

## **КРИЗА ЕМОЦІЙНОЇ БАЙДУЖОСТІ ПОДРУЖЖЯ: ШЛЯХИ ПОПЕРЕДЖЕННЯ**

*У статті розкрито особливості кризи емоційної байдужості подружжя та шляхи її попередження. Показано, що емоційна залежність характеризується надмірною потребою в прихильності та підтвердженні, породжуючи асиметричні та токсичні стосунки. Визнання таких причин, як низька самооцінка, може бути ключовою для вирішення проблеми, а зміцнення самооцінки – важливим кроком для попередження кризи емоційної байдужості. Крім того, попередження кризи емоційної байдужості можливе за усвідомленого підходу та адекватної підтримки. Отже, можливі шляхи попередження кризи емоційної байдужості подружжя включають: зміцнення самооцінки (ключовим кроком є участь у діяльності, яка формує впевненість і особисту незалежність); встановлення чітких меж (щоб відновити контроль над своїми потребами та бажаннями, важливо навчитися говорити «ні»); звернення за професійною допомогою (психотерапія може бути важливою для виявлення джерел проблеми та роботи над її вирішенням); розвиток здорових стосунків (оточуючи себе людьми, які сприяють автономії та взаємній повазі, це сприяє збалансованому емоційному розвитку подружжя).*

**Ключові слова:** *подружжя, сімейна криза, криза емоційної байдужості подружжя, попередження кризи емоційної байдужості подружжя.*

**Постановка проблеми.** У рамках сучасної психології, а також у демографічних та соціологічних дослідженнях питання збереження сім'ї та попередження кризи емоційної байдужості подружжя є однією з ключових тем. Сім'я не тільки забезпечує задоволення базових потреб своїх членів, а й відіграє найважливішу роль у підтримці соціальної стабільності та благополуччя суспільства загалом. У сучасних умовах, що характеризуються швидкими соціальними та економічними змінами, зберігається важливість досліджень, спрямованих на підтримку та зміцнення інституту сім'ї. Зростання числа

розлучень, збільшення кількості неповних сімей, зміни у традиційних рольових очікуваннях та нові форми сімейних відносин роблять актуальним питання збереження сім'ї та попередження кризи емоційної байдужості подружжя [1; 2].

Важливо відзначити, що однією з основних причин розірвання шлюбу є незадоволеність подружніми відносинами та емоційна байдужість подружжя. Отже, задоволеність шлюбом є центральним елементом у системі сімейних відносин конкретної сім'ї і суспільства загалом, а вивчення взаємозв'язку особливостей міжособистісних подружніх відносин може допомогти у розумінні механізмів, які впливають на стабільність і якість шлюбних відносин.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Наразі значна кількість досліджень присвячена феномену задоволеності шлюбом, що свідчить як про багатогранність і неоднозначність цього феномену, так і чинників, що впливають на нього.

Крім того, у науковій психологічній літературі досліджуються питання задоволеності шлюбом у взаємозв'язку зі збільшенням стажу подружнього життя. Виділяються специфічні для кожної статі чинники задоволеності шлюбом, такі як побутова та духовна адаптація для жінок, сексуальна експресивність дружини для чоловіків. Вчені наголошують, що задоволеність шлюбом пов'язана з таким чинником, як добробут сім'ї, вказують на зв'язок гендерної ідентичності, стратегій копінг-поведінки подружжя та задоволеності шлюбом. Визначено взаємозв'язок ступеня задоволеності подружніми стосунками із збігом ідеального та реального образу партнера. Крім того, дослідники пов'язували задоволеність шлюбом з рівнем рольових конфліктів працюючої жінки, досліджували мотиви одруження як предиктори майбутньої задоволеності / незадоволеності подружніми відносинами.

Дж. Медлінг і М. Маккері показали взаємозв'язок задоволеності шлюбом та ціннісних орієнтацій подружжя. Вчені виявили, що збалансовані сім'ї, які мають дітей 8-12 років, задоволені шлюбом більше, ніж незбалансовані. Дослідники вивчали рольові очікування та домагання подружжя в контексті задоволеності подружніми відносинами. К. Роджерс виділив чотири якості, необхідні для успішного спілкування: конгруентність, самоприйняття, прийняття інших, емпатійне розуміння. Виділено взаємозв'язок задоволеності шлюбом та особистісних рис подружжя в дослідженнях. Виходячи з вищевикладеного, можна говорити про те, що наукові дослідження здебільшого були зосереджені на дослідженнях задоволеності шлюбом у взаємозв'язку з соціально-економічними та побутовими функціями, що забезпечують, насамперед, народження та виховання дітей, адекватного розподілу ролей усередині сім'ї,

значущості сексуальних відносин у шлюбі та зовнішній соціальній активності. Поряд із базовими потребами, такими як безпека, актуальними характеристиками ступеня задоволеності шлюбом стають емоційні компоненти, такі як прийняття, адекватне сприйняття подружжям, порозуміння, збіг цінностей, довіра та емоційне тяжіння. Потребують уваги особливості кризи емоційної байдужості подружжя та шляхи її попередження.

**Мета статті** – розкрити особливості кризи емоційної байдужості подружжя та шляхи її попередження.

### **Вклад основного матеріалу та результатів дослідження.**

Задоволеність шлюбом можна вивчати як один із параметрів позитивної психології. Згідно з недавніми дослідженнями, задоволене шлюбом подружжя відчуває себе більш щасливим і благополучним, більше здатне до усвідомлення сьогодення, більш задоволене життям, частіше відчуває подяку до партнера і більш емоційно зріле.

Враховуючи вищезазначене є важливим дослідити особливості емоційного компонента взаємовідносин, такі як ступінь розуміння партнера, його емоційну привабливість, прийняття його світогляду та повагу до особистості у взаємозв'язку із задоволеністю шлюбом.

У психологічному словнику сім'я розуміється як заснована на шлюбі мала соціально-психологічна група, члени якої об'єднані спільним проживанням, веденням домашнього господарства, моральним та емоційним зв'язком, взаємодопомогою та взаємною відповідальністю і перебуває у спорідненості.

Однією із важливих характеристик сім'ї є її функціональна структура. Поняття функції включає спрямованість життєдіяльності сім'ї, її соціальний статус і соціальну роль.

В сім'ї існує стільки функцій, скільки необхідно для задоволення її потреб та життєдіяльності. Наразі немає загальноприйнятої класифікації функцій сім'ї, проте виділена багатьма авторами сукупність функцій є схожою і включає репродуктивну, виховну, господарсько-економічну, рекреативну (відновлювальну), психотерапевтичну.

Стан у шлюбі є однією з позитивних життєвих характеристик, адже як відомо, тривалість життя одиноких людей менша і вони частіше схильні до захворювань. Важливо відзначити, що стан здоров'я залежить і від психологічного клімату в сім'ї. За своїм психологічним навантаженням один день перебування у родинному колі може зрівнятися або з тижнем перебування в будинку відпочинку, або з тижнями трудової завантаженості на роботі.

Таким чином, емоційно-психологічна складова шлюбу, що включає потребу в симпатії, повазі, визнанні, емоційній підтримці і є одним з компонентів для створення щастя кожного з партнерів, та однією з основоположних характеристик стабільного, щасливого шлюбу.

Міжособистісні відносини розглядаються як основа задоволеності подружніх потреб. Від ступеня задоволення цих потреб залежить задоволеність шлюбом загалом. Вчені вказують, що подружня задоволеність шлюбом є не що інше, як суб'єктивне сприйняття подружжям кризь призму соціокультурних норм ефективності функціонування сім'ї в плані задоволення їх індивідуальних потреб. Таке визначення є загальним для виміру задоволеності шлюбом, адже одночасно вимагає вивчення як усіх потреб, так і докладної градації ступеня їхнього задоволення.

Сучасні дослідники проблеми благополуччя шлюбу наголошують, що природа цього феномену належить до емоційної сфери особистості, тому необхідно вивчати емоційну складову відносин, щоб зробити висновок про благополуччя подружніх відносин. Схожу точку зору можна знайти в дослідженнях Е. Ейдемільера і В. Юстицькіса, де висока інтенсивність і тривалість контактів, їх емоційна насиченість, розуміння, прийняття та здатність до емоційної віддачі наводяться як відмітні ознаки відносин подружжя.

Подружні відносини – це сукупність відносин партнерів у шлюбі, що визначають розвиток сім'ї та її функціональність, психоемоційний стан, суб'єктивну задоволеність шлюбом подружжя та сімейну самосвідомість.

Подружні відносини є основою сім'ї, вони первинні за походженням, вони створюють основу функціонування та розвитку сім'ї. Серед об'єктивних характеристик сім'ї виділяють особливості емоційних зв'язків, комунікацію, любов та здатність сім'ї до вирішення конфліктних ситуацій. Задоволеність шлюбом є суб'єктивною характеристикою подружніх відносин. Міцні подружні стосунки можна створити і зберегти за наявності бажання підкріплювати один одного позитивними емоціями, які є базовою потребою кожного з подружжя. Протягом подружніх відносин почуття подружжя можуть зазнавати змін, але на кожному етапі розвитку сім'ї простежується важливість взаємозв'язку емоційної підтримки подружжя і задоволеності відносинами.

Компонентний склад міжособистісних відносин становлять комунікативний, перцептивний, емоційний, мотиваційний та поведінковий компоненти.

Комунікативний компонент виявляється у рівні взаємної довіри подружжя та визначає повноту довірчої інформації, якою один партнер готовий безпечно

поділитися з іншим. Цей компонент підвищує рівень відвертості та багатства комунікації в ході спільної діяльності та спілкування.

Перцептивний компонент взаємовідносин показує, що у партнерів склалися певні стійкі образи одне одного – стереотипи, які можуть стати бар'єром за зміни усталеної системи взаємовідносин.

Мотиваційний компонент визначає взаємний інтерес, необхідність у підтримці відносин.

Поведінковий компонент свідчить про характер очікувань і установок, що склалися один до одного. Партнери готові діяти певним чином і чекають певної очікуваної поведінки від партнера.

Емоційний компонент становить симпатія/антипатія, що сформувалися у подружжя під час попередньої взаємодії. Саме тут знаходить відображення емоційна привабливість одного партнера для іншого, суб'єктивне відчуття знання особистісних характеристик партнера, його терапевтична привабливість, повага та поділ світогляду партнера.

Таким чином, аналізуючи вищезазначене, можна дійти висновку, що емоційна складова міжособистісних подружніх відносин відіграє одну з основних ролей у суб'єктивної задоволеності шлюбом.

Аналізуючи емоційну основу подружніх відносин, слід виокремити такі аспекти: розуміння – наявність у суб'єкта картини особистості партнера, суб'єктивне відчуття знання його якостей; емоційне тяжіння – привабливість партнера, бажання спілкуватися з ним, мати з ним справу; авторитетність (повага) – прийняття особистості партнера, готовність розділяти його світогляд, інтереси, думки та приймати їх як еталон.

В даний час актуальними стають дослідження взаємозв'язку задоволеності шлюбом та психологічного благополуччя подружжя в контексті емоційної складової міжособистісних відносин. Психологічне благополуччя подружжя розглядається як наслідок задоволеності потреб, відсутністю негативних та наявністю позитивних емоцій, і, як наслідок, загальною задоволеністю життям. В теорії самодетермінації Е. Десі і Р. Райана досліджується, що для психологічного благополуччя необхідним є задоволення трьох основних психологічних особливостей: потреби в автономії, компетентності і зв'язку з іншими.

Модель, запропонована К. Ріффом, включає такі складові: автономність, компетентність, особистісне зростання, позитивні відносини, життєві цілі, самоприйняття.

Останнім часом у зарубіжній літературі можна відстежити збільшення числа досліджень, присвячених зв'язку задоволеності шлюбом, психологічного благополуччя та якості міжособистісного спілкування подружжя.

Так, згідно з недавнім дослідженням аналізу взаємозв'язку психологічного благополуччя та задоволеністю шлюбом було виявлено, що із задоволеністю шлюбом більш тісно пов'язані такі параметри психологічного благополуччя, як «позитивні відносини».

Зважаючи на вищезазначене, можна узагальнити, що феномен задоволеності шлюбом є суб'єктивною оцінкою успішності міжособистісних подружніх відносин, але для вивчення більш детальних параметрів цих відносин необхідно вивчати їх окремі сторони.

Вплив рівня емоційного інтелекту на взаємини у парі вивчали такі американські вчені, як М. Брекетт, Д. Мейер та Р. Уорнер. У ході досліджень вони дійшли висновку, що якщо обидва партнери мають низький емоційний інтелект, їх взаємовідносини можуть бути конфліктними. Але якщо в одного з партнерів вищий рівень емоційного інтелекту, то відносини часто навіть кращі, ніж у парах, де подружжя має високий рівень емоційного інтелекту.

Міжособистісні стосунки та наявність конфліктів залежить від емоційної експресивності. Партнер сприймається як байдужий, зарозумілий, якщо у його поведінці переважає надмірна стриманість. І навпаки, зайва експресивність здатна викликати здивування та роздратування. Таким чином, розвинений емоційний інтелект робить спілкування ефективнішим і впливає на формування позитивного психологічного клімату в парі.

Вибір стратегії поведінки сторонами подружжя у конфлікті (за Томасом-Кілманом) досліджено залежно від рівня емоційного інтелекту. Для виявлення рівня розвитку емоційного інтелекту подружжя було використано методику Н. Холла, що включає 5 шкал: «емоційна поінформованість» (усвідомлення своїх емоцій), «управління своїми емоціями» (емоційна гнучкість), «самотивація» (довільне керування своїми емоціями), «емпатія», «розпізнавання емоцій інших».

У результаті аналізу визначено низку закономірностей та взаємозв'язків. Найбільш яскравим виявився взаємозв'язок показників емоційного інтелекту зі стратегією уникнення – виявлено кореляцію цієї стратегії з чотирма з п'яти показників (крім управління емоціями), причому всі зв'язки зворотні. Тобто вищі емоційна поінформованість, емпатія, розпізнавання емоцій, самотивація відповідають нижчим значенням щодо стратегії уникнення. Ймовірно, розвинений емоційний інтелект передбачає усвідомлення того, що стратегія ігнорування інтересів обох сторін у подружньому конфлікті не є ефективною.

Перевага стратегії співробітництва поєднується з більш вираженими емоційною обізнаністю та самомотивацією, а при прагненні до компромісу більш розвинені в емоційному інтелекті самомотивація та управління емоціями.

Лише один компонент виявився пов'язаним із перевагою стратегії суперництва – це управління емоціями. Таким чином, чим важче подружжю дається рефлексивне регулювання емоцій, тим більше схильність такого подружжя до реалізації конкурентного спілкування при конфлікті.

Різний рівень емоційного інтелекту став основою поділу досліджуваних на дві групи. Члени групи 1 (з вищим рівнем розвитку емоційного інтелекту) частіше віддають перевагу найпродуктивнішим стратегіям поведінки у конфлікті – співробітництву та компромісу. У свою чергу, у підгрупі 2 достовірно більш виражена перевага уникнення. При виборі стратегії співробітництва подружжя активно шукає такі рішення проблеми, які задовольняють інтереси обох сторін. Відкрите обговорення, інтерес до спільного рішення є основними рисами цієї стратегії.

Отже, подружжя, яке недостатньо добре вміє розпізнавати емоції свого партнера, не розуміє його емоційного стану, у разі конфлікту вибирає уникнення. Такому подружжю простіше уникнути конфлікт і зберегти свою душевну рівновагу.

Уникнення конфлікту часто поєднується з пасивною агресією. Часто така поведінка характерна для подружжя із низьким емоційним інтелектом. Приклади прояву уникнення конфлікту: ігнорування планів та пропозицій партнера, уникнення розмови.

Особистість із високим рівнем емоційного інтелекту – цілеспрямована і орієнтована на вирішення проблем, оскільки сприймає їх як джерело розвитку. У конфлікті таке подружжя швидко переключається з негативних емоцій на шлях до перемоги над труднощами.

Підвищена агресивність та емоційний інтелект також взаємопов'язані. Подружжю, яке не усвідомлює того, що відчуває, властива підвищена агресивність і, навпаки, прояви агресії, насамперед, деструктивної, будуть мінімальними у подружжя з розвинутою здатністю розуміти свої емоції.

Подружжя, як правило, воліли використовувати три стилі – конкуренцію (суперництво), уникнення та компроміс. Ті, хто використовував ці три стратегії, не мали розвинутого емоційного інтелекту. Тільки такий стиль як співпраця мав позитивну кореляцію з високим емоційним інтелектом та задоволеністю шлюбом.

Ключовими для виявлення кореляції між рівнем емоційного інтелекту та прогнозуванням вибору подружжям стратегії співробітництва є оптимізм та

позитивні установки, розуміння своїх та чужих емоцій, комунікабельність. Якщо рівень емоційного інтелекту вище середнього, подружжя щонайменше визнає наявність проблем. Здатність зрозуміти почуття та переживання близької людини визначає високу чутливість до її емоційного стану. Отже, усвідомлюючи переживання подружжя, партнер має на меті зниження напруги в сім'ї.

Відповідно до моделі EVLN (Exit-Voice-Loyalty-Neglect) існує чотири основні реакції на незадоволеність відносинами або на конфлікти подружжя – «Вихід-Голос-Лояльність-Нехтування». Реакція «Вихід» виражається у відмові від спільного проживання, отриманні розлучення. «Голос» як реакція – це обговорення проблем, компроміс, звернення за допомогою до друзів чи психотерапевта, зміна себе заради подружжя. «Лояльність» (у деяких перекладах – «Вірність») означає очікування та надію, що ситуація покращиться, підтримку партнера перед критикою. «Нехтування» виражається в тому, що партнер ігнорує іншого, проводить з ним менше часу, відмовляється обговорювати проблеми, погано поводить з ним (ображає), критикує за те, що не належить до реальної проблеми, просто дозволяє всьому руйнуватися. Ці чотири реакції відрізняються за двома напрямками: конструктивність/деструктивність та активність/пасивність.

«Голос» і «Лояльність» вважаються конструктивними відповідями, оскільки вони свідчать про те, що подружжя намагатиметься відродити чи зберегти відносини, тоді як «Вихід» та «Нехтування» – деструктивні. Варто зазначити, що поняття «конструктивність» / «деструктивність» належать до впливу реакції на відносини, а не на людину. Друге поняття «активність» / «пасивність» належить до впливу на поточні проблеми, а не до характеру поведінки. «Вихід» та «Голос» розглядаються як активні стратегії, оскільки їх використання передбачає дії з проблемою, «Лояльність» та «Нехтування» протилежні.

Конкретні приклади кожної стратегії, отримані під час опитування, виглядають так. Для «Лояльності»: «Якщо мій чоловік / моя дружина веде себе погано, я нічого не кажу і прощаю його / її», для «Голосу»: «Якщо моя думка відрізняється від думки мого чоловіка, я намагаюся спокійно з ним це обговорити»; для «Нехтування»: «Коли я злюся на мого чоловіка, я ігнорую його деякий час», для «Виходу»: «У мене є схильність під час суперечки порівнювати з іронією мого чоловіка з кимось із людей, яких ми знаємо».

Для визначення емоційного інтелекту респонденти мали прочитати надані описи соціальної взаємодії і вирішити, що відчувають головні герої кожної

ситуації, вибрати найбільш ефективний режим поведінки, або сказати, які емоції полегшуватимуть виконання специфічних завдань, а які заважали їм.

В результаті аналізу отриманих даних було з'ясовано, що емоційні здібності відіграють велику роль в активному та конструктивному вирішенні конфліктів, а також, що жінки рідко використовують реакцію «Нехтування». Чоловіки з високим рівнем емоційного інтелекту загалом більш схильні до стратегії «Лояльність» і менш схильні до «Нехтування» та «Виходу», їх поведінка у конфлікті більш позитивно оцінена жінками.

Жінки краще усвідомлюють проблеми у відносинах, зв'язки між різними подіями, які не є очевидними для чоловіків. Чим більшим емоційним інтелектом володіє жінка, тим прихильніше вона сприймає свого чоловіка. У довгостроковій перспективі певний ступінь ідеалізації партнера, що не проходить уявлення про його переваги має багато позитивних наслідків, оскільки в таких парах менше конфліктів, вища задоволеність шлюбом. За оцінками чоловіків, жінки рідше використовують стратегію «Голос», ніж за власними оцінками жінок. Це пов'язано з тим, що жінка, не завжди усвідомлено, відчуває, що має бути дбайливою, відповідальною за перебіг стосунків, підтримання прихильності.

За оцінками чоловіків, жінки обирають менш активні стратегії, це зумовлено тим, що від жінки очікується виконання ролі експерта у сфері емоцій, і їй буває важко відповідати цим очікуванням. Отриманий у конфлікті досвід закріплюється та використовується партнерами у майбутньому, а аналіз ситуації та своїх емоцій, дій, думок сприяє розвитку вміння розуміти емоції та керувати ними.

У цілому задоволеність шлюбом висока, коли відзначається високий рівень емоційного інтелекту подружжя, і навпаки. Також було виявлено прямий кореляційний зв'язок між задоволеністю шлюбом у чоловіків із емоційним інтелектом дружини. Це показує те, що вміння жінки розуміти свої та чужі емоції, грамотно виражати свої почуття, сприяє тому, що чоловік більше задоволений подружнім життям.

Коріння відмінностей в емоційному інтелекті чоловіків і жінок Д. Гоулман бачить у культурі, стереотипах, системі освіти, що призводить до того, що жінки виходять заміж підготовленими до ролі емоційного управителя, а чоловіки рідко усвідомлюють значення цього обов'язку для збереження відносин. Жінки вміють краще, ніж чоловіки, розуміти почуття співрозмовника щодо виразу обличчя, інтонації, жестів.

У міцних шлюбах під час кризи дотримуються прості правила: подружжя не змінює тему розмови, співпереживає одне одному і зменшує напруженість.

Високий рівень емоційного інтелекту дає можливість ефективно управляти складними емоційними переговорами (наприклад, пов'язаними з проханнями та прощенням) і благополуччя може залежати від здатності подружжя конструктивно справлятися з конфліктами та розуміти і керувати негативними емоціями.

### **Література**

1. Карпова Д., Вербська А. Особливості появи та подолання кризи емоційної байдужості між шлюбними партнерами. *Psychology Travelogs*. 2024. № 3. Р. 167-176. <https://doi.org/10.31891/PT-2024-3-16>
2. Потапчук Є., Павелко А. Теоретичний аналіз кризи емоційної байдужості подружжя як психологічної проблеми. *PsychologyTravelogs*. 2023. Iss. 2. Р. 91-102. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-2-7>

### **References**

1. Karpova D., Verbska A. Osoblyvosti poiavy ta podolannia kryzy emotsiinoi baiduzhosti mizh shliubnymy partneramy. *Psychology Travelogs*. 2024. № 3. P. 167-176. <https://doi.org/10.31891/PT-2024-3-16>
2. Potapchuk Ye., Pavelko A. Teoretychnyi analiz kryzy emotsiinoi baiduzhosti podruzzhzia yak psykhologichnoi problemy. *PsychologyTravelogs*. 2023. Iss. 2. P. 91-102. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-2-7>

**Zavatska N.Ye., Turban V.V., Modestova T.V., Brovender O.O.**

### **CRISIS OF SPOUSE'S EMOTIONAL INDIFFERENCE: WAYS OF PREVENTION**

*The article reveals the specifics of the crisis of emotional indifference of spouses and ways to prevent it. Emotional dependency has been shown to be characterized by an excessive need for affection and validation, producing asymmetrical and toxic relationships. Recognizing reasons such as low self-esteem can be key to solving the problem, and strengthening self-esteem is an important step in preventing a crisis of emotional indifference. In addition, prevention of a crisis of emotional indifference is possible with a conscious approach and adequate support. Therefore, possible ways to prevent a crisis of emotional indifference of spouses include: strengthening self-esteem (a key step is participation in activities that build confidence and personal independence); establishing clear boundaries (to regain control over your needs and desires, it is important to learn to say "no"); seeking professional help (psychotherapy can be important for identifying the sources of the problem and working on its solution); the development of healthy relationships*

*(surrounding yourself with people who promote autonomy and mutual respect, this contributes to the balanced emotional development of the couple).*

**Key words:** *spouse, family crisis, crisis of emotional indifference of spouses, prevention of crisis of emotional indifference of spouses.*

**Завацька Наталія Євгенівна** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля;

**Турбан Вікторія Вікторівна** – доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторії загальної психології та історії психології ім. В.А. Роменця Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України;

**Модестова Тетяна Василівна** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри філології та перекладу Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля;

**Бровендер Олена Олександрівна** – старший викладач кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля.

*Надходження статті: 23.02.2026*

*Прийняття статті до друку після рецензування: 20.03.2026*

*Оприлюднення статті: 25.03.2026*

*Ліцензія*

*Авторське право* © Завацька Наталія, Турбан Вікторія, Модестова Тетяна, Бровендер Олена, 2026



*Стаття ліцензована відповідно до*

*CC BY-NC 4.0 International (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)*