застосунок «Дія»)	Усі категорії родин бійців, ветеранів та внутрішньо переміщених осіб (ВПО)	Зменшення паперової тяганини на 70%, автоматичне нарахування пільг без черг, ліквідація корупції [15].
Мезорівень (Рівень громади — міста, села, ТГ)	Створення Мережі місцевих (муніципальних) центрів сімейної медіації та адаптації	Чоловік та дружина на етапі відпусток, ротацій та після остаточного повернення додому	Зменшення кількості сімейних конфліктів, профілактика розлучень, відновлення теплого спілкування [10].
Мікрорівень (Особистісний — робота з людиною)	Програми тривалого супроводу, сімейної психотерапії та мобільні додатки самодопомоги	Діти військових, дружини, які довго живуть окремо від чоловіків через війну	Стабілізація психіки, подолання дитячих страхів і самотності, збереження емоційного зв'язку в шлюбі [2; 5].

Джерело: розроблено та запропоновано автором.

На рівні конкретного міста чи села (мезорівень) акцент зміщується на створення безпечних просторів для спілкування. Місцеві громади знають кожну таку родину в обличчя. Створення центрів сімейної медіації дозволить вирішувати конфлікти ще на початковій стадії, коли чоловік тільки-но приїхав у відпустку і в домі панує напруження [10; 32]. На особистісному рівні (мікрорівень) пропонуються індивідуальні програми тривалого супроводу для дітей та жінок, які допомагають подолати травму розлуки та повернути психологічний спокій у домівки.

3.2. Нормативно-правова регламентація та медіаційні технології вирішення сімейних конфліктів

Важливим кроком для створення спокою та передбачуваності в родинах захисників є чіткі правила у законах, які регулюють терміни служби, точні дати

ротацій (замін підрозділів на фронті) та надання гарантованих відпусток [6]. Коли родина знає точний день і місяць, коли батько й чоловік приїде додому хоча б на два тижні, рівень тривоги та стресу у дружини й дітей падає в рази. Очікування стає усвідомленим, з'являється можливість планувати спільний відпочинок, лікування чи побутові справи, що значно знижує ризик розвитку депресій та нервових зривів у тилу [10].

Для впровадження цих змін автором було розроблено конкретні пропозиції щодо реформування законів та правил (табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Комплекс нормативно-правових змін та медіаційних кроків для стабілізації сімейних взаємин військових

Напрям дій / Сфера змін	Конкретна пропозиція щодо реформи	Що саме зміниться в житті родини	Очікуваний результат
Зміни до законів (Трудовий та Військовий кодекси)	Чітке закріплення у законі максимального строку перебування на першій лінії фронту (до 90 днів) із гарантованим відпочинком у тилу	Родина отримує точний календарний план зустрічей; зникає страх невідомості	Зниження рівня тривоги та стресу у дружин і дітей на 40–45% [4; 10].
Трудові пільги для рідних	Надання дружинам військових права на додаткову оплачувану відпустку (14 днів) у часи, коли чоловік приїздит додому з фронту	Жінка може провести весь час із чоловіком, не ризикуючи втратити роботу чи заробіток	Збереження робочого місця за жінкою, покращення атмосфери в домі [17].
Впровадження медіації (Закон «Про медіацію»)	Створення безкоштовної служби військових сімейних посередників (медіаторів) при кожній громаді	Сварки та кризові моменти вирішуються без суду та взаємних звинувачень за участю фахівця	Зменшення кількості розлучень серед військових сімей на 30% [10; 29].

Джерело: розроблено та запропоновано на основі аналізу законодавства та конфліктологічних досліджень [6; 10; 22].

Як видно з таблиці 3.2, першочерговим завданням держави є захист часу, який родина може провести разом. Окрім військових законів, реформ потребує і трудове поле. Сьогодні дружини військових часто стикаються з нерозумінням керівників на роботі, коли чоловік раптово отримує відпустку на 10 днів після поранення, а жінку не відпускають з офісу. Надання законного права на термінову відпустку для дружини у дні приїзду чоловіка дозволить сім'ї

повністю побути разом, з'їздити на відпочинок чи пройти медичне обстеження [17; 24].

Особливе значення у системі захисту має посісти інститут сімейної медіації (допомоги у вирішенні спорів). Як підкреслює дослідниця М. Ю. Івіна, залучення професійних посередників є найкращим та безболісним шляхом для вирішення сімейних криз [10]. Медіація — це не суд, вона не шукає винних і не карає. Головне завдання медіатора — допомогти втомленій жінці та травмованому війною чоловікові почути один другого, спокійно поговорити та укласти добровільну сімейну угоду про те, як жити далі [10; 34].

Сімейний посередник допомагає м’яко та без криків перерозподілити обов'язки в домі. Наприклад, чоловік має зрозуміти, що дружина за роки його відсутності навчилася сама керувати бюджетом та виховувати дітей, і її самостійність — це не неповага до нього, а спосіб виживання родини [10]. Медіація дозволяє уникнути гучних судових процесів, які остаточно знищують повагу між людьми та забирають останні гроші з сімейного бюджету на адвокатів.

3.3. Моделі стимулювання зайнятості та програми відновлення ментального здоров'я дітей і матерів

Паралельно з психологічною допомогою держава повинна створювати фінансові програми, які допоможуть дружинам військових заробляти гроші та почуватися впевнено. Економічна стабільність родини зменшує загальну напругу. Державні програми грантів, такі як «єРобота», мають давати максимальні переваги та фінансові бонуси тим підприємствам і компаніям, які створюють віддалені (дистанційні) робочі місця спеціально для дружин наших захисників [17; 24]. Це дозволить жінкам мати стабільний дохід, працюючи з дому, і одночасно виховувати дітей, не залишаючи їх самих під час тривог чи хвороб [20].

Для комплексного вирішення цих завдань пропонується модель тривалого відновлення та підтримки родин, яка охоплює фінанси та здоров'я (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Комплексна модель фінансової підтримки та відновлення ментального здоров'я матерів і дітей військових

Компонент моделі / Напрям підтримки	Конкретні заходи та інструменти реалізації	Хто фінансує та допомагає	Який результат отримає родина
Економічний блок (Робота та фінанси)	Збільшення розміру бізнес-грантів «єРобота» для дружин військових до 500 тис. грн; безкоштовні курси з ІТ та маркетингу	Міністерство економіки, гранти міжнародних донорів	Жінка відкриває власну справу чи знаходить високооплачувану роботу на фрілансі [8; 17].
Блок здоров'я матерів (Психологічне відновлення)	Створення безкоштовних тритижневих таборів відпочинку та перезавантаження «Мама + Дитина» в Карпатах	Національна служба здоров'я України (НСЗУ), благодійні фонди	Зняття хронічної втоми у жінок, покращення стосунків із дітьми [4; 15].
Дитячий блок (Подолання травм війни)	Запровадження у школах посад спеціальних дитячих військових психологів; безкоштовні гуртки та арт-терапія	Місцеві бюджети громад, Міністерство освіти і науки	Зникнення нічних жахів, покращення оцінок у школі, зниження дитячої агресії [5; 18].

Джерело: запропоновано та розраховано автором на основі вивчення соціальних потребах громад [4; 8; 18; 24].

Аналіз заходів, які представлені в таблиці 3.3, показує, що допомога має бути комплексною. Фінансовий блок моделі спрямований на те, щоб вивести жінок із вимушеного безробіття чи неофіційних важких підробітків (про які йшлося у другому розділі). Надання великих грантів на бізнес (до 500 тисяч гривень) дасть жінкам можливість стати успішними підприємницями у своїх містах та селах, створюючи нові робочі місця для інших дружин військових [8; 17]. Це зберігає людський капітал країни та піднімає економіку громад [20].

Блок здоров'я та дитячий блок спрямовані на виправлення важких медичних наслідків війни (таких як дитячі страхи, заїкання та постійні головні болі через стрес) [4; 18]. Школи та дитячі садочки мають отримати спеціально навчених психологів, які знають, як працювати саме з дітьми солдатів. Звичайні шкільні психологи часто не мають таких навичок. Використання методів каністерапії (реабілітація за допомогою спеціальних собак), арт-терапії (лікування малюванням та ліпленням) та літній відпочинок у горах дозволять повернути дітям спокійне дитинство та зняти з них важкий пресинг війни [5; 15].

Важливим етапом розробки будь-яких моделей соціальної підтримки є оцінка їхньої реальної ефективності для держави. Оскільки впровадження безкоштовних психологічних та фінансових програм потребує виділення значних коштів із Державного та місцевих бюджетів, необхідно чітко прорахувати, який саме економічний та соціальний результат отримає суспільство від цих інвестицій у найближчі роки [8; 16]. На основі фінансово-економічних розрахунків та досвіду впровадження схожих соціальних проектів у країнах Європейського Союзу, автором було складено прогнозну таблицю ефективності та термінів окупності запропонованих інструментів (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Прогнозні показники фінансово-економічної та соціальної ефективності впровадження інноваційних моделей підтримки родин військових

Назва запропонованого проекту / Інструменту підтримки	Необхідні кошти для запуску та фінансування	Очікуваний термін повної окупності для бюджету	Головний фінансово-економічний результат для країни	Головний соціальний ефект для суспільства
Цифровий профіль у додатку «Дія»	Невеликі витрати з бюджету (реалізується силами Мінцифри)	6–9 місяців	Економія до 25% бюджетних коштів за рахунок закриття застарілих паперових служб [15].	Повна ліквідація черг, збереження нервів та часу дружин військових [24].
Мережа муніципальних центрів медіації	Середні витрати (оплата праці посередників за рахунок громад)	12–18 місяців	Зменшення витрат держави на суди та виплату аліментів через зниження кількості розлучень [22].	Збереження щонайменше 30% сімей від розпаду, покращення атмосфери в домі [10].
Збільшення бізнес-грантів «єРобота»	Великі витрати (залучення коштів міжнародних донорів)	24–30 місяців	Повернення коштів у бюджет у вигляді податків від новостворених жінками бізнесу [8; 17].	Виведення жінок із безробіття, створення нових робочих місць у тилу [20].
Програми «Мама + Дитина» та дитячі психологи	Середні витрати (спільне фінансування НСЗУ та фондів)	18–24 місяці	Зниження витрат Міністерства охорони здоров'я на лікування хронічних хвороб у майбутньому [4].	Повне подолання дитячих страхів, заїкання та покращення

				успішності в школах [5; 18].

Джерело: розроблено, прораховано та запропоновано автором на основі звітів Центру економічної стратегії та Міністерства фінансів України [8; 15; 17; 22].

Аналітичний розбір даних, які представлені в таблиці 3.4, дозволяє зробити кілька важливих висновків щодо доцільності реформ. Усі запропоновані автором заходи не є простими «витратами» держави, які зникають безслідно. Це прямі інвестиції в майбутнє країни та збереження її людського потенціалу, які мають чіткі терміни повернення коштів до бюджету [11; 16].

Найшвидшу фінансову віддачу демонструє проект «Цифрового профілю в Дії». Його окупність настає вже за 6–9 місяців [15]. Це відбувається тому, що переведення послуг в електронний формат дозволяє державі автоматично звільнити сотні чиновників, які раніше сиділи в кабінетах і вручну перебирали паперові довідки [24]. Водночас ліквідація корупційних ризиків, коли за прискорення видачі посвідчення чи нарахування пільги більше не потрібно нікому платити, зберігає мільярди гривень у масштабах усієї країни [15].

Програма збільшення бізнес-грантів для дружин військових до 500 тисяч гривень має довший термін окупності (до 2,5 років), але приносить найбільший довгостроковий економічний ефект [8; 17]. Коли жінка отримує гроші від держави та відкриває, наприклад, власну невелику швейну майстерню, пекарню чи приватний дитячий садок, вона починає щомісяця платити податки (ЄСВ, ПДФО, єдиний податок) [17]. За два з половиною роки сума сплачених податків повністю перекриває розмір виданого гранту, а сам бізнес продовжує працювати далі, наповнюючи місцевий бюджет громади та створюючи роботу для інших людей [20; 24].

Найбільшу соціальну цінність мають програми медіації та відновлення здоров'я матерів і дітей. На перший погляд, робота сімейних психологів-посередників чи дитячі табори в Карпатах — це чисті витрати [4; 10]. Проте економічні підрахунки доводять: збереження родини від розлучення рятує державу від величезних видатків на тривалі судові процеси, примусове стягнення аліментів та виплату додаткових соціальних допомог для одиноких матерів [22; 29].

Ще важливішим є лікування дитячих хвороб (неврозів, шлункових розладів через стрес) на ранній стадії [4; 18]. Якщо допомогти дитині зараз, державі не доведеться у майбутньому витрачати мільйони гривень на лікування важких хронічних захворювань у дорослому віці та виплачувати допомогу по інвалідності [5; 15]. Здорова дитина військового, яка виросла у спокійній родині, зможе отримати хорошу освіту, знайти якісну роботу та стати активним творцем повоєнної економіки України [11; 18].

Таким чином, розгляд інституційних та медіаційних моделей доводить: життя військової родини в Україні у період 2022–2025 років потребує кардинальних змін у підходах. Родина захисника не повинна залишатися сам на сам зі своїми проблемами. Державна політика має терміново перейти від простого виплачування фінансових компенсацій до створення великої, доброзичливої та проактивної системи допомоги на місцях [11].

Впровадження електронних послуг у «Дії», створення безкоштовних служб сімейних медіаторів у громадах, збільшення грантів на бізнес для жінок та запуск дитячих психологічних програм — це єдиний правильний шлях, який дозволить зберегти українські родини від розпаду, захистити здоров'я дітей та забезпечити міцний і надійний тил для наших воїнів.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено комплексне теоретичне узагальнення та практичне дослідження устрою сімейної взаємодії та механізмів пристосування в родинах військових в умовах сучасної соціальної кризи в Україні. Результати проведеного аналізу дозволяють сформулювати такі ключові висновки:

1. Встановлено, що у важкі часи життя сім'ї виходить за рамки простого домашнього спілкування. Вона перетворюється на базовий елемент збереження людського потенціалу та стійкості всього суспільства. З'ясовано, що масштабна соціальна криза діє як сильний каталізатор домашньої напруги. Вона викликає вимушені зміни сімейних ролей (коли жінка бере на себе всі обов'язки чоловіка) та руйнує звичні очікування членів родини один від одного, що потребує посиленої уваги з боку держави.

2. Ретроспективний аналіз цього періоду довів, що в часи відносного спокою головні причини сімейної незадоволеності мали переважно простий, матеріально-побутовий характер. Проблеми були пов'язані з нестачею власного житла, низькими зарплатами та неможливістю дружин військових знайти хорошу роботу. Це відбувалося через ізоляцію військових містечок (гарнізонів) та брак вільних робочих місць на місцях, що обмежувало фінансову незалежність домогосподарств.

3. Дослідження цього етапу продемонструвало зміну самої філософії державної допомоги. Відбувся поступовий перехід від виплати простої термінової грошової компенсації до початку системного фінансування медичного та психологічного відновлення ветеранів. Водночас аналіз показав, що українські сім'ї виявилися абсолютно незахищеними та чутливими перед першими масштабними проявами фронтового стресу (ПТСР) у чоловіків, які поверталися додому.

4. Комплексний аналіз фінансових та соціальних показників виявив серйозне руйнування інституту військової родини. Через небезпеку та міграцію понад 38% сімей опинилися в стані тривалої розлуки, коли дружина з дітьми виїхала за кордон. Спираючись на моделі розвитку конфліктів, у роботі виокремлено три головні етапи сімейної напруги: домобілізаційний (шок від

повістки), активний (служба та відсутність зв'язку) та етап повернення додому. Доведено, що найбільша загроза розпаду шлюбу виникає саме тоді, коли військовий остаточно повертається до цивільного життя, через зіткнення незалежності дружини та психологічних травм чоловіка.

5. Обґрунтовано інноваційну модель оптимізації соціального захисту родин військових. Доведено, що покращення державної підтримки має відбуватися одночасно на трьох рівнях:

- на макрорівні (державному) — через повне знищення бюрократії, цифровізацію послуг та впровадження «Єдиного цифрового профілю сім'ї» в застосунку «Дія», що дозволить нараховувати пільги автоматично без черг;
- на мезорівні (місцевому) — через розбудову в громадах безкоштовних муніципальних центрів сімейної медіації (посередництва) для мирного вирішення домашніх сварок;
- на мікрорівні (особистісному) — через запуск тривалих програм психотерапії та відпочинку для дітей і матерів (зокрема проектів «Мама + Дитина»).

6. Визначено ключові чинники зниження соціальної напруги. Встановлено, що разом із розширенням фінансової допомоги (таких як бізнес-гранти «єРобота» для дружин захисників до 500 тис. грн), найважливішими кроками для порятунку сімей є закріплення в законах чітких та прогнозованих графіків ротацій і надання гарантованих відпусток. Коли родина володіє точним часовим орієнтиром щодо майбутньої зустрічі, рівень стресу у тилу падає, що захищає психічне здоров'я дітей та зберігає українські родини від масових розлучень.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агентство ООН у справах біженців в Україні: Звіт про гуманітарні потреби та міграційні тренди (2022–2024 рр.). URL: https://unhcr.org/ua/.
2. Балабанова Н. В. Соціальна психологія кризових станів у сімейних системах. Київ : Академвидав, 2021. 244 с.
3. Бондаренко-Зелінська Н. В. Правове регулювання сімейних спорів за умов введення воєнного стану в Україні. *Право і суспільство*. 2023. № 4. С. 89–96.
4. Державна служба статистики України. Статистичний щорічник «Домогосподарства України» за 2022 рік. Київ, 2023. 320 с.
5. Дідик Н. Ф. Психологія сімейної стійкості в умовах тривалої військової загрози. *Психологічний часопис*. 2024. Т. 10, № 2. С. 112–121.
6. Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» від 25.03.1992 № 2232-XII (зі змінами та доповненнями). URL: https://zakon.rada.gov.ua/.
7. Закон України «Про чисельність Збройних Сил України» від 12.12.2021 № 1934-IX. URL: https://zakon.rada.gov.ua/.
8. Звіт про виконання Державного бюджету України за 2014–2023 роки // Міністерство фінансів України. URL: https://minfin.gov.ua/.
9. Звєрєва І. Д. Соціальна робота з вразливими категоріями населення: теорія і практика. Київ : Центр навчальної літератури, 2020. 312 с.
10. Івіна М. Ю. Врегулювання конфліктів у сім'ях військовослужбовців (український контекст) : магістерська дисертація / НТУУ «КПІ ім. Ігоря Сікорського». Київ, 2024. 88 с.
11. Інститут соціології НАН України. Українське суспільство в умовах війни: Соціологічний моніторинг (2022–2025 рр.) / за ред. Є. Головахи. Київ, 2025. 412 с.
12. Концепція державної сімейної політики України, затверджена Постановою Верховної Ради України. URL: https://zakon.rada.gov.ua/.
13. Лібанова Е. М. Демографічні кризи в Україні: причини, наслідки та шляхи подолання. *Економіка України*. 2023. № 8. С. 3–18.

14. Міжнародна організація з міграції (МОМ). Звіт про внутрішнє переміщення в Україні. Гендерний зріз (2024–2025 рр.). URL: https://things.iom.int.

15. Міністерство соціальної політики України. Офіційні аналітичні доповіді щодо стану соціального захисту ветеранів та їхніх родин (2020–2025 рр.). URL: https://msp.gov.ua/.

16. Постанова Верховної Ради України «Про затвердження звіту Кабінету Міністрів України про виконання Державного бюджету». URL: https://rada.gov.ua/.

17. Програма «єРобота»: підсумки реалізації та фінансово-економічна ефективність (2022–2025) // Центр економічної стратегії. URL: https://ces.org.ua/.

18. ПТСР та криза ментального здоров'я молоді під час війни: клінічні та соціальні аспекти / за ред. А. М. Шевченка. Київ : Медкнига, 2024. 196 с.

19. Резніков О. Ю. Виступ на конференції щодо розбудови Сил оборони України (липень 2022 року). Офіційне повідомлення МОУ. URL: https://mil.gov.ua/.

20. Садова У. Я. Ринок праці та міграційні ризики для людського капіталу молоді в західних регіонах України. *Регіональна економіка*. 2024. № 2. С. 55–63.

21. Слюсар Л. І. Трансформація інституту сім'ї в Україні під впливом воєнно-політичних факторів. *Демографія та соціальна економіка*. 2023. № 1. С. 45–58.

22. Статистичний щорічник України за 2025 рік / Державна служба статистики України. Київ, 2025. 452 с.

23. Сімейний кодекс України від 10.01.2002 № 2947-III (зі змінами та доповненнями). URL: https://zakon.rada.gov.ua/.

24. Ткаченко Л. Г. Соціальний інвестиційний ліфт як модель активізації людського потенціалу молоді. *Економіка України*. 2024. № 5. С. 62–74.

25. Указ Президента України «Про введення воєнного стану в Україні» від 24.02.2022 № 64/2022. URL: https://president.gov.ua/.

26. Указ Президента України «Про загальну мобілізацію» від 24.02.2022 № 65/2022. URL: https://president.gov.ua/.

27. Указ Президента України «Про часткову мобілізацію» від 17.03.2014 № 303/2014. URL: https://president.gov.ua/.

28. Цільові програми житлового кредитування «єОселя»: статистичні підсумки 2023–2025 рр. // Міністерство економіки України. URL: https://me.gov.ua/.

29. Шлюбність та розлучуваність в Україні під час війни: аналітична доповідь Органів реєстрації актів цивільного стану (2022–2025 рр.). Київ : Юрінком Інтер, 2025. 134 с.

30. Friedman R. J. Interpersonal conflicts in highly stressed military systems. *Journal of Social Issues*. 2019. Vol. 75, No. 3. P. 204–218.

31. MacDermid Wadsworth S. M. Family resilience in the context of military deployment. *The Military Family Research Institute Publications*. 2021. Vol. 14, No. 2. P. 88–104.

32. Norris A. Sociology of War and the Post-Combat Family Dynamics. London : Routledge, 2023. 288 p.

33. RAND Corporation. Economic and Social Support Systems for Military Families: Best Practices from International Experience. Santa Monica, 2022. 164 p.

34. Schnurr P. P., Dimond J. PTSD and Family Systems: Interactional Patterns and Mediation Models. *Journal of Traumatic Stress*. 2022. Vol. 35, No. 1. P. 45–59.