



Батаєва К.В., д-р філос. наук, проф., професор кафедри соціально-реабілітаційних технологій Відкритого міжнародного університету розвитку людини "Україна", вул. Львівська, 23, Київ, 03115, Україна, email: bataevaekaterina72@yahoo.com, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4628-4817>, Scopus Author ID: 57204186366,

Артеменко А.Б., канд. соціол. наук, завідувач кафедри соціально-реабілітаційних технологій Відкритого міжнародного університету розвитку людини "Україна", вул. Львівська, 23, Київ, 03115, Україна, email: a.b.renkas@ukr.net, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9924-7411>

ДРУЖИНИ УКРАЇНСЬКИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-КОМБАТАНТІВ: КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ТА РЕСУРС СОЦІАЛЬНОГО КАПІТАЛУ

Розглянуто копінг-стратегії, які використовують дружини українських військовослужбовців-комбатантів у період участі чоловіків у бойових діях, у поєднанні з різними формами соціального капіталу. Використано методологію дослідження копінг-стратегій Р. Лазаруса та С. Фолкман, а також теорію соціального капіталу П. Бурд'є, Р. Патнєма та Д. Коулмана. Емпірична частина статті ґрунтується на результатах дослідження, яке було проведено у січні – лютому 2023 р. методом глибинного напівструктурованого інтерв'ю з десятима дружинами українських військовослужбовців-комбатантів. Більшість дружин українських військовослужбовців-комбатантів наголосили на значущості соціальної підтримки з боку членів сім'ї (особливо дітей) і близьких друзів, яка співвідноситься з формою зв'язуючого соціального капіталу. Усі учасниці дослідження повідомили про відсутність інституціоналізованої соціальної підтримки з боку будь-яких організацій (яка співвідноситься з контактною формою соціального капіталу). Виявлено, що однією з найважливіших копінг-стратегій, яка дійсно допомагає дружинам українських військовослужбовців-комбатантів подолати тривогу, є волонтерська діяльність. Важливими для учасниць дослідження є такі копінг-стратегії: "комунікація з чоловіком"; "прийняття проблеми" та позитивний рефреймінг того факту, що чоловік перебуває на фронті; "пошук інформації про війну"; "постійна зайнятість"; "намагання стати сильніше"; "транслявання своїх переживань близьким людям з метою зняття напруженості"; "мрійливість"; "присвячення часу собі". Іноді дружини українських військовослужбовців-комбатантів використовують стратегію "релігійність" і "самозвинувачення".

Ключові слова: копінг-стратегії, соціальний капітал, соціальна підтримка, волонтерська діяльність, дружини українських військовослужбовців-комбатантів.

Bataeva E.V., Dr Habil. (Philosophy), Professor, Department of Social Rehabilitation Technologies, Open International University of Human Development "Ukraine", 23, Lvivska Str., Kyiv, 03115, Ukraine, email: bataevaekaterina72@yahoo.com, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4628-4817>, Scopus Author ID: 57204186366,

Artemenko A.B., PhD. (Sociology), Head of the Department of Social Rehabilitation Technologies, Open International University of Human Development "Ukraine", 23, Lvivska Str., Kyiv, 03115, Ukraine, email: a.b.renkas@ukr.net, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9924-7411>

SPOUSES OF UKRAINIAN SERVICEMEN-COMBATANTS: COPING STRATEGIES AND SOCIAL CAPITAL RESOURCE

The article considers the coping strategies used by the wives of Ukrainian servicemen-combatants during their husbands' deployment, combined with various forms of social capital. We used the research methodology of coping strategies by R. Lazarus and S. Folkman and the theory of social capital by P. Bourdieu, R. Putnam, and D. Coleman. The empirical part of the article is based on the study's results, which was conducted from January to February 2023 by the method of in-depth semi-structured interviews with ten wives of Ukrainian servicemen-combatants. Most of the wives of Ukrainian servicemen-combatants emphasized the importance of social support from family members (especially children) and friends, which correlates with the bonding social capital. All study participants reported a lack of institutionalized social support from any organizations that correlates with the linking of social capital. Volunteering is one of the most important coping strategies that helps the wives of Ukrainian servicemen-combatants cope with anxiety. The following coping strategies are important for the research participants: "communication with the husband"; "acceptance of the problem" and positive reframing of the husband's deployment; "learning about a problem"; "keeping busy"; "staying strong"; "venting"; "daydreaming"; "managing personal needs". The wives of Ukrainian servicemen-combatants rarely use the strategy of "religiosity" and "self-blame".

Keywords: coping strategies, social capital, social support, volunteering, spouses of Ukrainian combatants.

Тема копінг-стратегій¹ дружин військовослужбовців-комбатантів² стала однією з найактуальніших у сучасній мілітарній соціології з 90-х років XX ст., коли теорію копіngu Р. Лазаруса та його співаторів (С. Фолкман, А. Монат) почали застосовувати в контексті вивчення повсякденних практик дружин військовослужбовців, які брали участь у бойових діях у різних країнах. У цьому зв'язку постало питання про необхідність порівняльних, міжнародних досліджень адаптивних практик дружин військовослужбовців "з метою продовження кумулятивного прогресу досліджень цієї важливої теми" [2]. Ця тема внаслідок російсько-української війни стає затребуваною в Україні для великої кількості сімей³, які потребують соціальної підтримки. Проте в

¹ Р. Лазарус та С. Фолкман визначають копінг як "процес, за допомогою якого людина керує вимогами системи людина – довкілля, які оцінюються як стресові, та емоціями, які вони викликають" [1, р. 19]. "Ми визначаємо копінг як когнітивні та поведінкові зусилля з управління певними зовнішніми та/або внутрішніми вимогами, що постійно змінюються, які оцінюються як обтяжливі або перевищують ресурси людини" [1, р. 150].

² Комбатанти (від франц. combattant – воїн, борець) – особи, які входять до складу збройних сил воюючих сторін і беруть безпосередню участь у бойових діях (Див.: Пилипчук Р. Комбатанти. *Енциклопедія Сучасної України*. URL: <https://esu.com.ua/article-3196>).

³ Офіційна статистика щодо того, скільки військовослужбовців у ЗСУ є одруженими, відсутня. Проте, з огляду на те, що "у ЗСУ налічується приблизно 700 тисяч осіб, а весь сектор безпеки та оборони охоплює до мільйона українців" (станом на жовтень 2022 р.), можна припустити, що велика їх частка є одруженими та має дітей (Див.: Як змінювалася чисельність Збройних сил України. *Слово і Діло*. 14.10.2022. URL: <https://www.slovoidilo.ua/2022/10/14/infografika/bezpeka/yak-zminyuvalasya-chyselnist-zbrojnykh-syl-ukrayiny>).

українській мілітарній соціології досі не вивчалися проблеми, з якими стикаються дружини військовослужбовців-комбатантів. Водночас слід зазначити, що в українській мілітарній соціології значну увагу було приділено темі адаптаційних практик жінок-військовослужбовиць у дослідженнях Т. Марценюк, А. Квіт, Г. Гриценко, Л. Василенко, М. Звягінцевої [3; 4]. У певних дослідженнях були вивчені адаптаційні практики ветеранів і ветеранок у повсякденній, трудовій та освітній сферах, висновки яких надалі можна буде використовувати в контексті вивчення копінг-стратегій дружин військовослужбовців [5–8].

Ще один аспект важливості вивчення теми адаптаційних практик дружин військовослужбовців-комбатантів можна помітити в тому, що від їх успішності та ефективності залежить самопочуття самих військовослужбовців: згідно із сучасними дослідженнями, військовослужбовці-комбатанти набагато краще та спокійніше почуваються (що своєю чергою впливає на їхню бойову ефективність), якщо знають, що їхні дружини успішно справляються зі складнощами життя за їх відсутності [9, р. 440].

У сучасній західній мілітарній соціології значна кількість досліджень присвячена вивченню взаємовідносин між інститутами армії та сім'ї, у контексті яких аналізують менш масштабні проблеми соціальної адаптації та соціального супроводу членів сімей військовослужбовців [2; 10]. Однією з найвідоміших є концепція армії та сім'ї як “жадібних інститутів” (greedy institutions), які претендують на все життя, здоров'я та час військовослужбовців: сім'я прагне того, щоб чоловік або батько (за професією військовослужбовець) якомога більше часу проводив із сім'єю, тоді як армія вимагає, щоб військовозобов'язаний був готовий будь-якої миті залишити свою сім'ю і виконувати військовий обов'язок. Авторство концепту “жадібний інститут” належить Л. Козеру, який уперше представив його у праці “Жадібні інститути: патерни безроздільної залученості”. “Члени жадібних інститутів мають бути настільки цілком і повністю їм віддані, що вони стають недоступними для альтернативних видів діяльності” [11, р. 8]. Не менш відома стаття М. Сегал “Армія і сім'я як жадібні інститути”, в якій вона описала головні виклики армійської служби, що сприяють перетворенню армії на жадібний інститут і породжують напруженість між армією та сім'єю: ризик поранень і загибелі військовослужбовців, часті релокації, періодичне розділення із сім'єю, переїзд до інших країн для виконання миротворчих місій [12, р. 17–21]. На думку М. Сегал, дружини та діти військовослужбовців потрапляють в особливу, більш вразливу категорію, порівняно з членами цивільних сімей, оскільки вони стикаються зі значною кількістю повсякденних проблем і змушені докладати більше зусиль для адаптації до умов армійського життя (або життя у взаємодії з армією, хоча й за посередництва чоловіка- або батька-військовослужбовця). При цьому кількість та інтенсивність цих проблем і зусиль зростає залежно від частоти, тривалості та небезпеки військових місій чоловіка/батька. Найтипівіші проблеми, з якими стикаються дружини військовослужбовців, – виконання батьківських обов'язків наодинці, складнощі з поєднанням професійних і сімейних ролей, з пошуком нового місця роботи та встановленням нових соціальних контактів у разі переїзду, соціальна та емоційна самотність, фізичні недуги, хвилювання з приводу здоров'я чоловіка у

воєнний час. У новітніх дослідженнях, присвячених взаємодії сім'ї та армії, дещо ускладнюється тема “жадібності” цих інститутів. Залежно від типу суспільства, рівня гендерної нерівності та довіри, ступеня індивідуалізму/колективізму в конкретній країні може значно змінюватися ступінь претензій сім'ї та армії щодо чоловіків-військовослужбовців [2].

За результатами психологічних і соціологічних досліджень, дружини військовослужбовців стикаються з різними проблемами не тільки під час виконання чоловіками військової місії, але й навіть більшою мірою – після їх повернення додому, на етапі реінтеграції сім'ї (особливо якщо сепарація сім'ї була тривалою або якщо чоловік повернувся з полону) [12, р. 20; 13; 14]. У сучасній мілітарній соціології розрізняють три стадії несення служби військовослужбовця – до, під час і після ротації/участі у бойових діях – кожен з яких вимагає від дружин військовослужбовців та інших членів сім'ї певних зусиль для адаптації до складнощів повсякденного життя. На етапі приготування чоловіка до від'їзду для несення військової служби основним фактором стресу для членів сім'ї стає психологічна “замороженість”, зупинка життя, неможливість планувати щось на майбутнє, очікування розлуки [15]. Під час проходження чоловіком військової служби – занепокоєння, очікування телефонних дзвінків, виконання домашніх робіт наодинці, подвійні батьківські обов'язки та самотність, що межує з почуттям покинутості [15; 16]. На етапі реінтеграції сім'ї найчастіше виникають проблеми з відновленням комунікації між подружжям, з виконанням сімейно-рольових і батьківських обов'язків, зменшення соціальної підтримки, яка мала місце під час участі чоловіка у бойових діях; проблеми, пов'язані з погіршенням здоров'я чоловіка (внаслідок поранення, контузії та посттравматичного стресового розладу, фінансами та працевлаштуванням, домашнім насильством (через травматичний військовий досвід комбатантів, експозицію смерті та поранень, контузій та посттравматичних стресових розладів), ризиком розлучення [13; 17; 18, р. 430–442]. Тривала відсутність чоловіка-військовослужбовця та сепарація сім'ї найбільш негативно може позначитися на взаєминах між подружжям у молодих сім'ях, у яких чоловік і дружина не мали достатньо часу для зміцнення стосунків. За результатами американських досліджень, у таких сім'ях етап реінтеграції може супроводжуватися великою кількістю конфліктних ситуацій. “Чоловіки, які відсутні під час вагітності та/або пологів своїх дружин, пропускають важливу подію у сімейному житті; військовослужбовці, розлучені зі своїми маленькими дітьми, пропускають важливі періоди їх зростання, зокрема, перший крок, перше слово, першу поїздку на велосипеді...” [12, р. 20; 17; 19]. Водночас у сучасних дослідженнях аналізується не тільки негативний, але й позитивний вплив тривалої відсутності чоловіка внаслідок участі у бойових діях на сімейні взаємини після реінтеграції сім'ї. “Військові та їхні дружини іноді кажуть, що розлука змусила їх більше цінувати один одного і додала новизни й романтики у стосунки” [12, р. 20]. Після повернення військовослужбовця додому подружжя може почуватися ще ближчим і відданим один одному; більше цінувати свого партнера та час, проведений разом; вони можуть свідчити про особистісний розвиток внаслідок зростання автономії під час сепарації родини [10, р. 221; 18, р. 430, 444].

Під час війни участь чоловіка у бойових діях, особливо якщо ця участь була тривалою, стає основною причиною стресу для дружин військовослужбовців, що негативно впливає на їхнє психологічне та соціальне самопочуття і змушує їх використовувати певні копінг-стратегії [2; 10, р. 211; 20; 21, р. 353].

Метою статті є вивчення копінг-стратегій, які використовують дружини⁴ українських військовослужбовців-комбатантів під час участі чоловіків у бойових діях на етапі тимчасової сепарації сім'ї, у поєднанні з різними формами соціального капіталу.

Теоретико-методологічні підвалини дослідження. Методологічною основою дослідження копінг-стратегій або адаптивних практик дружин українських військовослужбовців-комбатантів під час участі їхніх чоловіків у бойових діях є концепція копінг-стратегій Р. Лазаруса та С. Фолкман, а також теорія соціального капіталу П. Бурдьє, Р. Патнема та Д. Коулмана. Як підкреслювали Р. Лазарус та С. Фолкман, концепція копінг-стратегій є міждисциплінарною й включає психологічні, соціологічні⁵ та фізіологічні аспекти: “стрес досліджується на фізіологічному, психологічному та соціологічному рівнях аналізу” [1, р. 325]; “було б неможливо зрозуміти стрес на психологічному рівні без зв'язку із соціальним контекстом, в якому він виникає” [1, р. 288]. При цьому в соціології можуть бути використані й інші синонімічні терміни для позначення “стресових ситуацій” (наприклад, “напруженість”⁶) та “копінг-стратегій” (зокрема, “адаптивні практики”). Коли людина стикається з негативними життєвими ситуаціями, вона свідомо або несвідомо використовує різні копінг-стратегії, щоб пом'якшити їх руйнівний вплив і протиставити їм певні позитивні особистісні та соціальні практики. Р. Лазарус та С. Фолкман розрізняють дві категорії адаптивних копінг-стратегій – сфокусовані на вирішенні проблеми та зміні емоційного стану людини [1, р. 141], хоча у відомій роботі Р. Лазаруса та С. Фолкман “Стрес, оцінка та копінг” розглядається й третій тип адаптивних практик, спрямованих на рефреймінг, смислову переоцінку негативної події з метою отримання певного позитивного досвіду [1, р. 151]. До стратегій, сфокусованих на вирішенні проблеми, належить планування (наприклад, вибір методів підтримки зв'язку з чоловіком-військовослужбовцем, визначення обов'язків, які дружині необхідно буде взяти на себе за відсутності чоловіка) [15]; підготовка до нового способу життя; пошук соціальної

⁴ Ми не досліджували копінг-практики чоловіків жінок-комбатанток внаслідок: 1) браку офіційної інформації щодо того, чи вони є переважно цивільними, чи військовослужбовцями; 2) в нашому дослідженні ми спиралися на спеціальну літературу щодо копінг-стратегій, які використовують саме дружини військовослужбовців, з метою подальшого порівняння результатів цих досліджень. Водночас треба визнати теоретичну та практичну доцільність вивчення копінг-стратегій як жінок, так і чоловіків військовослужбовців-комбатантів/ок.

⁵ В українській соціології наявні успішні спроби здійснити соціологічну концептуалізацію та розробити методологію вимірювання психологічних станів стресу і дистресу в працях С. Дембійського, який спирається на традицію вивчення цих станів в англomовній соціології [22].

⁶ “Сучасні соціологи схильні віддавати перевагу терміну “напруженість”, ніж “стрес”, використовуючи його для позначення форм соціальних потрясінь або дезорганізації... на соціальному рівні; вони належать до групових явищ, а не до явищ на індивідуальному психологічному рівні” [1, р. 4].

підтримки – емоційної, інформаційної або матеріальної [1, р. 307] – з боку чоловіка, друзів, членів сім'ї, психологів або лікарів; волонтерство (надання допомоги іншим); молитва, віра в Бога та соціальна підтримка з боку громади віруючих; позитивний рефреймінг [21, р. 352–357]. До копінг-стратегій, націлених на зміну емоційного стану людини, належать різні форми уникнення (зокрема, інформації про війну та думок про можливі варіанти перебігу служби чоловіка; негативних переживань шляхом занурення в роботу, виконання батьківських/домашніх обов'язків, занять фізкультурою); заперечення; трансляція своїх переживань близьким людям; самозвинувачення; мрійливість; медитація; куріння; вживання алкогольних напоїв та/або седативних препаратів; гумор [1, р. 150; 15; 21, р. 357]. На думку деяких дослідників, когнітивний рефреймінг, позитивне переосмислення життєвої ситуації може бути розглянуто і як різновид основних двох категорій копінг-стратегій, і як окремий вид копіngu; соціальна підтримка⁷ [21, р. 357], релігійність, віру в Бога також можна розглядати як універсальні варіанти копінг-стратегій, які можуть бути віднесені до кожної категорії копіngu. Зокрема, віра в Бога може вплинути на екзистенціальне переосмислення певної життєвої ситуації та її прийняття, а також може допомогти подолати негативні емоції та очікування і не дозволити зруйнувати внутрішній світ людини.

У складній життєвій ситуації людина може використовувати копінг-стратегії, що належать до різних категорій, при цьому не зовсім коректно було б ієрархічно їх співвідносити як більш чи менш ефективні. На думку Р. Лазаруса та С. Фолкман, “визначення копіngu мають включати поняття “зусилля” щодо управління стресом, незалежно від результату. Це означає, що жодна стратегія не може вважатися кращою за будь-яку іншу. Ефективність, доречність стратегії визначається лише її результативністю на цей момент та її результативністю у довгостроковій перспективі” [1, р. 134]. Залежно від ситуації, ступеня її контрольованості та особистісних особливостей конкретної людини, найдоречнішими та найефективнішими можуть виявитися й проблемно-сфокусовані стратегії, й ті, що спрямовані на зміну емоційного стану людини або сенсу події. Якщо ситуація контрольована та на неї можна впливати, то ефективнішим може бути використання проблемно-сфокусованих копінг-стратегій; якщо ж у людини немає можливості вплинути на ситуацію та змінити її на краще, то доречнішим може виявитися використання стратегій, сфокусованих на емоціях [1, р. 150, 162; 20; 21, р. 355]. На думку Е. Дімічеллі, М. Штайнхарта, С. Сміта та інших, не так конкретна копінг-стратегія, як її невідповідність ступеню контрольованості життєвої проблемної ситуації може стати причиною неефективності адаптивних практик людини: “коли стресова ситуація і копінг-стратегії не збігаються,

⁷ “Через позитивний рефреймінг людина розглядає негативну подію в позитивному світлі, зберігаючи при цьому реалістичний погляд на речі. Деякі дослідники вважають цей тип копіngu сфокусованим на емоціях; інші класифікують його як стратегію вирішення проблеми, цінність якої виходить за межі простого зменшення дистресу. У деяких дослідженнях соціальна підтримка вважається стратегією EFC (emotion-focused coping); в інших – стратегією PFC (problem-focused coping); у третіх – окремою категорією” [21, р. 357].

можуть виникнути дисфункціональні наслідки. Наприклад, якщо дружина вважає участь свого чоловіка в бойових діях неконтрольованою та все ж таки намагається вирішити проблему, можливо, вона не зможе адекватно подолати ситуацію. У цьому випадку спочатку краще використовувати метод транслювання емоцій, щоб впоратися з емоціями, які можуть затуманити свідомість. Проте, якщо людина продовжує протягом тривалого часу виплескувати емоції, але нічого не робить для вирішення проблеми або прийняття реальної ситуації, стратегії, що сфокусовані на емоціях, можуть стати недоречними та шкідливими” [21, р. 355]. Соціодемографічні характеристики (вік, рівень освіти, наявність/відсутність роботи) також можуть впливати на вибір певних копінг-стратегій [23].

Дослідження К. Лепа, Л. Тафта, Т. Толефсона та інших показало, що найефективніші копінг-стратегії, що використовуються дружинами військовослужбовців-комбатантів на етапі проходження ними військової служби, – “бути постійно зайнятою” (роботою, дітьми, будинком, господарством); “залишатися на зв’язку з чоловіком за допомогою телефону, комп’ютера, SMS, електронної пошти, відтворювати його присутність”; “приділяти час собі” (займатися фізкультурою, слухати музику, вести щоденник, дивитися фільми, читати, підвищувати кваліфікацію на різних курсах); “шукати підтримку” (серед людей, які мають схожий життєвий досвід, членів сім’ї, друзів, психологів, лікарів) [15, р. 54–58]. У дослідженні А. Вілер та Р. Стоун як основні виокремлено такі копінг-стратегії, що використовуються дружинами військовослужбовців-комбатантів: 1) творча діяльність (наприклад, малювання), ведення щоденника; 2) підтримка з боку сім’ї та друзів; 3) релігійність, віра в Бога, молитва, 4) комунікація з чоловіком засобом різних девайсів, 5) уникнення тривожних ситуацій (занурення у роботу, заперечення можливих загроз здоров’ю та життю чоловіка) [16, р. 550–552]. Розглянуті копінг-стратегії належать до різних категорій. Таким чином, дружини військовослужбовців-комбатантів схильні синтезувати різні адаптивні практики з урахуванням конкретної життєвої ситуації. Р. Молкер та І. ван дер Клоет розрізняють позитивні та негативні копінг-стратегії, що використовуються дружинами військовослужбовців під час їх відсутності: “крім негативних копінг-стратегій, які не вирішують проблему (алкоголю, снодійного, заперечення або втечі), наявні сім позитивних копінг-стратегій: 1) збереження сімейних зв’язків; 2) розвиток впевненості у собі та підняття самооцінки; 3) соціальна підтримка; 4) розвиток позитивного ставлення до ситуації; 5) вивчення проблеми; 6) зняття напруженості, зокрема, за допомогою хобі, розмов і плачу; 8) збалансоване використання копінг-стратегій” [10, р. 215]. До зазначених копінг-стратегій С. Марноча, К. Адучі та інші додали стратегію “стати сильною”, розвинути почуття незалежності та підвищити впевненість у собі, навчитися ефективно керувати емоціями [24; 25]. У цьому контексті можна помітити спроби дружин військовослужбовців засвоїти основні цінності мілітарної культури (цінності сили, зібраності, витривалості) та уподібнитися до свого чоловіка у здатності “тримати удар”.

У нашому дослідженні “соціальна підтримка” була вивчена у контексті теорії соціального капіталу П. Бурдьє, Р. Патнема та Д. Коулмана. Якщо використання

соціальної підтримки можна розглядати як форму копінг-стратегій, то “соціальний капітал” є ресурсом, який дозволяє ці практики ініціалізувати⁸. “Ресурсне” визначення соціального капіталу запропонував П. Бурдьє, згідно з яким “соціальний капітал є сукупністю реальних або потенційних ресурсів, які пов’язані з наявністю стійкої мережі більш-менш інституціоналізованих відносин, взаємного знайомства та визнання, з членством у групі” [26, р. 248]). Від особистісних особливостей власника/ці соціального капіталу та членів його/її мереж, від об’єктивних обставин залежить, наскільки повно використовуватимуться (або взагалі не використовуватимуться) можливості цих мереж. Наявність ресурсу соціального капіталу не завжди та не обов’язково може свідчити про те, що особа його використовуватиме для подолання кризової ситуації⁹. Водночас застосування такого ресурсу може значно полегшити процес соціальної адаптації людини та відкрити їй можливість отримання соціальної підтримки.

У соціології розрізняють три форми соціального капіталу – зв’язуючий [27, р. 66–73], об’єднуючий та контактний [28], – які співвідносяться з різними формами соціальної підтримки: з боку членів сім’ї та близьких друзів, “горизонтальної” з боку колег і членів різноманітних спільнот, “вертикальної” з боку міської адміністрації, організацій, лікарів, волонтерів, психологів тощо. Важко сказати, які з цих форм є більш ефективними, оскільки у різних ситуаціях можуть виявитися більш дієвими різні форми соціального капіталу та соціальної підтримки. Р. Хокінс і К. Маурер підкреслюють, що у критичних, небезпечних для життя ситуаціях (зокрема, під час природних катастроф) саме зв’язуючий капітал, накопичений у сім’ї та спільноті друзів, може сприяти якнайшвидшій соціальній і психологічній адаптації особистості¹⁰. Можна припустити, що для дружин українських військовослужбовців-

⁸ Слід зазначити, що Р. Лазарус та С. Фолкман використовують категорію “ресурси копіngu” для позначення таких можливостей і компетенцій особистості, які дозволяють їй маневрувати за допомогою копінг-стратегій, але “передують їм та впливають на них”. “Сказати, що людина ресурсна, означає, що у неї багато ресурсів та/або вона вміло знаходить способи їх використання для протидії викликам... Ресурси – це те, на що людина спирається, незалежно від того, чи вони доступні людині (наприклад, гроші, люди, які можуть допомогти, релевантні навички), чи є компетенціями, необхідними для пошуку ресурсів, які потрібні, але недоступні” [1, р. 158]. Р. Лазарус та С. Фолкман відносять до ресурсів копіngu матеріальні ресурси, “здоров’я та енергію (фізичний ресурс), позитивні переконання (психологічний ресурс), а також навички вирішення проблем і соціальні навички (компетенції)” [1, р. 159]. Ресурс соціального капіталу можна віднести до категорії “соціальних навичок (компетенцій)”.

⁹ На думку Р. Лазаруса та С. Фолкман, “люди можуть мати у своєму розпорядженні безліч форм соціальної підтримки в умовах кризи, але бути не в змозі ними скористатися через те, як вони сприймають цю підтримку. Вони можуть відмовитися від запропонованої допомоги, тому що це означало б, що вони безпорадні; або вони можуть не хотіти почуватися зобов’язаними або, можливо, вони не довіряють мотивації надання допомоги” [1, р. 165].

¹⁰ “Зв’язуючий соціальний капітал виявився особливо актуальним при наданні матеріально-технічної допомоги під час і після шторму та повені у Новому Орлеані... Ми помітили силу зв’язуючого соціального капіталу у тому, що він допоміг людям об’єднати ментальні та фізичні

комбатантів зв'язуючий соціальний капітал і “сильні зв'язки” з членами сім'ї та друзями можуть виявитися більш актуальними через їхню здатність морально, емоційно та матеріально підтримувати людину у кризових життєвих ситуаціях. В інших соціальних контекстах, коли, наприклад, дружина військовослужбовця не має близьких родичів або друзів, для неї більш значущими можуть виявитися такі форми соціального капіталу та соціальної підтримки, як “слабкі” мережеві контакти, які встановлюються на міжгруповому або внутрішньогруповому рівні між малознайомими соціальними акторами (об'єднуючий капітал), або вертикальні зв'язки з акторами, які представляють державні інституції та організації (контактний капітал) [28; 30].

У нашому дослідженні виявлено, які форми соціальної підтримки отримували дружини українських військовослужбовців-комбатантів, які з них виявилися найважливішими, які форми соціального капіталу більшою мірою допомогли їм подолати негативні переживання. Оскільки в теорії соціального капіталу Р. Патнема та Д. Коулмана наголошується, що важливим параметром соціального капіталу є не лише членство у соціальних мережах, але й “норми взаємності”¹¹ [31, р. 35] (соціальні актори налаштовані діяти, враховуючи інтереси інших людей, піклуватися про них та надавати їм допомогу), то в нашому дослідженні ми з'ясовували, чи надають дружини українських військовослужбовців-комбатантів допомогу іншим людям, і наскільки для них це важливо.

Методика дослідження. Дослідження було проведено методом глибинного напівструктурованого інтерв'ю з десятима дружинами українських військовослужбовців-комбатантів¹². Вибірку складено методом снігової кулі: кожна учасниця дослідження надала інформацію про своїх знайомих дружин українських військовослужбовців-комбатантів¹³. Критерії відбору учасниць: 1) на момент інтерв'ю жінка мала бути одруженою з військовослужбовцем-комбатантом, учасником російсько-української війни; 2) її чоловік мав перебувати на фронті понад 5 місяців і продовжувати виконання військового обов'язку на момент інтерв'ю. Усі учасниці дослідження були одружені з військовослужбовцями-комбатантами (мінімальний термін – 3 роки, максимальний – 26 років). Середній вік учасниць – 34 роки (мінімальний вік – 26, максимальний – 46). Сім учасниць мали вищу освіту (п'ять магістрів та два бакалаври), 3 учасниці – професійно-технічну освіту. У восьми учасниць дослідження були діти. П'ять учасниць працювали, дві учасниці перебували у декретній відпустці, одна – працювала волонтером, дві – тимчасово не працювали. Усі учасниці дослідження повідомили про задовільний фінансовий стан їхніх родин. Чоловіки всіх

ресурси для виживання під час бурі. Зв'язуючий соціальний капітал відіграв важливу психологічну роль у розвитку стійкості до стресів” [29, р. 1788–1789].

¹¹ Цікаво, що “норми взаємності” або допомога іншим людям розглядаються Р. Лазарусом і С. Фолкман як одна з копінг-стратегій.

¹² Ми обмежились у нашому дослідженні десятима інтерв'ю, оскільки при використанні методу насичення [32, р.104] збільшували кількість респонденток, доки знаходилася нова інформація; коли ж почала повторюватися інформація, накопичення емпіричних даних було припинено.

¹³ Першу учасницю дослідження було знайдено завдяки соціальним контактам однієї із співавторок статті, яка також є дружиною українського військовослужбовця-комбатанта.

учасниць перебували на фронті понад 8 місяців. Всім учасницям було забезпечено конфіденційність участі у дослідженні; оскільки учасниці не зажадали обрати псевдонім, то використано формальне позначення “Учасниця №”.

Середня тривалість інтерв'ю становила 39 хвилин (мінімальна тривалість – 25, максимальна – 55). Вісім інтерв'ю були проведені “віч-на-віч”; місце проведення інтерв'ю було запропоновано самими учасницями дослідження (наприклад, це було робоче місце, квартира респонденток, кав'ярня, волонтерський штаб тощо, головний критерій вибору – комфортність обстановки для учасниць дослідження); два інтерв'ю було проведено засобом платформи ZOOM. З метою дотримання етичних норм проведення соціологічних досліджень учасницям дослідження було повідомлено, що будь-якої миті вони можуть перервати участь в опитуванні, а також не відповідати на запитання, які можуть бути для них болючими. Перед проведенням інтерв'ю майже всі учасниці просили переглянути текст інтерв'ю та потім давали згоду на участь в інтерв'ю. Жодна учасниця дослідження не відмовилася відповідати на запитання та інтерв'ю були проведені повністю. З дозволу учасниць дослідження було здійснено аудіозапис усіх інтерв'ю з подальшою вербальною транскрипцією. Після того, як були записані всі тексти інтерв'ю, вони були структуровані з використанням кодування кожного запитання інтерв'ю, що відповідало певній копінг-стратегії; всі інтерв'ю аналізувались як окремо, так і порівняно одне з одним. Відповіді учасниць дослідження на кожне запитання інтерв'ю були зібрані в окремі блоки з подальшим проведенням якісного контент-аналізу та інтерпретуванням їх змісту.

Емпіричний матеріал зібрано з січня по лютий 2023 р. У таблиці 1 представлені демографічні та соціальні характеристики учасниць дослідження: вік, освіта, наявність роботи, кількість років у шлюбі, термін перебування чоловіка на фронті, інформація про дітей.

Таблиця 1

Характеристики учасниць дослідження “Копінг-стратегії та ресурси соціального капіталу дружин українських військовослужбовців-комбатантів”

Учасниці	Вік, років	Освіта	Робота	Кількість років у шлюбі	Термін перебування чоловіка на фронті	Діти
Учасниця № 1	29	Вища (магістр)	Працює	9	10 міс.	Дочка, 7 років
Учасниця № 2	29	Вища (магістр)	Працює	6	10 міс.	Син, 5 років
Учасниця № 3	36	Професійно-технічна	Не працює, перебуває у декретній відпустці	4	Понад 1 рік	Син, 11 років; дочка, 1,5 року
Учасниця № 4	32	Вища (магістр)	Працює	7	11 міс.	Син, 6 років
Учасниця № 5	32	Вища (бакалавр)	Не працює, волонтер	3	8 міс.	Немає

Закінчення табл. 1

Учасниці	Вік, років	Освіта	Робота	Кількість років у шлюбі	Термін перебування чоловіка на фронті	Діти
Учасниця № 6	38	Вища (бакалавр)	Не працює	11	Понад 1 рік	Дочка, 8 років
Учасниця № 7	46	Професійно- технічна	Працює	26	1 рік	Син, 25 років
Учасниця № 8	41	Вища (магістр)	Не працює	17	10 міс.	Син, 15 років; син, 10 років; дочка, 6 років
Учасниця № 9	26	Вища (магістр)	Працює	4	Понад 1 рік	Немає
Учасниця № 10	34	Професійно- технічна	Не працює, перебуває у декретній відпустці	7	8 міс.	Дочка, 7 років; син, 6 місяців

Джерело: складено авторами.

Результати дослідження. Розглянемо копінг-стратегії, які використовують дружини українських військовослужбовців-комбатантів під час їхньої участі у бойових діях. Відповідно до методології дослідження, розділимо результати на два смислових блоки, які присвячені копінг-стратегіям, що сфокусовані на вирішенні проблеми, та копінг-стратегіям, що сфокусовані на емоційному стані.

Копінг-стратегії, що сфокусовані на вирішенні проблеми. Дружини українських військовослужбовців-комбатантів наголосили на важливості для них соціальної підтримки, яку можна віднести до копінг-стратегій, що сфокусовані на вирішенні проблеми. Вони повідомили, що найактуальнішими для них виявилися дві форми соціального капіталу, які переважно і були залучені, – зв’язуючий та об’єднуючий. Наявність у учасниць дослідження ресурсу цих двох форм соціального капіталу пов’язана з ініціалізацією соціальної підтримки з боку членів сім’ї та близьких друзів, а також підтримки з боку колег і сусідів. Учасниці дослідження повідомили, що отримують від членів сім’ї та друзів моральну, емоційну та інформаційну підтримку. Учасниці дослідження, які мають дітей, наголосили, що саме наявність дітей, необхідність піклуватися про них, а також зустрічна підтримка з їхнього боку виявилися найпотужнішим чинником, який допомагає їм справлятися зі складнощами повсякденного життя під час війни:

“Дитина допомагає, тому що вона доросла [дочка, 7 років], їй потрібно самій бути в нормальному моральному стані, щоб дитина не бачила від мене того смутку, депресії, які могли б бути. Тому ми взаємно допомагаємо” (учасниця № 1, 29 років);

“Син мені допомагає подолати переживання, але я, наприклад, при ньому намагаюся не плакати, оскільки він все розуміє. Без нього мені було б складніше набагато. Коли його немає, він у бабусі, і я сама, то складно залишатися сам на сам” (учасниця № 2, 29 років);

“Діти дуже допомагають впоратися з переживаннями. Знаю жінок, у яких немає дітей, їм набагато складніше. Безперечно, без дітей складніше” (учасниця № 4, 32 роки).

Хоча учасниці дослідження зазначили, що для них важливою залишається моральна та емоційна підтримка з боку друзів, все ж таки деякі з них повідомили, що під час війни у них виникає дедалі менше бажання спілкуватися з друзями, знайомими та колегами (порівняно з членами сім'ї). Можна припустити, що ресурс зв'язуючого соціального капіталу за складних життєвих обставин “розщеплюється” на капітал різного радіусу дії – соціальний капітал внутрішньосімейних відносин і соціальний капітал дружніх відносин, при цьому перший стає пріоритетним:

“Спілкування – це частина моєї роботи, але з друзями, знайомими взагалі зараз хочеться менше спілкуватися” (учасниця № 1, 29 років);

“Я намагаюся з друзями менше спілкуватися на цю тему [війни]. Я стала більш замкнутою, як тільки починаю говорити про це з кимось, крім родини, відразу плачу і потім почуваю себе геть погано. Я завжди була комунікабельна у спілкуванні з іншими та багато спілкувалася, а зараз я не хочу. Я думаю, після перемоги я знову зможу говорити з усіма про різне, але зараз не дуже хочеться” (учасниця № 2, 29 років);

“Я не дуже відкрита зараз до спілкування, хоча, буває, говорю, і вони [друзі та колеги] мене підтримують... Так, я стала менше спілкуватися. Мене чомусь майже всі люди дратують” (учасниця № 9, 26 років).

Дещо рідше учасниці дослідження залучали ресурс об'єднуючого соціального капіталу, який співвідноситься із соціальною підтримкою з боку колег і сусідів. Жінки повідомили про моральну та інформаційну підтримку з боку колег (крім тих учасниць дослідження, які тимчасово не працюють), але практично не згадували про підтримку з боку сусідів.

Щодо “вертикальної” підтримки з боку міської адміністрації, організацій, психологів тощо, яка співвідноситься з третьою формою соціального капіталу (контактного капіталу), то учасниці дослідження повідомили про її відсутність. Дві жінки повідомили, що отримували допомогу від волонтерів, одна жінка – від психолога, до якого зверталася через психологічні проблеми під час російсько-української війни, проте ця підтримка мала фрагментарний, несистематичний характер. Учасниці дослідження зазначили, що вони не перебувають в організаціях дружин військовослужбовців і не поінформовані про них (тільки дві жінки повідомили, що чули про наявність таких організацій, але не володіють більш детальною інформацією про їхню діяльність)¹⁴.

¹⁴ В Україні діє ГО “Громадський рух “Жіноча Сила України”, одним з проєктів якого є “Служба психосоціальної підтримки сімей військовослужбовців”. Цією організацією був створений “майданчик для дружин і членів сімей військовослужбовців”, “Дружини військовослужбовців

Водночас жінки повідомили, що хотіли б стати членами організацій дружин військовослужбовців України, оскільки потребують психологічної та інформаційної підтримки з боку фахівців.

У учасниць дослідження наявний “потенційний” контактний капітал, оскільки вони контактують з іншими дружинами українських комбатантів і розцінюють таке спілкування як дуже важливе. Проте через його неінституціоналізованість (володіння ним не співвідноситься з членством учасниць дослідження у відповідних організаціях), можна говорити про те, що ресурс контактного соціального капіталу залишився нереалізованим учасницями дослідження і, як наслідок, не пов’язаним із соціальною підтримкою на інституційному рівні:

“Я знаю, що дружини військових самі об’єднуються, намагаються спілкуватися та підтримувати одна одну, але їх важко назвати організацією або союзом... Після нашої перемоги дуже актуально [буде створити такі організації], хоча я думаю і зараз є велика потреба в цьому. Я навіть змогла б їм допомагати” (учасниця № 5, 32 роки);

“Так, у нас дуже багато дружин військових. У подруг, і у колег чоловіки – військові. Спілкування з ними важливе, адже такий час. Якось не завжди цікаво слухати тих, у кого нікого немає в ЗСУ, тому що мені здається, у більшості якась інша реальність” (учасниця № 4, 32 роки).

Нас цікавила оцінка самих дружин українських військовослужбовців-комбатантів, яка соціальна підтримка для них є найважливішою. На запитання, яка соціальна підтримка (від дітей, близьких, колег або громадських організацій) найбільше допомагає подолати переживання, жінки називали саме родини і дітей. Жінка, у якої немає дітей, повідомила, що соціальна підтримка з боку друзів для неї так само є важливою, як і з боку родини. Ще одна жінка підкреслила важливість для неї підтримки з боку друзів, оскільки її родина на цей час перебуває за кордоном.

Досліджено, чи надають дружини українських військовослужбовців-комбатантів допомогу іншим людям, чи дотримуються вони “норм взаємності”, які за Р. Патнемом та Д. Коулманом є одним з параметрів соціального капіталу [31, р. 35]. Для учасниць дослідження допомога іншим людям виявилася дуже важливою, адже вони займаються волонтерською діяльністю, хоча “радіус” цієї діяльності часто збігається з радіусом дії зв’язуючого капіталу, оскільки часто опитані жінки допомагають чоловікам та їхнім друзям на фронті. Одна жінка, яка професійно займається волонтерською діяльністю, регулярно допомагає широкому колу військовослужбовців, а не тільки чоловіку та його бойовим друзям; ще одна жінка допомагає місцевим волонтерам у їх діяльності; дві жінки перераховують кошти для ЗСУ, але не займаються іншими формами волон-

України” на платформі Facebook (713 користувачів станом на 18.02.2023 р. Див.: <https://www.facebook.com/syla.in.ua>), на якому безоплатно проводять групи підтримки дружин і матерів військовослужбовців. Наявний проект “Служба психосоціальної підтримки сімей військовослужбовців”, який функціонує за сприяння ЗСУ, де надають безоплатну психологічну допомогу членам сімей військовослужбовців; діють групи підтримки для жінок з родин військовослужбовців на платформі YouthFutureUa.

терської діяльності. Ці результати дослідження також підтверджують тезу про ефективність у критичних ситуаціях зв'язуючого капіталу, який "працює" двосторонньо: за його допомоги жінки, по-перше, отримують підтримку від близьких (насамперед, моральну та емоційну), а по-друге, вони самі допомагають своїм чоловікам та їхнім однополчанам (зокрема, матеріально).

Розгляньмо результати дослідження щодо волонтерської діяльності дружин українських військовослужбовців-комбатантів, яку можна віднести до копінг-стратегій, що сфокусовані на вирішенні проблеми. Як уже було згадано, учасниці дослідження займаються волонтерською діяльністю, хоч і в різних масштабах. Вони не займалися цим до війни: для них волонтерство – саме копінг-стратегія, причому одна з найефективніших, яка реально допомагає подолати тривогу:

"Переживання стосовно перебування чоловіка на війні, мабуть, нереально подолати повністю, але все ж таки спілкування, навіть маленька допомога від нас військовослужбовцям туди, трошки заспокоює, що вони одягнуті, поїли й більш-менш все добре" (учасниця № 1, 29 років);

"Допомагаю і бригаді чоловіка, і родичам, які теж на фронті. Купуємо одяг, амуніцію, продукти: каву, чай, цукерки, багато іншого, сигарети" (учасниця № 2, 29 років);

"Робота саме волонтером допомагає відволікатися від поганих думок. У нас крута команда, і ми один одного підтримуємо і допомагаємо справлятися з поганими думками. Я просто розумію, що хлопцям потрібно знайти й привести зброю, ліки, продукти, машину, багато всього, і це буде ефективніше, ніж я схожу до церкви. По суті у мене вільного часу немає. Але скажу так, волонтерство мені точно допомагає. Я стала відчувати себе кориснішою для інших" (учасниця № 5, 32 роки).

Наступна копінг-стратегія, яку використовують дружини українських комбатантів, – це "комунікація з чоловіком засобом різних девайсів", яку можна віднести до стратегій, що сфокусовані на вирішенні проблеми. Найчастіше дружини спілкуються з чоловіками засобом Signal¹⁵, Viber. Основна тема розмови – діти. Як з'ясувалося, ця копінг-стратегія є найпоширенішою серед дружин українських військовослужбовців, про яку вони постійно думають і бажають відтворити, однак вона допомагає позбутися тривоги на дуже короткий час:

"Залежно від ситуації, спілкуємося з чоловіком переважно раз на 1–2 дні. Найчастіше говоримо про дитину. Зазвичай розмови були недовгими: як дитина, як справи в школі тощо. Звісно, якщо були якісь можливості поговорити трохи більше, то розповідалося все, щоб його відволікти від тієї ситуації, в якій він був. Після розмов, мабуть, з'являлася ще більша тривога. Тому що на запитання: "Як справи?", – "Все нормально". ...Це чуєш щоразу і розумієш, що воно там аж ніяк не нормально. Зв'язок більш-менш був стабільним, тому я знала, що він зателефонує в певний період часу, у

¹⁵ Додаток, в якому використовується наскрізне шифрування, щоб запобігти доступу третім особам до повідомлень; його використовують військові для спілкування, оскільки вважається, що він є надійнішим за інші додатки.

нас була домовленість, що він телефонуватиме. Тому я знала, коли буде дзвінок” (учасниця № 1, 29 років);

“Спілкуємося один раз на декілька днів. Якщо у нього якимось бойове завдання, то і раз на тиждень. Частіше говоримо про сина, про те, що у нас відбувається, про плани на майбутнє. Я йому про якісь погані моменти чи проблеми, які у нас виникають, не говорю, адже йому і так є на що погане дивитися. Коли він дзвонить, звичайно, стає легше, адже ти розумієш, що він живий. І хоч там не все добре, але живий. Але таке спілкування допомагає, мабуть, тільки в перші декілька годин. Тільки з ним поговорю, і відразу думаю про наступний дзвінок. Весь час думаю, що я не все сказала” (учасниця № 2, 29 років);

“Спілкуємося декілька разів на тиждень. Говоримо про дитину і про те, як ми його чекаємо. Допомогає подолати хвилювання, але не сильно. Тому що я знаю, що він не скаже правду про те, що там. Він навіть не скаже, що був під кулями й “Градом”. А я знаю... Про наступний зв'язок з чоловіком думаю завжди” (учасниця № 6, 38 років).

Дружини українських військовослужбовців-комбатантів використовують позитивний рефреймінг або копінг-стратегію “прийняття проблеми”; вони намагаються прийняти складну життєву ситуацію як таку, що має велике значення для країни. Жінки сприймають факт, що їхні чоловіки воюють, як такий, що має вищий сенс або значущість. Учасниці дослідження висловили впевненість, що все має закінчитися добре для їхніх чоловіків і для країни. Тільки одна жінка висловила сумнів, що це може добре закінчитися для її родини, однак не для країни:

“Я б дуже хотіла, щоб він не воював і щоб взагалі війни не було, але вона є, і те, що він зараз там, то так і має бути, він захищає нас і країну. Помилка – це війна, яка до нас прийшла, я думала, що війни у нас ніколи не буде... А ось щодо чоловіка, то так і має бути, я навіть його не відговорювала і нічого не казала, бо я знала, що то його рішення і він інакше не може. Прийняти, мабуть, це неможливо, але це дійсно має значення для нас і нашої країни. Наша воля і незалежність – це найцінніше, що ми маємо і її не можна втратити. Я вірю в те, що скоро буде перемога і що все буде добре у нас і взагалі в країні” (учасниця № 2, 29 років);

“Те, що мій чоловік зараз воює – це моя гордість. Як би мені не було складно, але як по-іншому? Це точно не помилка, адже хто, як не наші чоловіки будуть нас захищати? Вони виборюють для нас перемогу і вільне життя у власній країні. Війну неможливо прийняти, але це вже сталося, і я вважаю, що це має сенс. Як я казала, ми боремося за свою свободу. Але все буде добре у нас” (учасниця № 4, 32 роки).

Ще одна копінг-стратегія, що належить до групи проблемно-сфокусованих стратегій, яка застосовується учасницями дослідження, – це вивчення складної життєвої проблеми через пошук інформації. Жінки регулярно слідкують за інформаційними каналами, насамперед, офіційними каналами Міністерства оборони України, Служби безпеки України в Telegram та Viber. Дві жінки повідомили, що дивляться також новини по українському телебаченню. Три жінки зазначили, що намагаються уникати будь-якої інформації про війну, оскільки їх це напружує та посилює хвилювання за чоловіка.

Копінг-стратегії, що сфокусовані на емоційному стані. Учасниці дослідження повідомили, що одним з найважливіших способів уникнення тяжких роздумів і переживань щодо перебування чоловіка на фронті є стратегія “бути постійно зайнятою” (роботою, дітьми, будинком, господарством), яку можна віднести до копінг-стратегій, що націлені на змінення емоційного стану людини. Для багатьох дружин українських військовослужбовців-комбатантів постійна зайнятість стала вимушеною, адже після того, як чоловіки пішли на фронт, вони стали набагато більше часу приділяти хатній роботі, домогосподарству та вихованню дітей, що раніше можна було поділяти з чоловіками:

“Завантажую себе більше роботою, якимись домашніми справами. Так, намагаюся не залишати собі вільного часу... Я часто в ночі не можу спати, то вже син спить і нічого не поробиш, то я просто працюю... Коли повністю відволікаюся, то на якийсь час тривога зникає. Але до того часу, поки не прочитаєш новини або не почнеться повітряна тривога... Те, що раніше робив чоловік, тепер все на мені. Ми самі в цьому місті, і як такої допомоги немає у кого попросити... У нас маленький син, і те, чому мав навчати батько, чи якісь моменти пояснювати, їхні хлопчачі, то це доводиться робити мені” (учасниця № 2, 29 років);

“Безпосередньо на роботі я відволікаюся. Адже коли з дітками працюєш, то це добре відволікає [учасниця № 4 працює в дитячому садочку. – А.]. Вдома все, що робив чоловік, тепер вимушена робити я. Важко не тільки домашнє господарство вести, але й кудись поїхати без нього важко, тому що в сім'ї водить тільки він” (учасниця № 4, 32 роки).

Розгляньмо результати щодо використання дружинами українських військовослужбовців-комбатантів копінг-стратегії “стати сильною, розвинути почуття незалежності та підвищити впевненість у собі”. Учасниці дослідження повідомили, що напружена життєва ситуація примусила їх бути сильними, що вони стали більш впевненими в собі, більш незалежними та сконцентованими. Дві жінки висловили сумнів, що вони стали сильнішими під час війни й зазначили, що вважали б за краще, якби “сильні” ролі у родині виконував чоловік:

“Сконцентованості дійсно з'явилося більше, тому що треба розраховувати навіть таке, як надіслати допомогу хлопцям, купити термобілизну чи ще щось. Потрібно розраховувати свій час, можливості, тобто сконцентованості з'явилося більше... Я завжди знала, що відповідальність за своє життя несу я сама” (учасниця № 1, 29 років);

“Те, що я стала сильніше – це 100%, адже на мені зараз всі питання, всі справи, і їх потрібно вирішувати... Я теж хотіла піти разом з чоловіком на фронт, але немає, на кого залишити маленьку дитину... Я завжди намагалася сама керувати власним життям, але зараз я ще більш свідомо до цього ставлюся” (учасниця № 2, 29 років);

“Не хочу [демонструвати силу]... Хочу, щоб вже все закінчилося і чоловік був вдома і робив свою роботу. Я можу сказати, що стала сильнішою, але вже втомилася. Розумію, що йому тяжче і це мене якось стимулює. У будь-якій ситуації ти маєш думати про те, що маєш розраховувати тільки на себе” (учасниця № 7, 46 років).

Розгляньмо результати дослідження щодо використання дружинами українських військовослужбовців-комбатантів стратегії “транслявання своїх переживань близьким людям з метою зняття напруженості”, яка належить до категорії копінг-стратегій, що сфокусовані на контролюванні емоційного стану. Жінки використовують цю стратегію часто, однак віддають перевагу трансляванню своїх емоцій тільки близьким людям, членам родини та друзям. Три жінки повідомили, що вони намагаються взагалі нічого не розповідати про свої хвилювання та тримають переживання в собі. Деякі учасниці дослідження зазначили, що набагато частіше стали плакати, тоді як інші відповіли, що плачуть тільки інколи, тому що “це не допомагає” або “треба бути сильною”.

Досить популярною серед дружин українських військовослужбовців-комбатантів є стратегія “мрійливість”, що належить до копінг-стратегій, сфокусованих на емоціях, вона пов’язана зі спробою уникнути реальності. Жінки повідомили, що часто згадують про те, що було до війни, хоча кілька з них зазначили, що віддають перевагу думкам про краще майбутнє.

Розгляньмо результати дослідження щодо стратегії “приділяти час собі” (займатися фізкультурою, слухати музику, вести щоденник, дивитися фільми, малювати тощо), яка належить до категорії копінг-стратегій, що сфокусовані на емоційному стані та спрямовані на послаблення тривожності й страху. Жінки повідомили, що майже щодня намагаються відволікатися від тяжких думок завдяки перегляду фільмів, читанню, малюванню, іноді – заняттям фізкультурою; деякі з них зазначили, що іноді відвідують тренінги та семінари. Три жінки відповіли, що у них немає часу на такі заняття, оскільки вони багато займаються з дітьми, часто виходять з ними на прогулянку.

У нашому дослідженні було виявлено, що дружини українських військовослужбовців-комбатантів не так часто використовують стратегію “релігійність, віру в Бога”. Кілька учасниць дослідження зазначили, що для них важливою є віра в Бога, що вони часто моляться та відвідують богослужіння. Проте частіше жінки повідомляли, що ця копінг-стратегія не допомагає їм впоратися з переживаннями, тому вони не стали частіше ходити до церкви або молитися, ніж до війни.

Найрідше учасниці дослідження використовують копінг-стратегію “самозвинувачення” в тому, що вони не воюють разом з чоловіками, що належить до “сфокусованих на емоціях”. У деяких жінок бували такі думки, тоді як інші зазначили, що буде краще, якщо вони залишатимуться вдома з дітьми та допомагатимуть армії, сплачуватимуть податки та займатимуться волонтерською діяльністю:

“Іноді я хотіла б бути з ним поруч, але мене зупиняє син. Ну і чоловік не пускає, каже, щоб я берегла себе, сина і сім’ю. Я йому казала не раз, що піду в армію і буду з ним поруч, в одному окопі” (учасниця № 2, 29 років);

“Іноді такі думки є. Якби я могла залишити з кимось дитину, я була б вже з ним поряд на наступний день, якщо не в той самий день” (учасниця № 6, 38 років);

“Буває звинувачую. Хотіла з ним, але він проти” (учасниця № 9, 26 років).

Щодо стратегії “вживання алкогольних напоїв та/або седативних препаратів”, яку вважають негативною, адже вона не допомагає вирішити проблему, а тільки на певний час “відключитися від реальності” та послабити тривожність, учасниці дослідження

зазначили, що часто вживають ці речовини (переважно заспокійливі). Чотири дружини українських військовослужбовців-комбатантів відповіли, що не вживають ні алкоголю, ні заспокійливих препаратів, хоча на початку війни, коли був дуже сильний стресовий стан, деякі з них вживали заспокійливі.

Висновки. За результатами нашого дослідження, дружини українських військовослужбовців-комбатантів використовують різні комбінації копінг-стратегій, які належать до сфокусованих на вирішенні проблеми та на зміні емоційного стану людини.

Учасниці дослідження зазначили про важливість для них соціальної підтримки. Вони наголосили на більшій значущості соціальної підтримки саме з боку членів сім'ї (особливо дітей) та близьких друзів, яка співвідноситься з формою зв'язуючого соціального капіталу. Таким чином, результати нашого дослідження підтвердили тезу Р. Хокінса та К. Маурера, що за умов екстремальних життєвих ситуацій саме зв'язуючий капітал, накопичений у сім'ї та спільноті друзів, може сприяти кращій соціальній і психологічній адаптації особистості [29, р. 1788–1789]. Наші результати частково узгоджуються з даними інших досліджень. За результатами масового опитування дружин діючих американських військовослужбовців (N = 6470), проведеного І. Ван Вінкле та Р. Ліпарі у 2008 р., було виявлено, що “подружжя військовослужбовців, у яких були діти, мали нижчий рівень стресу, ніж подружжя без дітей” [33, р. 407]. У дослідженні Р. Молкер та І. ван дер Клоет, проведеного методом глибинного інтерв'ю у 1996 р. (опитано 38 дружин голандських військовослужбовців), було виявлено, що зв'язки з родичами, колегами та сусідами є найціннішими для дружин військовослужбовців. “Найпопулярнішими співрозмовниками [для дружин військовослужбовців], яким вони могли відкрити своє серце, були батьки (73%), свекруха (57%), друзі (85%), колеги (50%) та сусіди (42%). Мережі соціальної підтримки, засновані на спільній реципрокності більш важливі у Нідерландах, ніж інституціоналізовані мережі соціальної підтримки” [10, р. 220]. Хоча у нашому дослідженні дружини українських військовослужбовців-комбатантів рідше згадували колег і майже не згадували сусідів як важливих суб'єктів соціальної підтримки.

Опитані дружини українських військовослужбовців-комбатантів повідомили про відсутність інституціоналізованої соціальної підтримки з боку будь-яких організацій (яка співвідноситься з контактною формою соціального капіталу). Водночас вони зазначили, що хотіли б стати членами організацій дружин військовослужбовців України, оскільки потребують психологічної та інформаційної підтримки з боку фахівців. Дружини українських військовослужбовців-комбатантів мають ресурс контактного соціального капіталу (практично всі вони спілкуються з іншими дружинами військовослужбовців), але в той самий час не отримують “вертикальну” соціальну підтримку від різних громадських або державних організацій, хоча й потребують її. Слід зазначити, що в Україні діють кілька громадських організацій, метою яких є надання психологічної допомоги сім'ям українських військовослужбовців, але про їхнє існування (а також про їхню легкодоступність через соціальні інтернет-мережі) жінки не знають. Було б доцільним провести соціальну рекламу цих організацій різними українськими мас-медійними каналами.

Однією з найважливіших і найефективніших копінг-стратегій, яка, за відгуками учасниць дослідження, дійсно допомагає подолати тривогу щодо перебування чоловіка на фронті, є волонтерська діяльність. Учасниці дослідження повідомили, що в певній формі вони регулярно займаються волонтерством і намагаються допомагати іншим людям, хоча до війни більшість з них займалася цим лише зрідка або взагалі не займалася. Оскільки волонтерську діяльність можна розглядати як одну з форм прояву “норм взаємності” (як важливого показника соціального капіталу), можна дійти висновку, що учасниці дослідження ефективно використовують ресурс соціального капіталу та вкладають його у розвиток мереж соціальної підтримки. Водночас “радіус” волонтерської активності учасниць дослідження є нешироким і часто збігається з радіусом дії зв’язуючого капіталу, оскільки вони допомагають саме чоловікам та їхнім друзям на фронті. У жодному з відомих нам західних досліджень, присвячених копінг-стратегіям дружин військовослужбовців, волонтерство не згадується як поширена та ефективна форма подолання важких життєвих ситуацій. Можливо, у цьому проявляється культурна специфіка українського суспільства, яке, за результатами міжнародного дослідження Г. Хофстеде, є фемінінним (індекс України за шкалою фемінінності/маскуліності дорівнює 27) та нетерпимим до невизначеності (індекс України за шкалою уникнення невизначеності становить 95)¹⁶. Домінантною цінністю фемінінного суспільства є турбота про інших, а однією з цілей суспільства, нетерпимого до невизначеності, є схильність до контролю майбутнього з метою пом’якшення його невизначеності. Завдяки волонтерській діяльності (у формі відправлення чоловікові та його однополчанам одягу, амуніції та харчових продуктів) дружини можуть реалізовувати потребу у турботі про чоловіків-комбатантів, а також потребу у набутті певної впевненості у можливості контролювати та пом’якшувати невизначеність життєвої ситуації чоловіків на фронті (хоча б у контексті матеріального забезпечення).

Для учасниць дослідження виявилися важливими такі копінг-стратегії: “комунікація з чоловіком” (переважно засобом Signal та Viber); “прийняття проблеми” та позитивний рефреймінг того факту, що чоловік перебуває на фронті; “пошук інформації про війну” (насамперед, на офіційних каналах Міністерства оборони України, Служби безпеки України в Telegram та Viber); “бути постійно зайнятою” (роботою, дітьми, будинком, господарством); “стати сильною, розвинути почуття незалежності та підвищити впевненість у собі”; “транслявати свої переживання близьким людям з метою зняття напруженості”; “мрійливість” (згадування про те, що було до війни); “приділяти час собі” (займатися фізкультурою, дивитися фільми, малювати тощо).

Виявлено схожість зазначених результатів нашого дослідження з дослідженням К. Лепа, Л. Тафта, Т. Толефсона та інших, проведеного у 2007 р. методом інтерв’ю (N = 18), в якому також було виявлено популярність цих стратегій серед дружин американських військовослужбовців-комбатантів, які воювали в Іраку та Афганістані

¹⁶ Country Comparison. *Hofstede Insights*. 2023. URL: <https://www.hofstede-insights.com/country-comparison/ukraine/>

[15, р. 54–58]. У дослідженні А. Вілер та Р. Стоун, проведеного у 2005 р. методом глибинного інтерв'ю з дружинами американських військовослужбовців-комбатантів, які також воювали в Іраку та Афганістані (N = 9), до зазначених стратегій додано “релігійність” [16, р. 550–552]. Проте у нашому дослідженні виявлено, що дружини українських військовослужбовців-комбатантів не так часто використовують “релігійність” (тільки кілька учасниць дослідження зазначили, що для них важливою є віра в Бога і що вони часто моляться протягом війни).

Досить рідко учасниці дослідження використовують копінг-стратегію “самозвинувачення”. Кілька жінок відповіли, що іноді вони звинувачували себе, що не перебувають поруч з чоловіком на фронті, тоді як інші зазначили, що набагато важливіше, якщо вони залишатимуться вдома з дітьми та допомагатимуть армії, займатимуться волонтерською діяльністю. Цей висновок відрізняється від результатів дослідження Е. Дімічеллі та інших, за якими стратегія “самозвинувачення” досить часто використовується дружинами американських військовослужбовців [21, р. 361].

Щодо стратегії “вживання алкогольних напоїв та/або седативних препаратів”, яку вважають негативною, адже вона не допомагає вирішити певну проблему, а тільки на певний час “відключитися від реальності” та послабити тривожність, то учасниці дослідження зазначили, що часто вживають ці речовини (переважно заспокійливі). Кілька дружин українських військовослужбовців-комбатантів відповіли, що не вживають ні алкоголю, ні заспокійливих препаратів.

Надалі бажано провести кількісні дослідження копінг-стратегій як дружин українських військовослужбовців-комбатантів, так і чоловіків українських військовослужбовців-комбатанток, щоб виявити наявність кореляційних зв'язків між певними копінг-стратегіями та такими показниками, як наявність/відсутність дітей, освіта, вік, стать. Корисно було б також зіставити відповіді дружин з відповідями їхніх чоловіків щодо того, наскільки ефективним є використання певних копінг-стратегій їхніми дружинами.

Список використаних джерел

1. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer Publishing Company, 1984. 445 p.
2. Ledberg S.K., Ruffa C. Military Families: Topography of a Field. *Handbook of Military Sciences* / A. Sookermany (Ed.). Springer, Cham. 2020. P. 1-16. https://doi.org/10.1007/978-3-030-02866-4_35-1
3. Марценюк Т., Гриценко Г., Квіт А. “Невидимий батальйон”: участь жінок у військових діях в АТО (соціологічне дослідження). Київ: Український жіночий фонд. 2016.
4. Марценюк Т., Квіт А., Гриценко Г. “Невидимий батальйон 2.0”: повернення ветеранів до мирного життя (соціологічне дослідження). 2019. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/7825f73c-df53-49f2-b325-3136e068c3cd/content>
5. Артеменко А., Батаєва К. Мілітарна ідентичність та соціальна адаптація ветеранів АТО/ООС: монографія. Харків: Вид-во ХГУ “НУА”, 2022. 192 с.
6. Bataeva E., Artemenko A. Influence of military identity on social adaptation of Ukrainian veterans. *Ukrainian Society*. 2021. No. 3 (78). P. 54–75. <https://doi.org/10.15407/socium2021.03.054>
7. Sokurianska L., Bataeva E., Bakirov V. Ukrainian veterans in higher education: military identity and educational practices. *The Ideology and Politics Journal*. 2019. No. 2 (13). P. 167–184.

8. Sokurianska L., Bataeva E., Golikov A. Social support for integration practices of Ukrainian veterans in higher education. *Ukrainian Society*. 2021. No. 2 (77). P. 95–106. <https://doi.org/10.15407/socium2021.02.095>
9. Andres M.D., Moelker R. There and Back Again: How Parental Experiences Affect Children's Adjustments in the Course of Military Deployments. *Armed Forces and Society*. 2011. No. 37 (3). P. 418–447. <https://doi.org/10.1177/0095327X10390461>
10. Moelker R., van der Kloet I. Military families and the armed forces. *Handbook of the sociology of the military* / G. Caforio (Ed.). Boston: Springer US, 2006. P. 201–223. https://doi.org/10.1007/0-387-34576-0_12
11. Coser L.A. Greedy Institutions: Patterns of Undivided Commitment. New York: Free Press, 1974. 166 p.
12. Segal M. The Military and the Family as Greedy Institutions. *Armed Forces & Society*. 1986. No. 13 (1). P. 9–38. <https://doi.org/10.1177/0095327X8601300101>
13. Dolphin K.E., Steinhardt M.A., Cance J.D. The role of positive emotions in reducing depressive symptoms among Army wives. *Military Psychology*. 2015. No. 27 (1). P. 22–35. <https://doi.org/10.1037/mil0000062>
14. Heineken L., Wilén N. No place like home? Postdeployment reintegration challenges facing South African peacekeepers. *Armed Forces & Society*. 2021. No. 47 (3). P. 415–434. <https://doi.org/10.1177/0095327X19894719>
15. Lapp C.A., Taft L.B., Tollefson T., Hoepner A., Moore K., Divyak K. Stress and coping on the home front: Guard and Reserve spouses searching for a new normal. *Journal of Family Nursing*. 2010. No. 16 (1). P. 45–67. <https://doi.org/10.1177/1074840709357347>
16. Wheeler A.R., Stone R.A.T. Exploring stress and coping strategies among National Guard spouses during times of deployment: A research note. *Armed Forces and Society*. 2010. No. 36 (3). P. 545–557. <https://doi.org/10.1177/0095327X09344066>
17. Sayers S.L. Family reintegration difficulties and couples therapy for military veterans and their spouses. *Cognitive and Behavioral Practice*. 2011. No. 18. P. 108–119. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2010.03.002>
18. Knobloch L.K., Theiss J.A. Experiences of U.S. military couples during the post-deployment transition: Applying the relational turbulence model. *Journal of Social and Personal Relationships*. 2012. No. 29. P. 423–450. <http://dx.doi.org/10.1177/0265407511431186>
19. Spera C. Spouses' Ability to Cope with Deployment and Adjust to Air Force Family Demands Identification of Risk and Protective Factors. *Armed Forces & Society*. 2009. No. 35 (2). P. 286–306. <https://doi.org/10.1177/0095327X08316150>
20. Eaton K.M., Hoge C.W., Messer S.C., Whitt A.A., Cabrera O.A., McGurk D., Cox A., Castro C.A. Prevalence of mental health problems, treatment need, and barriers to care among primary care-seeking spouses of military service members involved in Iraq and Afghanistan deployments. *Military Medicine*. 2008. No. 173. P. 1051–1056. <https://doi.org/10.7205/MILMED.173.11.1051>
21. Dimicelli E.E., Steinhardt M.A., Smith S.E. Stressful experiences, coping strategies, and predictors of health-related outcomes among wives of deployed military servicemen. *Armed Forces and Society*. 2010. No. 36 (2). P. 351–373. <https://doi.org/10.1177/0095327X08324765>
22. Дембіцький С. Вивчення психологічного дистресу в соціологічних дослідженнях: історія та методологія. *Український соціум*. 2018. № 1 (64). P. 36–48. <https://doi.org/10.15407/socium2018.01.036>
23. Padden D.L., Connors R.A., Agazio J.G. Stress, coping, and well-being in military spouses during deployment separation. *Western Journal of Nursing Research*. 2011. No. 33 (2). P. 247–267. <https://doi.org/10.1177/0193945910371319>
24. Marnocha S. Military wives' transition and coping: Deployment and the return home. *International Scholarly Research Network*. 2012. Vol. 798342. <https://doi.org/10.5402/2012/798342>

25. Aducci C.J., Baptist J.A., George J., Barros P.M., Goff B.S.N. The recipe for being a good military wife: How military wives managed OIF/OEF deployment. *Journal of Feminist Family Therapy*, 2011. No. 23. P. 231–249. <https://doi.org/10.1080/08952833.2011.604526>
26. Bourdieu P. The forms of capital. *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* / J. Richardson (Ed.). Westport, CT: Greenwood, 1986. P. 241–258.
27. Putnam R. Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community. *Journal of Democracy*. 1995. No. 6. P. 65–78.
28. Woolcock M. The place of social capital in understanding social and economic Outcomes. *Canadian Journal of Policy Research*. 2001. No. 2 (1). P. 11–17.
29. Hawkins R., Maurer K. Bonding, Bridging and Linking: How Social Capital Operated in New Orleans following Hurricane Katrina. *British Journal of Social Work*. 2010. No. 40 (6). P. 1777–1793. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1093/bjsw/bcp087>
30. Granovetter M. The strength of weak ties. *American Journal of Psychology*. 1973. No. 78 (6). P. 1360–1380.
31. Putnam R. The Prosperous Community: Social Capital and Public Life. *American Prospect*. 1993. No. 13. P. 35–42.
32. Glaser V., Strauss A. The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research. Chicago: Aldine Publishing, 1967. 271 p.
33. Van Winkle E., Lipari R. The Impact of Multiple Deployments and Social Support on Stress Levels of Women Married to Active-Duty Servicemen. *Armed Forces & Society*. 2015. No. 41 (3). P. 395–412. <https://doi.org/10.1177/0095327X13500651>

Отримано 05.03.23 та прийнято 26.05.23

References

1. Lazarus, R.S., Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
2. Ledberg, S.K., Ruffa, C. (2020). Military Families: Topography of a Field. In A. Sookermany (Ed.), *Handbook of Military Sciences* (pp. 1-16). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-02866-4_35-1
3. Martsenyuk, T., Hrytsenko, H., Kvit, A. (2016). “Invisible Battalion”: women’s participation in military operations in the ATO (sociological study). Kyiv: Ukrainian Women's Fund [in Ukrainian]
4. Martsenyuk, T., Kvit, A., Hrytsenko, H. (2019). “Invisible Battalion 2.0”: A veteran’s return to peaceful life (sociological study). URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/7825f73c-df53-49f2-b325-3136e068c3cd/content> [in Ukrainian]
5. Artemenko, A., Bataeva, K. (2022). Military identity and social adaptation of ATO/JFO veterans. Kharkiv: KhHU “NUA” [in Ukrainian]
6. Bataeva, E., Artemenko, A. (2021). Influence of military identity on social adaptation of Ukrainian veterans. *Ukr. socium – Ukrainian Society*, 3 (78), 54-75. <https://doi.org/10.15407/socium2021.03.054>
7. Sokurianska, L., Bataeva, E., Bakirov, V. (2019). Ukrainian veterans in higher education: military identity and educational practices. *The Ideology and Politics Journal*, 2 (13), 167-184.
8. Sokurianska, L., Bataeva, E., Golikov, A. (2021). Social support for integration practices of Ukrainian veterans in higher education. *Ukr. socium – Ukrainian Society*, 2 (77), 95-106. <https://doi.org/10.15407/socium2021.02.095>
9. Andres, M.D., Moelker, R. (2011). There and Back Again: How Parental Experiences Affect Children’s Adjustments in the Course of Military Deployments. *Armed Forces and Society*, 37 (3), 418-447. <https://doi.org/10.1177/0095327X10390461>
10. Moelker, R., van der Kloet, I. (2006). Military families and the armed forces. In G. Caforio (Ed.), *Handbook of the sociology of the military* (pp. 201-223). Boston: Springer US. https://doi.org/10.1007/0-387-34576-0_12

11. Coser, L.A. (1974). *Greedy Institutions: Patterns of Undivided Commitment*. New York: Free Press.
12. Segal, M. (1986). The Military and the Family as Greedy Institutions. *Armed Forces & Society*, 13 (1), 9-38. <https://doi.org/10.1177/0095327X8601300101>
13. Dolphin, K.E., Steinhardt, M.A., Cance, J.D. (2015). The role of positive emotions in reducing depressive symptoms among Army wives. *Military Psychology*, 27 (1), 22-35. <https://doi.org/10.1037/mil0000062>
14. Heinecken, L., Wilén, N. (2021). No place like home? Postdeployment reintegration challenges facing South African peacekeepers. *Armed Forces & Society*, 47 (3), 415-434. <https://doi.org/10.1177/0095327X19894719>
15. Lapp, C.A., Taft, L.B., Tollefson, T., Hoepner, A., Moore, K., Divyak, K. (2010). Stress and coping on the home front: Guard and Reserve spouses searching for a new normal. *Journal of Family Nursing*, 16 (1), 45-67. <https://doi.org/10.1177/1074840709357347>
16. Wheeler, A.R., Stone, R.A.T. (2010). Exploring stress and coping strategies among National Guard spouses during times of deployment: A research note. *Armed Forces and Society*, 36 (3), 545-557. <https://doi.org/10.1177/0095327X09344066>
17. Sayers, S.L. (2011). Family reintegration difficulties and couples therapy for military veterans and their spouses. *Cognitive and Behavioral Practice*, 18, 108-119. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2010.03.002>
18. Knobloch, L.K., Theiss, J.A. (2012). Experiences of U.S. military couples during the post-deployment transition: Applying the relational turbulence model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29, 423-450. <http://dx.doi.org/10.1177/0265407511431186>
19. Spera, C. (2009). Spouses' Ability to Cope with Deployment and Adjust to Air Force Family Demands Identification of Risk and Protective Factors. *Armed Forces & Society*, 35 (2), 286-306. <https://doi.org/10.1177/0095327X08316150>
20. Eaton, K.M., Hoge, C.W., Messer, S.C., Whitt, A.A., Cabrera, O.A., McGurk, D., Cox, A., Castro, C.A. (2008). Prevalence of mental health problems, treatment need, and barriers to care among primary care-seeking spouses of military service members involved in Iraq and Afghanistan deployments. *Military Medicine*, 173, 1051-1056. <https://doi.org/10.7205/MILMED.173.11.1051>
21. Dimicelli, E.E., Steinhardt, M.A., Smith, S.E. (2010). Stressful experiences, coping strategies, and predictors of health-related outcomes among wives of deployed military servicemen. *Armed Forces and Society*, 36 (2), 351-373. <https://doi.org/10.1177/0095327X08324765>
22. Dembitskyi, S.S. (2018). The study of psychological distress in sociological research: history and methodology. *Ukr. socium – Ukrainian Society*, 1 (64), 36-48. <https://doi.org/10.15407/socium2018.01.036> [in Ukrainian]
23. Padden, D.L., Connors, R.A., Agazio, J.G. (2011). Stress, coping, and well-being in military spouses during deployment separation. *Western Journal of Nursing Research*, 33 (2), 247-267. <https://doi.org/10.1177/0193945910371319>
24. Marnocha, S. (2012). Military wives' transition and coping: Deployment and the return home. *International Scholarly Research Network*, 798342. <https://doi.org/10.5402/2012/798342>
25. Aducci, C.J., Baptist, J.A., George, J., Barros, P.M., Goff, B.S.N. (2011). The recipe for being a good military wife: How military wives managed OIF/OEF deployment. *Journal of Feminist Family Therapy*, 23, 231-249. <https://doi.org/10.1080/08952833.2011.604526>
26. Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. In J. Richardson (Ed.), *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (pp. 241-258). Westport, CT: Greenwood.
27. Putnam, R. (1995). Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community. *Journal of Democracy*, 6, 65-78.

28. Woolcock, M. (2001). The place of social capital in understanding social and economic Outcomes. *Canadian Journal of Policy Research*, 2 (1), 11-17.
29. Hawkins, R., Maurer, K. (2010). Bonding, Bridging and Linking: How Social Capital Operated in New Orleans following Hurricane Katrina. *British Journal of Social Work*, 40 (6), 1777-1793. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1093/bjsw/bcp087>
30. Granovetter, M. (1973). The strength of weak ties. *American Journal of Psychology*, 78 (6), 1360-1380.
31. Putnam, R. (1993). The Prosperous Community: Social Capital and Public Life. *American Prospect*, 13, 35-42.
32. Glaser, V., Strauss, A. (1967). The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research. Chicago: Aldine Publishing.
33. Van Winkle, E., Lipari, R. (2015). The Impact of Multiple Deployments and Social Support on Stress Levels of Women Married to Active-Duty Servicemen. *Armed Forces & Society*, 41 (3), 395-412. <https://doi.org/10.1177/0095327X13500651>

Received on 05.03.23 and accepted 26.05.23