

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЧЕРНІГІВСЬКИЙ КОЛЕГІУМ»
ІМЕНІ Т. Г. ШЕВЧЕНКА
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ
ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Кафедра загальної, вікової та соціальної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
освітнього ступеня «магістр»

на тему:

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИБОРУ БЕЗДІТНОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Виконала: студентка ІІ курсу, 61 групи
Мироненко Марія

Науковий керівник: доцент,
канд. психол. наук, доцент кафедри
загальної, вікової та соціальної психології,
Дяченко Вікторія Анатоліївна

Захищено з оцінкою _____

Голова ЕК _____

Чернігів - 2024

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД ПРОБЛЕМИ ВИБОРУ БЕЗДІТНОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
1.1. Поняття бездітності: визначення, класифікація та причини.....	6
1.2. Психологічні аспекти вибору бездітного способу життя.....	11
Висновки до першого розділу.....	16
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ ФОРМУВАННЯ БЕЗДІТНОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
2.1. Організація та опис методичних засобів дослідження.....	17
2.2. Результати дослідження та їх аналіз.....	18
Висновки до другого розділу.....	35
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ ЖІНОК, ЯКІ ОБРАЛИ БЕЗДІТНИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ	
3.1. Мета і завдання програми.....	36
3.2. Психологічна підтримка жінок, які обрали бездітний спосіб життя.....	38
Висновки до третього розділу.....	41
ВИСНОВКИ.....	42
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	44
ДОДАТКИ.....	47

ВСТУП

Актуальність дослідження психологічних аспектів вибору бездітного способу життя обумовлена зростаючим інтересом до теми бездітності як соціального феномена. Сучасне суспільство відзначається великим різноманіттям життєвих сценаріїв і цінностей, і все більше людей обирають свідомий бездітний спосіб життя. Цей вибір кидає виклик традиційним уявленням про сім'ю та роль батьківства, що робить дослідження таких рішень важливим для розуміння їхніх психологічних, соціальних та етичних аспектів. Аналізуючи мотиви та наслідки такого вибору, можна краще зрозуміти зміни у сучасних суспільних цінностях і їхній вплив на особистісний розвиток та соціальні взаємини.

Протягом останніх десятиліть спостерігається зростання кількості людей, які свідомо обирають бездітність. Це пов'язано зі змінами у суспільних уявленнях про сім'ю, кар'єру та особисте щастя. Традиційна модель родини, де батьківство розглядається як обов'язковий етап життєвого шляху, все більше піддається переосмисленню. Різноманітність життєвих сценаріїв, доступ до освіти, зростання ролі жінок у суспільстві, зміни у ринку праці та збільшення індивідуальних свобод впливають на рішення відмовитися від батьківства.

У міру того, як бездітний спосіб життя стає все більш поширеним, зростає і науковий інтерес до цього явища. Психологи, соціологи, демографи та інші дослідники прагнуть зрозуміти, що мотивує людей обирати бездітність, як цей вибір впливає на їхнє психічне здоров'я та якість життя, а також як суспільство реагує на такі рішення. Особливо важливим є дослідження того, як бездітність впливає на почуття власної гідності, самооцінку та ідентичність індивідуума.

Люди, які обирають бездітний спосіб життя, часто стикаються з соціальними стереотипами та тиском. Це може призводити до внутрішніх конфліктів, відчуття ізоляції або незадоволеності життям. Тому важливо дослідити, як вони справляються з цими викликами, які психологічні механізми допомагають їм адаптуватися до соціальних очікувань та зберегти психологічне

благополуччя. Розуміння цих аспектів може сприяти розвитку більш толерантного і підтримуючого ставлення суспільства до людей, які обрали бездітність.

У багатьох розвинених країнах спостерігається тенденція до зниження народжуваності, що має серйозні демографічні та економічні наслідки, а особливо в Україні, в якій введено воєнний стан. Розуміння мотивів та психологічних аспектів вибору бездітності може допомогти урядам та соціальним інституціям у розробці політик, спрямованих на підтримку різних життєвих виборів та забезпечення сталого розвитку суспільства.

Метою дослідження є виявлення та аналіз психологічних чинників, які впливають на вибір бездітного способу життя.

Об'єктом дослідження є феномен вибору бездітного способу життя.

Предметом дослідження є психологічні фактори та механізми, які впливають на вибір бездітного способу життя.

Основні завдання дослідження:

- 1) Здійснити теоретичний аналіз проблем вибору бездітного способу життя.
- 2) Теоретично розглянути психологічні аспекти вибору бездітного способу життя.
- 3) Емпірично дослідити психологічні чинники, які впливають на вибір бездітного способу життя.

Теоретико-методологічна основа: феномен «чайлдфрі» розглядається у наукових працях таких вчених, як Антонова О., Клименко Л., Малюга М., Слюсар К., Яцина О., Day S., Hoffman L. та ін. Психологічні особливості вибору бездітного способу життя представлені у працях Мокін І., Кашпур Ю., Петренко О., Тодорцевої Ю., Арнаут О.

Психологічні теорії прийняття рішень, які досліджують, як люди роблять вибір у різних ситуаціях, розглядаються у працях: Д. Аріель, Д. Канеман, Л. Крей, М. Ліberman, Г. Саймон та ін.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених задач були використані такі методи:

а) теоретичні методи – науковий аналіз, абстрагування, синтез, систематизація;

б) емпіричні методи – опитування, тестування. Зокрема, для діагностики рівня задоволеності життям була використана методика «Індекс задоволеності життям (LSIA)», з метою вивчення ціннісних орієнтацій респонденток була використано ціннісний опитувальник Швальца, з метою дослідження суб'єктивних поглядів респонденток на роль бездітності у їхньому житті була розроблена авторська анкета.

Практичне значення: результати дослідження можуть бути використані у психологічному консультуванні, зокрема для допомоги людям, які обмірковують чи вже обрали бездітний спосіб життя. Вони також можуть бути корисні для розробки програм психосоціальної підтримки, спрямованих на подолання суспільних стереотипів щодо бездітності та покращення міжособистісних стосунків у суспільстві. Крім того, результати можуть бути застосовані у соціологічних дослідженнях для вивчення тенденцій та змін у цінностях сучасного суспільства.

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів (теоретичної та емпіричної частин, розділу практичних рекомендацій), висновків, списку використаних джерел (32 найменування) та додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД ПРОБЛЕМИ ВИБОРУ БЕЗДІТНОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

1.1. Поняття бездітності: визначення, класифікація та причини

Бездітність – це стан, коли індивідум або пара не має дітей. Бездітність може бути як вимушеною, так і добровільною. Вимушена бездітність зазвичай пов’язана з медичними проблемами, які не дозволяють людині мати дітей, тоді як добровільна бездітність – це свідомий вибір людини або пари жити без дітей, не зважаючи на відсутність фізичних перешкод до народження дітей.

Існує думка, що сама можливість вибору брати участь чи ні в підтримці функції біологічного відтворення як однієї з функцій сім’ї – базовий статус якої, втім, сьогодні оскаржується рядом дослідників, стала можливою лише в другій половині XX століття. Тим часом, у багатьох регіонах Європи, в Північній Америці та Австралії демографи фіксували порівняно високий рівень бездітності як такої і на початку XX століття, і в XIX столітті. Більше того, численні дослідження вказують на те, що рівні бездітності в різних країнах нерідко змінювали тренд свого руху слідом за новою віковими когортами і поколіннями [22]. Для східноєвропейських країн, наприклад, широке поширення остаточної бездітності (permanent childlessness) – відносно недавнє явище, яке форсовано поширюється [19].

Позаяк, підходи до розуміння сім’ї як такої змінюються в залежності від історичного періоду, регіону, накопиченого досвіду і безлічі інших факторів. Наприклад, достеменно відомо, що бездітність як така частіше зустрічається в розвинених країнах і, зокрема, в урбанізованих районах. Самі ж бездітні частіше належать до економічно-благополучної, секуляризованої і добре утвореної частини населення [16].

Бездітність є складним і багатогранним явищем, що охоплює різні аспекти особистого та суспільного життя. Воно може бути добровільним або вимушеним, тимчасовим або постійним, що значно впливає на те, як вона

сприймається особистістю та суспільством [1]. У цій частині роботи розглянемо основні підходи до визначення бездітності, її класифікацію та причини, які можуть призвести до цього стану.

Види бездітності:

1. Добровільна бездітність (childfree) – це свідоме рішення особи або пари не мати дітей протягом усього життя. Цей вибір часто ґрунтується на особистих цінностях, пріоритетах, та інших мотиваційних факторах.

2. Вимушена бездітність (involuntary childlessness) – це стан, коли особа або пара не може мати дітей через фізіологічні, медичні або інші зовнішні причини. Вимушена бездітність може бути результатом таких факторів, як безпліддя, відсутність відповідного партнера або економічні обмеження [21].

3. Тимчасова бездітність – це стан, коли особа або пара відкладає народження дітей на певний час через різні обставини, такі як кар'єрний розвиток, навчання, або відсутність стабільних життєвих умов [6].

Бездітність можна класифікувати за кількома критеріями:

1. За причинами виникнення:

- Фізіологічна бездітність: обумовлена медичними причинами, такими як безпліддя або інші фізіологічні захворювання, які унеможливають народження дітей.

- Психологічна бездітність: пов'язана з психологічними причинами, такими як страх перед батьківством, дитячі травми або інші психологічні бар'єри.

- Соціальна бездітність: обумовлена зовнішніми соціальними факторами, такими як відсутність партнера, економічні труднощі, або нестабільність у суспільстві [25].

2. За ступенем усвідомленості вибору:

- Добровільна бездітність: свідоме рішення не мати дітей протягом усього життя.

- Невимушена бездітність: коли особа або пара прагне мати дітей, але через певні обставини не може їх мати.

3. За тривалістю стану:

- Тимчасова бездітність: відкладання народження дітей на певний час.
- Постійна бездітність: остаточне рішення не мати дітей або неможливість народження дітей з фізіологічних причин [30].

Причини бездітності можуть бути різноманітними та охоплювати як особистісні, так і соціальні аспекти життя. Основні причини можна поділити на кілька категорій:

1. Фізіологічні причини:

Безпліддя – це медичний стан, при якому пара не може зачати дитину протягом тривалого періоду часу, зазвичай більше року регулярних незахищених статевих актів. Безпліддя може бути як у чоловіків, так і у жінок, і його причини можуть включати генетичні фактори, гормональні порушення, хвороби репродуктивних органів, вікові зміни та інші медичні стани [18].

Деякі люди можуть мати порушення репродуктивної функції, такі як відсутність овуляції у жінок або низька якість сперми у чоловіків. Ці порушення можуть бути обумовлені генетичними аномаліями, інфекційними захворюваннями, стресом, неправильним способом життя або іншими факторами.

Різні захворювання, такі як полікістоз яєчників, ендометріоз, рак репродуктивних органів та інші, можуть призвести до неможливості зачати або виносити дитину. Також, лікування цих захворювань, зокрема хіміотерапія або хірургічні втручання, можуть мати негативний вплив на репродуктивну функцію [11].

2. Психологічні причини:

Деякі люди відчувають сильний страх перед відповідальністю, пов'язаною з вихованням дітей. Цей страх може бути обумовлений різними факторами, такими як невпевненість у власних силах, негативний досвід дитинства або невпевненість у стабільності партнерських стосунків.

Дитячі травми, такі як зловживання батьками спиртних напоїв, наркотичних речовин або занедбаність, можуть призвести до того, що доросла людина відчуває неприязнь до ідеї мати дітей. Ці психологічні рани можуть стати серйозним бар'єром на шляху до батьківства.

Люди, які прагнуть досягати високих стандартів у всіх сферах життя, можуть вважати себе недостатньо готовими до батьківства, якщо не можуть забезпечити ідеальні умови для виховання дітей. Це може призводити до відкладання або навіть відмови від народження дітей [11, 13].

3. Соціальні та економічні причини:

У сучасному суспільстві все більше людей обирають жити на самоті або мають труднощі з пошуком відповідного партнера. Відсутність партнера може бути важливим фактором, який унеможливорює народження дітей.

Багато людей, особливо жінки, віддають перевагу кар'єрному розвитку та професійному зростанню, відкладаючи народження дітей на пізніший період. Однак, з віком можливості для народження дітей зменшуються, що може призвести до вимушеної бездітності.

Високі витрати на виховання дітей, економічна нестабільність та відсутність соціальної підтримки для сімей можуть стати вагомими причинами для відмови від батьківства. Люди, які стикаються з фінансовими проблемами, можуть відчувати, що вони не здатні забезпечити належні умови для виховання дітей.

У деяких культурах або соціальних групах існують стереотипи щодо батьківства, які можуть тиснути на людей і впливати на їхній вибір. Наприклад, очікування від жінок бути ідеальними матерями може створювати додатковий стрес і змушувати відкладати або відмовлятися від народження дітей [11, 13].

4. Добровільний вибір:

Люди, які обирають бездітність заради самореалізації, часто ставлять особисті амбіції та прагнення вище за традиційні соціальні ролі. Вони можуть відчувати, що батьківство обмежить їхню свободу, можливості для творчості

або кар'єрного зростання. Для таких осіб важливо мати контроль над своїм життям і часом, що інколи складно поєднати з вихованням дітей.

Деякі люди обирають бездітний спосіб життя через свої світоглядні позиції або етичні переконання. Наприклад, переконання в перенаселеності планети або екологічних загрозах можуть спонукати людей свідомо відмовитися від народження дітей, щоб зменшити свій вплив на довкілля. Інші можуть вважати, що світ є занадто небезпечним або несправедливим місцем, щоб приводити в нього нове життя [13].

У сучасному світі швидкі соціальні та економічні зміни можуть викликати у людей страх перед нестабільним майбутнім. Деякі люди можуть свідомо відмовитися від батьківства, побоюючись, що не зможуть забезпечити своїм дітям стабільне життя через непередбачувані обставини, такі як економічні кризи, політичні конфлікти, війни або зміни клімату [4].

Люди, які мають інтенсивне захоплення певним стилем життя, наприклад, частими подорожами, активним соціальним життям, або творчою діяльністю, можуть не бачити можливості для поєднання цих інтересів з батьківством. Вони можуть вирішити, що їхні інтереси та стиль життя не сумісні з обов'язками, які потребують виховання дітей [12].

Бездітність, незалежно від її причин, може мати різні психологічні наслідки для людей, які зіштовхуються з цим явищем. Деякі з можливих наслідків включають:

1. Почуття задоволення або жалю. Люди, які добровільно обрали бездітний спосіб життя, часто відчують задоволення від свого рішення, особливо якщо це рішення відповідає їхнім особистим цінностям та цілям. Однак, у певні моменти життя, особливо у старшому віці, може виникати почуття жалю або роздуми щодо правильності свого вибору.

2. Соціальний тиск та ізоляція. Люди без дітей можуть відчувати тиск з боку суспільства, особливо якщо їх вибір не відповідає культурним або сімейним очікуванням. Це може призвести до почуття ізоляції або нерозуміння з боку оточуючих, що, в свою чергу, впливає на емоційний стан особи.

3. Почуття реалізованості. Для багатьох людей бездітність може стати шляхом до глибшого розуміння себе та досягнення особистих цілей. Вони можуть відчувати, що життя без дітей дало їм можливість реалізувати свої амбіції та мрії в інших сферах, що забезпечує почуття повноцінності та реалізованості.

4. Страх перед старістю. Деякі люди можуть відчувати страх перед майбутнім, особливо з наближенням старості, коли відсутність дітей може здаватися загрозою залишитися на самоті. Це може викликати тривогу і змусити переглядати свої рішення щодо батьківства [11].

Позаяк, феномен «чайлдфрі» не завжди зустрічається з позитивним ставленням з боку суспільства. Багато «чайлдфрі» стикаються з обуренням або нерозумінням оточуючих. Існує міф, що батьки щасливіші та задоволені своїм життям, ніж ті, хто не має дітей. Однак дослідження показують, що щастя та задоволеність життям залежать від різних факторів та індивідуальних переваг [12].

Поняття бездітності є надзвичайно складним і багатогранним явищем, яке охоплює різноманітні аспекти життя людини – від фізіологічних і психологічних до соціальних і економічних. Незалежно від того, чи є бездітність добровільною або вимушеною, вона впливає на самосприйняття особи, її взаємини з оточенням та якість життя. У той час як для одних людей бездітність є шляхом до самореалізації та досягнення особистих цілей, для інших вона може стати джерелом стресу та соціальної ізоляції. Розуміння причин, що лежать в основі цього вибору, а також можливих наслідків, є важливим кроком до глибшого усвідомлення цього феномену в сучасному суспільстві.

1.1. Психологічні аспекти вибору бездітного способу життя

У сучасному суспільстві все більш поширеним стає явище добровільного бездітного способу життя, або «childfree». Зміни в соціокультурних нормах, економічних умовах та розширення можливостей для самореалізації жінок і

чоловіків призводять до того, що дедалі більше людей свідомо відмовляються від традиційної ролі батьківства. Цей феномен стає все більш актуальним для психологічних досліджень, адже вибір бездітного життя зачіпає не лише особисті, але й суспільні аспекти життя людини.

Відмова від уявлення про материнство як жіноче призначення дозволяє зробити крок до вивчення альтернативних варіантів реалізації жінки в подальших теоріях. Але й сьогодні не завжди здійснюється відхід розгляду материнства як норми. Різноманітність сучасних досліджень дозволяє створити картину психологічного портрета жінок, які свідомо вибрали бездітність, хоча її повнота є дискусійним питанням через негативне ставлення, що склалося, до феномену бездітності та варіації методик дослідження, відбору респондентів [17, 29].

У дослідженні Х. Петерсон і К. Енгволл ставить питання про конкретний досвід бездітних жінок. Було виявлено, що замість погоджуватися з позицією про відсутність будь-яких нормальних жіночих якостей, бездітні жінки сприймають свої тіла як «мовчазні». Вони дотримуються природної позиції, вільної від дітей, яка є результатом відсутності бажання мати дітей. Цікаво, що ця позиція підпадає під біологічну парадигму, згідно з якою тіло диктує небажання мати дітей так само, як вважається, що воно диктує зворотне бажання [27].

Концепція наявності материнського інстинкту сприяє виникненню відчуття, що вибір усвідомленої бездітності менш прийнятний, ніж безплідність, оскільки останнє приписується нещастю і ставить прямий виклик традиційним та моральним цінностям сім'ї та дітей як невід'ємним якостям жінки [5].

Відсутність інстинкту чи бажання бути матір'ю є однією з багатьох причин залишатися бездітною, що згадується у різних дослідженнях, у яких ставилося питання про те, хто і чому робить вибір на користь бездітності. Разом з тим, продовження з'ясування причин усвідомленої бездітності продовжує закріплювати думку, що цей вибір вимагає пояснення і не є нормою, тоді як це

відношення не переводиться на вибір на користь материнства. Висловлюється думка, що дослідження, в якому конкретно ставить питання, чому жінки залишаються бездітними, применшує важливість автономії дорослих жінок та підтримує традиційні гендерні ролі. Припущення про материнство як природному та нормальному шляху для жінок, як і раніше, глибоко укріплено як у суспільстві, так і в науковій сфері разом з тим, що бездітні жінки позиціонуються як «інші» [31].

У ХХІ ст. закріплюються теорії, у яких небажання мати дитину сприймається як частина цілком обґрунтованого розвитку особистості. Тоді як у традиційних поглядах немає місця відсутності бажання відтворення серед жінок у рамках норми, у нових підходах дедалі частіше постулюється, що бездітність не менш варта, ніж бажання материнства [20].

Традиційно в багатьох культурах роль жінки та чоловіка в суспільстві тісно пов'язувалася з народженням і вихованням дітей. Протягом століть жінки вважалися головними відповідальними за сім'ю та дітей, тоді як чоловіки забезпечували матеріальний добробут. Однак із другої половини ХХ століття спостерігаються значні зміни в цих соціальних ролях [26].

Розвиток феміністичного руху значно вплинув на зміну суспільних очікувань щодо ролі жінок. Рівноправність, можливість отримання освіти та кар'єрного зростання, а також право на самостійний вибір життєвого шляху стали основними завоюваннями фемінізму. Як наслідок, з'явилася тенденція до відмови від традиційних ролей, включаючи батьківство, на користь особистісного розвитку та кар'єрного успіху [7].

По-різному визначається природа феномена усвідомленої бездітності у науці. Так, Р. Лестег [23], насамперед, підкреслює значущість досягнень сучасної фармацевтики та технологій, що надають широкі можливості для запобігання небажаній вагітності з високим ступенем надійності. Жінки отримали можливість самостійно регулювати репродуктивну поведінку, навіть за умови перебування у шлюбі та ведення активного статевого життя, що було неможливо на більш ранніх етапах.

Відповідно до теорії гендерної рівності П. Макдональда [24], головною причиною усвідомленої бездітності в сучасному суспільстві є дисбаланс між високим рівнем гендерної рівності в освітній та трудовій сфері, тоді як у рамках сім'ї у більшості випадків зберігається традиційна модель, де жінка виконує функцію догляду за будинком та виховання дітей.

Вибір бездітного способу життя часто базується на різних мотиваційних чинниках, які можуть бути індивідуальними або соціальними:

1. Особистісні пріоритети та цінності. Для багатьох людей кар'єра, особистісний розвиток, освіта, подорожі та самореалізація є пріоритетами, що перевищують бажання стати батьками. Вони бачать у бездітності можливість зосередитися на власних цілях і амбіціях, не розділяючи увагу між роботою та вихованням дітей.

2. Фінансові міркування. Виховання дітей вимагає значних фінансових витрат, включаючи витрати на освіту, медичне обслуговування та повсякденні потреби. У сучасному світі економічна нестабільність та високі витрати на життя можуть стати вагомими причинами для відмови від батьківства.

3. Страх втрати свободи. Батьківство передбачає значні зміни в житті, включаючи втрату свободи, особистого часу та можливостей для самореалізації. Люди, які цінують незалежність і автономію, можуть відмовитися від народження дітей, побоюючись, що це обмежить їхнє життя і змінить його в небажаному напрямку [2, 14].

Психологічні теорії, що пояснюють вибір бездітного життя:

1. Теорія самореалізації Маслоу. За Маслоу, прагнення до самоактуалізації є вищим рівнем людських потреб. Люди, які обирають бездітний спосіб життя, можуть вбачати в цьому можливість досягти більшого рівня самореалізації в інших сферах, таких як кар'єра, творчість або особистісний розвиток [8].

2. Теорія планованої поведінки Аджзена. Ця теорія пояснює поведінку через наміри, соціальні норми та сприйнятий контроль. Якщо людина відчуває, що її рішення бути бездітною відповідає її особистим цінностям і соціальним

нормам, вона, ймовірно, реалізує це рішення. Важливим є також сприйняття контролю над своїм життям, що сприяє більш впевненому вибору бездітного життя [15].

3. Теорія особистісних рис. Певні риси характеру можуть впливати на рішення не мати дітей. Наприклад, інтроверти можуть більше цінувати спокійне і самотнє життя, тоді як люди з високим рівнем самостійності можуть прагнути до незалежності, яку вони бояться втратити через батьківство [9].

Соціальні та міжособистісні фактори:

1. Вплив суспільства та близького оточення. Суспільні очікування та тиск з боку родини можуть створювати напруженість у людей, які обрали бездітний спосіб життя. Однак ті, хто має чітко визначені особисті цілі та цінності, можуть успішно протистояти цьому тиску, використовуючи різні психологічні механізми захисту, такі як раціоналізація або ігнорування соціальних норм.

2. Партнерські стосунки. Вибір бездітного способу життя може суттєво вплинути на відносини між партнерами. Важливою умовою є взаємна згода і підтримка в такому рішенні. У випадку розбіжностей у поглядах на батьківство, можуть виникати конфлікти, які впливають на емоційний зв'язок і стабільність стосунків [10].

Психологічні наслідки вибору бездітного способу життя:

1. Почуття щастя та задоволення життям. Дослідження показують, що люди, які свідомо обрали бездітний спосіб життя, часто відчують задоволення від свого рішення. Вони мають більше можливостей для реалізації особистих цілей і досягнень, що сприяє підвищенню рівня суб'єктивного благополуччя.

2. Можливі почуття жалю або страху перед самотністю. Незважаючи на позитивні аспекти бездітного життя, деякі люди можуть відчувати жаль через свій вибір у старшому віці. Вони можуть боятися залишитися самотніми без підтримки дітей або відчувати незавершеність життєвого шляху [28].

Позитивні та негативні сторони бездітного способу життя:

1. Позитивні аспекти. Відсутність дітей дає можливість людям зосередитися на своїх інтересах і прагненнях, більше подорожувати, займатися улюбленими справами та нести меншу відповідальність. Це також може сприяти фінансовій стабільності, оскільки витрати на виховання дітей часто є значним навантаженням на бюджет.

2. Негативні аспекти. Проте, бездітний спосіб життя має і свої виклики. Відсутність дітей може призвести до соціальної ізоляції, особливо у старшому віці. Люди можуть відчувати тиск з боку суспільства та рідних, а також страх перед тим, що їхнє життя буде менш змістовним або незавершеним [32].

Отже, психологічні аспекти вибору бездітного способу життя є складними та багатограними. Цей вибір залежить від різних факторів, включаючи особисті цінності, соціальні норми, економічні умови та міжособистісні відносини. Для багатьох людей бездітний спосіб життя є шляхом до самореалізації та незалежності, проте він також може супроводжуватися викликами та почуттям самотності. Подальші дослідження цієї теми можуть допомогти глибше зрозуміти мотивації та наслідки такого вибору.

Висновки до першого розділу

У першому розділі було проведено теоретичний огляд проблеми вибору бездітного способу життя. Розглянуто основні підходи до визначення поняття бездітності, яке може бути як вимушеним (медичним), так і свідомо обраним (childfree). З'ясовано, що бездітність може мати різні причини: соціальні, культурні, економічні, психологічні та медичні.

Також було досліджено психологічні аспекти вибору бездітного способу життя, які виявляються у прагненні до самореалізації, свободи та контролю над власним життям. Жінки, які свідомо обирають не мати дітей, часто прагнуть досягти інших життєвих цілей, таких як професійний успіх або особистісний розвиток. З психологічної точки зору, це вибір, який може бути пов'язаний із

високим рівнем автономії, потребою в саморозвитку та бажанням зберігати незалежність.

Загалом, вибір бездітного способу життя є складним і багатогранним явищем, яке залежить від сукупності факторів, включно з індивідуальними особливостями особистості, соціальним оточенням та культурними нормами.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ БЕЗДІТНОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

2.1. Організація та опис методичних засобів дослідження

Для дослідження психологічних особливостей формування бездітного способу життя було організовано емпіричне дослідження, яке охоплювало вибірку дорослих людей різного віку та соціального статусу. У дослідженні брали участь жінки, які свідомо обрали бездітний спосіб життя або ж на даний момент не мають дітей з інших причин. Основними критеріями відбору респондентів були: відсутність дітей, вікова категорія від 25 до 50 років (90 осіб), а також наявність особистого та професійного досвіду, що могло б вплинути на їхні ціннісні орієнтири та життєве задоволення.

Організація дослідження передбачала кілька етапів:

1. Підбір респондентів та формування вибірки.
2. Інструктаж учасників щодо анонімності та конфіденційності отриманих даних.
3. Проведення тестування з використанням низки методик для отримання об'єктивних результатів.
4. Обробка отриманих даних з метою їх подальшого аналізу та формулювання висновків.

Респондентки для дослідження були залучені за допомогою онлайн-ресурсів, таких як соціальні мережі Facebook, Instagram, Twitter тощо, а також серед знайомих. Для пошуку учасниць було використано метод «снігової кулі», що передбачає залучення нових респонденток через рекомендації вже опитаних осіб. Всі респондентки є громадянками України.

Для отримання надійних та валідних даних було застосовано наступні психодіагностичні інструменти:

1. Індекс життєвого задоволення (LSIA) – один з найбільш поширених методів оцінки рівня задоволення життям, який розробили Неугартен, Гавінсон

та Тобін. Ця методика складається з низки питань, що стосуються різних сфер життя респондентів: професійної діяльності, стосунків з близькими, соціального оточення, здоров'я тощо. Респонденти оцінювали задоволеність своїм життям за п'ятибальною шкалою, що дозволяло отримати загальний індекс, який відображав рівень їхнього життєвого благополуччя.

2. Ціннісний опитувальник Шварца – методика, розроблена Ш. Шварцом, що дозволяє визначити основні ціннісні орієнтири людини. Вона включає перелік цінностей, згрупованих у кілька блоків, що відображають різні сфери життєдіяльності: особисті досягнення, універсалізм, гедонізм, традиції, безпеку, самостійність тощо. Учасники дослідження оцінювали значущість кожної цінності у своєму житті за шкалою від «не важливо» до «дуже важливо». Це допомогло виявити, які цінності є пріоритетними для людей, що обирають бездітний спосіб життя.

3. Авторська анкета – спеціально розроблена для даного дослідження анкета, що містила запитання щодо мотивів, причин та особистісних установок, що впливають на вибір бездітного способу життя. Вона включала питання, які допомагали глибше дослідити суб'єктивні погляди учасників на роль бездітності у їхньому житті, їхнє ставлення до соціальних очікувань тощо (представлена у Додатку А).

Ці методики в комплексі дозволили не лише оцінити загальний рівень задоволення життям та ключові цінності респондентів, але й детально дослідити їхні психологічні установки щодо бездітного способу життя. Це, своєю чергою, сприяло формулюванню висновків про психологічні особливості вибору бездітності як стилю життя.

2.2. Результати дослідження та їх аналіз

У дослідженні прийняли участь жінки віком 25-50 років, переважна більшість має вищу освіту. Серед респонденток 17,8% жінок перебувають у

шлюбі, 31,1% проживають з чоловіком без укладання офіційного шлюбу, та 51,1% не мають стосунків з чоловіком.

На питання: «Як сприймають Вашу позицію (бездітний спосіб життя) родичі та друзі?» маємо наступні відповіді (Рис. 2.1.).

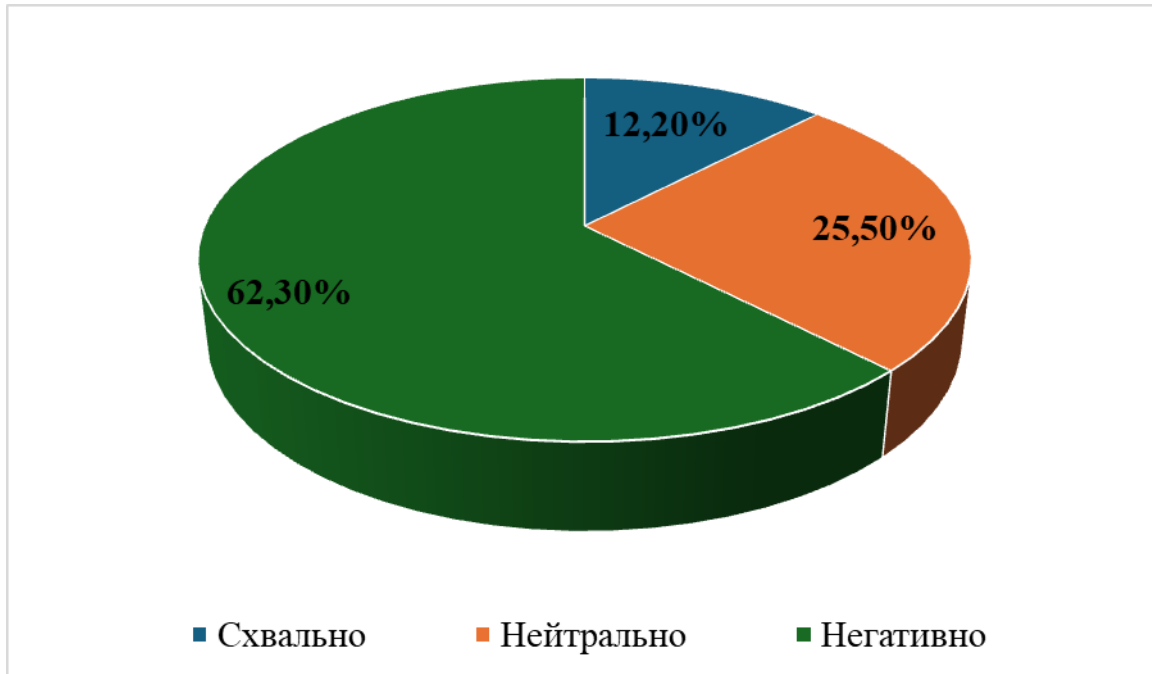


Рис. 2.1. Ставлення родичів та друзів до вибору респондентками бездітного способу життя

Як бачимо на Рис. 2.1., серед родичів та друзів лише 12,2% ставляться схвально до вибору респондентками бездітного способу життя. Нейтральне ставлення мають 25,5%, та переважна більшість (62,3%) мають негативне ставлення до бездітності респонденток.

Аналіз результатів опитування свідчить про те, що вибір жінками бездітного способу життя переважно не сприймається позитивно їхнім оточенням. Лише 12,2% родичів та друзів схвально ставляться до цього вибору, що є досить низьким показником, і свідчить про те, що підтримка такого рішення є обмеженою. Водночас 25,5% респондентів вказують на нейтральне ставлення з боку їхнього соціального кола, що може свідчити про певну толерантність, хоча й без активної підтримки.

Основною проблемою є те, що більшість (62,3%), виражають негативне ставлення до бездітності. Така реакція може бути зумовлена соціальними,

культурними та традиційними нормами, що пропагують наявність дітей як обов'язкового етапу життя жінки. Це також може створювати психологічний тиск на жінок, які приймають рішення залишатися бездітними, особливо якщо вони змушені протистояти осуду з боку родичів або друзів.

Наступне питання стосувалося важливих цінностей особистості (Рис. 2.2.).

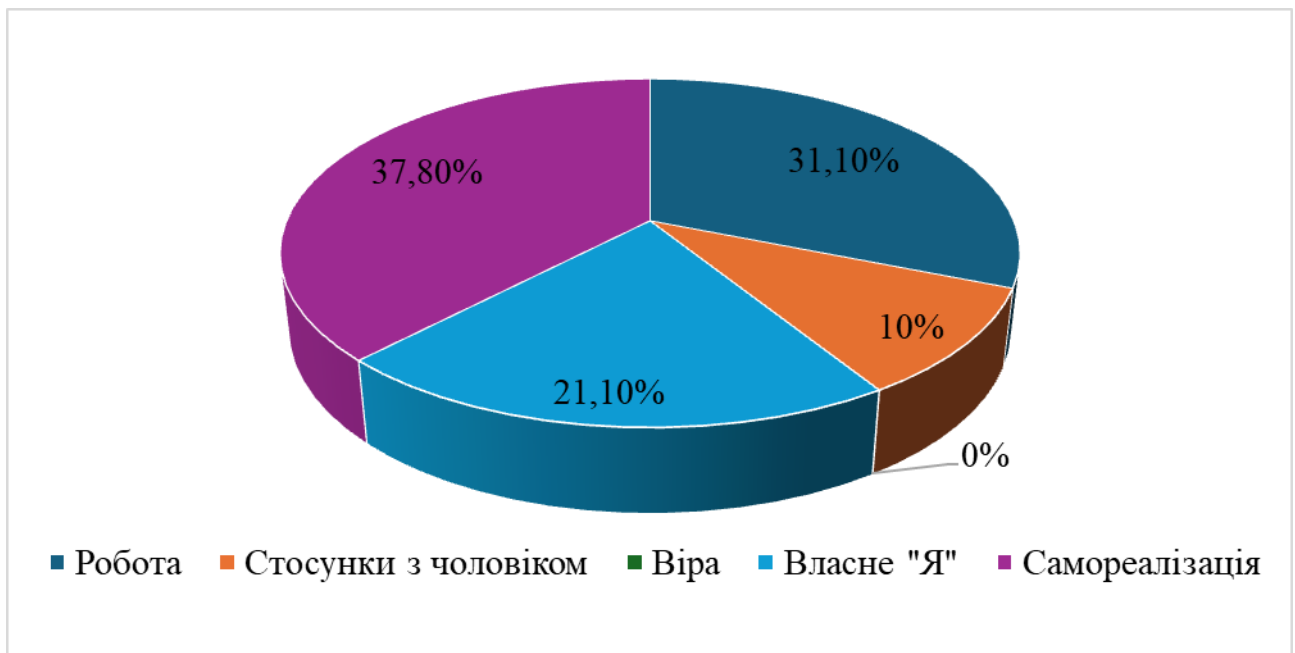


Рис. 2.2. Результати відповідей на питання: «Що для Вас найважливіше в житті?»

Результати опитування показують, що для більшості респонденток найважливішими життєвими цінностями є самореалізація та професійна діяльність. Це вказує на сильну орієнтацію на особистісний та кар'єрний розвиток, що може бути ознакою прагнення до незалежності, самодостатності та досягнення власних цілей.

Найбільша кількість респонденток (37,8%) обрала самореалізацію як основну життєву цінність. Це підкреслює важливість для жінок досягнення особистих амбіцій, самовираження та розвитку власного потенціалу, що може бути зумовлено сучасними тенденціями досягнення гендерної рівності та індивідуальної свободи.

Значна частина жінок (31,1%) визначає роботу головною цінністю, що свідчить про високий рівень професійних амбіцій і важливість кар'єрного розвитку в їхньому житті. Це також може бути відображенням соціальних змін, де жінки відіграють більш активну роль на ринку праці.

Третина жінок (21,1%) ставить на перше місце своє «Я», що свідчить про індивідуалізм та важливість особистого благополуччя. Власна особистість і її розвиток мають велике значення для цих респонденток.

Для меншості жінок (10%) стосунки з партнером є ключовою цінністю. Це вказує на те, що емоційні та романтичні зв'язки не є першочерговими для більшості опитаних, що може бути результатом зосередження на особистісному розвитку та кар'єрі.

Жодна з респонденток не вибрала віру як важливу життєву цінність, що може свідчити про секуляризацію суспільства або перевагу світських та особистісних цінностей над релігійними.

Такий розподіл цінностей вказує на сучасні тенденції серед жінок до самореалізації та незалежності, при цьому традиційні ролі (як віра або стосунки) грають меншу роль у системі пріоритетів.

Серед соціальних мотивів, що впливають на відмову від материнства, респондентки вбачають наступні (Рис. 2.3.).



Рис. 2.3. Соціальні мотиви вибору бездітного способу життя

Аналіз соціальних мотивів, що впливають на вибір бездітного способу життя, виявляє цікаві тенденції щодо ставлення жінок до материнства в сучасних умовах.

Більшість респонденток (73,4%) визначають свій особистий вибір як основний мотив відмови від материнства. Це свідчить про те, що значна частина жінок має чітку та свідому позицію щодо власного життя, обираючи бездітність як частину своєї особистої стратегії. Це може бути пов'язано з пріоритетом самореалізації, кар'єри та індивідуального розвитку, що було видно з попереднього аналізу їхніх життєвих цінностей.

Невелика, але значуща частина жінок (13,3%) вказує на воєнний стан як фактор, що впливає на рішення не мати дітей. Це може бути пов'язано з нестабільністю, небезпекою та невизначеністю, які приносить війна, що робить перспективу народження та виховання дітей значно більш складною та ризикованою. Війна також може призводити до стресу, що впливає на бажання створювати сім'ю в таких умовах.

Іншою вагомою причиною є незадовільна економічна ситуація в країні (у 13,3%). Фінансова нестабільність, відсутність належних соціальних гарантій і підтримки можуть викликати страх перед неможливістю забезпечити належні умови для виховання дітей. Це свідчить про те, що економічні фактори відіграють важливу роль у прийнятті рішень щодо материнства.

Отже, основними мотивами відмови від материнства є свідомий вибір жінок, хоча на рішення також впливають об'єктивні зовнішні фактори, такі як війна та економічні труднощі. Це вказує на те, що особисті рішення жінок щодо материнства часто формуються у контексті соціально-політичних і економічних умов.

Серед особистісних мотивів респондентками були вказані наступні (Рис. 2.4.).

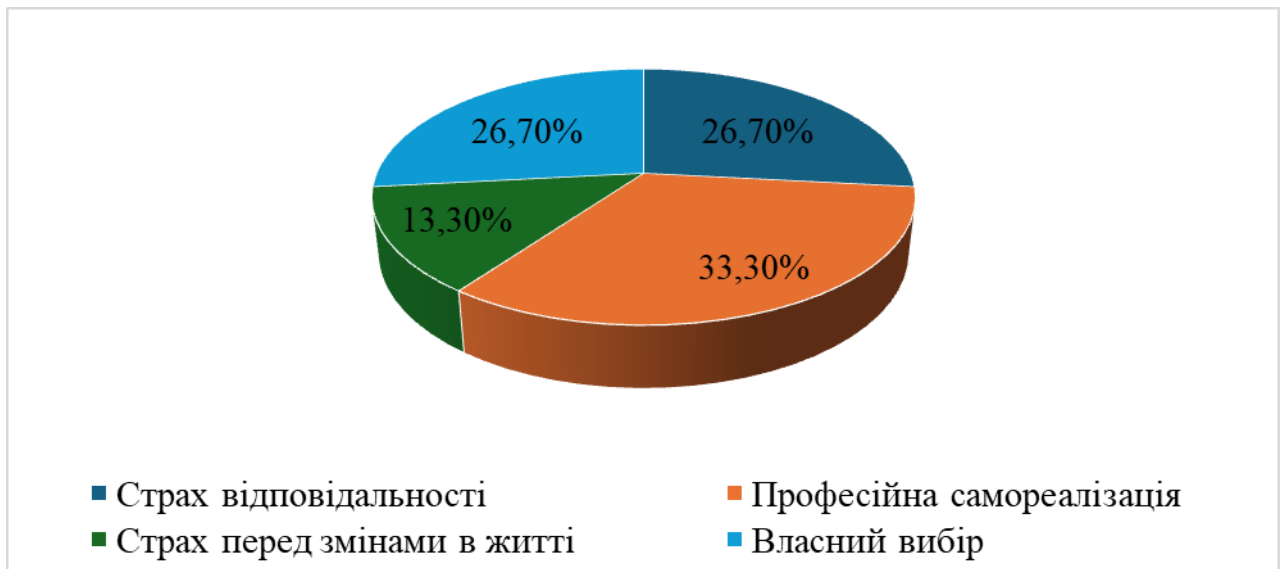


Рис. 2.4. Особистісні мотиви вибору бездітного способу життя

Аналіз особистісних мотивів відмови від материнства показує, що респонденти акцентують увагу на самореалізації, особистих страхах та свідомих рішеннях, які впливають на їхній вибір.

Найпоширеніший мотив серед респонденток – прагнення до професійної самореалізації (серед 33,3%). Це свідчить про те, що для багатьох жінок кар'єрні амбіції є ключовими у житті, і вони бояться, що материнство може завадити досягненню цих цілей. У сучасному світі жінки все частіше обирають професійний розвиток як головний пріоритет, що відповідає загальним тенденціям до рівності можливостей у кар'єрному плані.

Ще чверть жінок (26,7%) обирає бездітність як свідомий особистий вибір, що може свідчити про прагнення до автономії та самостійного контролю над своїм життям. Це підтверджує факт, що рішення щодо материнства є індивідуальним і відображає власні цінності респонденток. Такий самий відсоток (26,7%) респонденток відзначає страх перед відповідальністю, що приходить із материнством. Це може бути пов'язано з усвідомленням складнощів, які виникають при вихованні дитини, а також можливим тиском і очікуваннями з боку суспільства та родини.

Деякі жінки (13,3%) бояться суттєвих змін, які настають із народженням дитини. Це може бути пов'язано з небажанням виходити з комфортної зони або страхом втратити свій звичний спосіб життя.

Отже, особистісні мотиви відмови від материнства демонструють широкий спектр причин, починаючи від професійних амбіцій до емоційних страхів. Ці мотиви відображають індивідуальні переживання та пріоритети кожної жінки, а також підтверджують сучасні тенденції до зростання ролі самореалізації і свідомого вибору в житті.

Причини, через які респондентки свідомо обирають бездітний спосіб життя представлені на Рис. 2.5.



Рис. 2.5. Причини свідомого вибору бездітності

Аналіз причин свідомого вибору бездітності серед респонденток виявляє кілька ключових факторів, які мають як економічний, так і особистий характер:

Найпоширеніша причина серед респонденток полягає в економічних витратах на дітей (33,4%). Багато жінок вважають, що виховання дитини потребує великих фінансових ресурсів, що може бути занадто великим тягарем, особливо в умовах нестабільної економічної ситуації. Це підкреслює важливість матеріальної забезпеченості для прийняття рішення про материнство.

Значна частина жінок (16,7%) боїться фізичних змін, які може спричинити вагітність і пологи. Цей мотив відображає сучасну культуру, в якій зовнішній вигляд та збереження фізичної форми часто мають велике значення.

Фінансова нестабільність є ще однією важливою причиною. Жінки (15,5%) часто не впевнені у своїх можливостях забезпечити дитині належний рівень життя, що робить материнство менш привабливим вибором у сучасних умовах.

Часовий фактор (визначено 14,4% респонденток) також відіграє значну роль. Догляд за дітьми вимагає багато часу, і жінки, особливо ті, що прагнуть професійної кар'єри чи особистісного розвитку, можуть не бажати витратити значну частину свого часу на виховання дитини.

Війна є значним дестабілізуючим фактором, який впливає на рішення про материнство. Респонденти (13,3%) бояться за безпеку та стабільність у майбутньому, що робить створення сім'ї в такі часи надто ризикованим кроком.

Отже, основні причини свідомого вибору бездітності можна поділити на дві великі категорії: економічні (фінансові витрати, економічна нестабільність) та особисті (страх фізичних змін, часові витрати). Ці фактори відображають складність і багатогранність рішення про материнство в сучасному світі.

На питання: «Як Ви оцінюєте своє емоційне становище щодо вибору бездітного способу життя?» нами було отримано наступні відповіді (Рис. 2.6.).

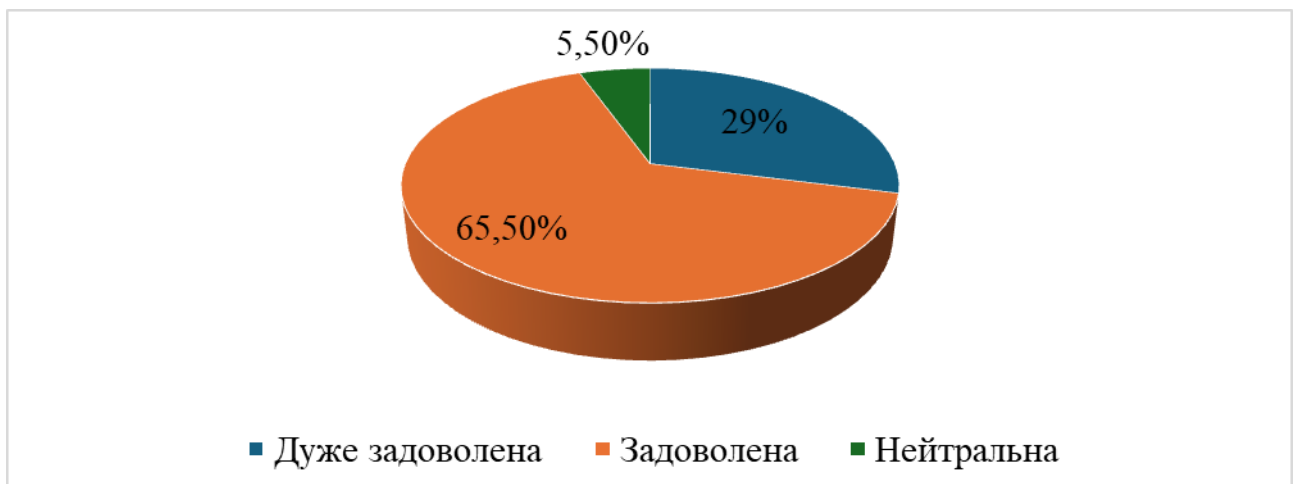


Рис. 2.6. Емоційне становище респонденток щодо їхнього вибору

Аналіз відповідей на питання щодо емоційного стану респонденток відносно їхнього вибору бездітного способу життя показує переважно позитивне сприйняття власного рішення.

Значна частина жінок (29%) висловлює високий рівень задоволення своїм вибором. Це може свідчити про впевненість у власних пріоритетах і відчуття, що їхній спосіб життя відповідає їхнім внутрішнім цінностям та бажанням.

Переважна більшість респонденток (65,5%) також задоволені своїм вибором, хоча їхній рівень емоційного комфорту може бути менш вираженим, ніж у першій групі. Вони, можливо, відчують деякі соціальні або особисті сумніви, але загалом впевнені в правильності свого рішення.

Невеликий відсоток жінок (5,5%) залишається нейтральним у своїх емоційних оцінках. Це може означати, що вони ще не сформували остаточне емоційне ставлення до свого вибору або відчують певну невизначеність.

Отже, більшість респонденток (94,5%) мають позитивне або дуже позитивне емоційне ставлення до свого рішення про бездітний спосіб життя, що свідчить про їхню психологічну готовність до такого вибору. Нейтральність у невеликої частини жінок може вказувати на певні соціальні або особисті фактори, які ще впливають на їхнє самопочуття в цьому питанні.

Аналіз відповідей на питання про складнощі, які виникають у житті респонденток через вибір бездітного способу життя, вказує на однозначний результат: 100% жінок зазначили, що їхні сімейні відносини стали складнішими. Це підкреслює сильний вплив, який бездітний спосіб життя може мати на динаміку відносин у сім'ї. Традиційні соціальні та культурні норми часто асоціюють материнство з жіночими ролями, тому родичі можуть не сприймати вибір бездітності, вимагаючи пояснень або здійснюючи психологічний тиск на жінок. Родичі можуть очікувати від жінок продовження роду, а відсутність бажання мати дітей може викликати розчарування, нерозуміння та навіть конфлікти між респондентками та їхніми близькими.

Загалом, цей результат свідчить про те, що вибір бездітного способу життя може впливати на сімейну гармонію та викликати напругу в

міжособистісних стосунках. Це важливий аспект, який може потребувати додаткової уваги у контексті психологічної підтримки для жінок, що роблять подібний вибір.

Вивчення рівня життєвого задоволення у жінок, які обрали бездітний спосіб життя, із використанням методики LSIA має наступні результати (Рис. 2.7.).

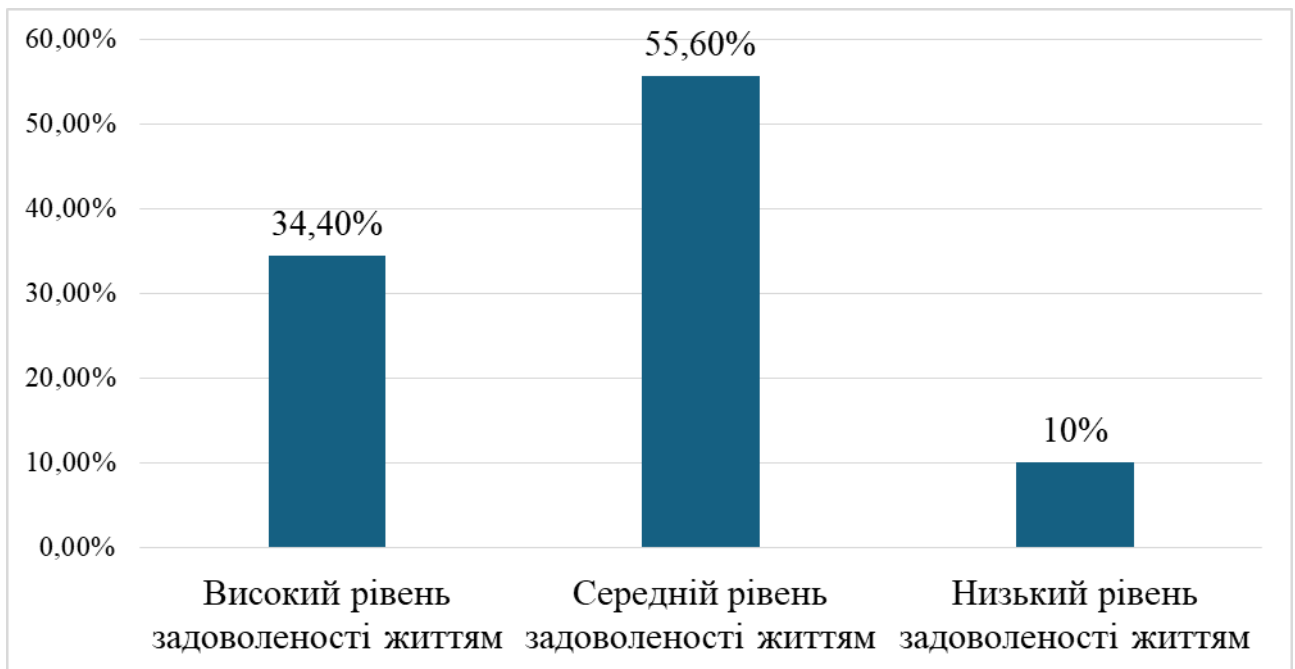


Рис. 2.7. Результати вивчення рівня задоволеності життям

Близько третини жінок (34,4%), які обрали бездітний спосіб життя, демонструють високий рівень життєвого задоволення. Це свідчить про їхню гармонію з власним вибором і відсутність внутрішніх конфліктів щодо рішення. Для цих жінок пріоритетними є самореалізація, кар'єрний успіх або інші життєві цінності, які вони не пов'язують із материнством. Такий рівень задоволення може також вказувати на сильну підтримку з боку оточення та відсутність соціального тиску, що сприяє позитивному психологічному стану.

Переважає більшість респонденток (55,6%) мають середній рівень задоволення життям, що може свідчити про амбівалентність їхнього сприйняття вибору бездітності. Жінки цієї групи, ймовірно, стикаються з певним соціальним тиском, сумнівами або коливаннями щодо власного вибору. Можливо, вони ще не повністю інтегрували цей вибір у своє життя або їхній

рівень життєвого задоволення залежить від зовнішніх факторів, таких як кар'єра чи стосунки. Водночас, середній рівень задоволення може свідчити про тимчасові труднощі або обмеження, які не дозволяють жінкам відчувати повну гармонію з власним вибором.

Невелика частка жінок (10 %) демонструє низький рівень задоволення життям, що може бути наслідком внутрішніх або зовнішніх конфліктів. Можливо, ці жінки переживають тиск з боку суспільства чи рідних, що ставить під сумнів їхній вибір. Також можливі психологічні чинники, такі як соціальна ізоляція, невпевненість у власному майбутньому або нестача підтримки, що знижує рівень їхнього життєвого задоволення.

Результати дослідження показують, що більшість жінок, які обрали бездітний спосіб життя, почуваються задоволеними (середній і високий рівні разом становлять майже 90%). Це вказує на те, що бездітність як свідомий вибір не є головним чинником зниження життєвого задоволення. Однак, близько 10% жінок все ж стикаються з труднощами, які можуть впливати на їхній емоційний стан.

Далі представляємо аналіз середніх показників за шкалами Індексу задоволення життям серед жінок, які обрали бездітний спосіб життя (Табл. 2.1.)

Таблиця 2.1.

Середні показники за шкалами задоволеності життям

	Середній показник (n=90)
Інтерес до життя	7,1
Послідовність у досягненні цілей	4,9
Узгодженість між поставленими та досягнутими цілями	5,5
Позитивна оцінка себе та власних вчинків	3,6
Фон настрою	6,0

Середній показник інтересу до життя (7,1) вказує на те, що більшість жінок, які обрали бездітний спосіб життя, демонструють високу активність і життєрадісність. Це свідчить про те, що вони мають широкий спектр інтересів і

активно залучені до різних життєвих процесів, таких як кар'єра, особистісний розвиток або хобі. Незалежність від материнства дозволяє їм зосередитися на інших важливих аспектах свого життя.

Показник послідовності у досягненні цілей (4,9) близький до середнього, та вказує на те, що жінки часто ставлять перед собою життєві цілі, але не завжди проявляють постійну наполегливість для їх досягнення. Можливо, це свідчить про наявність певних труднощів на шляху до досягнення своїх цілей, або про недостатньо чітко сформовані життєві пріоритети.

Показник узгодженості між поставленими та досягнутими цілями (5,5 балів) також знаходиться на середньому рівні, що свідчить про те, що жінки не завжди досягають тих результатів, які вони собі запланували. Можливо, це пов'язано з впливом зовнішніх факторів або зміною пріоритетів у процесі досягнення цілей. Це може бути сигналом до того, що життєві плани не завжди реалізуються через труднощі або зміни обставин.

Низький показник позитивної самооцінки (3,6 балів) свідчить про те, що жінки часто сумніваються у правильності власних рішень та дій. Це може бути пов'язано з соціальним тиском або стереотипами, які знижують їх впевненість у виборі бездітного способу життя. Також це може вказувати на схильність до самокритики, яка впливає на загальне емоційне благополуччя.

Фон настрою (6 балів) знаходиться на середньому рівні, що вказує на загалом стабільний емоційний стан. Жінки в основному почуваються добре, але можуть час від часу переживати певні емоційні труднощі. Середній рівень настрою може бути відображенням впливу соціальних чи психологічних факторів, таких як тиск оточення або сумніви у правильності свого життєвого вибору.

Жінки, які обрали бездітний спосіб життя, загалом виявляють високий інтерес до життя та емоційну стабільність. Проте середні рівні наполегливості у досягненні цілей та узгодженості між планами і результатами вказують на те, що вони можуть стикатися з перешкодами або сумнівами у процесі реалізації своїх життєвих завдань. Особливо важливо звернути увагу на низьку позитивну

самооцінку, яка може бути наслідком зовнішніх факторів, таких як суспільні стереотипи щодо материнства, і яка може негативно впливати на загальний емоційний стан.

Наступним етапом було дослідження цінностей жінок, які обрали бездітний спосіб життя. Результати представляємо нижче (Рис. 2.8.).

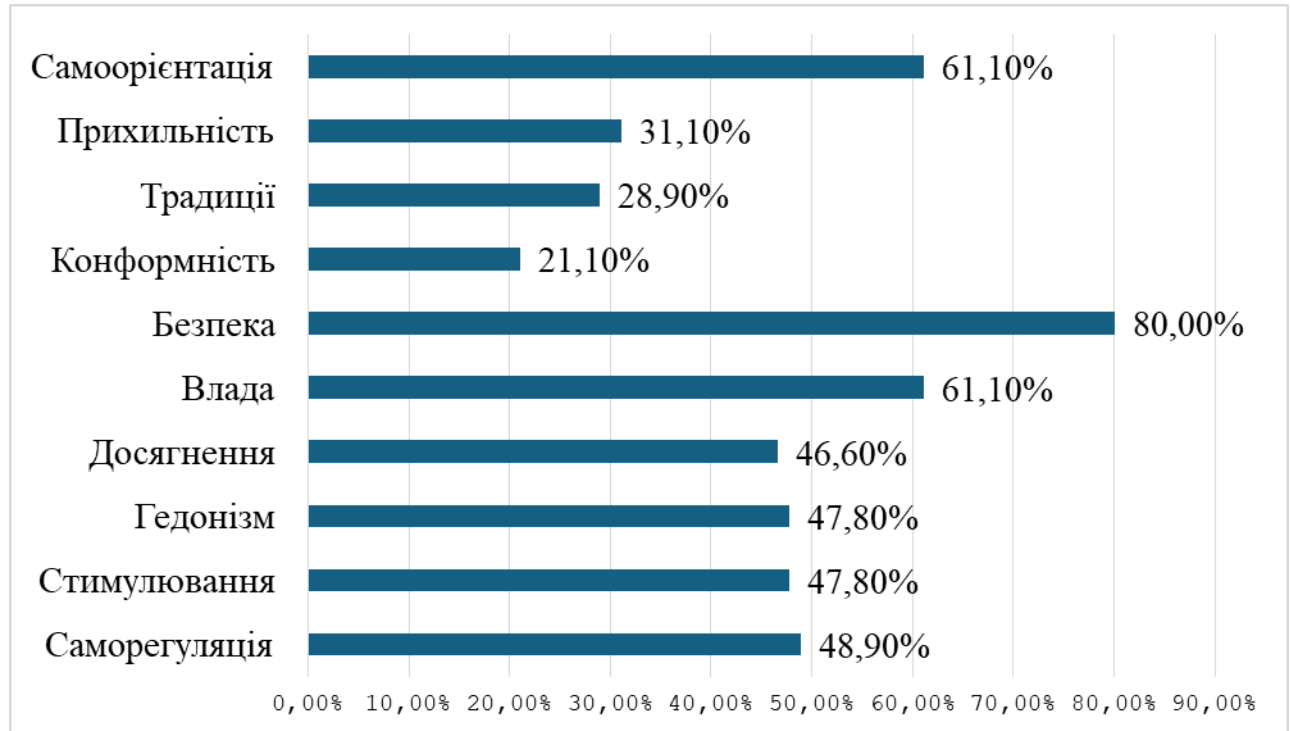


Рис. 2.8. Результати дослідження ціннісних орієнтацій респонденток

Отже, як бачимо на Рис. 2.8., показник саморегуляції свідчить про здатність жінок контролювати свої дії та рішення, виходячи з особистих цінностей. Середній рівень (48,9%) вказує на те, що респондентки мають помірковану схильність до прийняття рішень на основі власних переконань та цінностей, але можуть піддаватися зовнішнім впливам чи змінам у зовнішніх умовах (наприклад, через воєнний стан).

Показник стимулювання (47,8%) вказує на прагнення до нових вражень та пригод, бажання уникнути монотонності. Жінки в середньому мають потребу в різноманітності, але цей показник є помірним. Умови воєнного часу, ймовірно, знижують можливості для отримання нових стимулів, що впливає на цей результат.

Гедонізм відображає прагнення до задоволення та насолоди. Показник 47,8% є середнім, що означає, що жінки відчують бажання отримувати задоволення, але ці прагнення можуть бути обмежені реаліями воєнного часу та соціальним контекстом.

Досягнення (46,6%) вказують на важливість особистих успіхів для жінок. Вони прагнуть бути компетентними та досягати своїх цілей, але середній рівень показує, що на досягнення цілей можуть впливати зовнішні обставини або можливі внутрішні сумніви, пов'язані з вибором бездітності в умовах воєнного стану.

Високий показник влади (61,1%) означає, що респондентки надають важливого значення контролю та впливу на інших. Це може бути відображенням їхнього бажання мати автономію та можливість контролювати ситуацію, особливо в умовах воєнного стану, коли безпека та впевненість у завтрашньому дні мають високу цінність.

Найвищий показник безпеки (80%) підкреслює першочергову важливість відчуття захищеності та стабільності. В умовах воєнного часу ця цінність стає особливо актуальною, що відображає природну реакцію на нестабільність та загрози, з якими стикаються респондентки.

Низький рівень конформності (21,1%) свідчить про те, що жінки, які обрали бездітний спосіб життя, не схильні підкорятися соціальним нормам чи очікуванням, які вони не поділяють. Вони є більш незалежними у своїх рішеннях та діях, що може бути пов'язано з їхнім вибором бездітності як нестандартного для суспільства життєвого шляху.

Невисокий показник традицій (28,9%) вказує на те, що для жінок у цій групі традиційні цінності не є пріоритетними. Їхній вибір бездітності свідчить про бажання відійти від звичних соціальних та культурних норм, що відображається в низькій прихильності до традицій.

Прихильність (31,1%) є важливою, але не головною цінністю. Жінки, які обрали бездітний спосіб життя, можуть демонструвати помірну турботу про

інших, але їхні особисті пріоритети можуть бути більшою мірою зосереджені на самореалізації та власних цілях.

Високий рівень самоорієнтації (61,1%) вказує на сильне прагнення до автономії та незалежності. Жінки цінують можливість самостійно приймати рішення та будувати своє життя за власними переконаннями. Це важливо для жінок, які обрали бездітний спосіб життя, оскільки вони прагнуть до реалізації своїх індивідуальних цінностей.

Результати дослідження свідчать про те, що жінки, які обрали бездітний спосіб життя, особливо цінують безпеку, владу та самоорієнтацію, що є природною реакцією на умови воєнного стану. Вони демонструють помірну потребу в стимуляції та досягненнях, водночас їхня схильність до гедонізму знаходиться на середньому рівні. Низькі показники конформності та прихильності до традицій свідчать про їхній незалежний підхід до життя та небажання слідувати соціальним стереотипам.

Проведене дослідження психологічних особливостей жінок, які обрали бездітний спосіб життя, дозволяє зробити низку важливих висновків.

1. Рівень життєвого задоволення: більшість жінок (90%) почуваються задоволеними життям, при цьому 34,4% мають високий рівень задоволення, що свідчить про гармонію з власним вибором та впевненість у правильності прийнятого рішення. Однак, 10% жінок стикаються з внутрішніми або зовнішніми конфліктами, що знижують рівень їхнього життєвого задоволення, ймовірно, через соціальний тиск або сумніви щодо вибору.

2. Ціннісні орієнтири: під час воєнного стану увага особливо виділяється цінності безпеки (80%) та влади (61,1%), що відображає прагнення до стабільності та контролю над життєвими обставинами. Високий рівень самоорієнтації (61,1%) підкреслює незалежність та автономію респонденток у прийнятті рішень, а низькі показники конформності (21,1%) та традицій (28,9%) свідчать про відсутність схильності до слідування соціальним нормам та тиску щодо материнства.

3. Психологічні аспекти вибору: підшкали інтересу до життя (7,1 балів) та фону настрою (6 балів) вказують на загалом позитивне сприйняття життя та стабільний емоційний стан, хоча є певні труднощі у досягненні цілей (4,9 балів) та невисока позитивна самооцінка (3,6 балів), що можуть свідчити про деякі внутрішні бар'єри, зумовлені суспільним тиском чи соціальними стереотипами.

4. Соціальний контекст: воєнний стан значно впливає на формування цінностей та рішень респонденток. Потреба у безпеці та прагнення до контролю є ключовими у контексті нестабільної ситуації. Водночас, високий рівень саморегуляції та автономії свідчить про те, що жінки активно вибудовують своє життя, незалежно від суспільних очікувань.

Загалом, жінки, які обрали бездітний спосіб життя, демонструють високий рівень самосвідомості та внутрішньої гармонії, хоча соціальні стереотипи і суспільний тиск можуть створювати певні психологічні перешкоди на шляху до повної реалізації їхніх життєвих планів.

Для проведення кореляційного аналізу, зосередимось на основних змінних, досліджених у роботі. На основі результатів емпіричного дослідження нами було проведено аналіз взаємозв'язків між цінностями, рівнем життєвого задоволення та психологічними характеристиками респонденток, що обрали бездітний спосіб життя.

Кореляційний аналіз виявив кілька важливих взаємозв'язків серед жінок, які обрали бездітний спосіб життя під час воєнного стану, що допомагають краще зрозуміти їхні психологічні особливості та ціннісні орієнтири. Результати кореляційного аналізу представляємо нижче (Табл. 2.2.).

Таблиця 2.2.

Результати кореляційного аналізу

Виявлений взаємозв'язок	Рівень значущості
Задоволення життям – безпека	$r = 0,415$ при $p \leq 0,01$
Саморегуляція – задоволення життям	$r = 0,575$ при $p \leq 0,05$
Саморегуляція – позитивна оцінка себе	$r = 0,381$ при $p \leq 0,05$

Самоорієнтація – позитивна оцінка себе	$r = 0,309$ при $p \leq 0,01$
Безпека – інтерес до життя	$r = 0,483$ при $p \leq 0,01$

Серед жінок, які обрали бездітний спосіб життя, існує помірний позитивний зв'язок між відчуттям безпеки та загальною задоволеністю життям (при $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що чим більше респондентки відчують себе в безпеці, тим вищий їх рівень життєвої задоволеності. Умови воєнного часу підвищують потребу в стабільності та захисті, тому цей аспект має вагоме значення для психологічного благополуччя.

Виявлений позитивний зв'язок між здатністю до саморегуляції та рівнем задоволеності життям (при $p \leq 0,05$). Це означає, що жінки, які вміють контролювати свої емоції та поведінку, більше задоволені своїм життям. Саморегуляція дозволяє їм краще адаптуватися до зовнішніх умов і стресових факторів, особливо в контексті війни.

Помірний позитивний зв'язок між саморегуляцією та позитивною оцінкою себе (при $p \leq 0,05$) свідчить про те, що вміння контролювати власні дії та рішення позитивно впливає на те, як жінки оцінюють себе. Це підкреслює важливість самоконтролю у формуванні позитивного образу себе, що є критичним у прийнятті життєвих рішень, таких як вибір бездітного способу життя.

Існує слабкий, але значущий позитивний зв'язок між самоорієнтацією (прагнення до незалежності та автономії) і позитивною оцінкою себе (при $p \leq 0,01$). Жінки, які роблять акцент на самостійності у своїх рішеннях і пріоритетах, мають тенденцію оцінювати себе більш позитивно. Це узгоджується з їхнім вибором бездітності, який може відображати прагнення до автономії та незалежного життя.

Помірний позитивний зв'язок між відчуттям безпеки та інтересом до життя (при $p \leq 0,01$) вказує на те, що жінки, які почуваються захищеними, також виявляють більшу активність та зацікавленість у життєвих процесах. В умовах

війни почуття безпеки стає основним фактором для збереження життєвого оптимізму та активності.

Отже, виявлені кореляційні зв'язки підкреслюють важливість цінності безпеки та саморегуляції для загального життєвого задоволення і психологічного благополуччя жінок, які обрали бездітний спосіб життя. В умовах війни такі аспекти, як відчуття захищеності та контроль над власним життям, стають ключовими для збереження емоційної стабільності й оптимізму.

Висновки до другого розділу

Проведене емпіричне дослідження психологічних особливостей формування бездітного способу життя серед жінок у період воєнного стану дозволило зробити кілька важливих висновків:

Більшість жінок загалом задоволені своїм життям. Менша половина респонденток демонструють високий рівень життєвого задоволення, що свідчить про гармонію з власним вибором та впевненість у правильності прийнятого рішення. У той же час, більшість респонденток мають середній рівень задоволення, що може вказувати на певні сумніви або соціальний тиск.

Основними життєвими цінностями жінок, які обрали бездітний спосіб життя, є безпека, влада та самоорієнтація. Найвищий показник безпеки свідчить про те, що в умовах воєнного стану питання захищеності є пріоритетним для респонденток. Високі показники влади та самоорієнтації також вказують на прагнення жінок до автономії та контролю над власним життям. Низькі показники конформності і прихильності до традицій свідчать про незалежний підхід до життя та небажання слідувати соціальним нормам щодо материнства.

Жінки, які обрали бездітний спосіб життя, демонструють стабільний емоційний стан, однак низькі показники позитивної самооцінки свідчать про те, що вони можуть сумніватися у правильності своїх рішень через соціальний тиск і стереотипи. Незважаючи на це, більшість респонденток мають високий інтерес до життя, що свідчить про їх активність та життєрадісність.

Отже, основними факторами, які впливають на задоволеність життям і психологічний стан жінок, що обрали бездітний спосіб життя, є безпека, саморегуляція та прагнення до автономії. В умовах воєнного стану ці аспекти набувають особливого значення для підтримання емоційної стабільності та гармонії з власним вибором.

РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ПІДТРИМКИ ЖІНОК, ЯКІ ОБРАЛИ БЕЗДІТНИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

3.1. Мета і завдання програми

Мета програми – допомогти жінкам, які свідомо обрали бездітний спосіб життя (childfree), усвідомити та прийняти свій вибір, надавши їм психологічну підтримку, інструменти для рефлексії та розвитку емоційної стійкості. Програма спрямована на формування здорового ставлення до свого рішення, розвиток самосвідомості та вміння протистояти соціальному тиску і стереотипам, а також на розкриття інших аспектів особистісного розвитку, окрім батьківства.

Програма також має на меті допомогти жінкам зрозуміти і впорядкувати власні ціннісні орієнтири, зміцнити впевненість у своєму виборі та розвинути здатність до свідомого планування свого майбутнього без дітей, з урахуванням особистих потреб і життєвих пріоритетів.

Завдання програми:

1. Формування психологічної готовності до вибору бездітного життя. Програма націлена на допомогу жінкам у глибшому розумінні власних мотивів щодо бездітності. Це включає дослідження внутрішніх потреб, цінностей та прагнень, які підштовхнули до вибору childfree, а також розвиток впевненості в цьому виборі. Жінки вчаться чіткіше усвідомлювати, що відмова від традиційної ролі матері не зменшує їхню самореалізацію чи значущість.

2. Психологічна підтримка в умовах соціального тиску. Програма надає інструменти для справляння з тиском з боку суспільства та близьких, які можуть критикувати або не розуміти вибір бездітності. Включає навчання навичкам самозахисту в комунікації, розробку стратегії відстоювання власних рішень, а також техніки емоційної регуляції під час конфліктних або стресових ситуацій. Учасниці програми вчаться зберігати власну ціннісну автономію та самоповагу.

3. Рефлексія життєвих цінностей і особистісного розвитку. Одне з ключових завдань програми – допомогти жінкам глибше усвідомити власні життєві цінності та знайти шляхи особистісної самореалізації поза традиційною роллю матері. Програма стимулює учасниць рефлексувати над тим, що для них означає щасливе та повноцінне життя, як вони можуть реалізувати свої потенціали через кар'єру, творчість, саморозвиток, волонтерство або інші види діяльності.

4. Подолання внутрішніх конфліктів і самосприйняття. Програма надає можливість жінкам досліджувати можливі внутрішні конфлікти, пов'язані з їхнім вибором бути бездітними, наприклад, страх перед старістю, сумніви щодо майбутнього або суспільні очікування. Важливим аспектом є зміцнення самосприйняття і відчуття власної значущості незалежно від материнського статусу.

5. Підвищення емоційної стійкості та розвиток особистих ресурсів. Програма спрямована на розвиток емоційної стійкості жінок, які обрали childfree, через навчання технікам саморегуляції, усвідомлення власних психологічних ресурсів, а також розвиток здатності долати стресові ситуації та справлятися з емоційним вигоранням. Учасниці отримують навички управління стресом і ефективного відновлення після важких ситуацій.

6. Соціальна адаптація та інтеграція у суспільство. Завдання полягає у допомозі жінкам childfree адаптувати свій спосіб життя до соціальних реалій, зберігаючи при цьому власну автентичність. Програма допомагає жінкам знайти своє місце в суспільстві, зберігаючи свої індивідуальні цінності і життєві пріоритети, а також формувати позитивне ставлення до свого вибору.

7. Збереження та розвиток міжособистісних стосунків. Програма також ставить перед собою завдання допомогти жінкам childfree зберігати і зміцнювати свої стосунки з партнером, друзями та родичами, попри можливі розбіжності в поглядах на питання дітей. Учасниці навчаються ефективним технікам комунікації та розвивають навички підтримання гармонії в стосунках.

Отже, програма спрямована на всебічну підтримку жінок у їхньому виборі бездітності, зміцнення їхньої впевненості в собі та допомогу в подоланні соціального тиску. Вона забезпечує розвиток емоційної стійкості, рефлексію життєвих цінностей і планування майбутнього, забезпечуючи жінкам childfree можливість самореалізації на всіх життєвих етапах.

3.2. Психологічна підтримка жінок, які обрали бездітний спосіб життя

Психологічна підтримка є важливою складовою програми для жінок, які обрали бездітний спосіб життя (childfree). Жінки, що приймають це рішення, часто стикаються з внутрішніми конфліктами, суспільним тиском, а іноді й із засудженням з боку родини або друзів. Психологічна підтримка допомагає їм краще усвідомити власні мотиви, посилити впевненість у своєму виборі та навчитися справлятися з зовнішніми очікуваннями.

Основні елементи психологічної підтримки включають:

1. Індивідуальне консультування:

Мета: допомогти жінці усвідомити свої глибинні мотиви та психологічні установки щодо бездітного життя, з'ясувати, як цей вибір впливає на її самооцінку, життєві цілі та стосунки з іншими.

Процес: індивідуальні сесії з психологом сприяють аналізу можливих внутрішніх конфліктів, таких як почуття провини, сумніви щодо майбутнього чи переживання через очікування суспільства. Психолог допомагає жінці відокремити власні цінності від зовнішніх впливів, працювати над зміцненням особистої автономії.

2. Групова підтримка:

Мета: створення безпечного простору для обговорення та обміну досвідом з іншими жінками, які прийняли такий самий життєвий вибір. Групова підтримка надає можливість учасницям відчувати себе частиною спільноти, де їх вибір розуміється та не засуджується.

Процес: на групових зустрічах жінки можуть поділитися своїм досвідом, отримати зворотний зв'язок, обговорити свої страхи та переживання. Це допомагає усвідомити, що їхній вибір має підтримку і не є ізольованим від інших схожих рішень.

3. Психоедукація:

Мета: надання жінкам інформації про психологічні та соціальні аспекти бездітного способу життя. Психоедукація допомагає краще розуміти наслідки свого вибору, а також формує уявлення про можливі виклики і ресурси для їх подолання.

Процес: учасниці отримують знання про психологічний вплив стереотипів, соціальних установок щодо жінок без дітей, а також стратегії емоційної саморегуляції для збереження особистої гармонії.

4. Рефлексивні практики:

Мета: розвиток здатності до саморефлексії, що допомагає жінкам краще усвідомлювати свої цінності та цілі, працювати з особистими переконаннями та самосприйняттям.

Процес: через вправи на саморефлексію (журналістику, медитацію, техніки візуалізації) учасниці можуть краще зрозуміти власні емоції, очікування та переживання, пов'язані з їхнім вибором. Це допомагає їм глибше усвідомити свою життєву позицію, прийняти її і впевнено реалізовувати в житті.

5. Робота з емоційною стійкістю:

Мета: підвищення емоційної стійкості жінок до зовнішнього тиску та критики. Це особливо важливо для тих, хто часто стикається з негативними реакціями на свій вибір від близьких, друзів або суспільства загалом.

Процес: учасниці навчаються технікам регуляції емоцій, способам ефективного спілкування з критичними людьми, а також методам самозаспокоєння під час конфліктів або стресових ситуацій. Важливою частиною є навчання асертивній поведінці – здатності відстоювати свої права та рішення без агресії чи страху перед осудом.

Психологічна підтримка допомагає жінкам childfree не тільки зберегти внутрішню рівновагу, але й зміцнити впевненість у своєму життєвому виборі. Це дозволяє їм зберігати здорову самооцінку, розвивати навички ефективного управління емоціями та забезпечує можливість будувати гармонійні стосунки із собою та оточенням.

Одним з важливих напрямків роботи з жінками, що вибрали бездітний спосіб життя, є розгляд соціальних очікувань та стереотипів, які жінки можуть зустріти у зв'язку з вибором бездітності. Психолог має надати інструменти для розуміння і подолання цих стереотипів, а також для підвищення емоційної стійкості жінок, зокрема:

Дискусії про соціальні норми: учасниці обговорюють, як суспільство ставиться до жінок, що не мають дітей, і як ці очікування можуть впливати на самооцінку та емоційний стан.

Техніки асертивності: навчання навичкам асертивної комунікації для зниження впливу соціального тиску. Це включає вміння відстоювати свої погляди без конфліктів та справлятися з критикою або осудом.

Психологічна підтримка має бути також сфокусована на рефлексії учасниць щодо довгострокових наслідків їхнього рішення не мати дітей. Психолог має надати можливість оцінити свій вибір у різних життєвих контекстах і допомогти планувати майбутнє з урахуванням обраного шляху.

Рефлексивні практики: жінки мають змогу обмірковувати наслідки свого рішення з погляду особистого розвитку, кар'єри, стосунків з іншими людьми та самореалізації.

Розгляд альтернатив: під час сесій обговорюються можливі життєві сценарії, які можуть включати кар'єрний розвиток, волонтерство, подорожі, творчість та інші способи самореалізації.

Підтримка має допомогти жінкам зміцнити стосунки з партнерами та родиною, враховуючи їхній вибір, та уникати можливих конфліктів або непорозумінь. Підтримка партнерських стосунків: розгляд викликів, що виникають у стосунках із партнерами через вибір childfree, та навчання

навичкам ефективної комунікації. Учасниці вчаться виражати свої почуття та потреби, не викликаючи непорозуміння. Взаємодія з родиною: досліджуються впливи вибору бездітності на стосунки з родиною (особливо з батьками, які можуть очікувати онуків), і розробляються стратегії підтримки гармонійних стосунків.

Висновки до третього розділу

Третій розділ присвячений розробці програми підтримки жінок, які свідомо обрали бездітний спосіб життя. Основна мета полягає в наданні психологічної підтримки жінкам, спрямованої на прийняття свого вибору та зміцнення емоційної стійкості. Завдання програми охоплюють формування впевненості у власному виборі, подолання соціального тиску, рефлексію цінностей, розвиток особистих ресурсів та підтримку міжособистісних стосунків.

Акцент зроблено на подоланні соціальних стереотипів: у рамках програми передбачено обговорення соціальних норм і очікувань, що тиснуть на жінок, які обрали childfree. Техніки асертивності допомагають їм ефективно протистояти критиці та зберігати власну автономію. Важливий акцент зроблено на збереження гармонійних стосунків з партнерами, родиною та друзями, незважаючи на можливі розбіжності у поглядах на питання дітей.

Розроблена програма створює комплексну підтримку жінок, які обрали бездітний спосіб життя, сприяє їхній емоційній стабільності, особистісному розвитку та соціальній адаптації. Вона є важливим кроком у забезпеченні їхнього гармонійного життя та самореалізації.

ВИСНОВКИ

У ході дослідження було проведено комплексний аналіз психологічних аспектів вибору бездітного способу життя, зосереджений на жінках, які прийняли свідоме рішення не мати дітей. Результати кваліфікаційної роботи дозволяють зробити наступні узагальнення:

Бездітність є складним соціально-психологічним феноменом, який може бути як свідомо обраним, так і вимушеним через медичні, економічні або соціальні причини. В сучасному суспільстві зростає кількість жінок, які свідомо обирають бездітність, що підкреслює важливість вивчення мотивів і психологічних наслідків цього вибору.

Психологічні аспекти вибору бездітного способу життя включають прагнення до самореалізації, автономії та контролю над власним життям. Жінки, які свідомо обирають бездітність, часто орієнтуються на особисті цінності, такі як професійний розвиток і свобода, і стикаються із соціальним тиском, що може впливати на їхній емоційний стан.

Результати емпіричного дослідження показали, що жінки, які обирають бездітний спосіб життя, демонструють високий рівень автономії, прагнення до самореалізації та контролю над власним життям. Більшість з них акцентують увагу на таких цінностях, як безпека, саморегуляція, професійний розвиток та особиста свобода. Ці аспекти є ключовими мотивами для відмови від традиційної ролі матері.

Одним із найбільших викликів, з якими стикаються жінки, що обирають бездітність, є соціальний тиск. Більшість опитаних відчують негативне ставлення з боку суспільства та близького оточення, що створює додатковий психологічний тиск і потребує розвитку програм соціальної підтримки та толерантності щодо таких рішень.

Жінки, які обрали бездітний спосіб життя, загалом демонструють високий рівень задоволення своїм життям. Близько третини з них відчують повну гармонію з власним вибором, а переважна більшість мають середній рівень

задоволеності, що може свідчити про наявність певних зовнішніх або внутрішніх факторів, які впливають на їхній психологічний стан.

Результати кореляційного аналізу показали, що життєва задоволеність респонденток тісно пов'язана з такими цінностями, як безпека та саморегуляція. Високий рівень самоконтролю та автономії позитивно впливає на психологічний стан жінок, що підкреслює важливість індивідуальної свободи у прийнятті рішень щодо особистого життя.

Отже, основними мотивами вибору стилю чайлд-фрі серед респонденток є прагнення до самостійності, особистісного розвитку, уникнення економічних та соціальних труднощів, а також вплив об'єктивних факторів, таких як воєнний стан і фінансова нестабільність.

На основі отриманих результатів було розроблено рекомендації для психологічної підтримки жінок, які обирають бездітний спосіб життя. Психосоціальні програми повинні зосереджуватися на зниженні соціального тиску, підвищенні самооцінки та допомозі в адаптації до суспільних викликів, з якими стикаються жінки.

Загалом, дослідження підтвердило, що свідомий вибір бездітності є важливим елементом сучасного суспільства, який потребує більшого розуміння та підтримки з боку соціальних інституцій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антонова О. Соціокультурний феномен сімей, які свідомо не бажають мати дітей, як об'єкт публічної політики. *Збірник наукових праць Національної академії державного управління при Президентові України*. 2020. Вип. 1. С. 65-71.
2. Байер О. О., Глушко О. І. Актуальні питання психології сім'ї. Дніпро: РВВ ДНУ, 2020. 44 с.
3. Вплив воєнних конфліктів на народжуваність у сучасних умовах. URL: http://demostudy.blogspot.com/2015/02/blog-post_68.html (дата звернення: 20.07.2024).
4. Клименко Л. В. Теоретичні аспекти поширення явища чайлдфрі в умовах війни. Науковий вимір соціально-педагогічних проблем сьогодення : збірник матеріалів VI Міжнародної науково-практичної конференції (25 травня 2022 р., м. Ніжин) / за ред. О. В. Лісовця, С. О. Борисюк. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2022. С. 35-36.
5. Лісовий В. М., Шурма І. М., Коробчанський В. О. Сучасна українська сім'я: медико-соціальні аспекти: монографія. Х.: Майдан, 2009. 268 с.
6. Малюга М. Childfree: новий стиль життя та виклик для українського суспільства. *Український педагогічний журнал*. 2019. № 2. С. 21-28.
7. Малюга М. Фемінізм як фактор виникнення руху Childfree. *Development of modern technologies and scientific potential of the world*. 2019. Vol. 3. С. 56-59.
8. Мокін І. М., Кашпур Ю. М. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій бездітних сімейних пар. *Освіта і наука – 2023 : збірник наукових праць учасників звітної-наукової конференції студентів та аспірантів Факультету психології*. Київ, 2023. С. 182-184.
9. Мушкевич М., Федоренко Р., Магдисюк Л., Дучимінська Т. Психологія молоді сім'ї: монографія. Луцьк: Вежа-Друк, 2018. 235 с.

10. Петренко О. І., Лисенко Т. В. Ціннісні орієнтації сімейних пар бездітного типу. *Молодий вчений*. 2017. № 3 (39). С.102-105.
11. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми: Університетська книга, 2021. 248 с.
12. Слюсар К. С. Чайлдфрі як виклик емпіричному мисленню. *Науковий вісник публічного та приватного права*. 2020. № 3. С. 32-37.
13. Тодорцева Ю. В., Арнаут О. О. Психологічні механізми усвідомленої відмови від материнства. *SWorldJournal*. 2023. Issue 17. Part 2. С. 55-62.
14. Яцина О. Ф. Постмодерні трансформації соціально-психологічних практик шлюбно-сімейного партнерства та батьківства. Автореф., дис. д-ра психол. наук: 19.00.05. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ, 2019. 38 с.
15. Ajzen I. Nature and operation of attitudes. *Annual Review of Psychology*. 2001. № 52. P. 27-58.
16. Blackstone A. Doing Family without Having Kids. *Sociology Compass*. 2014. Vol. 8. № 1. P. 52-62.
17. Day S. Living childfree by choice: The social and psychological dimensions. *Journal of Family Issues*. 2020. № 41 (5). P. 678-694.
18. Hakim C. Fertility preferences and choices in modern societies: Policy responses to low fertility. *Journal of Social Policy*. 2016. № 45 (3). P. 485-502.
19. Hall M., Hooff J. Otherland: accounts of ordinary childless/freeness on Mumsnet. *Families, Relationships and Societies*. 2024. Vol. 13 (1), P. 140-156.
20. Hoffman L. W. «The Decision to Remain Childfree: Perspectives and Consequences.» *Family Relations*. 2020. № 69 (3). P. 430-441.
21. Koropecj-Cox T. et al. University students' perceptions of parents and childless or childfree couples. *Journal of Family Issues*. 2018. Vol. 39. № 1. P. 155-179.

22. Kreyenfeld M., Konietzka D. Childlessness in Europe: Contexts, Causes, and Consequences. Dordrecht, Springer, Demographic Research Monograph, X. 2017. 370 p.
23. Lesthaeghe R. J. The Unfolding Story of the Second Demographic Transition. *Population and Development Review*. 2010. № 36 (2). P. 211-251.
24. McDonald P. Societal Foundations for Explaining Fertility: Gender Equity. *Demographic Research*. 2013. № 28. P. 981-994.
25. Nakkerud E. Choosing to live environmentally childfree: private-sphere environmentalism, environmental activism, or both?. *Curr Psychol*. 2024. № 43. P. 2887-2898.
26. Park, K. «Social Pressures and Decisions to Remain Childfree». *Population and Society*. 2020. № 35 (3). P. 135-146.
27. Peterson H., Engwall K. Silent bodies: Childfree women's gendered and embodied experiences. *European Journal of Women's Studies*. 2013. № 20 (4). P. 376-389.
28. Rijken A., Merz E. «Family Ties and Voluntary Childlessness: European Perspectives». *Journal of Marriage and Family*. 2021. № 83 (2). P. 395-412.
29. Rowland D. T. «Historical Trends in Childlessness». *Journal of Family History*. 2016. № 41 (2). P. 206-223.
30. Somers S. Being childfree in a pronatalist society: Emotional and relational challenges. *Sociology of Health & Illness*. 2020. № 42 (5). P. 1101-1115.
31. Watkins K. «Navigating Childfree Decisions: A Qualitative Study». *Journal of Marriage and Family*. 2018. № 80 (4). P. 1027-1043.
32. Wu Z., Hart R. «Cohabitation, Marriage, and Childlessness: Trends and Implications». *Demography*. 2021. № 58 (3). P. 1097-1120.

ДОДАТОК А

Анкетування (авторська розробка)

1. Вкажіть Ваш вік, будь ласка _____
2. Вкажіть рівень Вашої освіти _____
3. Вкажіть Ваш сімейний стан _____
4. Чому Ви не бажаєте мати дітей?

5. Як сприймають Вашу позицію родичі та друзі ?
 - Схвально
 - Нейтрально
 - Негативно
6. Що для Вас найважливіше в житті?
 - Робота
 - Стосунки з чоловіком
 - Віра
 - Власне Я
 - Самореалізація
 - Ваш варіант _____
7. «Які, на Вашу думку, соціальні мотиви впливають на відмову від материнства?»
 - Незадовільна економічна ситуація в країні
 - Воєнний стан
 - Екологічні проблеми
 - Власний вибір не мати дітей
 - Ваш варіант _____
8. «Які, на Вашу думку, особистісні мотиви впливають на відмову від материнства?»
 - Економічна нестабільність
 - Страх відповідальності
 - Бажання професійної самореалізації

- Страх перед змінами в житті
- Власний вибір
- Ваш варіант_____

9. Назвіть (оберіть) причину, через яку Ви свідомо обираєте бездітний спосіб життя.

- Діти вимагають великої кількості витрат часу
- Негативна економічна ситуація в країні
- Воєнний стан в країні
- Діти вимагають великої кількості грошових коштів
- Мене лякає процес пологів
- Мене лякає зміна мого тіла

Ваш варіант_____

10. Як ви оцінюєте своє емоційне становище щодо вибору бездітного способу життя?

- Дуже задоволений/задоволена
- Задоволений/задоволена
- Нейтральний/нейтральна
- Незадоволений/незадоволена
- Дуже незадоволений/незадоволена

11. Які аспекти вашого життя стали складнішими через вибір бездітного способу життя?

- Сімейні відносини
- Соціальна акцептованість (показник того, наскільки людина або явище відповідає загальноприйнятим стандартам, етичним принципам чи звичаям, які домінують у суспільстві)
- Відносини з друзями
- Інше (вказати)_____