

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ДИСТАНТНИМИ СІМ'ЯМИ

У тезах розглядаються теоретичні аспекти соціальної роботи з дистантними сім'ями, підкреслюючи важливість розуміння специфіки їхніх потреб у сучасному суспільстві. Охарактеризовано вплив фізичної відстані на емоційні зв'язки між членами сім'ї, а також висвітлено використання сучасних технологій для підтримки комунікації. Значну увагу приділено таким теоріям, як системний підхід і теорія прив'язаності, що допомагають пояснити динаміку стосунків у дистантних сім'ях.

У роботі обґрунтовано важливість навчання соціальних працівників ефективним методам підтримки, що включають освітні програми, групову терапію та психологічну допомогу. Наведено приклади стратегій, що можуть бути впроваджені для покращення якості життя членів дистантних сімей, враховуючи їхні емоційні та соціальні потреби. Висвітлено виклики, з якими мають справу дистантні сім'ї, а саме, відчуття ізоляції та стресу, а також розглядаються проблеми адаптації до соціальних втручань.

Ключові слова: дистантна сім'я, соціальна робота, емоційні зв'язки, підтримка, дистантна комунікація, соціальні працівники.

У реалізації сучасної соціальної роботи важливо враховувати особливості дистантних сімей, утворених внаслідок міграції, здобуття освіти або професійної діяльності за межами місця проживання. Міжособистісні стосунки на відстані вимагають переосмислення самої концепції традиційних сімейних відносин, оскільки дистанція може ускладнювати міжособистісну взаємодію. Історія показує, що віддалені сім'ї можуть адаптувати свої механізми комунікації, щоб залишатися на зв'язку. Наприклад, відеозаписи регулярних зустрічей можуть бути цінним інструментом для поглиблення емоційних зв'язків. Однак нестача комунікації може створити більше конфліктів, непорозумінь і відчуження. Сім'ї повинні бути навчені соціальними працівниками ефективної комунікації та стратегіям вирішення конфліктів. Перспективами для обґрунтування цієї теми є наступні теоретичні аспекти: системний підхід, теорія прив'язаності та підхід щодо емоційного інтелекту.

Згідно з *системним підходом*, сім'я – це одиниця, яка функціонує разом і у якій всі члени впливають один на одного. Працюючи з дистантними сім'ями, соціальні працівники мають бути обізнані про системні впливи, емоції, зв'язки. Теорія системного підходу є однією з основних теорій, що використовується для пояснення динаміки стосунків у дистантних сім'ях. Ця теорія вважає сім'ю цілісним об'єднанням, у якому кожна частина взаємопов'язана. Іншими словами, зміни в одному компоненті (наприклад, відстань тіла) обумовлюють зміни у всій системі. Це вказує на те, що соціальна робота не повинна відокремлювати потреби членів сім'ї, а розуміти їх у ширшому контексті стосунків.

Теорія прив'язаності, розвинута Джоном Боулбі, зосереджена на емоційних стосунках між членами сім'ї. Сім'ї, що розмежовані дистанцією, часто мають труднощі у зміцненні цих зв'язків. Соціальні працівники можуть використовувати прийоми з цієї теорії для надання допомоги сім'ям у створенні здорових стосунків залишатися емоційно пов'язаними під час пандемії через платформи комунікації (відеодзвінки, соціальні мережі тощо). Треба відзначити, що не так давно вчені прийшли до висновку: хоча типи прив'язаності відносно стабільні, їх все ж можна міняти.¹

Теорія емоційного інтелекту, сформульована Даніелем Гоулменом, стверджує про необхідність розуміти і керувати емоціями. Сім'ї, які проживають на відстані, повинні розвивати розуміння і контроль над почуттями, щоб підтримувати добрі стосунки. Соціальні працівники можуть допомагати членам сім'ї з проблемами, пов'язаними з дистанцією, навчаючи їх навичкам емоційного інтелекту тощо.

Відтак, психологічні ознаки дистантної сім'ї можна описати наступним чином:

По-перше, у дистантних сім'ях часто відзначається відсутність або серйозні проблеми з функціонуванням хоча б одного елемента сімейних взаємин. Це може бути, наприклад, невідповідність мети виховання у дорослих членів сім'ї загальній меті, дезорганізація зв'язків (коли ролі не чітко розподілені, а мета та правила не узгоджені), а також брак активності, яка б задовольняла потреби інших. У результаті, сім'я не готова до змін, і це стосується як окремих її членів, так і всієї родини.

¹ <https://taslife.com.ua/blog/attachment-theory>

По-друге, якість функціонування таких сімей часто буває низькою, що може призводити до повної нездатності виконувати сімейні обов'язки. Це, в свою чергу, викликає незадоволення основних потреб членів родини².

Зокрема, слід зазначити, що у системі сімейних взаємин потреби жінки та чоловіка відрізняються. Наприклад, до потреб жінок входить: опіка, розуміння, повага, вірність, виконання бажань, упевненість. До потреб чоловіків входить: довіра, прийняття, вдячність, задоволення, визнання, заохочення³.

У соціальній роботі також необхідно враховувати культурні виміри віддалених стосунків. Культурні традиції можуть означати, що сім'ї різняться у своєму баченні дистанції і способах підтримування зв'язку. Соціальні працівники повинні бути обізнаними про ці особливості для надання втручань з різними системами сім'ї. Для ефективної соціальної роботи з дистанційними сім'ями важливо розробити комплексні стратегії підтримки, які враховують унікальні потреби кожної родини.

Соціальний працівник відіграє ключову роль у допомозі сім'ям щодо розуміння і вирішення емоційних викликів. Вони можуть запропонувати різні види підтримки, що є сумішшю коучингу і групових сесій. Також важливими є ресурси, доступні для батьків і дітей, щоб управляти будь-якими емоційними потрясіннями. Соціальний працівник може допомогти дистантним сім'ям за допомогою таких методів, як: консультування; групова підтримка; психологічна підтримка та інші. Соціальні працівники повинні бути готовими надати індивідуальні консультації, щоб допомогти членам сім'ї справлятися з емоційними труднощами. Це може включати терапію, що фокусується на управлінні тривогою, депресією та іншими психоемоційними проблемами.

Практика соціальної роботи з дистантними сім'ями не обходиться без труднощів, включаючи географічну відстань у стосунках, що може спричинити відчуття ізоляції та стресу. Соціальні працівники повинні створювати адаптовані моделі підтримки, що відповідають специфічним вимогам сім'ї. Це може варіюватися від живих онлайн-сесій терапії до онлайн-групової терапії та побудови почуття спільності. Взаємодія між членами віддалених родин має власні характеристики через географічні та інші чинники, що переважають у їхніх контактах. Дослідження науковців свідчать, що дистанція може заважати і заохочувати наш спосіб спілкування. Наприклад, у сучасному світі ще ніколи не було так легко підтримувати емоційні стосунки навіть на відстані за допомогою електронної пошти, телефонних або мобільних повідомлень або онлайн-чатів із текстом, відеодзвінками або соціальними мережами, не обов'язково маючи можливість триматися за руки.

Проте, попри всі ці переваги, сім'ї на відстані також мають справу з емоційними викликами, включаючи самотність і тривогу. Змінюється психоемоційний стан членів сім'ї через віддаленість і меншу доступність. Дослідження також показують, що коли фізична присутність відсутня, ми можемо відчувати це як тривогу, депресію та низьку самооцінку. Особливо, коли вони виховані у віддалених домівках, ці діти можуть страждати ментально через відсутність одного чи обох батьків.

Перспективним шляхом в контексті даної теми є використання технік, що поліпшують комунікацію. Соціальні працівники можуть мотивувати сім'ї використовувати додатки з відеодзвінками, месенджерами та іншими засобами для підтримки зв'язку. Окрім консультування, соціальна робота повинна містити освітні елементи, що навчають сім'ю ефективним засобам комунікації. Таке навчання може включати, наприклад, навчання емоційному інтелекту, управлінню стресом і вирішенню конфліктів. Інформація та навички, що сім'ї набувають через таке навчання, дадуть можливість будувати здорові стосунки навіть на відстані.

Робота з віддаленими сім'ями також включає групову підтримку. Існує потреба в створенні груп самопомогі для полегшення обміну досвідом, спільними емоціями і почуттями. Це не тільки допоможе зменшити ізоляцію, але й забезпечить платформу для консультацій з іншими, хто переживає подібний досвід. Психологічна підтримка є невід'ємною частиною соціальної роботи з дистанційними сім'ями. Групова підтримка не тільки допоможе зменшити ізоляцію, але й забезпечить платформу для консультацій з іншими, хто переживає подібний досвід.

На фоні повномасштабної війни в Україні, що розпочалася 24 лютого 2022 року, українці стали свідками масового переміщення населення, а решта опинилися в епіцентрі масових руйнувань чи переміщень у пошуках безпеки. На кінець листопада 2024 року вважається, що близько 5,2 мільйона українців ще не повернулися на батьківщину. Ця дилема створила труднощі, у вирішенні яких багато сімей потребують допомоги⁴. Сім'ї, розбиті війною, мають численні труднощі з моменту переміщення. Багато хто не може підтримувати регулярний зв'язок через розлуку, що може призвести до емоційних труднощів і почуття самотності. Перебуваючи у важкому становищі, ці сім'ї не мають доступу до житла, роботи та підтримки суспільства; тому вони особливо вразливі до економічних і психологічних труднощів. Ефективна система

² <https://social-science.uu.edu.ua/article/1062>

³ <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/158586/157940>

⁴

[https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%96%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%B0%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%BE%D0%BA%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%97%D0%B2%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B8%D0%B7_2022_%D1%80%D0%BE%D0%BA%D1%83\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%96%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%B0%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%BE%D0%BA%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%97%D0%B2%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B8%D0%B7_2022_%D1%80%D0%BE%D0%BA%D1%83))

підтримки сімей є важливою для тих українців, які втратили свої сім'ї і намагаються почати нове життя в незнайомому місці, зберігаючи сімейні стосунки і пристосовуючись до нового середовища.

Підсумовуючи вищезазначене можемо зробити наступний висновок, про те, що соціальна робота з віддаленими сім'ями є багатогранною і важливою сферою, що припускає знання теоретичних основ, особливих динамік і психоемоційного виміру. Сучасні технології, освітні плани, групова підтримка та психологічні втручання можуть допомогти покращити життя цих сімей. Соціальні працівники, озброєні освітою і методико-технологічним інструментарієм, можуть працювати для захисту цих емоційних зв'язків із метою підтримки продовження сімейних відносин і добробуту членів родини у віддалених місцях.

References

1. International Organization for Migration. "Migration and Family Dynamics." URL: <https://www.iom.int/migration-and-family-dynamics>
2. Haskins, R., & Nunn, A. (2018). The Role of Social Workers in Supporting Families in Crisis. "Social Work": (<https://academic.oup.com/sw/article/63/2/103/4850668>)
3. Kovalenko, N. "Emotsiini trudnoshchi dystantnykh simei." *Psykhologhiia simeinykh vidnosyn*, 2020, s. 78-90.
4. Mihratsiina kryza vnaslidok rosiisko-ukrainskoi viiny (z 2022 roku): [https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%96%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0_%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%B0_%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%BE%D0%BA_%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE-%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%97_%D0%B2%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B8_%D0%B7_2022_%D1%80%D0%BE%D0%BA%D1%83\)\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%96%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0_%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%B0_%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%BE%D0%BA_%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE-%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D1%97_%D0%B2%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B8_%D0%B7_2022_%D1%80%D0%BE%D0%BA%D1%83)))
5. Glick, J. E., & Hohmann-Marriott, B. (2009). "Gender and family dynamics in migration." URL: <https://www.jstor.org/stable/10.1086/597392>
6. Fedorova, M. "Sotsialna robota v umovakh mihratsii." *Sotsialna polityka*, 2021, s. 102-115.

DOI 10.34132.mspc2025.01.08.39

Ruslan Chubuk
Liliia Kukharenko

THEORETICAL BASIS OF SOCIAL WORK WITH DISTANCE FAMILIES

The abstracts examine the theoretical foundations of social work with distance families, emphasizing the importance of understanding the specifics of their needs in modern society. The impact of physical distance on emotional ties between family members is characterized, and the use of modern technologies to support communication is discussed. Considerable attention is paid to theories such as the systems approach and attachment theory, which help explain the dynamics of relationships in distance families.

The paper substantiates the importance of training social workers in effective support methods, including educational programs, group therapy, and psychological assistance. Examples of strategies that can be implemented to improve the quality of life of members of distance families, taking into account their emotional and social needs, are given.

The challenges faced by long-distance families, such as feelings of isolation and stress, are discussed, and the problems that long-distance families may face, including isolation and stress, and the importance of adapting social interventions are examined.

Keywords: long-distance families, social work, emotional connections, support, long-distance communication, social workers, theoretical foundations.

Відомості про автора / Information about the Author

Чубук Руслан, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри соціальної роботи, педагогіки і логопедії, Навчально-наукового медичного інституту, Чорноморського національного університету імені Петра Могили, м. Миколаїв, Україна. E-mail: rv.chubuk@ukr.net, orcid.org/0000-0002-8026-8255

Ruslan Chubuk, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Social Work, Pedagogy and Speech Therapy of the Educational and Scientific Medical Institute of the Petro Mohyla Black Sea National University, Mykolaiv, Ukraine. E-mail: rv.chubuk@ukr.net, orcid.org/0000-0002-8026-8255

Лілія Кухаренко, студентка другого курсу першого (бакалаврського) освітнього рівня вищої освіти спеціальності «Соціальна робота» кафедри соціальної роботи, педагогіки і логопедії, Навчально-наукового медичного інституту, Чорноморського національного університету імені Петра Могили, м. Миколаїв, Україна. E-mail: kukharenkoliliia@gmail.com orcid.org/0009-0002-1951-1743

Liliia Kukharenko, second-year student of the first (bachelor's) educational level of higher education, of the Department of Social Work, Pedagogy and Speech Therapy of the Educational and Scientific Medical Institute of the Petro Mohyla Black Sea National University, Mykolaiv, Ukraine. E-mail: kukharenliliia@gmail.com, orcid.org/0009-0002-1951-1743

© Р. Чубук, Л. Кухаренко
29.05.2025.

Стаття отримана редакцією

