

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

Навчально-науковий інститут соціології та медіакомунікацій
Кафедра прикладної соціології та соціальних комунікацій

До захисту допущено

Кафедрою прикладної соціології та соціальних комунікацій протокол № ____ від
__ .12.2025 р.

завідувач кафедри _____ Ірина СОЛДАТЕНКО
(підпис) (ім'я, прізвище)

«__» грудня 2025 р.

Кваліфікаційна робота
здобувача другого (магістерського) рівня вищої освіти

**Цифрові і нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних
стосунках на відстані: досвід дружин військових і цивільних під час війни**

(назва роботи)

Спеціальність (спеціалізація) 054 Соціологія

(код та найменування спеціальності; спеціалізації спеціальності - за наявності)

Освітня програма Цифровий соціум

(назва освітньої програми)

Виконавець



(підпис)

Марія НІКОНОВА

(ім'я, прізвище)

Науковий керівник



(підпис)

Аліна КАЛАШНИКОВА

(ім'я, прізвище)

Харків – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	2
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ НА ВІДСТАНІ.....	5
1.1 Поняття та сутність романтичних стосунків.....	5
1.2 Специфіка романтичних стосунків на відстані.....	19
1.3 Вплив війни на романтичні стосунки на відстані.....	27
Висновки до розділу 1.....	37
РОЗДІЛ 2. КОНСТРУЮВАННЯ ІНТИМНОСТІ У РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКАХ НА ВІДСТАНІ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	39
2.1 Інтимність в оптиці соціології.....	39
2.2 Конструювання інтимності у романтичних стосунках.....	48
2.3 Конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані.....	54
Висновки до розділу 2.....	60
РОЗДІЛ 3. ЦИФРОВІ І НЕЦИФРОВІ ПРАКТИКИ КОНСТРУЮВАННЯ ІНТИМНОСТІ У РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКАХ НА ВІДСТАНІ: ДОСВІД ДРУЖИН ВІЙСЬКОВИХ І ЦИВІЛЬНИХ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	63
3.1 Програма дослідження цифрових і нецифрових практик конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни.....	63
3.2 Результати дослідження цифрових і нецифрових практик конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни.....	66
3.3 Узагальнена теоретична модель конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані за допомогою цифрових і нецифрових практик під час війни.....	97
Висновки до розділу 3.....	106
ВИСНОВКИ.....	108
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	112
ДОДАТКИ.....	121

ВСТУП

Під час повномасштабної війни романтичні стосунки дедалі частіше розгортаються у форматі тривалої вимушеної відстані. Мобілізація, служба в армії, вимушена міграція за кордон розривають повсякденний спільний простір партнерів і позбавляють їх можливості передбачувано планувати зустрічі, розподіляти ролі, підтримувати звичний спосіб комунікації. У цих умовах цифрові технології стають ключовим ресурсом підтримання зв'язку: саме через них партнери домовляються про повсякденні справи, діляться переживаннями та намагаються утримати відчуття близькості. Тоді інтимність перестає бути «природним» наслідком спільного життя і постає як результат цілеспрямованих практик, які партнери щоразу заново вибудовують на відстані. Через невизначену у часі відстань партнери не можуть повноцінно організувати спільне життя, відкладають або переглядають рішення щодо створення сім'ї, народження дітей, не мають довгострокових планів. Це створює проблемну ситуацію загальнонаціонального масштабу, оскільки впливає на відтворення інституту сім'ї, демографічні процеси в країні.

Актуальність дослідження зумовлена тим, що війна і цифровізація одночасно змінюють конфігурацію романтичних стосунків, спонукаючи партнерів винаходити нові практики конструювання інтимності на відстані, які ще не отримали системного соціологічного осмислення. Звідси виникає необхідність зрозуміти, яким чином цифрові і нецифрові практики допомагають або, навпаки, ускладнюють конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни.

Онтологічна актуальність дослідження пов'язана з тим, що інтимність виступає ключовим ресурсом стійкості пар у ситуації довготривалої війни, від якої залежить здатність партнерів адаптуватися до тривалих кризових умов.

На **гносеологічному** рівні питання полягає в тому, що існуючі дослідження або розглядають романтичні стосунки на відстані як добровільний вибір партнерів у мирних умовах, або аналізують вплив війни та цифрових технологій окремо, не

поєднуючи їх у єдину рамку практик конструювання інтимності й не порівнюючи досвід різних романтичних пар.

Об'єктом дослідження є романтичні стосунки на відстані під час війни.

Предметом є цифрові та нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані цивільними і військовими парами під час війни.

Метою роботи є створення моделі конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані за допомогою цифрових і нецифрових практик.

Відповідно до мети роботи було поставлено такі **задачі**:

- 1) на основі теоретичних підходів у соціології визначити поняття «романтичні стосунки»;
- 2) проаналізувати специфіку романтичних стосунків на відстані;
- 3) проаналізувати вплив війни на романтичні стосунки на відстані;
- 4) виявити, як у межах досліджень інтимності в соціології осмислюються практики конструювання інтимності;
- 5) охарактеризувати конструювання інтимності у романтичних стосунках;
- 6) провести вторинний аналіз зарубіжних і українських досліджень інтимності і романтичних стосунків на відстані;
- 7) дослідити цифрові і нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни;
- 8) створити узагальнену модель конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані за допомогою цифрових і нецифрових практик.

Теоретична основа. Дослідження базується на концепціях соціальної взаємодії (Дж. Г. Мід, Г. Блумер, А. Шюц, І. Гоффман, Г. де Сгєр та Т. Фрозе) та любові як соціального феномену, тісно пов'язаного з романтичними стосунками (Г. Зіммель, Т. Парсонс, П. Бергер та Н. Луман, П. Сорокін, Е. Гідденс, З. Бауман, Є. Іллуз). Особливу увагу в роботі приділено аналізу теорій інтимності (Л. Джемісон, В. Зелізер, А. Франк, К. Форсті, Дж. Картер), у яких інтимність розглядається як результат соціальних практик, владних відносин, емоційної праці чи інституційних трансформацій. Ключовою у дослідженні була теорія діадної взаємодії Г. Беккер і Р. Х. Юзім, яка зосереджена на поясненні обмежених значень,

розподілі функцій, «публічному» та «приватному» патернів діади, — тобто на тих діях, які можна розглядати як цифрові й нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані.

Емпіричну основу роботи становить якісне дослідження цифрових та нецифрових практик конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни. У межах дослідження проведено глибинні напівструктуровані інтерв'ю з дружинами цивільних та військових ($n = 14$), які мають стосунки на відстані. Аналіз було здійснено з метою з'ясувати, якими є цифрові та нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни, підтверджених зареєстрованим/цивільним шлюбом. На основі отриманих результатів, створено узагальнену теоретичну модель конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані.

У межах дослідження висунуто дві робочі **гіпотези**. Згідно з *першою* гіпотезою, цифрові й нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані структурно відрізняються залежно від того, чи залучений партнер до військової служби, чи перебуває в цивільному тилу. *Друга гіпотеза* передбачає, що в умовах війни конструювання інтимності в романтичних стосунках на відстані зумовлюється не стільки частотою комунікації, скільки змістовною і символічною насиченістю взаємодій. Тобто навіть за рідкісних контактів інтимність може зберігатися завдяки спільним ритуалам, домовленостям і матеріальним практикам, артефактам стосунків тощо. У підсумку, обидві робочі гіпотези підтвердилися.

Наукова новизна роботи полягає в розробленні авторської моделі конструювання інтимності в романтичних стосунках на відстані під час війни, яка поєднує цифрові, нецифрові та змішані практики. Вперше здійснено якісний порівняльний аналіз досвіду дружин військових і цивільних, на основі якого введено нові аналітичні категорії для опису практик конструювання інтимності.

Робота складається зі вступу, трьох розділів, 9 підрозділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 96 найменувань, та 3 додатків. Загальний обсяг роботи — 121 сторінка.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ НА ВІДСТАНІ

1.1 Поняття та сутність романтичних стосунків

Романтичні стосунки – це вид поведінки, що характеризується взаємною, тривалою та добровільною взаємодією між двома партнерами, у межах якої кохання, емоційна близькість, відданість, фізичний і сексуальний потяг формують основу зв'язку. Вивчення поведінки як такої належить до предметної області психології, тоді як соціологія спирається на поняття «соціальна взаємодія» як ключовий механізм організації та функціонування суспільства. Відповідно, у цьому розділі ми зосередимося на конструюванні поняття «романтичні стосунки» саме як виду соціальної взаємодії.

Соціальна взаємодія є найбільш елементарною одиницею соціологічного аналізу. Вона відбувається як на рівні віч-на-віч, так і на рівні групи, громади, міжнародному рівні. Водночас у будь-якому соціальному контексті прояви мікро- і макрорівнів нерозривно поєднані [52]. Проаналізуємо соціологічні теорії мікрорівня, які пояснюють, як люди визначають, інтерпретують та реагують на ситуації у різних точках їхньої взаємодії. Зосередження уваги на локалізованих діях дасть розуміння, яке нелегко врахувати в системній перспективі.

Дж. Г. Мід у своїй книзі «Mind, Self, and Society» розкриває розуміння символів як центрального елементу соціальної взаємодії [56, с. 462]. Автор зазначає, що хоч людська взаємодія містить ті самі базові елементи, що й взаємодія нелюдських організмів, вона якісно відрізняється:

- Люди використовують «конвенційні» жести — тобто такі символи, що мають спільне значення як для отримувача, так і для одержувача.
- Вони здатні до рольового прийняття, тобто до інтерпретації конвенційних жестів інших і «прийняття» перспективи та ймовірного курсу дій іншої особи.
- Люди можуть розглядати себе як об'єкт у ситуації, інтерпретуючи власні жести поряд із жестами інших. Ця здатність до саморефлексії дозволяє

організовувати власну поведінку відповідно до очікувань соціального оточення.

- Люди здатні до мислення, тобто можуть «уявно репетирувати» різні варіанти дії, передбачати результати, пригнічувати невідповідні реакції та обирати доцільну лінію поведінки.
- Завдяки своїм здібностям до рольового прийняття та мислення люди можуть приймати перспективу «узагальненого іншого», використовуючи її як основу для самооцінки та вибору відповідної поведінки [89, с. 11–17].

Тобто для Дж. Міда соціальна взаємодія є механізмом формування самості через рольове прийняття та засвоєння перспективи «узагальненого іншого». У цій взаємодії символи є основними інструментами, які дають можливість людям розвивати самосвідомість, спілкуватися на складному рівні та будувати соціальні інститути.

Г. Блумер розвиває ідеї свого наставника Дж. Міда і стверджує, що люди є не просто реагентами на стимули, а активними інтерпретаторами світу навколо них. Символи, у межах теорії Г. Блумера, є центральними в цьому процесі інтерпретації. Він наголошує, що люди діють щодо речей не через їхні внутрішні властивості, а на основі тих значень, які ці речі мають для них. Ці значення є соціальним продуктом, створеним через діяльність людей, які взаємодіють один з одним [14, с. 2–4]. Наприклад, простий жест, такий як махання рукою, набуває значення залежно від контексту, у якому він відбувається, і від стосунків між людьми, які беруть участь у взаємодії.

Г. Блумер розрізняє несимволічну та «символічну взаємодію. Несимволічна взаємодія відбувається тоді, коли люди реагують безпосередньо на дії інших без інтерпретації, як це буває у випадках рефлексивних або автоматичних дій. Символічна взаємодія, навпаки, включає інтерпретацію дій інших, розуміння їхнього підґрунтя і подальшу реакцію на основі цієї інтерпретації [14, с. 8]. Цей процес інтерпретації робить людську взаємодію складною і варіативною, що пояснює, чому символи можуть мати різні значення в різних контекстах або для різних людей. Г. Блумер критикує інші соціологічні теорії, які трактують символи та значення як

фіксовані або наперед визначені. Він вважає, що такі підходи ігнорують динамічну природу людської взаємодії та активну роль індивідів у створенні й відтворенні соціальних значень. Для нього соціальне життя не є продуктом наперед визначених структур, його постійно будують через значення, які люди надають символам, і через спосіб, яким вони взаємодіють на основі цих значень [14, с. 15].

З феноменологічної позиції А. Шюца, соціальна взаємодія складається з процесів сигналізації та інтерпретації жестів з урахуванням «запасів знань», які впорядковують попередній досвід і забезпечують рамку для взаємодії з іншими. У загальному сенсі його теоретична модель збігається з моделлю Дж. Міда, але водночас між ними є істотні відмінності:

- На відміну від активного актора Дж. Міда, який активно сигналізує, приймає ролі та «репетирує» альтернативні лінії поведінки, актор А. Шюца, як правило, припускає наявність інтерсуб'єктивності — тобто спільного розуміння — і не ставить її під сумнів, якщо немає вагомих підстав. Проте, навіть у межах цього припущення, актори не залишаються пасивними. Вони постійно коригують і уточнюють свої жести, щоб підтримувати й посилювати почуття взаємного розуміння.
- А. Шюц деталізує процес рольового прийняття, розрізняючи рівні проникнення у свідомість іншого:
 - Поверхневий рівень — взаємна типізація, тобто актори відносять один одного до стереотипних категорій і взаємодіють без прагнення до глибшого розуміння;
 - Середній рівень — інтерпретація мотивів, спрямованих на досягнення конкретної мети;
 - Глибший рівень — розуміння минулого досвіду, що зумовлює теперішню поведінку;
 - Найглибший рівень: «співпереживальне проникнення» — коли актори переживають суб'єктивний досвід один одного.
- Взаємодія передбачає не лише обмін сигналами, а й розуміння контексту, у якому ці сигнали набувають значення [62, с. 58].

Тож теоретичні моделі Дж. Міда і А. Шюца є радше комплементарними, ніж суперечливими — разом вони дають цілісне уявлення про соціальну взаємодію як одночасно поведінковий, когнітивний і смислотворчий процес.

На думку І. Гоффмана, у взаємодії один з одним люди схильні дотримуватися суспільних норм та очікувань. Саме тому іноді люди не є тими, ким вони є на публіці. І. Гоффман розглядав соціальну взаємодію в театральних термінах. Для пояснення соціальної взаємодії теоретик запозичив уявлення Вільяма Шекспіра, який постулював: «Весь світ — це сцена, а всі чоловіки та жінки — лише актори, у них є свої виходи та входи, і одна людина у свій час грає багато ролей» [62, с. 75]. Таким чином, щоб підтримувати стабільний образ себе, люди повинні виступати для своєї соціальної аудиторії, що І. Гоффман і назвав драматургією (погляд на соціальне життя як на серію драматичних вистав, подібних до тих, що виконуються на сцені). На думку І. Гоффмана, завжди існує розбіжність між людським «я» та соціалізованим «я», тому завжди існує розбіжність між тим, що люди хочуть, щоб людина робила, і тим, як людина хоче діяти мимовільно [62, с. 79].

Аналогічно, Г. де Єгер та Т. Фрозе стверджували, що індивідуальні стосунки в будь-яких соціальних умовах залежать від того, як довгостроково формується індивід завдяки ролі, яку він відіграє та засвоює через процеси соціальної взаємодії [62, с. 79]. Це свідчить про те, що соціальна взаємодія стоїть за розвитком кожного суспільства. Вид взаємодії є дзеркалом типу суспільства. Наприклад, спосіб взаємодії людей під час війни відрізняється від способу взаємодії людей у мирний час. Те саме стосується як стародавніх, так і сучасних суспільств.

Проаналізувавши різні теоретичні підходи, спрямовані на вивчення соціальної взаємодії, бачимо, що вони є «шовіністичними» у тому сенсі, що зводять її пояснення до одного процесу — символічної взаємодії (Дж. Мід), «запасів знань» (А. Шюц), драматургії (І. Гоффман). Хоча ці підходи й концептуалізують різні аспекти соціальної взаємодії, вони зосереджуються на власному теоретичному ракурсі, не розглядаючи взаємодію як багатовимірний процес у ширшому соціальному контексті.

Зважаючи на це, сформулюємо власне інтегративне визначення. Соціальна взаємодія — це процес, під час якого поведінка одного актора свідомо реорганізовується під впливом поведінки іншого актора та впливає на неї. Термін «поведінка» у даному випадку охоплює зовнішні фізичні дії індивідів (жести, рухи, пози), внутрішні процеси мислення, а також фізіологічні реакції, пов'язані з емоційним станом людини.

Розуміння взаємодії є важливим, оскільки саме вона є базовою одиницею соціального життя і передумовою більш складних форм зв'язку між людьми. Послідовне відтворення взаємодій створює ситуації, у яких учасники починають формувати очікування, спільні значення та стабільні моделі поведінки. За цих умов, коли взаємодія набуває більш структурованого характеру, — наприклад, поглиблюється чи інституціоналізується, — вона переходить у форму соціальних стосунків. [88, с. 73–74].

Деякі науковці соціальні стосунки розглядають як такі, що існують тоді, коли учасники взаємодіють у одному фізичному просторі або за допомогою посередницьких засобів комунікації [36, с. 69–82]. Тобто вони визначають соціальні стосунки лише через взаємодію, відповідно, соціальні стосунки ніби «перестають існувати» в моменти припинення взаємодії. Інші дослідники стверджують, що соціальні стосунки виходять за межі спільної присутності, тобто не припиняються лише через те, що учасники фізично не перебувають разом або не взаємодіють у конкретний момент [80, с. 106–127]. Як зазначає С. Дж. Сігман, хоча вивчення взаємодії є важливим, «існує небезпека в дослідженнях, які обмежують стосунки лише взаємодією або вважають стосунки та взаємодію майже синонімами» [80, с.108].

Позиція, яку сповідує дане дослідження, полягає в тому, що соціальні стосунки ґрунтуються на взаємних взаємодіях і водночас виходять за їх межі. Хоча «наші стосунки походять із попередніх комунікативних обмінів, саме наші ментальні уявлення про них створюють їхню реальність для нас» [95, с. 3]. Іншими словами, афективні почуття або сприйняття соціальних стосунків не зникають лише тому, що взаємодія не відбувається в конкретний момент. Соціальні стосунки поділяються на

діадні й тріадні стосунки, стосунки у малих і великих групах. У межах цієї роботи розглянемо діадний рівень взаємодії, адже саме він забезпечує основу для виникнення та розвитку романтичних стосунків.

Група з двох осіб може мати багато форм і різноманітних конфігурацій, наприклад, дружба, подружні пари, ділові партнери. Кожен тип пари унікальний у певних аспектах. У той же час, соціологічний аналіз діад Г. Беккера і Р. Х. Юзім [12, с. 13–26] показує, що існують певні характеристики, спільні для таких двосторонніх взаємодій:

1. **Обмеження дуальності елементів.** Діада обмежує вираження деяких типів соціальної взаємодії та дозволяє розширення інших типів. Як стверджує Г.Зіммель: «Коли мала група значною мірою поглинає особистість у межах власної єдності, вона прагне — саме задля збереження цієї єдності — до визначеності статусів щодо окремих осіб, матеріальних завдань та інших спільнот. Натомість велика група, з огляду на чисельність і різноманітність своїх елементів, значно менше потребує або допускає таку визначеність» [81, с. 1–46].
2. **Гармонійна взаємодія.** Більшість індивідів вступають у діадні стосунки, оскільки вони створюють можливості для гармонійної взаємодії, що задовольняє власне «єго». Навіть у тих діадних конфігураціях, які не виникають добровільно, — наприклад, у стосунках між батьками та дітьми, — культурним ідеалом є гармонія, а суспільство очікує вияву взаємної прихильності і злагоди. Однак, чим більша близькість у парі, тим більша кількість конфліктів може виникнути. Коли виникають фрустрації, збентеження та розчарування, сама ідея про те, що стосунки мають бути гармонійними, має тенденцію розширювати розриви, адже виникає відчуття, що «якщо ти не на моєму боці, ти проти мене». Розбіжності щодо одного питання можуть поширюватися на інші сфери взаємодії та забарвити їх, і, з накопиченням дисоціативних процесів, пара перетворюється на антипару — діаду, засновану на антипатії.

3. **Наслідки втрати одного з учасників.** У діаді така втрата не лише знищує саму модель взаємодії, а й спричиняє зміни у двох особистостях (або у особистості того, хто залишився, у випадку втрати). Як зазначав Ч. Кулі: «Результатом інтимної взаємодії, з психологічної точки зору, є певне злиття індивідуальностей у спільне ціле, настільки, що власне “я” людини, принаймні в багатьох аспектах, стає частиною спільного життя та спільної мети групи» [22, с. 318]. Будь-яке порушення діадної моделі означає фундаментальні зміни у самості її учасників.
4. **Обмежене значення в парі.** Синтез взаємодії та участі у спільному досвіді призводить до концепцій, ідей, звичок та спільних спогадів, які є символічними для пари. Ці обмежені значення, як правило, встановлюють норми, дії та реакції та мають спрямований вплив на поведінку пари як разом, так і окремо. Це те, що зауважив Я. Л. Морено: «Стосунки не потребують безперервності телеконтактів. Достатньо, якщо цей контакт відбувається в певні моменти, які ми називаємо точками координації... не обов'язково, щоб ролі активізувалися безперервно, а лише в певні моменти, з яких ілюзія безперервності випромінюється в проміжки між ними» [60, с. 112–132]. У більшості діад, якщо вони не припиняються на ранній стадії, відбувається стабілізація взаємодії на тому чи іншому рівні. Завдяки спільному досвіду, негайне розуміння може бути здійснене за допомогою «усічених дій», скорочених жестів та слів. Наприклад, сигнал партнеру, який означає «це нудна вечірка, і я хотів би піти додому», може бути просто піднятою бровою. Діади братів і сестер відрізняються складною системою значень, яка є незрозумілою для їхніх батьків, а романтичні пари насолоджуються фразами, значущими лише для них самих. Тобто обмежене значення — це переважно парне явище.
5. **Розподіл функцій.** У кожній діаді існує розподіл функцій, що слідує як із зовнішніх, так і з внутрішніх умов. Зовнішні — це культурні визначення ролей, які має виконувати кожен член. Наприклад, багато звичаїв та законів регулюють права та привілеї подружжя, коли очікувані норми поведінки менш

поширені та більш неформальні серед друзів. Внутрішні — це своєрідне сузір'я ролей, що виникає внаслідок унікальних якостей її членів. Розбіжності у віці, інтелекті, досвіді, проникливості сприяють диференціації поведінки. Приміром, старша дитина може стати захисником свого молодшого брата або сестри. Однак, часто ролі, які відіграють у діаді відрізняються між зовнішніми очікуваннями та внутрішньо розробленим патерном. Деякі пари вирішують цю різницю, маючи «публічний» та «приватний» патерн діади. Таким чином, для зовнішнього світу пара батько-дитина може здаватися дружньою, але в приватному житті у них наявний конфлікт. Розчарування в діаді часто виникає, оскільки члени очікують культурно визначеного патерну, але переживають інший досвід.

6. **Пара та соціальна організація.** Зв'язок пари із соціальною організацією проявляється у двох аспектах. По-перше, ширше соціокультурне середовище створює умови та обставини для виникнення та функціонування діади. Наприклад, акцент на державній освіті, ймовірно, збільшив кількість пар вчитель-учень; перехід від ремісничої економіки зменшив частку діад майстер-учень. По-друге, збереження соціальної структури частково залежить від функціонування парних стосунків. Тобто введення та остаточне включення індивідів до більших соціальних груп часто здійснюється групою з двох осіб. Наприклад, новонавернений залучається до церкви завдяки діяльності пастора; дівчина стає членкинею жіночого товариства, тому що її найкраща подруга вже є членкинею.

Варто додати, що під час соціологічного аналізу Г. Беккер і Р. Х. Юзім з'ясували, що характеристики діад, яких пов'язують романтичні стосунки (подружні, заручені та партнерські пари) є лише особливими варіаціями характеристик, спільних для всіх діад [12, с. 19]. Тобто задовільнення власного «єго», злиття індивідуальностей, обмежені значення в парі та вплив зовнішніх і внутрішніх умов на розподіл функцій — це характеристика взаємодії двох індивідів у романтичних стосунках. Однак, припускаємо, що у порівнянні з іншими діадами, ця взаємодія

виявляє найвищу інтенсивність та залежність один від одного. Щоб зрозуміти це, розглянемо соціологічні підходи до визначення сутності романтичних стосунків.

Зазначимо, що у соціологічному дискурсі дослідники не формулюють чітке визначення романтичних стосунків, натомість зосереджуються на концептуалізації любові як соціального феномену, тісно пов'язаного з ними. Любов є ключовим соціальним конструктом, що визначає сутність романтичних стосунків, оскільки саме через неї індивіди надають своїм емоційним зв'язкам певних значень, норм, очікувань, тому почнемо з визначення любові. Як зазначає Г. Зіммель у своєму «Фрагменті про кохання», справжній прояв любові у безпосередній зустрічі «я» та «ти», коли «я» прагне подолати існуючу дистанцію, наблизитися до «ти» й утворити єдність між двома суб'єктами. Невід'ємна відмінність між двома людьми, які зустрічаються, є передумовою любові, що, однак, прагне перевершити цю межу [71, с. 43]. Любов трансформує як об'єкт почуття, так і того, хто це почуття переживає. Людина, яку люблять, набуває сенсу й значення саме через те, що стає об'єктом любові. Любов висвітлює її в іншому світлі, формує і створює її як оригінальне уявлення [59, с.361]. У підсумку, любов, за Г. Зіммелем є особливою формою опрацювання нашого зв'язку зі світом, і саме в цьому зв'язку суб'єкт досягає найвищого ступеня свободи.

Т. Парсонс розглядає кохання або, використовуючи його термінологію, «комплекс романтичного кохання» як функцію для підтримки сучасної соціальної системи. На прикладі інституту сім'ї вчений пояснює: «Кохання виникло як нормативний емоційний комплекс, щоб діяти як функціональний еквівалент і об'єднувати подружню пару зсередини» [57, с. 221–224]. Інший аспект стосується чинників, що сприяли появі «комплексу романтичного кохання». За Т. Парсонсом, цей комплекс є поєднанням когнітивних переконань, емоційних станів і нормативних очікувань, властивих західній культурі модерності. Когнітивні переконання — це низка ірраціональних уявлень щодо природи любові та коханого партнера [57, с. 226]. Наприклад, людина може бути переконана, що для кожного існує єдина «доля», визначена наперед або що любов є універсальним засобом розв'язання всіх проблем і веде до повноти щастя. Також одним з когнітивних процесів у

романтичних стосунках є ідеалізація партнера, що у глобальному масштабі стосується узагальненого позитивного упередження щодо партнера або стосунків [79, с. 139–147]. Втім, різними дослідниками ідеалізація операціоналізована як ілюзії, коли люди бачать своїх партнерів у кращому світлі, ніж партнери бачать себе самих [64, с. 79–98]; як уявна реляційна перевага, коли людина сприймає власні стосунки з більшою прихильністю та оптимізмом, ніж стосунки інших [76, с. 521–545]; або навіть як невід'ємна частина романтичного кохання [84, с. 1586–1608]. Уточнимо, що ідеалізовані образи часто виникають внаслідок обмеженого спілкування і виконують як позитивні, так і негативні функції у романтичних стосунках.

Отже, на відміну від Г. Зіммеля, який визначає любов як екзистенційний і міжособистісний процес взаємного перетворення «я» і «ти», для Т. Парсонса любов виступає соціальною функцією, покликаною забезпечити емоційну інтеграцію й стабільність соціальної системи.

З погляду П. Бергера та Н. Лукмана, люди не народжуються у вже готовому світі, де їхній вибір обмежений біологією, інстинктами чи потребами. Людям доводиться брати участь у діяльності зі «створення світу», формуючи такі явища, як культура та соціальна організація, щоб реалізовувати своє існування. Тож любов, як культурне та соціальне явище, може розглядатися у цьому контексті як один із механізмів, якими люди користуються для організації свого світу [31, с. 61–72]. Загалом, історично партнерів рідко обирали на основі кохання — частіше вибір здійснювався з практичних міркувань або ж партнера обирали батьки чи сім'ї майбутнього подружжя. П. Бергер і Т. Лукман вважають, що у процесі «створення світу» люди прагнуть досягти балансу із зовнішнім світом та всередині себе. У цьому контексті — і, можливо, з більш романтизованої точки зору — пошук людини, з якою бажаєш провести своє життя, може розглядатися як один із способів, за допомогою яких люди знаходять внутрішню рівновагу.

П. Сорокін у своїй праці «The Ways and Power of Love» [82] окреслює поняття любові через сім аспектів, спираючись на принципи цілісного пізнання: релігійний, етичний, онтологічний, фізичний, біологічний, психологічний, соціальний [82, с. 78].

Психологічний аспект автор описує так: «У кожному справжньому психологічному переживанні любові «я» того, хто любить, прагне стати єдиним із “ти” — об’єктом своєї любові. Чим сильніша любов, тим глибшим є це ототожнення» [82, с. 81]. Натомість соціальний проявляється у міжособистісній взаємодії: «На соціальному рівні любов є стосунками між двома чи більше людьми, у межах яких прагнення й цілі однієї особи поділяються й підтримуються іншою/іншими у процесі їх реалізації» [82, с. 82]. Спостерігаємо, що серед зазначених аспектів П. Сорокін не виділяє економічний чи матеріальний виміри любові, а підкреслює її альтруїстичний характер, пов’язуючи любов із прагненням добра для іншої людини без очікування взаємності чи індивідуальної вигоди.

Натомість сучасні теоретики Е. Гідденс, З. Бауман, Є. Іллуз стверджують, що романтичні стосунки варто розглядати як ринкову взаємодію. Сьогоднішній ринок романтичних стосунків, незважаючи на свою вільну природу, структурно саморегулюється, оскільки люди закохуються у тих, з ким вони мають це зробити, з точки зору класу, раси, етнічної належності, релігії та соціально-економічного статусу. Тобто, романтичний ринок, організований за ліберальним принципом вільного вибору, насправді працює над структурним відтворенням суспільства за відсутності любові і заснований на економічних інтересах.

Е. Гідденс у своїй праці «The Transformation of Intimacy: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies» [34] стверджує, що сучасні романтичні стосунки зазнають трансформації, набуваючи форми «чистих стосунків» — тісного емоційного зв’язку між двома індивідами, який ґрунтується на взаємному задоволенні обох сторін [34, с. 117]. Йдеться про готовність інвестувати у відносини для того, щоб обидва партнери були задоволені тим, що отримують від них. Крім того, «чисті стосунки» мають демократичний характер: якщо у домодерному суспільстві любов була тісно пов’язана з родинними чи громадськими очікуваннями, то тепер вона стає «чистою» в тому сенсі, що менше залежить від зовнішніх чинників і більше — від внутрішньої комунікації між двома людьми [34, с. 119]. Тобто саморефлексія стає основою «чистих» стосунків. Люди постійно аналізують власну поведінку, замислюються над тим, як покращити себе та як підтримувати

гармонію у відносинах. Ключова відмінність цієї моделі від домодерної моделі полягає в тому, що тепер, якщо стосунки не приносять задоволення, суспільство схвально ставиться до їх розірвання. Це створює своєрідний парадокс: «чисті стосунки» передбачають взаємну відданість і орієнтацію на спільне майбутнє, однак можуть бути припинені будь-якої миті [34, с. 119]. В цілому, Е. Гідденс розглядає зміни у сфері романтичних стосунків позитивно, трактуючи їх як прояв зростання індивідуальної свободи та рівноправності.

З. Бауман у монографії «Liquid Love: On the Frailty of Human Bonds» [10] стверджує, що «чисті стосунки» поступово втрачають актуальність. Бауман характеризує сучасність як плинну — тобто таку, що перебуває у постійному русі й ніколи не досягає стабільного стану. Аналогічно до цього, любов у рідкій модерності також стає мінливою, тимчасовою, поверхневою. Науковець зауважує, що суспільство дедалі більше цінує слабкі, гнучкі зв'язки, адже вони дозволяють уникнути «пастки» стабільних відносин, які можуть закрити шлях до нових, потенційно вигідних можливостей. Такий підхід, на його думку, підживлює егоїзм та індивідуалістичні амбіції, руйнуючи здатність до тривалих і відповідальних зв'язків [10, с. 67]. З. Бауман порівнює сучасну любов зі споживанням, де кохання перетворюється на процес купівлі-продажу. Ми обираємо партнера, керуючись миттєвим бажанням і прагненням отримати задоволення. Як і у споживацькому суспільстві, якщо партнер не відповідає очікуванням, його легко «замінити на інший товар» [10, с. 81]. Таким чином, якість зв'язків поступається їх кількості, а люди поступово втрачають здатність до побудови глибоких, емоційно зрілих стосунків. Прикладами вчений називає феномени на кшталт «кишенькових стосунків» — зв'язків, до яких звертаються лише тоді, коли це вигідно або «напіввідокремлених пар», які руйнують традиційний образ парного союзу [10, с. 83].

Хоча теоретично позиції Е. Гідденса та З. Баумана є схожими між собою, після публікації їхніх робіт з'явилася низка критичних оцінок [19], [48]. Як зазначають критики, обидва теоретики не врахували належним чином фактори, які продовжують обмежувати свободу пари у романтичних стосунках та перешкоджати рівності

партнерів. Наприклад, економічні та соціальні нерівності, гендерні ролі та очікування, культурні та інституційні рамки.

Є. Іллуз у праці «Why Love Hurts: A Sociological Explanation» [44] погоджується з ідеями З. Баумана, визнаючи, що сучасні стосунки передбачають свободу обирати партнера для особистої вигоди. Водночас, науковиця розширює концепт «вибору» і досліджує способи, якими здійснюється відбір партнера, виділяючи два аспекти вибору партнера. Перший — «екологія вибору», яка описує вплив соціального середовища на спрямування нашого вибору. Другий — «архітектура вибору», що стосується когнітивних та емоційних процесів індивіда при оцінюванні потенційного партнера [44, с. 144–148]. Ці два аспекти мають узгоджуватися під час прийняття рішення про романтичні стосунки, проте їх дисгармонія робить сучасні стосунки надзвичайно складними. Наприклад, людина може відчувати емоційне та сексуальне тяжіння до іншого, але якщо його соціальне походження не відповідає очікуванням родини, виникає внутрішній конфлікт і емоційне страждання. Є. Іллуз також стверджує, що романтичні ринки варто розглядати як сексуальне поле, де учасники змагаються не на рівних умовах: «Ми всі конкуруємо за кохання, намагаючись поліпшити свій “профіль” через страх відмови. Парадокс полягає в тому, що романтика, як її уявляли у старих любовних фільмах, зменшується, проте сьогодні кохання є центральним для нашої самоцінності» [44, с.176].

Ще одна ідея критиків полягає в тому, що З. Бауман і Є. Іллуз є надто песимістичними у своїх теоріях й ідеалізують дореволюційне кохання. Насправді ж до настання модерності кохання також було певним зобов'язанням. Шлюби укладалися у молодому віці й, як правило, тривали все життя. Вони мали радше економічне, ніж емоційне підґрунтя, адже вибір партнера здійснювала родина, виходячи з матеріального становища та соціального статусу потенційного чоловіка. Придане жінки, наприклад, визначало «цінність» майбутнього союзу. Для чоловіків шлюб був необхідним засобом збереження контролю над землею, власністю й робочою силою. Таким чином, кохання у домодерний період можна розглядати як соціально-економічну стратегію, а не як сильні романтичні зв'язки, на які

посилаються З. Бауман і Є. Іллуз. У партнерів могли бути інші, але не менш вразливі проблеми — організовані шлюби, довічні зобов'язання без пристрасті, гендерна нерівність.

Тож у контексті змін, зумовлених процесами індивідуалізації в умовах модерності, романтичні стосунки зазнали суттєвої трансформації. Дореволюційне кохання, обмежене численними правилами та об'єктивними колективними рішеннями, перетворилося на проєкт свободи вибору, орієнтований на самостійну реалізацію особистості. У всіх трьох теоретичних підходах Е. Гідденса, З. Баумана, Є. Іллуз романтичні стосунки мають рефлексивний характер. Індивід оцінює як особисту вигоду від зв'язку, так і постійно контролює власну позицію «на ринку», прагнучи стати сильнішим конкурентом.

Отже, соціологічні підходи Г. Зіммеля, Т. Парсонса, П. Сорокіна сформували основи дослідження романтичних стосунків. Автори розглядають їх як міжособистісний феномен, орієнтований на емоційну інтеграцію, альтруїзм і стабільність соціальної системи. Натомість, сучасні теоретики Е. Гідденс, З. Бауман, Є. Іллуз підкреслюють свободу вибору, індивідуалізацію, саморефлексивність і економічну обумовленість романтичних стосунків, акцентуючи на ролі особистої вигоди та умовах «романтичного ринку».

Визначена соціологічна рамка дає підстави для подальшого формування власного теоретичного бачення романтичних стосунків. Романтичні стосунки — це взаємна, постійна та добровільна взаємодія між двома людьми, у якій кохання, інтимність, відданість, фізичний та сексуальний потяг виступають ключовими складовими зв'язку. Вони формуються на перетині індивідуальних потреб та соціальних умов, які задають норми, очікування й моделі поведінки. Також вони не існують у вакуумі, а підтримують існуючі соціальні порядки й так само взаємно впливають на них.

У межах даної роботи романтичні стосунки розглядаються як такі, що властиві парам як у шлюбі, так і поза ним. Шлюб у цьому випадку виступає формою інституціоналізації романтичного зв'язку — його соціальним і публічним підтвердженням. Шлюбні пари закріпили свої романтичні стосунки через

встановлення офіційного союзу та публічне проголошення права продовжувати ці стосунки в суспільно визнаній формі.

Зв'язок шлюбних партнерів ми визначаємо як романтичні стосунки, а не як любовні чи сімейні, оскільки саме для них, на нашу думку, властивий найвищий рівень інтимності. У любовних стосунках часто домінантною є емоційна складова, а когнітивна (усвідомлення спільності, взаємної відповідальності) може бути відсутньою. У сімейних стосунках інтимність має нормативний і рольовий характер — вона підтримується соціальними очікуваннями та родинними зв'язками, а не особистим вибором. Тому ми розглядаємо взаємодію шлюбних партнерів як романтичні стосунки, адже інтимність у них вибудовується свідомо, взаємно та багатовимірно.

1.2 Специфіка романтичних стосунків на відстані

Хоча не всі культурні групи в межах одного суспільства поділяють певні уявлення однаковою мірою, загальні суспільні припущення щодо романтичних стосунків впливають на очікування індивідів щодо їхньої взаємодії [73, с. 169–191]. Іншими словами, більшість людей має значний соціальний і культурний багаж знань про те, якими повинні бути романтичні стосунки. Це знання впливає на індивідуальні очікування, а також на подальшу поведінку й тлумачення дій інших.

Наприклад, поширеною є думка, що взаємодія віч-на-віч є основним способом підтримки романтичних стосунків [66, с. 403–431]; натомість, рідкісні контакти, збільшення відстані та збільшення часу між взаємодіями вважаються класичними ознаками розпаду відносин [58, с. 127–154].

Загальні очікування щодо романтичних партнерів, незалежно від того, чи перебувають вони у шлюбі, ґрунтуються на товаристві, коханні й близькості, зокрема фізичній і географічній, яка вважається необхідною для підтримки романтичних стосунків. Чим ближче партнери живуть один до одного, тим більше мають можливостей для взаємодії. Міцні зв'язки розглядаються як ті, що знаходяться в безпосередній близькості та пропонують легкий та частий доступ для спілкування,

соціальної підтримки, порад та емоційної допомоги [37, с. 201–233]. Ще одне культурне переконання полягає в тому, що ключовий спосіб підтримувати романтичні стосунки — це проводити багато часу разом. Люди сприймають кількість часу, проведеного разом, як глобальний показник задоволеності стосунками [93, с. 643–679].

Отже, романтичні стосунки на відстані суперечать домінантним культурним уявленням про любов, природу комунікації, близькість і способи підтримання зв'язку. У більшості суспільств зберігається переконання, що фізична присутність і частота контактів є необхідними умовами стабільності та задоволеності цими стосунками. Проте дистанційовані пари змушені переосмислювати і формувати нові моделі близькості, що компенсують відсутність спільного простору та регулярних зустрічей. Деякі дослідники стверджують, що романтичні стосунки на відстані не піддаються точному визначенню і найдоцільніше розглядати їх як ін'юнктивну конструкцію — тобто таку, що не має чітких меж і поступово переходить у суміжні поняття [24, с. 94]. Однак, у даній роботі ми операціоналізуємо дане поняття та надамо йому чіткості для того, щоб уникнути неоднозначності в подальшому аналізі: *романтичні стосунки на відстані — це взаємна, тривала і емоційно насичена взаємодія між двома людьми, які географічно розділені через різні причини, але підтримують кохання, близькість, відданість, сексуальний потяг завдяки цифровим технологіям, що стають ключовим інструментом їхньої взаємодії.*

Працюючи з поняттям «романтичні стосунки на відстані», доцільно застосувати класифікацію В. Равлінса [70], яка, хоч і була розроблена для дружніх зв'язків, описує інтенсивність взаємодії у стосунках. Вчений розглядав стосунки як активні, латентні або пам'ятні. Активні характеризуються «доступністю, задовільним контактом та емоційною відданістю». Латентні (сплячі) «підтримують достатній контакт, щоб передбачати або залишатися здатними відновити стосунки у будь-який момент». Пам'ятні є «чуттєвими символами певних місць та моментів життєвого шляху» [70, с. 292].

Як і дружні стосунки в теорії В. Равлінса, романтичні стосунки на відстані не припиняються через відсутність взаємодії та підтримуються через уявні, символічні

або ритуальні форми. Прикладами активного стану є відеодзвінки, обговорення спільних планів і майбутнього, підтримка під час стресових подій, обмін особистими почуттями. Прикладами латентного стану можуть бути перегляд профілю/чату з партнером без безпосередньої взаємодії, звичка регулярно перевіряти месенджер, звичка перевіряти статус онлайн/офлайн. Прикладами пам'ятного стану є збереження подарунків як символів минулої близькості, перегляд спільних фото, що вже належать минулому, перегляд того ж самого фільму, відвідування тих самих фізичних місць. Концепція В. Равлінса допомагає розкрити динамічну природу романтичних стосунків на відстані і показує, що вони зберігаються і трансформуються через різні стани.

Наступними розглянемо причини виникнення дистанції у романтичних стосунках на відстані. Кількість партнерів, які проживають окремо, зростає у зв'язку з тим, що один з них прагне розвитку кар'єри, навчається в іншому місті, емігрує, бере участь у тривалих відрядженнях. Періоди посиленої військової служби, економічної нестабільності, соціальних криз, політичних конфліктів також корелюють із збільшенням числа пар, які проживають окремо. Крім того, з огляду на мобільність сучасного суспільства, ми часто встановлюємо близькі зв'язки в одному місці, яке пізніше залишаємо [83, с. 17]. Тому, крім давно відомих причин, через які пари можуть проживати окремо протягом деяких періодів, численні соціальні тенденції (глобалізація, цифровізація, індивідуалізація, життя на «декілька домівок») сприяють зростанню частки населення, що підтримує романтичні стосунки на відстані.

Якщо звернути увагу на географічний і часовий аспекти відстані у концепті «романтичні стосунки на відстані», то виникають такі ключові питання: якою має бути відстань, щоб стверджувати, що романтичні стосунки є дистанційованими? Як довго партнери мають не бачитися, щоб вважати стосунки дистанційованими?

На ці питання відповідає Л. Стаффорд у своїй монографії «Maintaining Long-Distance and Cross-Residential Relationships» [83]. Л. Стаффорд наголошує, що романтичні стосунки вважаються дистанційованими, коли можливості комунікації обмежені (з погляду самих учасників) через географічні чинники, однак партнери

зберігають очікування на підтримку близького зв'язку [83, с. 20]. Тобто самі учасники визначають коли «романтичні стосунки» змінюються на «романтичні стосунки на відстані» в залежності від того, наскільки географічні умови обмежують можливість спілкування.

Водночас, інші дослідники використовують фізичні критерії для визначення романтичних стосунків на відстані, такі як кількість миль між партнерами (Carpenter & Knox, 1986) або проживання у різних містах (Helgeson, 1994) [83, с. 50]. У даній роботі ми будемо орієнтуватися на підхід Л. Стаффорд, яка визначає стосунки на відстані, виходячи з суб'єктивного сприйняття самих учасників. На нашу думку, це точніше відображає індивідуальну реальність стосунків, ніж наукові класифікації, оскільки навіть двоє партнерів можуть розходитися в оцінці того, чи були їхні стосунки коли-небудь стосунками на відстані.

Наступним розглянемо часовий аспект відстані. Якщо для романтичних стосунків важливою є «face-to-face» взаємодія, то як виміряти мінімальну тривалість розлуки на відстані? На це питання Л. Стаффорд відповідає так: довгою сприймається та розлука, яка лише трохи перевищує звичний для партнерів інтервал між зустрічами. Авторка наводить дані зі свого емпіричного дослідження: «Пари, які зазвичай бачилися щотижня, вважали понад тиждень надмірною перервою. Якщо ж типовою для пари була зустріч раз на місяць, то будь-який проміжок, що перевищував місяць, сприймався як занадто довгий» [83, с. 56]. Тобто за Л. Стаффорд «довга розлука» — це та, що перевищує звичний для пари інтервал зустрічей. Таким чином, часова дистанція у романтичних стосунках на відстані є відносною і залежить від звички партнерів, а не від об'єктивної тривалості.

Розглянувши відстань у межах романтичних стосунків як багатовимірне явище, яке охоплює просторові й часові виміри, наступним проаналізуємо її прояв у взаємодії двох людей. Цей аспект детально пояснив Е. Т. Холл у своїй теорії проксемики. У праці «The Hidden Dimension» [39] він описав фізичні відстані, яких людина намагається дотримуватись у взаємодії з іншими. Як зазначає автор, це не просто випадковий акт — відстані визначаються особистими, культурними та

ситуативними факторами [39, с. 115]. Е. Т. Холл виділяє чотири міжособисті відстані, кожна з яких відповідає типу соціальних відносин:

- Інтимна відстань — від фізичного дотику до 45 см. Найближча «бульбашка» простору навколо людини. Характерна для стосунків із коханими, дітьми, членами родини, близькими друзями та домашніми улюбленцями. Коли цей простір порушується без дозволу, це часто створює дискомфорт або тривогу. Люди оберігають цю зону, оскільки вона асоціюється з вразливістю та особистим зв'язком [39, с. 116–119].
- Особиста відстань — від 45 см до 1,2 м. Простір, у якому людина відчуває себе комфортно під час спілкування з друзями, знайомими, в контексті неформальних обговорень. Коли ми розмовляємо з людьми на такій відстані, це забезпечує комфорт і тепло, а також забезпечує достатньо місця для підтримки особистих меж [39, с. 119–120].
- Соціальна відстань — від 1,2 м до 2,4 м. Застосовується у взаємодії з незнайомцями, новими колегами, під час офіційних зустрічей. Тут люди схильні спілкуватися більш формально та підтримувати певний рівень дистанції для збереження професіоналізму [39, с. 121–123].
- Публічна відстань — понад 2,4 м. Віддалений простір, за межами якого взаємодія сприймається як анонімна або безособова. Така дистанція характерна для виступів, публічних подій або ситуацій, де учасники не вступають у тісну взаємодію [39, с. 123–125].

У нових соціальних умовах природні форми міжособистісної комунікації все частіше та ширше замінюються цифровою комунікацією. Цифрові комунікатори модифікують контексти, канали та коди комунікативних актів, особливо в проксемічній сфері. Тому важливо показати деякі аспекти цих змін з точки зору міжособистої відстані.

Наприклад, розглянемо, як змінюється умовна відстань під час відеодзвінків. Люди, що спілкуються за допомогою відеодзвінків, хоча й локально віддалені один від одного на велику або дуже велику відстань, спостерігають один за одним так, ніби їх розділяють кілька сантиметрів. Під час такого спілкування співрозмовники

мають доступ до детальних рис обличчя, можливих недоліків шкіри, макіяжу, одягу, сонливості в очах тощо [24, с. 99]. Хоча під час відеодзвінка неможливо фізично доторкнутися до людини, відстань, що розділяє екранне зображення та самого співрозмовника, настільки мала, що в умовах прямої розмови це свідчило б про дуже тісну близькість між особами та взаємну згоду на потенційне використання тактильного каналу. У фізичній взаємодії цей канал запускається у межах інтимної та приватної дистанції лише як частина сценаріїв вітання або прощання (наприклад, рукостискання) [24, с. 99].

Під час відеочату, з одного боку, ми не маємо можливості використовувати дотик, з іншого, ми нібито перебуваємо на дистанції, яка б це дозволила. Як зазначає М. Гендріковський, «Дотик як подолання дистанції виявляється ілюзорним. Тягнучись за мобільним телефоном, пультом дистанційного керування чи ноутбуком і встановлюючи контакт з іншими, ми реально торкаємося клавіатури, і лише у віртуальному сенсі одне одного» [40, с. 62].

Крім того, згадаймо, що за Е. Т. Холлом спілкування на соціальній дистанції передбачає дотримання правил зорового контакту [39, с. 123]. Однак у цьому аспекті взаємодія за допомогою відеозв'язку, істотно змінює як комунікативні патерни, так і значення, які вони транслують. Якщо розглядати аудіовізуальний канал як заміну безпосередньої «face-to-face» взаємодії, слід усвідомлювати, що він не забезпечує повноцінного використання невербальних засобів комунікації, зокрема — у сфері зорового контакту. У невербальній взаємодії зоровий контакт виконує низку важливих функцій: сам факт його встановлення, тривалість і частота передають специфічні смисли. Відсутність зорового контакту також має значення: «уникнення погляду іншого дорівнює припиненню розмови та її розриву» [39, с. 173]. Попри те, що відеозв'язок надає можливість бачити співрозмовника, він не дозволяє здійснити повноцінний зоровий контакт у класичному сенсі. Людина не має змоги «дивитися в очі» іншому, отже, блокуються всі ті значення, які передаються саме через погляд. У традиційній взаємодії зоровий контакт виступає як індикатор, що залежить від характеру дистанції між людьми. В умовах відеозв'язку можна бачити людину на екрані, але не вступати з нею в зорову взаємодію, оскільки це технічно не

передбачено. Щоб співрозмовник сприйняв погляд як прямий, інша особа мала б дивитися не на екран, а безпосередньо в об'єктив камери, що автоматично виключає бачення обличчя іншого [24, с. 100]. Таким чином, бачити людину та мати з нею зоровий контакт — це дві відмінні дії. Класичні шкали міжособистісної дистанції, зокрема ті, що були розроблені у проксеміці, приділяють цьому аспекту суттєву увагу. Проте в умовах цифрової взаємодії реалізувати ці моделі неможливо — навіть попри візуальну природу відеозв'язку.

Цей приклад ілюструє, наскільки ускладнюються норми міжособистісної дистанції у контексті відеоспілкування. Межі приватної та інтимної сфер у цифровій взаємодії починають перетинатися і набувають нового змісту. Крім того, ті особи, які в умовах офлайн-взаємодії мали б доступ лише до соціальної дистанції, тепер можуть отримувати сигнали з інтимної чи приватної сфер — бачити риси обличчя, деталі інтер'єру чи зовнішності, які зазвичай доступні лише найближчому оточенню. Це означає, що у цифровому середовищі межі між зонами проксеміки не зникають, але проникають одна в одну та змінюють свій характер.

Спираючись на чотири типи міжособистісної відстані за Е. Т. Холлом, проаналізуємо, як кожна з них проявляється у цифровій взаємодії романтичних партнерів. Хоч Е. Т. Холл визначив інтимну відстань як таку, що допускається для пари у романтичних стосунках [39, с. 116–119], нею вони не обмежуються і також взаємодіють на особистій, соціальній, та публічній відстані. Тобто відстані можуть змінюватися навіть у межах одного типу стосунків. У цифровому середовищі це проявляється так:

- Інтимна відстань — характеризується ексклюзивністю, емоційною глибиною та символічною близькістю. Проявляється у особистих відеодзвінках, обговоренні приватних тем, обміні фотографіями чи відео, що мають довірчий характер, цифрових ритуалах. У цій зоні відбувається найглибше переживання «близькості на відстані».
- Особиста відстань — це повсякденна взаємодія пари у межах приватного простору, але без глибокої інтимності. Проявляється у щоденних повідомленнях «ти як?», «як пройшов день?», «як твоя сім'я?», «добраніч»

тощо. Також до цього типу відстані можна віднести обмін контентом, що відображає щоденні інтереси одного партнера й викликає зацікавлення в іншого, надсилання фото чи відео з повсякденного життя, підтримку зв'язку у фоновому режимі. Ця дистанція створює відчуття стабільності та буденної взаємної залученості.

- Соціальна відстань — це проміжний рівень взаємодії, де партнери залишаються пов'язаними як пара, але вже не в ізольованому двосторонньому просторі. Вони демонструють взаємодію у соціально контрольованих середовищах, наприклад, у групових чатах, відеодзвінках з друзями чи сім'єю. У цьому випадку партнери взаємодіють більш формально, дотримуючись норм соціальної поведінки, і відходять від інтимних патернів спілкування.
- Публічна відстань — це відкрите, публічне представлення стосунків. У цій зоні романтичні стосунки виходять за межі приватного простору пари і стають частиною соціального дискурсу — вони видимі, обговорювані, репрезентовані через цифрові медіа. Партнери ніби створюють публічну версію своєї інтимності, керуючись певними нормами соціальної презентації: що показати, як назвати, яку емоцію продемонструвати, а що приховати. Прикладами може бути публікація спільних фото, відмітка партнера, оновлення статусу стосунків, публічні вітання партнера з важливими подіями, ведення спільного блогу.

Підсумовуючи наш аналіз щодо відстані у романтичних стосунках під час цифрової взаємодії, варто звернути увагу на два важливі аспекти. Наслідком функціонування нових цифрових технологій є розмиття меж реальності того, що знаходиться поруч, і того, що знаходиться далеко. Цифрова проксеміка відкидає потребу у фізичній присутності, замінюючи її «буттям там» в умовах «тут» і «зараз». Нові цифрові контексти, в яких відбуваються романтичні стосунки не дозволяють класичного розуміння простору як природного, фізичного середовища людини. Тому традиційна модель проксеміки Е. Т. Холла модифікується до динамічної цифрової реальності, до того, як люди комунікують у ній. Розглянуті теоретичні напрацювання дали змогу зрозуміти, що розуміння відстані у романтичних стосунках змінилося в

епоху цифрових технологій. Вони змінили не лише якість романтичних стосунків на відстані, але й перспективу залежності поведінки партнерів від цієї відстані.

1.3 Вплив війни на романтичні стосунки на відстані

Війна — це системна криза, яка спричиняє злам «нормальності», до якої ми звикли. Про це говорять дослідники кризового управління Топпер Б. і Лагадек П.: «Нормальність — це наше природне середовище, стабільність — наш улюблений дім, а впевненість — наше найвище прагнення. Ті, хто приймають рішення, вимагають дій, але чітко визначених. Бізнес прагне ризику, але контрольованого. Вчені прагнуть зрозуміти світ і його закони, але в належних межах. Та час від часу якась велика буря, катастрофа чи інша ситуація піднімає свою потворну голову, щоб бодай на мить порушити так званий “нормальний» світ”» [86, с. 4–16]. Війни минулого суттєво відрізняються від сучасних за своєю природою, масштабом і наслідками. Тому, як зазначили Розенталь У., Бойн А., та Комфорт Л. К. «те, що ми дізнаємося про розвиток і управління минулими кризами, може мати обмежену цінність для вдосконалення управління завтрашніми кризами» [74, с. 74–81]. Через двадцять років їх застереження не менш актуальні, адже сучасна війна створює для суспільства діаметрально інші виклики. Перш за все, змінюються такі фактори:

- **Від великомасштабності до позамасштабності.** Сучасна війна спричиняє глибокі трансформації у соціальних структурах, міжнародних відносинах і повсякденному житті людей, поширюючи наслідки далеко за межі країни.
- **Від високої швидкості до миттєвості.** Під час сучасної війни часто спостережуваним є «ефект лупи», коли будь-яка невідповідність, чи помилка, поширює сильну турбулентність на всю соціальну систему.
- **Від локальних подій до глибоких зрушень.** Війна не обмежується певною сферою, вона переходить із однієї в іншу, виявляючи приховані проблеми та поєднуючи їх у непередбачувані загрози.
- **Від невизначеності до незнання.** Не існує жодної війни без елементу невизначеності, однак у сучасній війні ми опиняємося у відсутності повного

розуміння як діяти через миттєвість подій, поглинання значних частин реальності, які раніше були відокремленими, втрати базових опор.

Попри трансформацію форм і динаміки воєнних конфліктів, як традиційна, так і сучасна війна продовжують підривати й без того крихку віру людей у соціальний порядок. Згідно з теорією соціальної травми К. Еріксона, втрата довіри до порядку є класичною ознакою хронічної травматичної події. Вона проявляється у формі узагальненого відчуття тривожності та боязкості, що поширюється на все соціальне й фізичне оточення. Травмована людина починає сприймати увесь свій світ як небезпечне місце. [25, с. 69–84]. Повторюючи слова К. Еріксона, така травматична подія як війна поширюється на все соціальне й фізичне оточення, в тому числі на партнерів у романтичних стосунках.

У попередньому розділі ми розглянули причини, інтенсивність взаємодії, географічний і часовий аспект відстані у романтичних дистанційованих стосунках. Проаналізуємо, як зазначені компоненти трансформуються в умовах війни, коли відстань у більшості випадків є вимушеною. Якщо у «звичайних» романтичних стосунках причинами відстані є розвиток кар'єри, тривалі відрядження, здобуття освіти, політичні конфлікти, природні лиха, то війна створює нові підстави для географічного розділення. На прикладі повномасштабного вторгнення росії на територію України, яке розпочалося 24 лютого 2022 року і триває досі, спостерігаємо розділення пар через:

1. Залучення до військової служби;
2. Міграцію за кордон/ у більш безпечні регіони України;
3. Евакуацію за кордон/ у більш безпечні регіони України;
4. Окупацію міста чи села;
5. Професійну необхідність залишатися в зоні бойових дій (лікарі, волонтери журналісти, пожежники тощо);
6. Перебування у полоні/депортацію;
7. Професійні відрядження за кордон, спрямовані на представлення України в міжнародному просторі.

У більшості випадків причиною розділення є залучення чоловіків до військової служби. Це можна підтвердити даними Центру східних досліджень, які стверджують, що у 2024 році до Збройних сил України було призвано близько 200 000 осіб, більшість з них чоловіки [9].

Другою найбільш поширеною причиною є міграція жінок за кордон. Європейський Союз надає статистику, що станом на 31 серпня 2025 року 4,37 мільйона громадян, які втекли з України внаслідок російської агресії, мали тимчасовий статус захисту в ЄС. Це на 30 980 осіб більше у порівнянні з кінцем липня 2025 року [27]. Тож у четвертий рік війни кількість біженців за кордоном зростає — більшу їх частину становлять молоді жінки. Низька кількість чоловіків за кордоном пояснюється запровадженням з 24 лютого 2022 року воєнного стану, який забороняє громадянам України чоловічої статі віком від 18 до 60 років виїжджати за кордон [2]. Це правове обмеження створює особливий сценарій, за якого розпадаються нуклеарні сім'ї, цивільні шлюби, пари у неформальних стосунках.

Тепер проаналізуємо, як змінюється інтенсивність взаємодії під час війни. У минулому розділі для вимірювання цього показника ми застосували класифікацію В. Равлінса, де стосунки на відстані в залежності від інтенсивності поділяються на активні (постійна взаємодія), латентні (мінімальний контакт) та пам'ятні (символічний зв'язок). У «звичайних» романтичних стосунках на відстані партнери однаково підтримують всі три форми зв'язку. Але війна зумовлює перехід у латентний чи пам'ятний стан до моменту наступної зустрічі, а партнери змушені концентрувати ресурси на виживанні у новому середовищі, адаптації, соціальній інтеграції. Для одних це означає залучення до військової служби чи волонтерської діяльності, для інших — це економічне забезпечення, опанування мови у країні перебування. Тож у більшості випадків інтенсивність взаємодії знижується, а стосунки набувають латентного чи символічного характеру.

Також змінюються географічний і часовий аспект відстані. Якщо у звичайних умовах партнери самостійно визначають відстань і періодичність зустрічей, то в умовах війни вони не можуть це контролювати. Географічна дистанція часто зумовлена вимушеними обставинами. Час розлуки також стає залежним від

зовнішніх інституційних факторів: військових розпоряджень, рішень командування, правил країни перебування. Наприклад, військовослужбовець не має змоги самостійно визначати час відпустки, а партнерка-біженка може не мати чинних документів для візиту в Україну. Тож географічний та часовий аспект відстані стають більш розмитими.

Отже, під впливом війни причини відстані у романтичних стосунках є здебільшого вимушеними, інтенсивність взаємодії знижується до латентного або символічного рівня, а часові й географічні аспекти виходять з-поза контролю партнерів.

Крім цього, варто врахувати ще одну змінну, яку ми не згадували у минулому розділі, але яка є важливою при розгляді впливу війни — гендерні ролі. У романтичних стосунках традиційно зберігається гендерний розподіл ролей і певна динаміка влади. На відстані ці ролі можуть частково змінюватися — партнери переосмислюють обов'язки, спілкування стає більш рівноправним. Проте у контексті війни ці зміни стають докорінними. Наприклад, жінки, які виїхали за кордон, часто беруть на себе економічну відповідальність і роль захисниці сім'ї, тоді як чоловіки, що залишилися в країні, втрачають звичні позиції контролю. Так само на жінки, у яких партнер служить часто приймають на себе «обов'язок» витримувати напругу, забезпечувати побут, розв'язувати юридичні питання, що у звичайному житті було притаманно робити чоловікам. Варто додати, що успішна адаптація до нових ролей і розлуки не означає, що адаптація після повернення буде такою ж успішною. Зміна досвіду обох партнерів внаслідок війни ускладнює реінтеграцію у їх звичайну взаємодію.

У подальшому викладі зосередимо увагу на аналізі романтичних стосунків двох типів пар: «військовий – цивільна в Україні» та «цивільний в Україні – цивільна за кордоном». Саме ці дві групи розглядаються як об'єкт емпіричного дослідження у практичній частині цієї роботи. Романтичні стосунки на відстані під час війни, коли партнер служить у Збройних силах України, відрізняються від інших форматів дистанційованих стосунків. У випадку, коли партнер залучений до військової служби, його партнерка стикається зі страхом за його життя й безпеку, тривогою

через очікування, можливими наслідками після поранень, спонтанними візитами, зміною настрою й поведінки.

У цьому контексті досвід партнерок військових часто недооцінюється. Їм доводиться адаптуватися до спільних поглядів, цінностей, цілей та практик установи, навіть коли їм важко збалансувати складнощі стосунків на відстані [72, с.21–35]. Ці спільні цінності включають патріотизм; консервативні соціальні переконання; очікування самопожертви; пріоритет потреб групи та місії над потребами окремої людини; переконання, що слабкість – це погано, а прояв емоцій – ознака слабкості. Наприклад, чоловік військовий може бути зосереджений на поточній місії більше ніж на сімейній. Тоді дружина має прийняти цю позицію і більше того, підтримувати партнера у цьому виборі. Тобто необхідність адаптуватися до унікальної інституційної субкультури військових накладає додаткові вимоги на жінок у стосунках на відстані.

Жінки також переживають стан, який можна описати як «шок за іншого». Поки військовий виконує бойові завдання, час рухається стрімко і не залишає простору для роздумів. Однак його партнерка живе в протилежному темпоральному режимі. Для неї «його вбивають в режимі 24/7». Цей стан постійної тривоги супроводжує її у повсякденності: під час приготування їжі, догляду за дітьми, роботи чи виконання хатніх обов'язків [5, с. 32]. У цьому контексті варто згадати дослідження Ветеран Хабу «Шлях коханої воїна» [7, с. 40–45], яке окреслює емоційні стани жінок при очікуванні партнерів з фронту:

- 1) Усвідомлення того, що щоденні реальності партнера і партнерки майже не перетинаються, спільного досвіду стає менше.
- 2) Постійне прагнення, щоб партнер якнайшвидше повернувся додому, як би це не сталося (і ці думки можуть лякати).
- 3) Спостереження у тому, що партнер частіше ділиться переживаннями з побратимами ніж із партнеркою.
- 4) Образи на його емоційну відстороненість.
- 5) Відчуття, що партнер не може повною мірою зрозуміти, через що проходить жінка.

- 6) Постійне відчуття близькості й відчуження у стосунках.
- 7) Рівень ревностів зростає з обох сторін.
- 8) З часом жінка виробляє навичку розпізнавати рівень загрози й звикає до постійної тривоги за життя її партнера.

Що стосується досвіду військових, то для них стосунки під час війни можуть бути як «пристрастю до захисту та збереження самого життя» [38, с. 31–54], так і джерелом додаткового психологічного навантаження. Згадаємо вислів Т. Мей про те, що «смерть робить кохання сильнішим» [55, с. 17–30]. І справді, з посиленням зобов'язань через війну та перспективу смерті військові «хочуть пережити щось справжнє», а тому посилюють рішучість або бути разом у стосунках, або розлучитися. У зонах бойових дій, де смерть набуває масового характеру, військові мають відчуття провини. Це нагадує людині про її вразливість, про непередбачуваність життя, і водночас — про те, що її власне існування немовби «підкріплене» смертю іншого, оскільки вона стала носієм тієї частки удачі, яка могла належати загиблому. І хоча між «тим, хто вижив», і «тим, хто вбив» існує прірва з погляду закону та моралі, на глибинних рівнях психіки ця відмінність розмивається і породжує внутрішню напругу [25]. З кожною смертю виживання набуває додаткового сенсу, але й стає морально обтяженим.

Цей досвід безпосередньо впливає й на романтичні стосунки на відстані. Партнеру важко розкритися, знижується здатність до емпатії. Він переживає екзистенційне навантаження, яке не завжди може бути розділене у форматі дистанційної комунікації, а постійна готовність військових до небезпеки переноситься у взаємодію з партнеркою. Наприклад, затримка відповіді чи прочитані повідомлення без відповіді можуть інтерпретуватися як ризик втрати і запускати надмірний контроль. Також це може проявлятися у наполяганні військового надіслати скріншоти листувань з іншими людьми, геолокації, миттєвих фото. Внаслідок цього формується самопідсилюваний процес — надмірний контроль військового зменшує відкритість партнерки, що породжує ще більше підозр і посилює потребу в контролі.

У цивільній парі, в якій партнер знаходиться в Україні, а партнерка виїхала за кордон у пошуку більш безпечного місця, ситуація інакша. Перш за все, варто зазначити, що після впровадження Директиви про вимушене переселення [26], українські жінки опинилися в певному правовому та соціально-географічному просторі, який дозволяє їм подорожувати та відвідувати партнера в Україні. У цьому сенсі їхня здатність поєднувати спільну присутність у фізичному та віртуальному контекстах відрізняється від багатьох інших груп вимушених мігрантів у Європейському Союзі. Але вони мають інші труднощі — наприклад, можуть відчувати напругу між спробами бути ближче до партнера і спробами зосередитися на місці перебування. Тимчасовість породжує у деяких жінок відчуття перебування «там» (в Україні), а не «тут» (у країні перебування) [35, с. 11–13]. Також мігрантки можуть відчувати приналежність до українців через слідування за людьми у соціальних мережах, які борються за перемогу України. Така взаємодія дозволяє їм відчувати себе частиною битви, яка триває, але водночас соціальні мережі можуть перетворитися на вороже місце для тих, хто покинув свою країну. Тому жінки можуть відчувати провину та зовнішній осуд і не виставляти публічно своє життя, уникати розмов про власний добробут, щоб не здаватися «байдужою» до воєнної реальності. Внаслідок цього знижується відкритість у парі, а партнер може сприймати таку обережність як віддалення чи втрату інтересу.

Часто жінки приймають рішення ігнорувати основні новини, вважаючи їх занадто тривожними, і натомість покладалися на новини, які їм повідомляє партнер. З іншого боку, тиск з боку жінки, яка залишилася за кордоном та хоче бути на постійному зв'язку через дзвінки чи текстові повідомлення, призводить до втрати приватності та свободи партнера [65, с. 202–218]. Натомість чоловік, який перебуває в Україні, має інший побут і ритм життя, тому може сприймати побутові розповіді партнерки як «недоречні», обмежувати теми розмов, не ділитися повноцінно тим, що справді його хвилює. Також чоловіки, які залишилися в Україні, часто приховують власні емоції, вважаючи, що їхній обов'язок — не створювати додаткових переживань для партнерки. З часом це призводить до внутрішньої ізоляції, коли біль, страх або втому вони проживають наодинці.

Важливо розглянути, як трансформується у партнера образ його дівчини/дружини. Адже фізична відстань і новий контекст життя часто змінюють уявлення чоловіка про партнерку, тож чоловік може почати ідеалізувати партнерку, роблячи її символом дому, або, навпаки, несвідомо сприймати як когось, хто «віддаляється» від спільного досвіду. В обох випадках замість реальної особистості чоловік взаємодіє з власним уявленням про неї. Це створює ризик розчарування під час зустрічей, коли уявна і реальна постаті не збігаються.

Отже, спостерігаємо, що досвід пар «військовий – цивільна в Україні» та «цивільний в Україні – цивільна за кордоном» є відмінним, що зумовлено різним контекстом їхнього життя. Проте в обох випадках простежуються спільні риси: тривога за спільне майбутнє, почуття провини, постійна віддаленість і зближення у стосунках, труднощі у вираженні почуттів.

Повномасштабна війна продемонструвала, що загрози та пов'язані з ними ризики не завжди передбачувані у своєму виникненні чи наслідках. Тому далі розглянемо, в чому полягає стійкість дистантної пари під час війни і як вона може відновлюватися після збоїв. Для цього звернемося до соціології соціальної резильєнтності, яка вивчає стійкість соціальних систем у кризових умовах, але будемо виходити з наведеного вище розуміння пари у романтичних стосунках як діадної системи, що дозволить нам здійснити теоретичний синтез.

У найзагальнішому розумінні резильєнтність — це здатність відновлюватися після складних подій. На нижньому полюсі «кривої» перебувають особи з низьким її рівнем — вони часто мають труднощі в подоланні нових викликів. На протилежному полюсі — люди, які, проходячи через складнощі, стають сильнішими [49, с. 50]. У разі фактичної руйнівної події, такої як війна, стійкість має найбільший вплив на визначення майбутнього соціальної системи, оскільки задає траєкторію її відновлення. Стійкість соціальної системи в умовах ризику ґрунтується на тому, що відбувається зміна способу психологічного самосприйняття її членів. Завдяки переживанню «спільної долі» акцент переноситься з «я» на «ми», формуючи спільну соціальну ідентичність [1, с. 149].

Варто додати, що особливості українського контексту мають значні відмінності від того, що зазвичай є предметом дослідження в даному напрямі. Переважна більшість усіх емпіричних і теоретичних розвідок резильєнтності розглядає в якості фактору стресу насамперед разову або принаймні короткотермінову подію, хай вона і приносить значні руйнування (катастрофи, терористичні атаки тощо). Процес відновлення до «нормального» стану досліджують на тлі наслідків таких подій. Однак, якщо ми говоримо про наш український контекст, мова йде про тривале постійне порушення нормальної життєдіяльності населення під час війни – через обстріли та небезпеку бути пораненими або загинути [1, с. 151–152].

Для того, щоб зрозуміти як соціальна система може виживати у кризу, розглянемо модель соціальної резильєнтності Г. Р. Келлерман та М.Е.П. Селігман, запропоновану у їх авторській праці «Tomorrowmind» [49, с. 51].

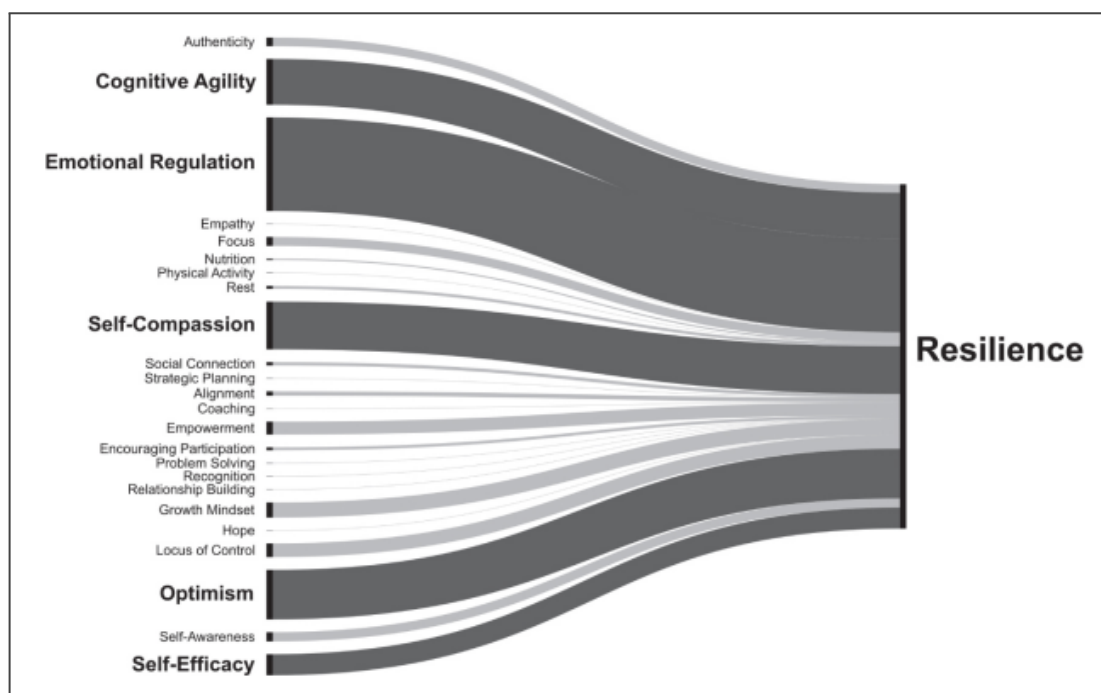


Рис.1.1

На діаграмі зв'язків (Рис.1.1) товщина лінії між певним фактором та показником резильєнтності відображає силу впливу цього чинника на кінцевий результат. Попри те, що всі вимірювані параметри впливають на розвиток стійкості,

п'ять факторів демонструють найвагоміший ефект: емоційна регуляція, оптимізм, когнітивна гнучкість, самоспівчуття, самоефективність.

- **Емоційна регуляція** це здатність гнучко й продуктивно управляти власними емоціями, передусім негативними, у спосіб, що дозволяє досягати поставлених цілей. Люди з розвиненою емоційною регуляцією зберігають ясність мислення, навіть у стані сильного стресу, тоді як відсутність цього уміння призводить до емоційного «захоплення», коли почуття повністю блокують раціональне мислення [49, с. 52–55].
- **Оптимізм** — це тенденція з надією й упевненістю очікувати позитивних результатів у майбутньому. Дослідники наводять приклад: у 1967 році Мартін Селігман, вивчаючи феномен «learned helplessness», помітив, що приблизно третина учасників експериментів залишалася стійкою, навіть за умов неминучих негативних подій. Такі люди пояснювали труднощі як: тимчасові («це мине швидко»), локальні («це стосується лише цієї ситуації»), контрольовані («я можу вплинути, щоб це не повторилося»). Інакше кажучи, вони зберігали наратив контролю навіть тоді, коли об'єктивно не мали впливу на події. Це демонструє, що відчуття, наскільки ситуація є «стерпною», залежить не від самої події, а від нашої віри у здатність щось змінити [49, с.55–56].
- **Когнітивна гнучкість** — це здатність ментально переміщатися між різними можливими сценаріями розвитку подій, зважуючи альтернативи, перш ніж зосередитися на найперспективнішому варіанті та перейти до дії. Парадокс полягає в тому, що саме в моменти кризи, коли нам найбільше потрібна когнітивна гнучкість, ми втрачаємо здатність мислити широко. Емоційний центр мозку активує реакцію страху, «захоплюючи» когнітивні процеси. Внаслідок цього людина звужує поле сприйняття, діє обережно, уникаючи ризику, й перестає бачити альтернативи [49, с. 56–59].
- **Самоспівчуття** — це здатність проявляти розуміння до себе в моменти власних страждань, невдач чи відчуття недосконалості. Самоспівчуття передбачає використання тих самих моделей підтримки, які ми зазвичай

застосовуємо до інших людей у складних ситуаціях, лише тепер ми спрямовуємо їх на себе [49, с.59–60].

- **Самоефективність** — віра людини у власну здатність досягти успіху в певній діяльності чи завданні [49, с. 60–62].

Припускаємо, що стійкість пар у романтичних дистантних стосунках під час війни проявляється через ті самі п'ять компонентів: емоційну регуляцію, оптимізм, когнітивну гнучкість, самоспівчуття та самоефективність. Адже на нашу думку зазначені компоненти відображають універсальні когнітивні, соціальні та емоційні установки та моделі поведінки, притаманні будь-якій формі людської взаємодії. Перевірити це частково ми зможемо у практичній частині нашої роботи, де дослідимо виживання соціальної системи (тобто шлюбної пари) під час війни при цьому з додатковою складністю – підтриманням стосунків на відстані.

Висновки до розділу 1

У першому розділі магістерської роботи досліджено романтичні стосунки як багатовимірне явище, однією з основних функцій якого є підтримання стабільності соціальної мікросистеми. На основі опрацювання теоретичних підходів до концептуалізації любові, сформульовано власне визначення романтичних стосунків. Вибір теорії діадної взаємодії Г. Беккера і Р. Х. Юзім як ключової для подальшого дослідження зумовлений трьома причинами. По-перше, дана теорія зосереджена на поясненні обмежених значень, розподілі функцій, «публічному» та «приватному» патерні діади — тобто на тих діях, які можна розглядати як цифрові й нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані. По-друге, вона дозволяє розглянути як впливає війна на порушення діадного порядку, адже у ній описуються наслідки тимчасової втрати одного з учасників діади. По-третє, за словами авторів Г. Беккера і Р. Х. Юзім, дана теорія є універсальною для всіх типів діад. Тобто її можна застосувати для розгляду двох типів пар у нашому дослідженні: «військовий – цивільна в Україні» та «цивільний в Україні – цивільна за кордоном».

Таким чином ми можемо порівняти, розмежувати і виявити два різних або подібних досвіди конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані.

Особливу увагу зосереджено на специфіці романтичних стосунків на відстані. Орієнтуючись на підхід Л. Стаффорд, у роботі пояснено якою має бути відстань і як довго партнери мають не бачитися, щоб стверджувати, що стосунки є дистанційованими. Огляд доповнено традиційною моделлю проксеміки Е. Т. Холла. Так, як цифрові технології розмивають границі між тим, що знаходиться поруч і тим, що знаходиться далеко, модель Е. Т. Холла застосовано для позначення різних відстаней між партнерами у цифровому просторі — за різних контекстів.

Останнім, але не менш важливим, висвітлено вплив війни на романтичні стосунки на відстані. Війна збільшила кількість дистантних пар, вплинула на втрату контролю партнерами географічного і часового аспекту відстані, переозначила їх гендерні ролі. Загалом війна продемонструвала, що загрози та пов'язані з ними ризики не завжди передбачувані у своєму виникненні чи наслідках для пари. Тому, через теорії соціальної резильєнтності, було проаналізовано в чому полягає стійкість дистантної пари під час війни і як вона може відновлюватися після збоїв.

Отже, напрацювання першого розділу формують загальну теоретичну основу всієї подальшої роботи. У наступних розділах, аналізуючи інтимність та практики її конструювання у романтичних стосунках, зокрема на відстані, ми відштовхуємося від авторського визначення романтичних стосунків і використовуємо теорію діадної взаємодії як основний теоретичний підхід.

РОЗДІЛ 2. КОНСТРУЮВАННЯ ІНТИМНОСТІ У РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКАХ НА ВІДСТАНІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

2.1 Інтимність в оптиці соціології

«Інтимність» та «інтимні стосунки» в сучасному розумінні цих слів є відносно новими поняттями. У тих дослідженнях, які мають на меті систематизувати інтимність, часто наголошується, що інтимність важко визначити з наукової точки зору, оскільки люди розуміють її інтуїтивно та ставляться до неї як до табу, водночас ідеалізуючи не лише в повсякденному житті, а й у науці. Як наголошує Н. Луман: «Так багато говорять про інтимність та близькі стосунки, проте немає для них достатнього теоретичного уявлення» [54, с. 194]. І як зазначають А. Франк, П. Т. Клаф, С. Сайдман: «У соціології термін “інтимність” описує все: від найінтенсивніших діадичних стосунків до колективної енергії організації соціального руху» [32, с. 1–10]. І справді, незважаючи на відносно недавній інтерес дослідників до питання інтимності, наразі існує багато соціологічних її пояснень. У загальному їх можна поділити на 4 групи:

- 1) Дослідження, які пов'язують інтимність з сексуальністю та сексуальними стосунками, що характеризують функціонування сімей (ранні трактування інтимності);
- 2) Дослідження, які стверджують, що демократизація міжособистісних стосунків призвела до трансформації інтимності (Е. Гідденс та його послідовники);
- 3) Дослідження, які розглядають інтимність через втілені практики;
- 4) Дослідження інтимності через взаємозв'язок публічного та приватного [33, с.69].

Хоча впорядкованість дослідницьких позицій у цьому списку є хронологічною, це не означає, що якась із цих дискусій завершилася. Теми взаємодоповнюють одна одну в діалозі, хоча часом і неоднозначному. Тож у даному підрозділі ми ставимо за мету дослідити як суть цих ідей, так і різні їх перетини.

Перш ніж перейти до аналізу категорії інтимності, варто зазначити, що до 1960-х років у західних суспільствах домінувала культура мовчання та ігнорування інтимності. До сексуальної революції будь-які публічні обговорення тем, що стосуються близького зв'язку між двома людьми (не обов'язково сексуального), навіть у сферах професійних досліджень, не схвалювалися. Виникнення категорії «інтимність» можна трактувати як результат змін, що відбулися в західних суспільствах після 1960-х. Основною формою стосунків, яку сьогодні визначають як інтимну, і яка була соціально прийнятною в минулому, був шлюб. Однак довгий час він був соціально-економічним інститутом, формою економічної чи політичної транзакції і не мав зв'язку з коханням чи інтимними стосунками у сучасному розумінні цієї категорії. І лише згодом інтимні стосунки двох людей були соціально санкціоновані, тому зближення пар все більше ставало питанням індивідуального вільного вибору людини. Шлюб, заснований на емоційному виборі, крім економічних та соціальних функцій, почав задовольняти потреби зовсім іншого роду. Кохання стало причинним фактором шлюбу, а інтимність – його зв'язком та умовою його сталості [67, с. 131–165].

У попередньому розділі ми розглянули концептуалізацію кохання як соціального феномену, але зараз, щоб чітко розрізняти ці категорії, розрізнимو поняття «кохання» та «інтимність». Кохання частіше тлумачиться як емоція, втілений афект, і в цьому сенсі кохання є атрибутом особистості, а не якості зв'язку між людьми. Почуття кохання може виникати, незважаючи на відсутність взаємності та навіть за відсутності будь-яких стосунків з коханою людиною [46, с. 4]. Натомість поняття «інтимність» завжди стосується певної форми міжособистісних зв'язків, але зазвичай вказує на схему взаємодії, яка є тривалою у часі і визнається обома сторонами як стосунки. Інтимність може виникати у будь-яких близьких міжособистих стосунках: між батьками та дітьми, між братами та сестрами, родичами, друзями, колегами по роботі. Зазвичай, соціологи використовують категорію «інтимність» як таку, що більш інклюзивно охоплює різні види стосунків, важливі для людей. Але, за словами Л. Джемісон, «Інтимність є одним із вихідних понять, що використовують для визначення сучасного контексту романтичних

стосунків» [47, с. 43]. Це пояснює, чому саме романтичні зв'язки привертають найбільшу увагу як у популярних дискусіях, так і в наукових роботах. І це частково пояснює, чому у даній роботі ми також вирішили дослідити цифрові і нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни.

Вищезгадана Л. Джеймісон визначає інтимність як «якість тісного зв'язку між людьми, де процес побудови цієї якості призводить до типу особистих стосунків, які суб'єктивно переживаються і можуть бути соціально визнані як близькі» [46, с. 1]. Якість тісного зв'язку може бути емоційною та когнітивною, сполученою із суб'єктивними переживаннями, наприклад, почуттям взаємної любові, «схожості» та особливості одне для одного. Це також може бути фізичною, тілесною близькістю, хоча інтимні стосунки не обов'язково мають бути сексуальними, адже як тілесний, так і сексуальний контакт можуть відбуватися без інтимності. Л. Джеймісон надає ширше визначення, яке не обмежує інтимність глибоким «знанням» іншої людини, вона говорить, що пізнання – це лише одна з низки практик, які можуть створювати інтимний зв'язок.

На думку іншої дослідниці — К. Форсті, інтимність — це «соціальні стосунки, що складаються з афекту, знань, взаємних дій та норм» [30, с. 1–14]. Аналізуючи інтимність, К. Форсті приходить до висновку, що вона одночасно містить психологічні та соціальні компоненти. З одного боку, це психологічно зрозумілі почуття та знання, а з іншого – соціально визначені взаємні дії і норми. Таким чином, за її формулюванням, інтимність можна розглядати з точки зору досвіду (інтимного досвіду) або поведінки (інтимної поведінки).

Натомість за словами Н. Лумана, в інтимних стосунках значення набувають індивідуальні, специфічні характеристики конкретної людини (тобто він теоретизує інтимність більше як схильність односторонньо виявляти почуття та емоції). Індивіди в цих стосунках роблять себе доступними один для одного. Таким чином, інтимність можна градувати. Саме індивіди в інтимних стосунках визначають, наскільки їхні почуття та емоції доступні іншим. Звичайно, ступінь інтимності між індивідами також є соціально визначеним. Існують соціальні правила, які

передбачають, що певний ступінь інтимності очікується у конкретних соціальних ситуаціях [54, с. 195]. Наприклад, те, що є прийнятним рівнем відкритості на першому побаченні, відрізняється від того, що очікується у тривалих партнерських стосунках.

Що стосується елементів інтимності, то різні науковці їх визначають по-різному. Якщо розглянути ранні теоретичні підходи, то інтимність містить елементи прихильності [13, с. 99–112], альтруїзму та солідарності [51, с. 29], міжособистісної відкритості [8, с. 54] та відданості [42, с. 3]; інтимність розглядається як конститутивний вимір [94, с. 841–849] або ціннісний компонент стосунків [42, с. 28].

Повернемося тепер до чотирьох аналітичних напрямів дослідження інтимності, які ми виділили в цьому підрозділі. Перш за все, звернемося до ранніх теорій, які здебільшого фокусувалися на сексуальному вимірі інтимності. Характерними акцентами в цих дослідженнях були конструювання сексуальних ідентичностей, схильностей та передачі інтимної поведінки через міжособистісні сімейні контакти. У цих підходах також наголошувалося, що соціокультурні дискурси формують гендерні нерівності та впливають на розподіл влади у стосунках між чоловіками та жінками. Пізніші дослідження гетеросексуального кохання і сексуальності поглибили цей аналіз [33, с. 47]. Тобто, якщо узагальнити, у цих теоріях інтимність виступала передусім як подружній сексуальний зв'язок, а саму сексуальність розглядали як те, що «тримає» подружжя разом і підтримує стабільність сім'ї. Секс мислився як частина виконання сімейних та батьківських ролей. Тобто інтимні стосунки були «правильними», якщо вони вписувалися в репродуктивну норму. Також варто додати, що у центрі цих досліджень був гетеросексуальний шлюб, а інші практики, такі як позашлюбні, одностатеві, нерепродуктивні сексуальні стосунки, зазвичай описувались як відхилення.

Інший ряд теорій стосується детрадиціоналізації інтимності. Хоча думки щодо ступеня та сучасності трансформацій інтимності розходяться, існує загальна згода дослідників щодо того, що з 1960-х років відбулися зміни в моделях інтимних стосунків у більшій частині західного світу. Нормалізація таких сімейних форм, як

сім'я з одним батьком, сім'я з вітчимом, друзі як сім'я, сім'я за вибором свідчить про переконфігурацію традиційних форм інтимності та міжособистісних стосунків. Заявлені зміни соціальні теоретики розуміли по-різному: через роль соціальних рухів, зокрема фемінізму другої хвилі (М. Кастельс), глобалізації та лібералізації поглядів (Е. Гідденс), індивідуалізації (У. Бек та Е. Бек-Герсхайм), структурованої через пізній капіталізм (Є. Іллуз та А. Хохшильд) або як наслідок та складову постмодернізму (З. Бауман) [33, с. 8]. Хоч ми і розглянемо різні думки щодо детрадиціоналізації інтимності, в першу чергу ми зосередимося на ідеях Е. Гідденса, оскільки його ідеї спричинили жваві дебати, що перетиналися з ширшими дискусіями щодо детрадиціоналізації інтимності. Частково ми вже зверталися до його концепції у підрозділі 1.1, але зараз розширимо її положення.

Аргумент Е. Гідденса полягає в тому, що відокремлення сексу від репродукції створило можливість «чистих стосунків», в яких чоловіки та жінки рівні. Він розглядає «чисті стосунки» як частину загальної реструктуризації інтимності [34, с. 58], яка замінила сімейні зобов'язання. Також Е. Гідденс стверджує, що традиція перестала визначати, як повинні виглядати стосунки, тому інтимність стала будуватися на виборі, взаємності й емоційній задоволеності, а не на обов'язку чи соціальних нормах (всі інші ключові аспекти його теорії ми розглянули у п. 1.1).

Ця концепція захопила увагу багатьох вчених, незважаючи на те, що згодом також зазнала значної критики. Критика Е. Гідденса включає європейсько-північноамериканські дослідження, які показують, що розкриття не є єдиним елементом практик інтимності, і що гендерна нерівність може зберігатися поряд з інтимністю [46, с. 19]. Щодо останньої, деякі дослідження демонструють збереження гендерної нерівності у догляді за дітьми та домашній роботі [20, с. 451–468], [28, с. 212], [90, с. 694–711], [61, с. 133–143] та сексуальних практиках [92, с. 123–132]. В інших дослідженнях ставиться під сумнів ступінь, до якого «традиція» втратила свій вплив на інтимне життя. Наприклад, Дж. Картер стверджує, що «традиція» продовжує відігравати певну роль у шлюбних прагненнях молодих жінок, оскільки люди виносять рішення щодо свого особистого життя не лише реляційно, а й інституційно [17, с. 3], [16, с. 3–7], тобто на їхні рішення впливають

соціальні очікування, культурні традиції, рольові моделі, норми родини та суспільства. Підсумовуючи, Гідденс і його послідовники погоджувалися, що відбулася трансформація в інтимності, і що ми живемо у все більш індивідуалізованому, агентивному та демократичному світі особистих стосунків. На нашу думку, це може призвести до двох наслідків для інтимного зв'язку: або він буде сприйматися як тимчасовий і швидкоплинний, або він буде дедалі більше цінуватися, оскільки більш формальні способи закріплення стосунків зникнуть.

Далі звернімося до досліджень, які розглядають інтимність через практики її конструювання. Це практики, які в поєднанні створюють та підтримують відчуття інтимного зв'язку та особливу якість стосунків між людьми [46, с. 3]. У соціології список практик інтимної близькості отриманий з досліджень, що документують, як люди поведуться в сім'ях, стосунках між батьками та дітьми, парах, у сексуальних стосунках та дружбі або будь-яких інших стосунках, які сприймаються та соціально визнаються як такі, що мають особливу якість інтимного зв'язку. Огляд літератури показує, що зазвичай соціологи аналізували інтимність або через нецифрові, тілесно-матеріальні практики, або через цифрові практики (у більш сучасних дослідженнях). Праць, які б одночасно розглядали цифрові і нецифрові практики конструювання інтимності, нам виявити не вдалося, що відкриває простір для подальшого теоретичного й емпіричного осмислення.

Наприклад, Л. Джемісон досліджувала нецифрові практики і визначила, що навіть у тих частинах світу та періоди, про які писав Е. Гідденс [34], інтимність практикується не виключно через саморозкриття, а пов'язана з ширшим набором практик: даруванням, обміном, проведенням часу, знаннями, практичною турботою, вираженням прихильності [47, с. 49]; [48, с. 477–494]. Кожна з вищеперелічених практик спрямована на створення інтимності, але не завжди є її достатньою умовою. Наприклад, тісний зв'язок спільного перебування в тюремній камері передбачає як проведення часу, так і доступ до привілейованих знань про співкамерника, але про розвиток будь-якого спільного відчуття інтимності у цьому випадку важко говорити.

Також Л. Джемісон зазначає, що здійснення або отримання практичних актів турботи як практик інтимності часто недооцінюється в академічних дискусіях. За

думкою науковиці, відчуття, що близька особа не змогла надати практичну турботу, коли вона була особливо необхідною, або що рутинна практична допомога не надається, коли соціальний та культурний контекст це передбачає, знецінює та підриває інші практики інтимності [47, с. 27], [33, с. 13]. Тобто якщо одна з важливих, соціально очікуваних практик не виконується, а інші практики продовжують діяти, це все одно може зруйнувати відчуття інтимного зв'язку.

Не менш важливою складовою практик інтимної близькості є цифрові практики. З розвитком цифрових технологій виникає новий соціальний порядок, в якому індивід є автономним центром. Саме індивід у цифровому просторі вступає в соціальні відносини з іншими особистостями і визначає їхній характер та межі. Це означає, що люди змінюють спосіб взаємодії один з одним, стають дедалі більше пов'язаними як особистості, а не вбудованими у групи. Іншими словами, у цифровому середовищі центром уваги стає людина: не сім'я, не сусідство і не соціальна група [69, с. 6]. Таким чином, цифрова інтимність існує, але має опосередкований характер [18, с. 291–300]. У процесі її формування особливу роль відіграють цифрові технології [11, с. 13]; [91, с. 365–393]. Вони створюють технічні можливості для формування та підтримки двох типів соціальних відносин: інтимних стосунків, що встановлюються між людьми онлайн, та інтимних стосунків онлайн людей, які перебувають у стосунках у реальному світі [53, с. 138–144]. Прикладом першого типу стосунків є пошук партнерів через онлайн-знайомства, прикладом другого типу є функціонування сімей на відстані. [77, с. 45–65]; [78, с. 234–257]. Отже, за допомогою цифрових технологій люди можуть конструювати інтимність: надсилати короткі фрагменти життя, створювати онлайн-активності, онлайн-ритуали, планувати спільне майбутнє через онлайн-календарі, збережені локації тощо.

Нарешті, звернімося до четвертого напрямку досліджень, які розглядають інтимність через взаємозв'язок публічного та приватного. Якщо у попередньо згаданих дослідженнях питання інтимності цікавило соціологів переважно в контексті трансформації приватного життя, згодом його також почали аналізувати в контексті суспільного. Інтимність почали розглядати як продукт. Ця

концептуалізація вбудована в перспективу комерціалізації інтимності, яка на думку багатьох вчених йде пліч-о-пліч зі стосунками XXI століття. Вона вписується в перспективу Є. Іллуз про життя в часи «емоційного капіталізму» [43], де інтимні стосунки піддаються подвійній обробці — економічній та емоційній, які визначають і створюють одна одну. Інтимність у цій перспективі схильна до інституціоналізації, почуття постають як продукт «процедурних» кабінетів, а індивід раціоналізує емоції, ставиться до них як до товару, як до послуги, яка має бути на найвищому можливому рівні [67, с. 147–149].

У цьому контексті інтимність може виникати між людьми, які навіть не знають імен одне одного. А. Р. Гохшильд у своїй роботі «The Commercialization of Intimate Life» наводить влучний приклад цьому: «...перукар знає, що частиною її чи його роботи є створення інтимного моменту для клієнта, але в них не обов'язково будуть романтичні чи емоційні зв'язки, що стоять за цим» [41, с. 7]. У своїй праці А. Р. Гохшильд вводить і розробляє концепт «емоційної праці», аналізуючи, як у різних професіях (стюардеси, сервісні працівники, зокрема й перукарі) люди мають регулювати й «продавати» власні емоції як частину роботи. Отже, А. Р. Гохшильд констатує суттєву трансформацію інтимності у сучасному суспільстві порівняно з поколінням його прадідів. Основною відмінністю постає те, що сфера інтимних стосунків дедалі більшою мірою визначається ринковими механізмами.

Такими, наприклад, є стосунки між клієнтами та постачальниками послуг, що можуть включати практики саморозкриття (стосунки консультанта і клієнта), фізичний контакт (стосунки тренера і клієнта), сексуальний контакт (стосунки працівника секс-індустрії і клієнта). Кодекси практики позначають такі стосунки як професійні або комерційні, але відсутність кохання часто спотворюється, викривлюється або сприймається проблематично. Інші практики, які можуть виникати у стосунках між клієнтом і постачальником послуг, — це обмін секретами, робота з конфіденційними документами, надання порад, передача інсайдерської інформації, емоційна підтримка тощо. Це ставить під сумнів тезу Р. Коллінза про те, що «інтимні стосунки між двома людьми містять у собі обіцянку — і водночас загрозу — емоційної взаємодії, інтенсивнішої й більш значущої, ніж повсякденні

соціальні контакти» [23, с. 223–252]. Навпаки, як бачимо, деякі ринкові відносини створюють ситуації, у яких інтенсивність та значущість емоційної взаємодії навіть перевищують досвід, властивий особистим зв'язкам. Для клієнта це може сприйматися як «справжній» інтимний зв'язок, навіть якщо він обмежений рамками надання послуги. Для постачальників послуг створення відчуття інтимного зв'язку одночасно автентизується (через емпатію та включення) і дистанціюється (через етичні рамки професії). У результаті взаємодія може виглядати щирою й персоналізованою, але водночас є функцією оплачуваної ролі. Крім постачальників послуг, подібні інтимні транзакції трапляються у найрізноманітніших парах: між друзями, партнерами, сусідами, колегами, роботодавцем і працівником, професіоналом і клієнтом, батьками й дітьми. В усіх цих випадках економічні транзакції часто переплітаються з інтимністю [96, с. 101].

До теоретичних напрацювань, у яких інтимність розглядається як взаємозв'язок публічного та приватного, варто також додати концепцію «інтимного громадянства» К. Плампера [68, с. 20–25]. За Пламмером, інтимність сьогодні означає не лише близькі стосунки з друзями, родиною, дітьми чи коханими, а й глибоке переживання себе — своїх почуттів, своєї ідентичності. Автор пропонує концепцію «інтимного громадянства», яку він визначає як соціальне явище, пов'язане з правом розпоряджатися власним тілом, образом, ідентичністю, почуттями та стосунками, а також хіттю, сексом та еротикою. Його концепцію ми згадуємо у рамках цього напряму досліджень, адже вона є певним оксюмороном, адже поєднує в собі протилежні за змістом поняття: «громадянство» — публічна категорія, пов'язана з правами й регуляціями, й «інтимність» — приватна категорія, пов'язана з емоціями і близькістю. Тобто К. Пламмер показує, що у XX–XXI столітті інтимність перестала бути виключно приватною і стала предметом політичного регулювання (право на шлюб, розлучення, аборт, усиновлення), юридичних дискусій (згода, насильство, дискримінація), суспільних дебатів (сексуальність, репродукція, тілесна автономія). Це означає, що поняття інтимності вийшло у публічну сферу, і люди у публічному вимірі дискутують про власну тілесність, сексуальність, партнерство, репродуктивні вибори.

Отже, нами було розглянуто сексуальний, трансформаційний, практичний і публічно-приватний виміри інтимності. Наведені інтерпретації скоріше не суперечать одна одній, а відображають різні способи конструювання інтимності у різних контекстах, хоча їх одночасне існування й ускладнює формування одного цілісного бачення.

У даній роботі ми спираємося на визначення категорії «інтимність» за Л. Джеймісон: *якість близького зв'язку між двома людьми, яка вказує на те, що їх взаємодія є тривалою у часі і визнається обома сторонами як стосунки. Ця якість може проявлятися у глибокому “знанні” іншої людини, відчутті взаємної любові, прихильності, солідарності, “схожості” та особливості один для одного, а також може включати тілесний та сексуальний контакт* [46, с. 1]. Оскільки ця робота загалом базується на теорії діадної взаємодії Г. Беккера і Р. Х. Юзім, вибір формулювання категорії «інтимність» узгоджувався з логікою цієї теорії. По-перше, у теорії діадної взаємодії дві людини складають соціальну мікросистему зі своїми ролями, правилами, спільними значеннями, виробленими на основі тривалого зв'язку. Наше формулювання також підкреслює, що взаємодія двох людей для конструювання інтимності має бути тривалою у часі і визначатися обома сторонами як стосунки. По-друге, у теорії діадної взаємодії наслідком тривалої взаємодії двох індивідів є певне злиття індивідуальностей у спільне ціле, систему. Наше формулювання також розглядає певне злиття індивідуальностей, що проявляється у глибокому «знанні» один одного, «схожості» індивідів. По-третє, це визначення є достатньо широким, щоб охопити як цифрові, так і нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані, що робить його придатним для подальшого використання у роботі.

2.2 Конструювання інтимності у романтичних стосунках

Спираючись на визначення інтимності у даній роботі, ми розглядаємо «конструювання інтимності» як процес формування близького зв'язку між партнерами через певні практики. Більшість емпіричних досліджень розглядають

конструювання інтимності на мікрорівні — у романтичних стосунках, сім'ях, дружніх відносинах [32, с. 27]. Але коли ми досліджуємо будь-яке явище чи процес у соціології, неможливо оминати мезорівень (наприклад, дослідження конструювання інтимності у малих групах [29, с. 3]) або макрорівень (дослідження конструювання інтимності у містах, націях, глобальних спільнотах [36, с. 1–17]), всі вони так чи інакше перетинаються. Від того, на якому рівні конструюється інтимність, залежить її інтенсивність — більш сильний або більш слабкий зв'язок. За твердженням соціологині К. Фрості, партнери у романтичних стосунках мають найвищу інтенсивність інтимного зв'язку [30, с. 8–9].

Оскільки у даній роботі ми обрали теорію діадної взаємодії як ключову і стверджуємо, що романтичні стосунки — це один з видів діадних стосунків, у цьому підрозділі застосуємо модель конструювання інтимності К. Фрості. На нашу думку, вона може підійти для практичної частини нашої роботи з декількох причин. По-перше, авторка визначає конструювання інтимності через чотири практики: вираження емоцій, розвиток спільних знань, взаємні дії, дотримання соціальних норм, і говорить, що саме діадні стосунки є «найсильнішим» випадком інтимності, у якому ці практики максимально перетинаються. Тобто її теорія підтверджує, що у романтичних стосунках конструювання інтимності проявляється найбільш повно і багатовимірно. По-друге, дана модель окреслює виміри, за якими можна організувати майбутню емпіричну роботу. Звичайно, запропонована модель повинна адаптуватися до емпіричного контексту, але припускаємо, що ми її можемо використати й надалі.

Модель К. Фрості створена за аналогією геометричної моделі кохання Р. Стернберга [85], в якій автор схематизує кохання як трикутник з трьома вершинами: близькість, відданість та пристрасть. У цій моделі форма кохання змінюється залежно від сили кожного з трьох елементів. Аналогічно, «сила» інтимності у моделі К. Фрості залежить від перекриття запропонованих практик (вираження емоцій, розвиток спільних знань, взаємні дії, дотримання соціальних норм). У «сильніших» інтимностях усі практики певною мірою перекриваються, тоді

як у «слабших» перекриття є незначним. Відсутність будь-якої практики вказує на відсутність інтимності. Далі ми окреслимо кожен з них.

Першою практикою К. Фрості називає вираження емоцій. Вона описує його через поняття «афект» і пояснює з соціологічної точки зору: «... згадаймо, що ми часто переживаємо власні почуття як непрозорі для самих себе, як те, для чого нам бракує мови, що ми не можемо до кінця досягнути, що вислизає від нас, але водночас проявляється у взаємодії зі світом і впливає на наше тілесне буття та подальші дії. Цей тілесний, сенсорний, невимовний і неусвідомлений досвід я називаю афектом» [30, с. 5]. У цьому осмисленні вираження емоцій — це одна з практик конструювання інтимності, яка відчувається людьми як когнітивно, так і тілесно в соціальних контекстах. Фактично, йдеться про те, що інтимність не може існувати без того, щоб партнери показували одне одному свої емоції. Афект — це внутрішнє переживання, яке проявляється у комунікації поза нашим усвідомленням такого прояву. Саме передання емоцій через комунікацію робить індивідуальні почуття доступними іншому і створює відчуття інтимності.

У моделі К. Фрості емоційне вираження розглядається як універсальна практика, що може бути присутньою в будь-яких діадних стосунках. Проте, на нашу думку, у романтичних стосунках вона набуває більшої ваги, адже вони передбачають очікування більшої емоційної доступності. Також у рамках цієї моделі афект як внутрішній, частково неусвідомлений досвід не завжди може бути артикульований у доступній формі. Це залежить від здатності партнерів знаходити мову, якою вони можуть говорити про свої почуття. К. Фрості припускає, що говорити про почуття для того, щоб сконструювати інтимність у парі важливо й бажано, але не враховує ситуацій, у яких відкритися емоційно важко для однієї з сторін. Наприклад, у стосунках на відстані, коли партнер проходить військову службу, йому стає важче бути емоційно доступним для партнерки. Тож авторка описує вираження емоцій як практику конструювання інтимності в дуже узагальненому вигляді і не враховує, які можуть бути контексти.

Окрім афективного досвіду, конструювання інтимності також вимагає обміну ідіокультурними знаннями — такими, які формуються всередині конкретної групи та

зрозумілі лише її учасникам. За чотирирівневою моделлю К. Фрості ступінь, до якої ці знання відомі та передаються, є одним із емпіричних показників їхнього інтимного зв'язку. У поясненні цієї практики К. Фрості звертається до твердження Н. Лумана: «Інтимні знання передаються через безперервний процес комунікації, завдяки якому дедалі більше вбудовуються в особистості та проєктуються назад у стосунки» [54, с. 13]. Справді, інтимний зв'язок будується на тому, що люди знають інформацію один про одного на рівні, недоступному для сторонніх людей. Саме регулярне оновлення цих знань створює відчуття інтимності.

Разом із тим нам здається, що дана практика не є однаковою у всіх стосунках. На відміну від дружніх або робочих діад, романтичний зв'язок передбачає очікування більш глибоких, приватних значень. У романтичних стосунках знання про партнера часто сприймається як ознака «правильності» або «справжності» стосунків. Можливо, іноді це створює підвищений тиск на партнерів, тобто обмін знаннями перетворюється на вимогу, а не тільки існує як природний процес. Отже, практика, яку К. Фрості описує як поступову і спонтанну, на нашу думку, у романтичних стосунках стає частково інституціоналізованою: від партнерів очікується певний рівень відкритості, без якого зв'язок вважається неповноцінним.

Ще одне питання, яке виникло у нас після ознайомлення з моделлю: який рівень знання про іншу людину є необхідним, щоб взаємодія вважалася інтимною? Наприклад, якщо один сусід має обмежені знання про іншого сусіда та його повсякденне життя, чи можуть вони бути частиною національної інтимності завдяки спільній приналежності до одного громадянства? Або у романтичних стосунках, якщо партнер знає про партнерку досить багато, чи робить це знання саме по собі їх зв'язок інтимним? Отже, у моделі залишається непоясненим, що саме перетворює знання на інтимне — його обсяг, глибина чи спосіб, у який воно вбудовується у взаємодію.

У описі цієї практики К. Фрості також стверджує, що інтимне знання завжди ризикує стати надто публічним або надто особистим. Наприклад, як у випадку секстингу або феномену «too much information» (коли про приватне життя людини відомо занадто багато [15]). У такому разі інтимне знання саме по собі не гарантує

стійкості стосунків чи спільноти. Отже, виокремлення границь між «недостатнім» та «надмірним» знанням у подальших дослідженнях може допомогти окреслити, де інтимність конструюється через спільні знання, а де вона зникає.

Третьою практикою, яку визначає К. Фрості, є взаємна дія [30, с. 6–7]. Люди завжди щось роблять, щоб досягти відчуття інтимності або уникнути його. Наприклад, на рівні нації інтимність між громадянами спонукає до дії через патріотизм. Ми можемо уявити собі групи дітей, які щоранку кладуть руки на серця під час гімну в школах. Або це може проявлятися через практику публічної пам'яті — згадаймо кожного українця, який зупиняється о дев'ятій ранку і виконує ритуал поваги до загиблих воїнів. У романтичних стосунках конструювання інтимності вимагає взаємної дії. Наприклад, на відстані партнери можуть надсилати одне одному ранкові повідомлення як знак того, що день починається зі згадки про них. Або вони можуть виходити на короткі дзвінки щовечора, щоб підтвердити, що стосунки продовжуються. Способи реалізації взаємної дії не є обмеженими.

Якщо звертатися до шлюбних стосунків як одного з видів романтичних стосунків, К. Фрості цитує Л. Кіпніс: «...конструювання інтимності у подружжя вимагає вимушеної праці, яку виконують індивіди, щоб отримати доступ до привілейованого інституту моногамного шлюбу» [50, с. 9]. Іншими словами, щоб бути частиною інституту моногамного шлюбу, партнери мають виконувати саме ті взаємні дії, яких вимагає структура цього інституту. У даному випадку формулювання «вимушена праця», мабуть, позначає, що дії партнерів мають відповідати суспільним нормам, бути виконаними «в межах цього інституту». Однак залишається питання: чи завжди інтимність є добровільною і веде до позитивного соціального результату? Як зазначає К. Фрості, окремі форми інтимності можуть мати руйнівні індивідуальні чи соціальні наслідки. Наприклад, насильство може бути розглянуте як специфічний тип інтимності. Тоді питання влади та згоди слід ретельно враховувати у розгляді конструювання інтимності через взаємну дію.

Останньою практикою К. Фрості називає соціальні норми. Вона осмислює соціальні норми у двох напрямках. По-перше, одні форми інтимності вважаються більш прийнятними, ніж інші. Тобто одні отримують легітимність, публічну

видимість, ресурси та повагу, а інші, «маргіналізовані», — приховуються [30, с. 7]. Для пояснення цього прикладу К. Фрості наводить схему Г. Рубіна [75, с. 3–44], яка розглядає конструювання інтимності у романтичних стосунках через сексуальні практики. Ця схема демонструє, що суспільство поділяє сексуальні практики на «правильні» та «неправильні». Наприклад, гетеросексуальні, «ванільні», моногамні практики мають більш привілейований статус у суспільстві порівняно з гомосексуальними, поліаморними, проміскуїтетними (вільні статеві стосунки).

На нашу думку, у романтичних стосунках норми впливають не лише на сексуальні практики. Вони створюють рамку, у якій партнери визначають, що вважається «правильними» почуттями, «доречними» формами поведінки, «нормальними» очікуваннями тощо. Наприклад, інститут шлюбу робить інтимний зв'язок у дружбі між чоловіком і жінкою малозрозумілим або ж, іншими словами, нелегітимним. Тобто норми формують спосіб, у який партнери розуміють, що таке інтимність і як її слід підтримувати.

По-друге, К. Фрості говорить, що уявлення про інтимність як бажаний результат також нормалізується. У своїй моделі авторка розглядає інтимність як позитивний і взаємно бажаний результат соціальної взаємодії [30, с. 8]. Однак, такий нормативний погляд приховує той факт, що інтимність може перетинатися з ненормативними та небажаними явищами. У нашій роботі інтимність також розглядається як позитивний результат романтичних стосунків. Водночас, важливо не виключати її іншу сторону, адже вона також може поєднуватися з насильством, нерівністю чи ризиками у парі.

Отже, ми обрали модель К. Фрості для огляду, оскільки вона дозволяє розглянути конструювання інтимності як процес, що складається з низки практик. Проте під час аналізу ми зрозуміли, що авторка надмірно узагальнює ці практики, щоб у подальших дослідженнях дана модель була застосовною для різних рівнів соціальної взаємодії. Тобто, якщо ми використаємо її у практичній частині роботи в незмінному вигляді, ми ризикуємо втратити з поля зору низку інших, менш легітимізованих, практик, які конструюють інтимність у романтичних стосунках на відстані. Хоча, з іншого боку, жодна модель не охопить повного списку практик

конструювання інтимності, бо це живий досвід, але все ж таки набору лише цих чотирьох практик для нашого дослідження недостатньо.

Насамкінець, для практичної частини дослідження ми сформували власний інструментарій якісного збору даних, що містить розширений перелік практик, орієнтований на особистий дослідницький інтерес та додатково спиралися на окремі положення теорії діадної взаємодії, які дозволяють більш точно окреслити цифрові та нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані.

2.3 Конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані

У сучасному світі важливою залишається здатність людини адаптуватися до постійних змін. Перехід «звичайних» романтичних стосунків до романтичних стосунків на відстані — також зміна, до якої партнери мають адаптуватися за допомогою цифрових технологій. За останні роки цифрові технології повністю інтегрувалися у нашу повсякденність, а, отже, і у досвід любові, інтимності та способів їхнього вираження.

Як зазначає Ш. Теркл, науковці то звинувачували технології у «вбивстві» інтимності, то вважали інструментами її посилення. Проте технологічні зміни останніх десятиліть свідчать про істотні зрушення в техніках її досягнення [87, с. 8]. Ш. Теркл наводить особистий приклад: текстове повідомлення, яке вона отримала від доньки перед публічним виступом, за її словами, було «наче обійми» [87, с. 11]. Цей приклад є цікавий тим, що він поєднує дві нібито несумісні речі — фізичну інтимність та технології. Отже, ми можемо говорити про те, що технології є медіаторами інтимного зв'язку двох людей на відстані. Вони роблять спробу переозначити саму природу цього зв'язку — те, як люди піклуються один про одного, проявляють свою любов тощо. Як додає авторка: «Цифрові технології і кохання є невід'ємними складовими повсякденного життя людини. Цифрові технології будуть розвиватися й надалі, однак кохання та потреба в інтимності залишатимуться базовими людськими потребами, навіть якщо вони ініціюються,

підтримуюються та опосередковуються через екрани» [88, с. 125]. З огляду на це, далі звернімося до проведених досліджень інтимності у романтичних стосунках на відстані. Це допоможе виявити, які практики конструювання інтимності вже були проаналізовані, а які не отримали належного осмислення. Також це дасть змогу визначити наукову прогалину, у межах якої жодних досліджень не було проведено, і заповнити її.

Почнімо з аналізу міжнародних досліджень. Дослідження студентських пар у США 2013 року засвідчило, що інтенсивність обміну інтимними деталями є вищою у дистантних пар — попри те, що їхня щоденна взаємодія рідша, але триваліша [21, с. 556–577]. Це дозволяє припустити, що дистанція підсилює увагу до змісту спілкування, робить його більш зосередженим. Коли фізичні зустрічі неможливі, кожна така комунікація набуває більшої ваги. Тоді інтимність постає не як результат частоти контактів, а як результат того, наскільки люди вкладаються у взаємодію.

Більш детально розглянемо дослідження 2019 року [63], у ньому участь брали пари віком 21–32 років, що мешкали у різних країнах на п'яти континентах і підтримували стосунки на відстані. В рамках даного дослідження виділимо ключові практики конструювання інтимності на відстані:

- Текстова комунікація — цей формат давав можливість контролювати власний час і краще формулювати свої думки, обдумувати, що варто сказати [63, с.31–32]. Вірогідно, це свідчить про те, що бачити партнера чи чути його голос не є обов'язковою умовою для формування й підтримання інтимності у стосунках на відстані.
- Більшість розмов і взаємодій відбувалася у межах дому партнерів [63, с. 32]. Припускаємо, це слугувало способом окреслення приватного простору їхнього особистого спілкування.
- Партнери розмежовували приватне життя від публічного і зрідка публікували свій спільний досвід у соціальні мережі. Публікація розглядалася ними як один із небагатьох доступних способів висловити кохання на відстані [63, с. 33–34]. Партнери говорили про спосіб таким чином висловити кохання, але,

припускаємо, публічний допис у соціальних мережах міг бути також можливістю підтвердити легітимність своїх стосунків.

- Ще однією практикою було «тегання» в коментарях під контентом, який нагадував одній половині пари про іншу [63, с. 34]. На нашу думку, цю практику можна розглядати як форму комунікації, коли зміст повідомлення не має великої ваги, але важливим є сам факт звернення до партнера.
- Найчастіше комунікація стосувалася повсякденних тем, роботи/університету, перевірки на кшталт «привіт», «як справи» [63, с. 35–37]. Це ще раз доводить, що зміст повідомлення у стосунках на відстані може не мати значної інформативної цінності, ключовим є намір підтримати зв'язок.
- Відстань спонукала їх проявляти більше креативності у спробах бути присутніми в житті одне одного. Пари встановлювали власні цифрові ритуали. Наприклад, ритуал «скайп-пиво» — відеодзвінки, що імітують атмосферу побачення в барі, під час яких партнери п'ють пиво та спілкуються. Або також згадувався ритуал щодня надсилати партнеру один електронний лист, додаючи щось цікаве — фотографію, посилання на відео чи будь-який інший матеріал, що може зміцнювати зв'язок партнерів. Деякі пари, через цифровізацію всіх процесів у стосунках, створювали нецифрові ритуали: писали паперові листи, надсилали листівки з нових відвіданих міст тощо [63, с. 37–39].
- Більшість пар надсилали одне одному сексуально забарвлені повідомлення — практику, відому як «секстинг», — а також інтимні фотографії. Деякі пари застосовували аудіо- та відеозв'язок для сексуальної взаємодії, щоб зберегти новизну та інтерес, не перетворюючись просто на друзів. Але все ж таки більшість зазначала, що фізичність не має адекватного цифрового заміника [63, с. 38].

Загалом, у цьому дослідженні інформанти постійно в тих чи інших формулюваннях повторювали тезу про те, що, хоч технології й мінімізують або повністю усувають фізичний вимір, партнери відчують, що стали ближчими один до одного. Отже, на нашу думку, ці дані чітко ілюструють, що екрани не перешкоджають людям у прагненні до інтимності — навпаки, технології можуть

зміцнювати ці зв'язки. У стосунках на відстані інтимність поступово відходить від фізичного виміру та трансформується у довіру, свободу висловлюватися без страху осуду, можливість ділитися найбільш особистими історіями. Цифрові медіа дозволяють парам створювати безпечний простір, у якому кожен може зосередитися на особистому житті і, водночас, підтримувати спільний цифровий простір, доступний лише їм.

Також у міжнародному контексті було проведено дослідження 2025 року подружніх пакистанських пар, які мали стосунки на відстані [45, с. 337–346]. Його результати показали, що цифрова поведінка, така як фаббінг (звичка постійно відволікатися на телефон), руйнує емоційний зв'язок на відстані, викликає ревності, тоді як спільні онлайн-ритуали покращують стосунки. Отже, дане дослідження звертає увагу на те, що у стосунках на відстані допустимі та недопустимі цифрові практики в межах пари мають бути чітко визначені. Фаббінг у цьому контексті показує, що сам контакт через екран не гарантує близькості. Партнер може формально бути «на зв'язку», але у той же час демонструвати, що інші справи (стрічка, повідомлення, сторонні чати) мають вищий пріоритет. Натомість спільні онлайн-ритуали допомагають конструювати інтимність і роблять зв'язок партнерів міцнішим.

Тепер розглянемо український контекст. Варто зазначити, що спеціальних досліджень інтимності у дистанційних романтичних стосунках в Україні поки що не було проведено, хоча окремі праці торкаються суміжних аспектів. Наприклад, дослідження Ветеран Хабу «Шлях коханої воїна» 2024 року, ключовою метою якого було окреслити шлях коханих українських воїнів, частково розглянули способи підтримки близькості парами на відстані [7, с. 213]. Наприклад, жінки мали правила спілкування зі своїми чоловіками або партнерами під час служби. Вони визначали разом, через який час жінка може почати хвилюватися за відсутності зв'язку. Коли зв'язок був, пари використовували різні шляхи для підтримки близькості — текстові повідомлення, телефонні та відеодзвінки, спільний перегляд фільмів, онлайн-ігри. Усе це не замінювало живого спілкування, проте зближувало та допомагало зберігати відчуття спільного життя.

Не менш важливим фактором для підтримки близькості було подолання страхів, а саме — страхів ранили партнера чи партнерку; не підтримати, а завантажити власними проблемами. Також для збереження зв'язку партнерам доводилось бути відвертими у складні моменти та ділитися почуттями, навіть якщо вони здавалися не важливими. Це свідчить, що підтримання довірливих стосунків із військовослужбовцями потребувало спільних зусиль і активної роботи. На перший погляд, такі стосунки могли б здатися крихкими через велику кількість випробувань, які парі приходиться долати. Проте, дане дослідження демонструє, що якщо і жінка, і чоловік докладають зусиль для збереження особистого зв'язку, з крихких ці стосунки перетворюються на міцніші.

Ще одним розглянемо дослідження Ветеран Хабу є «Сексуальне життя воїнів після поранень» 2023 року, в межах якого було точково розглянуто досвід підтримки стосунків на відстані військових та ветеранів [4, с. 25–28]. Автори проаналізували сексуальні практики партнерів на відстані і виділили два типових сценарії:

- підтримували контакт й обмінювалися сексуальним контентом;
- підтримували контакт загалом, але без сексуального контенту.

У першому сценарії до сексуального контенту входили віртуальний секс (коли партнери моделюють ситуацію і кожен описує свою роль, відчуття або бажання), інтимні фото, листування, розмови по телефону. Для частини пар це було важливою частиною їх стосунків на відстані. Коли партнери не мали можливості вести постійне інтимне листування/розмови телефоном, вони все ж обмінювалися інтимними фото чи відео. А у випадку, коли військові не мали змоги надсилати власні світлини, вони все одно отримували фотографії від партнерок. Припускаємо, що за інших обставин одностороння підтримка сексуальних стосунків викликала б непорозуміння в парі, але у цих обставинах, під час служби партнера, це створювало відчуття особливого інтимного зв'язку.

У другому сценарії військові пояснювали відсутність обміну сексуальним контентом умовами, у яких перебувають. Одне з загальних пояснень — не було фізичної можливості спілкуватися довго. За цих обставин телефонний зв'язок міг залишатися основною та практично єдиною формою комунікації, але про інтимні

фотографії, відео не йшлося. Іншим типовим поясненням було те, що на війні думки сконцентровані власне на війні, а не сексуальних питаннях. Були також випадки, коли військові навмисно відмовлялися від віртуальної підтримки сексуальних стосунків, бо це викликало негативні відчуття.

Результати цього дослідження свідчать, що не у всіх умовах й не у всіх стосунках на відстані сексуальні практики є ефективними для конструювання інтимності. Це особисте рішення пари, яке залежить від можливостей та бажання двох сторін. Якщо все ж таки вони присутні, то скоріше для того, щоб зберегти емоційний зв'язок партнерів і меншою мірою для фізичного задоволення.

Останнім згадаємо дослідження 2023 року «Бути разом завдяки ІКТ. Транснаціональні сімейні практики в контексті вимушеної міграції українців» [35]. Воно дасть нам додаткове уявлення про конструювання інтимності у романтичних стосунків на відстані під час російсько-української війни. У дослідженні аналізується досвід біженок, які виїхали до Іспанії і підтримують стосунки з членами сім'ї в Україні (серед яких є й їхні партнери). Результати демонструють, що у періоди тривалої відсутності саме розв'язання повсякденних питань і спільне ухвалення рішень створювали відчуття близькості з тими, хто залишився в Україні. Осмислюючи поняття «бути разом», жінки підкреслювали, що йдеться не лише про переживання близькості, а й про практики «здійснення сім'ї» у напрямі спільних уявлених майбутніх сценаріїв. Іншими словами, їхні практики були спрямовані не лише на відчуття близькості «тут і зараз», а й на створення певних мікропроекцій майбутнього після повернення в Україну [35, с. 52].

Також у дослідженні зазначається, що за відсутності можливості фізичного возз'єднання телефон ставав для жінок простором онтологічної безпеки у часовому і просторовому вимірах. Він виконував функцію символічного «дому», вміщуючи у собі як пам'ять про минуле, так і важливі елементи теперішнього [35, с. 52]. Тобто це дослідження підтверджує, що за вимушеної відстані, цифрові технології не руйнують інтимність у стосунках, а, навпаки, конструюють її.

У дослідженні також розглядалися різні типи співприсутності у стосунках на відстані (фізична, опосередкована, уявна, віртуальна, фонова, рутинна, турботлива).

До кожної було наведено ряд практик, якими вони відтворювалися. Розгляд різних типів співприсутності показав їхню «проникність»: вони перепліталися, взаємодоповнювали одна одну і сприяли появі інших форм співприсутності. Така «довколишня» співприсутність створювала можливості бути поруч як онлайн, так і офлайн, попри фізичну дистанцію. Завдяки медіаційному потенціалу цифрових технологій спільний простір взаємодії в повсякденності ставав реальним [35, с. 52–53].

Отже, у цьому підрозділі було проведено аналіз вже існуючих досліджень конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані. Виявлено, що у зарубіжному науковому полі вже існують дослідження даної теми, які дають зрозуміти набір практик конструювання інтимності, але у таких контекстах, коли відстань у стосунках є усвідомленим вибором. У цих дослідженнях немає контексту війни, прямої чи опосередкованої небезпеки життю партнерів, тому ми не можемо стверджувати, що дані практики так само використовуються у стосунках на відстані під час війни.

Натомість, в українському науковому полі існує лише декілька досліджень, які точково охоплюють підтримку стосунків на відстані під час російсько-української війни. Це окремі дослідження пар, де чоловік проходить військову службу, і пар, де жінка вимушено виїхала за кордон через війну. Досліджень, які б порівнювали ці два досвіди, їх схожість чи відмінність і чим вони наповнені, — наразі проведено не було. Також у цих дослідженнях акцент робиться саме на підтримці стосунків загалом, а не інтимності зокрема. Тому у наступному розділі ми представимо власне дослідження, що зосередиться на цифрових і нецифрових практиках конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни та охопить досвід дружин цивільних і військових.

Висновки до розділу 2

У другому розділі магістерської роботи проаналізовано основні теоретичні підходи до інтимності в соціології. З'ясовано, що ранні роботи трактували

інтимність як подружній сексуальний зв'язок, пов'язаний із відтворенням сім'ї, тоді як сучасні зосереджувалися на індивідуалізації у стосунках, комерціалізації почуттів. Саме тому сформулювати «універсальне» визначення інтимності виявляється досить складно. Однак, у межах нашої роботи ми спираємося на формулювання Л. Джемісон: «інтимність — це якість близького зв'язку між двома людьми, яка вказує на те, що їх взаємодія є тривалою у часі і визнається обома сторонами як стосунки. Ця якість проявляється у глибокому “знанні” іншої людини, відчутті взаємної любові, “схожості” та особливості один для одного, а також може включати тілесний та сексуальний контакт» [46, с. 1]. Оскільки дана робота базується на теорії діадної взаємодії, вибір наповнення категорії «інтимність» узгоджувався з логікою цієї теорії.

Особливу увагу приділено конструюванню інтимності в романтичних стосунках. Вияснено, що конструювання інтимності доцільно розглядати через певний набір практик. Тому теоретичну модель К. Фрості, яка описує конструювання інтимності через чотири практики — вираження емоцій, розвиток спільних знань, взаємні дії, дотримання соціальних норм — використано як відправну точку для розуміння. Авторка теоретичної моделі стверджує, що романтичні стосунки є «найсильнішим» випадком інтимності, у якому вищезгадані практики максимально перетинаються. Тобто її модель підтверджує, що у романтичних стосунках, на відміну від всіх інших стосунків, конструювання інтимності проявляється найбільш повно і багатовимірно.

Насамкінець, для того, щоб виявити, які практики конструювання інтимності на відстані вже були проаналізовані, а які ще не отримали належного осмислення, здійснено аналіз результатів досліджень. З'ясовано, що у зарубіжному науковому полі вже існують дослідження інтимності, які дають зрозуміти можливий набір практик конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані, але в них відстань є завжди усвідомленим вибором партнерів. В українському науковому полі є лише декілька досліджень, які точково охоплюють підтримку стосунків на відстані під час російсько-української війни, однак не фокусуються на практиках конструювання інтимності. Це визначає логіку переходу до наступного розділу, у

якому ми представимо дослідження цифрових і нецифрових практик конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни.

РОЗДІЛ 3. ЦИФРОВІ І НЕЦИФРОВІ ПРАКТИКИ КОНСТРУЮВАННЯ ІНТИМНОСТІ У РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКАХ НА ВІДСТАНІ: ДОСВІД ДРУЖИН ВІЙСЬКОВИХ І ЦИВІЛЬНИХ ПІД ЧАС ВІЙНИ

3.1 Програма дослідження цифрових і нецифрових практик конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни

Опис проблемної ситуації. Російсько-українська війна триває з 2014 року. Після повномасштабного вторгнення росії на територію України 24 лютого 2022 року розпочався новий етап війни, який охопив всю країну. Зважаючи на інтенсивність і всеохопність бойових дій, утворилося багато пар, які підтримують стосунки на відстані. Їм доводиться очікувати партнера/партнерку з війни, емігрувати за кордон, евакуюватися у пошуку власної безпеки. Стосунки на відстані містять мало контролю та передбачуваності, а їх майбутнє несе безліч ризиків та страхів. В будь-який момент траєкторія цих стосунків може змінюватись залежно від воєнних дій в країні. Крім того, воєнні дії позбавляють партнерів можливості планувати майбутні зустрічі, контролювати тривалість розлуки, підтримувати у важкі моменти. За цих обставин важливим є конструювання інтимного, близького зв'язку на відстані, який дозволяє парі пройти етап вимушеної розлуки.

Об'єктом нашого дослідження є дружини, які перебувають у зареєстрованому/ цивільному шлюбі на відстані під час війни. Шлюб у цьому випадку виступає формою інституціоналізації романтичного зв'язку — його соціальним і публічним підтвердженням. Шлюбні пари закріпили свої романтичні стосунки через встановлення офіційного союзу та публічне проголошення права продовжувати ці стосунки в суспільно визнаній формі.

Предметом є цифрові та нецифрові практики конструювання інтимності у зареєстрованому/цивільному шлюбі на відстані під час війни, інтерпретовані через сприйняття дружин цивільних та військових.

Мета дослідження — з'ясувати, якими є цифрові та нецифрові практики конструювання інтимності у зареєстрованому/цивільному шлюбі на відстані під час війни.

Задачі дослідження:

- 1) Виявити можливі варіації причин, частоти взаємодії, способів підтримки зв'язку, змін поведінки на відстані.
- 2) Зрозуміти сприйняття категорії «інтимність» дружинами цивільних і військових.
- 3) Охарактеризувати зв'язок між насиченістю взаємодії і відчуттям інтимності у стосунках на відстані.
- 4) Проаналізувати способи, якими диференціація ролей може впливати на відчуття інтимності у стосунках на відстані.
- 5) Проаналізувати способи, якими закритість/відкритість комунікації може впливати на відчуття інтимності у стосунках на відстані.
- 6) Охарактеризувати зв'язок між контролем та відчуттям інтимності у стосунках на відстані.
- 7) Охарактеризувати зв'язок особистих зустрічей і відчуття інтимності у стосунках на відстані.

Для досягнення мети дослідження інтерпретуємо **ключові поняття**:

- Інтимність — найвищий рівень міжособистісної близькості, яка формується через комунікацію, спільний досвід, символічний обмін і не обмежується лише фізичним чи сексуальним контактом.
- Цифрові практики конструювання інтимності — соціально зумовлені форми взаємодії, спрямовані на підтримання, відтворення або переосмислення інтимного зв'язку між двома людьми за допомогою цифрових технологій.
- Нецифрові практики конструювання інтимності — соціально зумовлені форми взаємодії, спрямовані на підтримання, відтворення або переосмислення інтимного зв'язку між двома людьми через безпосередню присутність.

- Цивільний шлюб — форма співжиття між двома особами, які проживають разом, ведуть спільне господарство, однак не зареєстровані як подружжя в органах державної реєстрації актів цивільного стану [6].
- Військовослужбовець — людина, яка проходить службу в Збройних Силах України або інших військових формуваннях, які створені відповідно до законодавства [3].

У межах дослідження висунуто дві робочі **гіпотези**. Згідно з *першою* гіпотезою, цифрові й нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані структурно відрізняються залежно від того, чи залучений партнер до військової служби, чи перебуває в цивільному тилу. *Друга гіпотеза* передбачає, що в умовах війни конструювання інтимності в романтичних стосунках на відстані зумовлюється не стільки частотою комунікації, скільки змістовною і символічною насиченістю взаємодій. Тобто навіть за рідкісних контактів інтимність може зберігатися завдяки спільним ритуалам, домовленостям і матеріальним практикам, артефактам стосунків тощо.

Стратегічний план дослідження містить п'ять основних етапів: підготовка, аналіз, інтерпретація, верифікація та підбиття підсумків. Етап підготовки полягає у розробці скринінгової анкети та гайду дослідження. На етапі аналізу буде здійснене напівструктуроване глибинне інтерв'ю. Етап узагальнення міститиме узагальнення результатів аналізу. На етапі верифікації відбудуться перевірка висунутих гіпотез. На кінцевому етапі буде здійснений підсумковий аналіз та формування висновків.

В дослідженні мова йтиме лише про досвід дружин військових і цивільних, які перебувають у гетеросексуальних стосунках, оскільки пари у гомосексуальних стосунках, на жаль, досі можуть переживати стигматизацію і стикатися зі стереотипами й гомофобією, що могло б вплинути на відкритість інформантів до спілкування, а також викривлювати результати дослідження. Ми не розглядатимемо досвід їх чоловіків, проте розуміємо, що він є не менш важливим та потребує окремого вивчення. Таке методологічне обмеження зумовлене тим, що чоловіки-військовослужбовці перебувають у зонах високого ризику або мають

значну оперативну завантаженість. Відповідно, фокус на досвіді дружин є стратегічним кроком для отримання якісних емпіричних матеріалів.

Генеральна сукупність — жінки, які під час повномасштабного вторгнення знаходяться у зареєстрованому/цивільному шлюбі і підтримують стосунки на відстані. Генеральна сукупність ділиться на дві групи:

- 1) жінки, які під час повномасштабного вторгнення перебувають в Україні, мають шлюб з військовослужбовцем і підтримують стосунки на відстані.
- 2) жінки, які під час повномасштабного вторгнення виїхали з України, мають шлюб з цивільним, який перебуває в Україні, і підтримують стосунки на відстані.

Вибіркова сукупність. Для дослідження різноманітних досвідів інформантки мали відповідати наступним критеріям:

- 1) Вік інформанток від 20 до 50 років (у підсумку варіюється від 21 до 42 років).
- 2) Інформантка в Україні — чоловік військовослужбовець, перебуває на службі; або інформантка за кордоном — чоловік цивільний, перебуває в Україні.
- 3) Інформантки перебувають в офіційно зареєстрованому або цивільному шлюбі.
- 4) Підтримують з партнером стосунки на відстані (відстань у стосунках зумовлена початком повномасштабної війни).
- 5) Мають досвід співжиття з партнером до початку стосунків на відстані.

Основним методом збору даних було обрано напівструктуровані глибинні інтерв'ю. Спираючись на нашу мету, ми прагнули, щоб інформантки описали власний досвід, розкрили глибинну мотивацію тих чи інших рішень та персональні «болі» й «досягнення» у конструюванні інтимності у стосунках на відстані.

Під час дослідження було проведено 14 глибинних напівструктурованих інтерв'ю. Середня тривалість інтерв'ю становила 50 хвилин. Для відбору інформанток, які мають необхідний досвід для нашого дослідження, було створено скринінгову анкету (див. додаток А). Гайд складався з 7 блоків та 29 запитань (див. додаток Б). Інтерв'ю були проведені онлайн на платформі Zoom, після чого виконаний транскрипт записів (див. додаток В).

Дослідження не є репрезентативним та не має на меті поширити досвід окремих жінок на всіх дружин у цивільних та військово-цивільних шлюбах на відстані під час війни. Наразі стосунки опитаних інформанток на відстані продовжуються, однак у дослідженні було зафіксовано їх динамічний досвід, на який постійно впливає тло війни.

3.2 Результати дослідження цифрових і нецифрових практик конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни

У воєнних умовах романтичні стосунки на відстані формуються під впливом різних обставин. Згідно з результатами дослідження, дружини військових причинами виникнення відстані називали мобілізацію партнера до ЗСУ або його перебування на військовій службі до початку повномасштабного вторгнення. Майже одностайно інформантки називали цю зміну у стосунках як «неочікуване, але вимушене рішення, продиктоване війною»:

«В один прекрасний момент йому вручили повістку. Він відразу пішов, не думаючи... Від цього ти нікуди не дінешся, бо зараз війна і всі ми для фронту або на фронті. Не було якихось істерик, що він нікуди не поїде. Я здоровомисляча людина і розумію, в якому світі ми живемо» — дружина військового, що проходить службу в період 2024-2025 років, 35 років.

«І тут наступного дня ТЦК чемно, без бусифікації “запросили” чоловіка до ЗСУ. Шляху назад не було. Почався новий етап життя» — дружина військового, що проходить службу з початку 2025 року, 42 роки.

Дружини військових, у яких партнер проходив службу до початку повномасштабного вторгнення, підкреслили безальтернативність ситуації:

«Я знала, що він військовий, я знала, що буде відстань і далі як це буде відбуватися» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 23 роки.

Для дружин цивільних, які виїхали за кордон, причини виникнення відстані мали іншу логіку. Це було спільне, кероване рішення пари, прийняте у зв'язку з

безпекою, необхідністю забезпечити належні умови для здобуття освіти дитини, стабільність доходу. У репліках інформанток простежується активна позиція обох партнерів:

«Ми зробили цей вибір, то треба діло доводить до кінця. На ситуацію ми не повпливаємо. Нам треба тільки підтримувати один одного, якимось жити. Або повертатися назад, як я говорю, в початкову точку. Це не на мій характер» — дружина цивільного, у 2022 виїхала з сином в Бельгію, 42 роки.

«Розумієте, ми дорослі люди. Ми розуміли і планували цей крок. Це не так, що хтось мене штовхнув, вивіз і викинув. Ми з чоловіком зідзвонюємося, дитина з ним спілкується, раз на рік ми приїжджаємо в Україну» — дружина цивільного, з початку повномасштабного вторгнення виїхала в Італію, 33 роки.

Далі розглянемо, які були варіації частоти взаємодії на відстані. Для дружин військових частота взаємодії визначалася зовнішніми факторами: змінами, ротаціями, бойовими завданнями, обмеженнями доступу до зв'язку. Спілкування партнерів було нерегулярним, а можливість контакту часто змінювалася навіть протягом одного дня. За таких умов сформуванню стабільної моделі взаємодії було практично неможливо:

«У них постійно змінюються графіки. Інколи вони працюють добу через добу, інколи 12 через 24 години... Зараз він заїхав на п'ять днів в підвал, де вони взагалі без зв'язку» — дружина військового, що проходить службу з 2022 року, 29 років.

«Коли він був на позиціях і не виходив на зв'язок 6 днів — мені було страшно. Я 6 днів себе просто накручувала. І не було цього відчуття близькості, ніяких відчуттів. Мене блокувало і було важко взяти себе у купу» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Інформантки по різному підходили до цієї ситуації. Деякі цінували можливість короткого поверхневого зв'язку:

«Зараз, коли є комунікація на кшталт “привіт, як справи, все добре, ну все, давай, пока” дуже потрібна. Наскільки б цей зв'язок глибоким не був... просто маякнути і цього вже достатньо» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Інші створювали альтернативні варіанти:

«Я прокидаюсь о 8:00, а він [після нічної зміни] тільки лягає спати. Цілий день до 19:00 я йому записую відкладені кружечки в Телеграмі, що я роблю за день. Інколи записую навіть просто в збереженні повідомлення, а потім пересилаю без звуку, щоб людину не розбудити» — дружина військового, який служив ще до початку повномасштабного вторгнення, 23 роки.

Одна з інформанток також пояснила, що після того, як зв'язок став обмеженим і непередбачуваним, вона почала більше вербалізувати свої почуття. У цьому контексті, на нашу думку, посилена вербалізація почуттів була способом забезпечити мінімальний рівень близькості, коли інші форми взаємодії були обмежені:

«Раніше я думала, що всі фрази, які ти пишеш 10 раз на день “я тебе люблю”, “ти такий в мене красивий”, — це щось супер зайве. Але зараз, коли життя може обірватися в прямому сенсі в будь-яку хвилину, ти маєш завжди нагадувати людині, що ти її любиш» — дружина військового, що доєднався до ЗСУ у лютому 2022 року, 22 роки.

Після аналізу коментарів інформанток може скластися враження, що дружини військових частіше за партнера брали на себе відповідальність за підтримку контакту. Водночас, подальше висловлювання свідчить, що контакт не був одностороннім. За можливості чоловіки підтримували комунікацію, хоча форма й інтенсивність цього залучення могли відрізнятися від дій партнерки:

«Коли він вдень працює, ми спілкуємося майже постійно. Він в мене на управлінні дронів, і, коли має хвилину, слухає мої голосові, може відповісти короткими фразами, але зв'язок підтримується» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 23 роки.

На відміну від дружин військових, дружини цивільних планували спільне перебування на відстані і обговорювали частоту взаємодії з партнером, що залежала від робочих графіків, особистих потреб та звичок:

«Ми постійно спілкуємося. Повідомлення відправляємо весь день, як тільки є можливість написати. Відеодзвінки — раз на день. Просто дзвінки — 5-10 разів. В

принципі, цього достатньо» — дружина цивільного, у 2025 році виїхала до Польщі, 21 рік.

«Він приходить додому, виконує свої завдання, і я вже точно знаю, коли він подзвонить або напише мені в Whatsapp» — дружина цивільного, на початку повномасштабного вторгнення виїхала у Польщу, 29 років.

Однак не завжди вдавалося погодити таку частоту контакту, яка була б прийнятною для обох сторін:

«Було таке, що ми спілкувались по 10 годин на день — разом їли по телефону, майже не розлучались. Єдиний час, коли не говорили — це коли я була на навчанні або роботі. Він казав: “Якщо ти вільна, чому не говориш?” А я пояснювала, що мені морально важко — це виснажує. Він цього не розумів, а я не розуміла, як можна говорити цілий день. Довелось зустрітись і пояснити все вживу» — дружина цивільного, у 2023 році виїхала до Італії, 24 роки.

Тобто цифрова практика бути на зв'язку протягом всього дня у цьому випадку, навпаки, послаблювала інтимний зв'язок партнерів, віддаляла. Більше того, можливість самостійно розпоряджатися своїм часом не завжди гарантувала достатню частоту взаємодії. Одна інформантка поділилася, що у новому середовищі мала надмірне навантаження і відстань їй здавалась більшою загрозою для шлюбу, для створення інтимного зв'язку, ніж війна:

«В парі стовідсотково відстань є більшою загрозою і небезпекою, ніж війна... Дзвінок 2 рази на день по 15 хвилин, весь інший час у нього своє життя, в мене своє» — дружина цивільного, у 2024 року виїхала в Німеччину з двома дочками, 38 років.

Далі розглянемо, які способи інформантки використовували, щоб підтримувати зв'язок на відстані. Дружини військових найчастіше використовували текстові повідомлення у месенджерах Whatsapp, Telegram, Signal. Хоча текстові повідомлення обмежені в синхронності та насиченості, інформантки описували цю відсутність як «звільнення», пояснюючи це тим, що текстові повідомлення сприяли переходу до приватного, інтимного спілкування. Асинхронність повідомлень також давала їм час для більш продуманих відповідей.

Одна інформантка наголосила, що її чоловік відчуває себе вільніше, висловлюючись через приватні повідомлення, бо у нього менше побоювань щодо особистої безпеки. Для неї цей спосіб зв'язку також був прийнятним, адже *«повідомлення можна перечитувати в майбутньому необмежену кількість разів, майже в будь-який час і в будь-яких умовах»* — дружина військового, що залучений до служби до початку повномасштабного вторгнення, 23 роки.

Теоретично, телефонні та відеодзвінки мали б забезпечити партнерам найбільше відчуття близькості. Однак практично — дружини військових рідко використовували їх через знижену конфіденційність. Їхня синхронна природа також спричиняла більш імпульсивне спілкування, що не завжди було доцільним у військових умовах. Під час служби інформантки наголошували, що треба ретельніше добирати слова, уникати зайвих подробиць та враховувати можливі наслідки висловлювань для партнера, який служить у війську.

Незважаючи на обмеження щодо розкриття особистої інформації через телефонний чи відеодзвінок, пари все одно використовували його — зазвичай обговорювали рутину і повсякденні дрібниці:

«Якщо ми зранку, то просто списувалися “добрий ранок, як там справи?”. Ввечері він дзвонив по відеозв'язку, бувало, довгенько могли поговорити. Ні про що, просто ні про що. Де був, що робив, що в нас, світло, опалення, що їла. У нас такі битові всі ці» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Ця цитата також демонструє, що у пари сформувалася звичка: саме чоловік дзвонив інформантці ввечері, а не навпаки. У цьому контексті варто додати, що деякі дружини військових були розчаровані у тому, що дзвінки бувають ініційовані лише чоловіками. Вони повідомляли про стан спустошеності, оскільки могли пропустити дзвінок, враховуючи, що майже не мають передбачень, коли і чи буде його здійснено. І навіть коли дзвінок відбувався за ініціативи військового, його увага могла перемикатися на службові завдання. У таких випадках взаємодія ставала фрагментованою, а партнерка не мала можливості вплинути на перебіг розмови:

«Він навіть коли спілкується по відеозв'язку зі мною, я бачу, що він уже щось читає. Він мене вже не чує, бо йому щось прийшло, йому треба терміново комусь

відповідати, щось робити. Все, я бачу, що я його втратила. Кажу, ти занятий, ну, давай передзвониш» — дружина військового, що проходить службу з 2022 року, 29 років.

Це підкреслює, що синхронні формати зв'язку у військових умовах залишалися нестійкими через постійні зовнішні переривання, що, відповідно зменшувало відчуття близькості у партнерів.

Відповіді дружин цивільних про способи підтримки зв'язку майже одноголосно зводилися до *«всіх видів зв'язку... то якась фотка, то відео, то передзвонили... використовуємо все, що є» — дружина цивільного, з початку повномасштабного вторгнення виїхала в Італію, 33 роки.*

Телефонні та відеодзвінки для жінок цивільних були найбільш поширеними для того, щоб підтримувати контакт. Вони забезпечували високу інформативність взаємодії завдяки аудіо- та візуальним сигналам, що дозволяло точніше зчитати стан партнера. Одна з інформанток зазначила, що могла розпізнати зміни у настрої чоловіка лише за інтонацією:

«Ми один одного по голосу чуємо. Він може взяти трубку: “Так, привіт”. Я вже чую, що щось не те. Так само й він розуміє за інтонацією: “Так, що сталося? Розповідай.”» — дружина цивільного, у 2022 виїхала з сином в Бельгію, 42 роки.

У цивільних пар вибір способів комунікації залежив від власних уподобань, тому саме різноманітність форматів взаємодії ставала ресурсом для конструювання інтимності. На відміну від військових пар, цивільні могли комбінувати дзвінки, відеодзвінки, фото та текстові повідомлення, що давало змогу точніше налаштовувати взаємодію під потреби конкретної ситуації.

Поняття «інтимність» дружини військових пов'язували з допомогою, відкритістю, відвертістю, фізичним контактом, духовною близькістю (Табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Категорія	Цитата
Допомога	<i>«Якби мене запитали на початку стосунків, я б звичайно сказала, що це емоції, це любов. Але зараз це про допомогу. Якщо він — твоя</i>

	<i>рідна душа, то в будь-який момент я можу на нього розраховувати» — дружина військового, що проходить службу в період 2024-2025 років, 35 років.</i>
Відкритість	<i>«Для мене це про відкритість, коли я бачу, що людина зі мною така, яка вона є. Це не про маски, це не про вигадані емоції, це про щирість, справжність» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 23 роки.</i>
Відвертість	<i>«По-перше, це відвертість, можливість обговорювати будь-які теми без якихось обмежень, відсутність табу на обговорення будь-чого. По-друге, можливість свої бажання або небажання відкрито висловлювати, бо часто буває, коли про якісь речі або соромно говорити, або не прийнято, тому вони не обговорюються і просто залишаються затисненими» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 26 років.</i>
Тактильність	<i>«Це коли просто хочеться бути поряд. Треба було їхати, там така трошки стрьомна точка була, а він мені: “Ти не боїшся?” Кажу, мені по барабану, я ж біля тебе сиджу. Мені просто рядишком подобається. Куди їхати, як їхати, чи йти, чи їхати. Я просто хочу бути поряд» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.</i> <i>«Просто пообійматися. Це, як я називаю, серденько до серденька... чи навіть руки на руки покласти» — дружина військового, що проходить службу з початку 2025 року, 42 роки.</i>
Духовна близькість	<i>«Коли людина тобі відкриває вже якісь сакральні речі, коли заглядаєш в її духовний світ, а не поверхневий чи побутовий. Коли вона ділиться з тобою якимись світоглядними глибокими переконаннями, знову ж — не політичними чи просто там “я вірю в Бога”. Коли душевні переживання свої розкриває — оце для мене, мабуть, інтимність» — дружина військового, що проходить службу з 2022 року, 29 років.</i>

Водночас дружини цивільних інтимність зазвичай описували через категорії «тактильність», «сексуальний контакт», «емоційний зв'язок», «довіра», «допомога» (Табл 3.2).

Категорія	Цитата
Тактильність	<i>«Це не обов'язково про секс. Ти просто можеш обійняти людину і відчувати себе щасливою... що він поряд, що ти відчуваєш його дихання, теплоту, тіло, можеш нюхати» — дружина цивільного, у 2024 року виїхала в Німеччину з двома дочками, 38 років.</i>
Сексуальний контакт	<i>«Інтимність – це тет-а-тет, твоє і моє, все, що відбувається в плані сексу» — дружина цивільного, у 2023 році виїхала в Португалію, 35 років.</i>
Емоційний зв'язок	<i>«Це коли у тебе тьохкає, навіть якщо ти зараз фізичного контакту не хочеш» — дружина цивільного, у 2025 році виїхала до Польщі, 21 рік.</i>
Довіра	<i>«Це не просто фізичний контакт. Зараз просто зустріти якусь людину, яка тебе обійме, щось скаже... воно ж просто так не з'являється. Спочатку це довіра, спочатку мізки наші доходять. І розум, і серце повинно в одну сторону бути. Тому довіра, відчуття захищеності — і лише тоді фізичний контакт» — дружина цивільного, у 2023 році виїхала до Італії, 24 роки.</i> <i>«Це довіра. Я слухала одного психолога хорошого, і вона мені пояснила це так: це коли людина знає твої слабкі місця, умовно кажучи — може тебе цим вбити, але вона цим не користується, бо любить тебе» — дружина цивільного, на початку повномасштабного вторгнення виїхала у Польщу, 29 років.</i>
Допомога	<i>«Це про підтримку. Неважливо словом, ділом, це обов'язково. Ну, а як? Для чого? Вибачте, гроші я можу заробити сама. Щось інше зробити я можу сама. Для чого тоді мені людина, яку я буду тягнути за собою? Мені потрібна допомога, а не баласт» — дружина цивільного, у 2022 виїхала з сином в Бельгію, 42 роки.</i>

У відповідях двох груп помітно, що визначення інтимності відображає умови, в яких живуть інформантки, і ті типи взаємодії, які доступні їм у повсякденні. Інтимність у дружин військових пов'язана з нематеріальними компонентами — довірливими розмовами, відкритістю, саморозкриттям. У дружин цивільних цікаво

відмітити, що фізичний та сексуальний контакт продовжує бути одним з способів взаємодії. Тому інформантки його природно пов'язують його з поняттям «інтимність».

Наступним розглянемо зв'язок між насиченістю взаємодії і відчуттям інтимності у стосунках на відстані. Насиченість взаємодії ми визначаємо через активний і пам'ятний стан взаємодії. Активний стан взаємодії ми розглядали через два ключові виміри: спільні активності та зміст комунікації. Спільні активності фіксують наявність взаємної участі, а зміст комунікації демонструє, якими темами та формами залучення наповнюється спілкування.

У дружин військових спільні активності на відстані зводилися до мінімальних проявів взаємодії, що було пов'язано зі службою партнера. Однак хоч вони були і мінімальними, через такі цифрові практики створювали відчуття близькості:

«Ми переписуємося, хто що подивився нове, і один одному рекомендуємо. Єдине, що ми можемо обговорювати, — це дійсно якісь фільми або пісні, які нас зачіпають. Він вчора каже: "Дивись, пісню про наш підрозділ написали, мені дуже зайшло". Я кажу: "О, клас! Хто співав?..."» — дружина військового, що проходить службу в період 2024-2025 років, 35 років.

Інформантки наголошували, що через службові умови партнера спільні заняття або активності практично не відбувалися. Єдиною формою контакту залишалися короткі інформаційні обміни, спрямовані радше на підтримання мінімального зв'язку, ніж на спільне переживання досвіду:

«Щось спільно робити, це взагалі... дай Бог просто, щоб він маякнув. Спитав там, чи я спитала, як справи, чи їхати, чи не їхати, як батьки, господарство» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Одна з інформанток також поділилася, що дистанційні сексуальні практики для пари були неможливими. На її думку, це було пов'язано не лише з особистим небажанням, а й із умовами, у яких чоловік проживав під час служби, зокрема з відсутністю приватного простору та загальною атмосферою бойових позицій:

«Ми не вдаємось до якихось таких експериментів, але це, звичайно, дуже складна тема. Я якось обережно сказала, що не уявляю собі такі моменти на

відстані. Можливо, я якась закрита, зашпорена...[А він живе сам чи з кимось?] З хлопцями. Я розумію, що більшість часу він все одно знаходиться на позиції, там навіть і близько думок про сексуальну взаємодію немає, тому що ти знаходишся постійно в цій атмосфері. Він мені розповідав історію, що він лежить, а щур бігає поруч. То про яке бажання може йти мова» — дружина військового, що проходить службу з 2022 року, 29 років.

На відміну від першої групи, дружини цивільних мали значно більші можливості для спільного проведення часу. Часто вони підходили до цього креативно: спільно переглядали футбольні матчі, засинали разом, проводили романтичні вечірki. Це були повноцінні спільні активності, які імітували спільне перебування в одному просторі:

«Ми завжди засинаємо разом. Є винятки, але зазвичай залишаємо дзвінок увімкненим. Часто дзвінок триває до ранку. Це дає особливе відчуття, ніби людина знаходиться поруч. Коли чуєш дихання чи храп — є така близькість... фізична» — дружина цивільного, у 2025 році виїхала до Польщі, 21 рік.

«П'ятниця/субота у нас була романтична вечірка. Я його чекала опівночі, наряджалась, брала собі бокал вина, він собі брав пиво і ми спілкувалися до години, до двох, до трьох. Я, буває, посплю до 12:00, потім встану, нафарбуюсь, волосся розчешу, одягну щось красиве, може навіть, якусь ночнушку чи білизну... таку, щоб виглядала. І в нас такий зідзвон, ми п'ємо вино, ми спілкуємося, ми сміємося, буває плачу, буває не плачу» — дружина цивільного, у 2024 року виїхала в Німеччину з двома дочками, 38 років.

«[Син] захотів на наступний вид спорту — футбол. То коли там матч, гра, я дзвоню по відеозв'язку і ми разом дивимося, обговорюємо» — дружина цивільного, у 2022 виїхала з сином в Бельгію, 42 роки.

Щодо змісту спілкування на відстані, то дружини військових майже одноголосно зазначили, що розмови є точковими:

«Ми говоримо по точках: піду малого підстрижу, взуття треба зимове купити, сьогодні йду на тренування. Як ти? Він каже: “Та я ось сьогодні вдома,

пішов поправ, штани нові купив”» — дружина військового, що проходить службу з 2022 року, 29 років.

Одна з інформанток поділилася, що навіть плани на найближчі 2-3 дні партнери не обговорювали — спілкувалися виключно про поточний день:

«Вони не можуть планувати, живуть в моменті. Я коли його питаю, що буде через 2-3 дня, чи на вихідних, чи коли мені до тебе наступний раз приїхати, він завжди каже: “Ти прикольна, я не знаю, що завтра буде, а ти мене питаєш, що через тиждень”. Оце так і живемо — що сьогодні треба зробити, робимо сьогодні» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 26 років.

Попри загальну орієнтацію військових на «сьогодні», були одиничні випадки, коли інформантки ініціювали розмови про майбутнє. У таких розмовах партнер не брав активну участь, однак сама можливість коротко «намітити» щось разом допомагала жінкам утримувати відчуття зв’язку і спільного горизонту життя:

«Поговорити навіть про майбутнє. Він завжди розриває ці думки, але я все рівно люблю помріяти. Я клумбу хочу по-другому зробити. І ми оце ковиряємся в думках, куди краще його посадити» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Також дружини військових описували нові форми символічної взаємодії, винайдені під час відстані. Наприклад знак «+» від партнера — мінімальний знак, який у мирному житті не мав би жодної ваги, у воєнній реальності набув значення, співмірного з повноцінним діалогом, відчуттям максимальної близькості:

«Коли це зміна бойового виїзду, то йому вже не хочеться розмовляти. Плюсик є і достатньо. Такий мінімальний знак — він дуже багато значить в цій ситуації. По правді, ти отримуєш цей плюсик, і ти такий фух, ну все, слава Богу» — дружина військового, що проходить службу в період 2024-2025 років, 35 років.

Крім коротких символічних знаків, одна інформантка поділилась ідеєю створення персоналізованої мови — власних слів, сленгу, зменшувальних форм. Такі мовні практики підтримували відчуття близькості партнерів та відмежовували їх від насильницького зовнішнього середовища:

«У нас є свій сленг, своя мова. Якись міленькі моменти, які тільки ми використовуємо по відношенню один до одного. Наприклад, ми можемо писати “я тібя люблю”, отакими якимись фразами, як діти говорять. І я там завжди пишу не “добре”, а “хальосьо”. Можливо, через те, що я дуже сильно скучаю, і в мене сильні до нього почуття, можливо, він така людина і в нас спілкування на такий інтимний рівень перейшло» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 23 роки.

Аналізуючи відповіді інформанток другої групи, ми вияснили, що, навпаки, обговорення майбутнього їх тримає, не дає розпастися парі на відстані. Планування дозволяє партнерам регулярно перевіряти узгодженість їхніх намірів і траєкторій, за потреби змінювати їх. Наприклад, одна з інформанток зазначила:

«Нас тримає обговорення спільного майбутнього. Це головна сила наших стосунків. Ми плануємо жити разом, мати дітей. І це допомагає відчутти, наскільки ми близькі, що відстань не має значення, якщо є кохання» — дружина цивільного, на початку повномасштабного вторгнення виїхала у Польщу, 29 років.

Вона додала, що не менш важливими на відстані є спогади про минуле:

«Ми згадуємо, як їздили на море, дивимось фото. Це теж створює відчуття близькості, наче знову переживаєш ті моменти» — дружина цивільного, на початку повномасштабного вторгнення виїхала у Польщу, 29 років.

Коментарі інших інформанток підтвердили, що розмови про минуле і майбутнє допомагають утримувати партнерам спільну перспективу, будувати більш інтимний зв'язок:

«Ми спілкувалися, в основному, про нас, про дітей, про сім'ю. Про те, що колись було і про те, що обов'язково колись буде, постійно планували» — дружина цивільного, у 2024 року виїхала в Німеччину з двома дочками, 38 років.

Далі розглянемо, як підтримувався пам'ятний стан взаємодії. Дружини військових активно прагнули підтримувати символічну присутність відсутнього чоловіка у сім'ї. Це могло включати сімейні ритуали, щоб підтримувати відчуття зв'язку:

«В нас є кімната з якимись цими кріслами-мішками і столик, де ми там дивимося, коли він приїздить, ми там п'ємо пиво, їмо суші і дивимося кіно. Коли мені хочеться щось згадати, я йду на пуфік» — дружина військового, що проходить службу в період 2024-2025 років, 35 років.

Або інші пам'ятні стратегії, такі як перегляд цифрових фотографій, скринів спільних спогадів:

«Коли він цілий день після позиції спить, я можу галерею перегортати...» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

«Якщо мені мегасумно, я відкриваю ящик скляний, там повністю все стосується наших стосунків. Там лежать його нагороди, медальки, грамоти. Я це все зберігаю. В мене завжди лежить його жетон» — дружина військового, що доєднався до ЗСУ у лютому 2022 року, 22 роки.

Дружини цивільних мали подібні практики: переглядали фотографії, перечитували минулі листування, використовували предмети, що зберігають запах чоловіка тощо. Єдина відмінність полягала в тому, що вони (жінки цивільних) могли виносити пам'ятні практики у публічний простір:

«Через відстань мені хочеться показати, що ми разом - щоб це збереглось. Ця демонстрація справді робить нас ближчими. Я люблю знімати відео і фото, бо коли ми на відстані й сумуємо, можна це передивлятися. А якщо це ще й в соцмережах — воно зберігається не тільки в нашій пам'яті, а й в інших. Люди не бачать нас часто разом, особливо ті, хто в Україні. Коли я щось виставляю — ніби ще раз переживаю цей момент. І нам обом це подобається» — дружина цивільного, у 2025 році виїхала до Польщі, 21 рік.

Припускаємо, що публікація фото/відео у соціальні мережі була для дружин способом підтвердити існування стосунків у ширшому колі. Натомість, під час розмов з дружинами військових ця практика не зустрічалася — гадаємо, з міркувань безпеки.

Проаналізуємо також способи, якими диференціація ролей може впливати на переживання інтимності у стосунках на відстані. Перша група — дружини військових — з початку служби партнера почали брати на себе ті функції, які раніше

сприймалися як «спільні» або виключно «чоловічі». Інформантки говорили про обов'язок витримувати напругу:

«Ми не стогнем, не ниєм. Я ніколи йому не кажу “О Боже, як ти там, ми тут без тебе скучаєм”. Навіть тоді, коли він тільки в учебці був, і я просто вмирала від паніки. Тоді було страшно психологічно всередині, але коли він дзвонив, я завжди казала “в нас все добре, що в тебе?”» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Бути підтримкою у парі:

«Хто може бути підтримкою? В першу чергу, жінки і тримають людей на відстані разом. Буквально два тижні тому стояло питання, з підрозділу чоловіка кого відправлять на передову. Він мені телефонує і каже: "Розумієш, в мене немає обмеження по придатності". І в цей момент ти розумієш, що зараз момент істини, хто ж його підтримає, як не я» — дружина військового, що проходить службу з початку 2025 року, 42 роки.

Вирішувати побутові питання:

«Зламалась машинка, зірвало кран, котел потік. Я не хочу його цим навантажувати. Бо він там не може дзвонити, немає в них можливості на позиції, тільки там комусь писати. Для нього це буде складно, тому що треба знайти майстра через переписки, зв'язатися з хазяйкою. Я не хочу його цим обтяжувати, тому такими моментами займаюсь я» — дружина військового, що доєднався до ЗСУ у лютому 2022 року, 22 роки.

«В нас дві машини, але я боязкий водій. Я завжди казала, що я люблю їздити з боку, але ж зараз змінилося все. Мені постійно треба бути за кермом. І, більше того, на двох машинах. Мені треба поїхати поміняти колеса, зимові, літні. Оця вся чоловіча робота — вона впала на мої плечі» — дружина військового, що проходить службу з початку 2025 року, 42 роки.

При цьому, не забуваючи виконувати свої звичні ролі, які існували до початку стосунків на відстані:

«Він виходить з позиції, яка триває 21 день, і має 6-8 вихідних. Я йому спекла булочки з корицею, кекси творожні, які він любить. Все спакувала, відправила — два

дні зі Львова їде до Слов'янська. Я часто стараюсь, майже кожен виїзд з позицій, йому щось випікаю і відправляю» — дружина військового, що проходить службу з 2022 року, 29 років.

Чоловіки-військові не завжди усвідомлювали збільшене навантаження на дружину, що послаблювало їх інтимний зв'язок:

«Вчора прислали список документів на оформлення компенсації по навчанню. Я ж ні про що не планувала, і він мені такий “йди роби”. В смислі, в мене робота, куди мені йти? Була якась трошки обідка» — дружина військового, що проходить службу в період 2024-2025 років, 35 років.

«Один раз, мабуть, зимою, він на мене накричав за котел. В нас дров'яний котел, і це страшно... це фізично важко. І він так на мене тоді набубнів. Мені було так обідно. Тебе нема. Така фігня, що на мене все спихнулося. І ти ще замість того, щоб мене підтримати, на мене пробубнів. Я так аж розплакалася» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Попри здобуту автономність і здатність виконувати розширений набір функцій, дружини військових підкреслювали, що ці зміни не були добровільними чи бажаними для них. Вони відчували внутрішній розрив між тим, ким вони змушені бути, і тим, ким вони хочуть залишатися у стосунках:

«Ти хочеш бути жінкою, а не конем з яйцями» — дружина військового, що проходить службу з 2022 року, 29 років.

«Я — хлопчик в спідниці. Людина, яка в силу багатьох обставин звикла: бачиш проблему — малюєш шляхи вирішення і сам вирішуєш, як паровоз» — дружина військового, що проходить службу з початку 2025 року, 42 роки.

Одна інформантка також наголосила, що під час особистих зустрічей їй було важко згадати, що вона жінка і «виключити свого чоловіка всередині»:

«Важко виключати, бо ти вже "та не надо, я сама". Це вже в голові воно вкладається, що і в магазин сама схожу, і бутылки допру, і на машині доїду. Але все рівно, коли він приїжджає додому і починаються якісь тактильні речі, ти переключаєшся» — дружина військового, що проходить службу в період 2024-2025 років, 35 років.

Хоч зміна ролей була примусовою і не залежала від особистого вибору чи бажання чоловіка, дружини військових все одно відчували несправедливість:

«Чому я, така хрупка дівочка, повинна виносити оці якісь моменти, проблеми?» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 26 років.

«В моїй голові навіть не вкладається: чого я це я маю робити? Це чоловічі ролі. В мене мама таким ніколи не займалась, це робив тато. І в мене так якось перейшло, що за це чоловік відповідає» — дружина військового, що доєднався до ЗСУ у лютому 2022 року, 22 роки.

З боку чоловіків-військових спроби відігравати свої звичні ролі також були. Наприклад, роль захисника сім'ї:

«Я сиджу в ванні і розумію, що шахед дуже близько до мене. В цей момент він був на позиції, в ніч працював. Я йому написала, що мені дуже страшно, він мені набрав, просто щоб в ту секунду бути разом. Це був дуже цінний момент, тому що ти розумієш, що кожен день може бути останнім, як для тебе, так і для нього» — дружина військового, що доєднався до ЗСУ у лютому 2022 року, 22 роки.

Роль чоловіка і батька:

«Він завжди відправляє нам натовський сухпайок прикольний. Ми при ньому його розпаковуємо. Він каже: “Попробуйте, попробуйте. А ми їли там на позиції...”. Десь там якусь нам термopіжаму прислав. Ми з малою ходимо в піжамах воєнних» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Роль «домашнього майстра»:

Другий раз, коли він приїжджав — ролети мені відремонтував. Цей раз так само приїхав, почав все по дому підтягувати. Приклеїв мені резинку на двері, щоб холод не проходив. Все поміняв мені, все зробив. І я в такий момент розумію, блін, офігенно... мужчина в домі з'явився» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 26 років.

Роль «головного радника» у сімейних рішеннях:

«Важливі питання в парі завжди він вирішував. Зараз все рівно, я завжди чекаю дзвінка, ми порадилися, вирішили. Він толковіший в багатьох питаннях. Я, мабуть, просто ще в собі трошки сумніваюся. Він якось адекватніше все це сприймає, більше обізнаний про різні ситуації. Я що? Я ногтепілка. Ну я й не беру на себе цю роль. Я виконавець, а не видумую щось. Мені сказали, я зроблю. Не більше» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Що стосується фінансової відповідальності, то у цій сфері розподіл зобов'язань виявився ситуативним і змінюваним. Як демонструє цитата нижче, це пов'язано з непередбачуваністю служби чоловіка:

«Різні моменти, різна фінансова відповідальність. Перші півроку все було на мені. Потім, коли чоловік десь щось отримав, кинув якусь грошину. Я її ніколи не витрачала. Вона завжди в мене лежала, бо хто знає, що бути далі. І якась така в мене теж думка, я сама все потягну, навіщо я буду витрачати?... Немає дуже фінансів... там постійно авто ламаються, їх треба справляти. Більша половина грошей йде на те, щоб підтримувати їхній стан там [на службі]» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

У свою чергу, інша група — дружини цивільних — також відчули збільшення кількості ролей на відстані. Наприклад, одна інформантка зазначила, що перейняла на себе роль емоційної опори у парі:

«Відстань все-таки зблизила і навчила по-іншому реагувати. Навіть якось психологічно вона мене змінила, зробила сильнішою. Можна плакати там і стонать, а що це поміняє? Відстань змінила мене в більш дорослу, стабільну, тому що раніше мені хотілося все й одразу» — дружина цивільного, у 2024 року виїхала в Німеччину з двома дочками, 38 років.

Крім емоційної опори, жінки цивільних брали на себе юридичні процедури, адміністративні завдання, «обов'язок» витримувати напругу в шлюбі. Ці додаткові ролі не завжди сприймалися ними як повністю нові, але раніше вони звикли ділити їх чоловіками. Крім цього, інформантки продовжували виконувати звичні їм ролі з минулого подружнього життя, коли партнери не були розділені відстанню:

Я сама керую грошима, які тут заробляю. Чоловік до цього не має ніякого стосунку. І по роботі в нього там не дуже гарний дохід, тому то його, тому що йому теж треба — і комуналка, і їжа, і все решта. [Чи знизилася у цьому випадку самооцінка партнера?] Абсолютно ні. Нормально. Я і до війни мала дуже гарний дохід, сама себе забезпечувала» — дружина цивільного, у 2022 виїхала з сином в Бельгію, 42 роки.

Чоловікам цієї групи більше вдавалося зберігати свої звичні ролі. У військових ці ролі проявлялися епізодично — у короткі приїзди, коли вони могли повернутися до сімейного життя і зробити щось відчутне: полагодити речі, підтримати словом, ухвалити важливі рішення разом з дружиною. У цивільних рольова участь була передбаченою й обговореною заздалегідь. Вони підтримували сім'ю на відстані грошима, посилками, увагою до потреб дитини чи партнерки:

«Мені потрібно було телефон, він мені прислав гроші на подорож до нього. Він питає: “Скільки ти витратила?” — і завжди прислав. Якщо ми з ним разом гуляємо, то це тільки він [платив]. В мене були гроші, але, коли ми разом, то це тільки його обов'язок» — дружина цивільного, у 2024 року виїхала в Німеччину з двома дочками, 38 років.

«У нас тут перевізник їздить, [син] дзвонить: “Папа, хочу оте, оте, оте”. А, добре, все. Папа спакував, відправив» — дружина цивільного, у 2022 виїхала з сином в Бельгію, 42 роки.

Проаналізовані вище зміни ролей у дружин військових, цивільних та їхніх партнерів впливали на відчуття інтимності у стосунках на відстані. Для дружин військових інтимність послаблювалася внаслідок гіперавтономності та стримування емоцій. Практики приховування власних проблем («в нас все добре, що в тебе?») та взяття на себе більшості «чоловічих» функцій («кінь з яйцями», «хлопчик в спідниці») запобігали тому, щоб показати свою вразливість. Водночас, інтимний зв'язок посилювався через повернення чоловіків до звичних ролей — цифрове (дзвінок під час обстрілу) та нецифрове (ремонт ролетів, утеплення дверей). У дружин цивільних інтимність підтримувалася завдяки збереженню економічної та батьківської ролі чоловіка на відстані (надсилання грошей, посилок).

Тепер проаналізуємо способи, якими закритість/відкритість комунікації впливала на відчуття інтимності у стосунках на відстані. Дружини військових зазначали, що стримане спілкування на відстані переважало. Причому, як з боку дружини, так і з боку чоловіка-військового:

«Стриманість. 10 разів думаємо перед тим, щоб щось зробити, щось сказати, не образити... Йому вистачає своїх проблем. Навіщо йому ще за мене, за якісь побутові речі переживати?» — дружина військового, що проходить службу з 2022 року, 29 років.

«Він ніколи не починає нити, коли я це роблю. Що я втомилась чекати вже, коли ми зустрінемося, що я втомилася там ще щось робити... А потім я просто усвідомлюю, що він втомився більше, ніж я. І я тоді починаю так само мовчати, тому що я розумію, що це егоїстично. Йому набагато складніше, але він мені про це ніколи не розказує» — дружина військового, що доєднався до ЗСУ у лютому 2022 року, 22 роки.

Парадоксально, але закритість, обмеженість спілкування у деяких випадках посилювала відчуття близькості у партнерів. Чоловіки були вдячними своїм дружинам за їхню стриманість у розмові, особливо емоційну, адже вона могла відволікати їх від поточних бойових завдань. Дружини відчували себе захищеними, коли чоловік не розповідав їм подробиці про бойові виїзди, контузію, поранення, загибель побратимів:

«Я знаю, що він багато чого не розповідає. Береже нас, щоб ми багато чого не знали. Але, мабуть, нам і не треба» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

У інших випадках закритість, обмеженість комунікації послаблювала інтимний зв'язок партнерів. Наприклад, коли чоловік знецінював проблеми та емоції своєї дружини:

«Я озвучую якісь моменти, а в нього кліше “не починай”. Мене це насторожує, я тоді кажу, що я тобі нормально пояснюю, зрозумій, почув мене, зі мною там так не можна. Фраза “не починай” для мене як образа. Це тебе ніби попускають, ти не особистість, а як якийсь обслуговуючий персонал. В оці моменти

така реакція і спілкування віддаляє і злить» — дружина військового, що проходить службу з початку 2025 року, 42 роки.

Або коли дружина інформувала чоловіка про серйозні побутові проблеми в останній момент:

«В мене був момент, я потрапила в ДТП, а він був на виїзді на Донбасі. І я йому зранку сказала, що машину розбила. Я не знаю, з чим це пов'язано, але мені хотілося сказати йому ледве не останньому... то це “вичитали” мене» — дружина військового, що проходить службу в період 2024-2025 років, 35 років.

Цей коментар свідчить про те, що навіть доброзичливе приховування інформації від чоловіка було пов'язано з негативними наслідками для подружжя.

Лише одна інформантка зазначила, що складала списки речей, які потрібно було обов'язково обговорити зі своїм партнером, і чітко домовлялася з ним не стримуватися під час розмови:

«Якщо мене десь щось бісить, я можу йому сказати. Тіпа, не розслабляйся, я завжди рядом, я завжди тебе поставлю на місце. Або так само кажу йому: ти офігел, ти чого мені не дзвониш? Вообщє забув, що жінка жде? Або з останнього — ти неправильно зі мною попрощався. Ми пишемо чи говоримо, він такий: “ну всьо, давай, пока, люблю”. В смислі? Треба для того, щоб попрощатися, треба підвести, що зайка, я заморився, піду ляжу, поки є час, давай, скучаю, люблю, обіймаю» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 26 років.

Не дивлячись на те, що у цієї групи і жінки, і чоловіки комунікували на відстані стримано й обережно, все одно, у чоловіків ця стриманість проявлялася частіше. З аналізу відповідей ми зрозуміли, що чоловіки свідомо обмежували емоційні теми та переводили розмови у побутову площину. Це могло бути пов'язано з необхідністю уникати зайвого емоційного напруження для себе та партнерки, а також з військовою нормою «не показувати слабкість». Тому навіть у критичні моменти вони тримали дистанцію та мінімізували власні переживання:

«Два тижні тому в нього загинув побратим. Він просто написав мені на WhatsApp і все. Ввечері він подзвонив у повній темноті, мабуть, щоб ми його не

бачили... і просто говорив ні про що. Питає “як там справи?”. Кажу: “та що в нас? Ти розкажи, що у вас, що з В.?” А він мені: “А що там [донька]? Що учьоба? А що там, холодно? А батьки?”. Тобто він по-всякому намагався перевести тему» — дружина військового, що проходить службу з 2022 року, 29 років.

«На початку була учебка, їм давали телефон раз у тиждень. Зв'язок паскудний, ти не знаєш взагалі, де він, що він, що з ним. Він-то каже “порядок”. А ти ж собі розумієш, який там той порядок... Зранку я п'ю каву, пишу йому “добрий ранок, як обстановка?”. Він мені: “добрий ранок, порядок”. У нього завжди “порядок”» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Аналіз другої групи — дружин цивільних — показав, що їхня комунікація на відстані вибудовувалася за іншими принципами, ніж у сімей військових. Відкритість і позитивність — це дві найчастіше спостережувані стратегії, які сприяли стабільності та задоволеності стосунками (і, як наслідок, більш близькому зв'язку):

«Ми все обговорюємо. А для чого тоді сім'я, якщо це ми не обговорюємо, це не показуємо, це не робимо?» — дружина цивільного, у 2022 виїхала з сином в Бельгію, 42 роки.

«Бувало на початку відстані, що я не дуже хорошо себе вела, в мене настрою нема, ми з ним говоримо, я така як здрастє, знаєш. А потім проходить 10 хвилин, нам треба на роботу, ну все, давай, до вечора. І я тоді до вечора думаю: “Нах..а я оці 10 хвилин йому мізки виносила?” Він зараз переживає. Я зараз переживаю. І трошечки себе перелаштувала, змогла свої емоції витримувати. Коли в п'ятницю, в суботу ми могли говорити до ранку, тоді я могла вже і поплакати, і пожалітися. А протягом тижня я завжди була щаслива, весела. Не так багато того часу, щоб псувати життя один одному» — дружина цивільного, у 2024 року виїхала в Німеччину з двома дочками, 38 років.

Наступним розглянемо зв'язок між контролем та відчуттям інтимності у стосунках на відстані. Дружини військових визнавали, що довіра до партнерів формально є, але немає жодної можливості її перевірити. У них з партнерами був відсутній спільний простір, можливість раптово приїхати чи подзвонити, коли починаються сумніви. Тому деякі використовували контроль на рівні думок, який

послаблював відчуття близькості і постійно нагадував про потенційну крихкість стосунків:

«Я розумію, що хлопці там без жінок. Боже, бачили б ви тих тьолочек, які там ходять, без бюстгальтерів, в активному пошуку. І вони чіпляють воєнних аж бігом. Тому це відстань. І ніколи не можна бути впевненим на 100%. Довіра? Так. Але ти ніяк не перевіриш. Отут буває таке, трошки криє» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 26 років.

Інший тип контролю, цифровий, проявлявся через перевірку онлайн-статусу, вимогу надати контакти співмешканців, перевірку інших каналів зв'язку. Такі практики частково знижували тривогу, але могли й підсилювати відчуття відстороненості, коли жінка дізнавалася, що чоловік був «на зв'язку» з іншими побратимами, командуванням, а не з нею. Це швидше підривало довіру і, відповідно, інтимність стосунків:

«В нього ще є одна соцмережа, в якій мене немає. Це Signal для військових. Коли минулий раз він був на Донбасі, я телефонувала волонтеру, який його туди затяг. І він каже: "Та я тільки що з ним по Signal зв'язувався". Я кажу: "Д., а я? А мені сказати, що все нормально?" В тих соцмережах його немає онлайн, а в Signal він є» — дружина військового, що проходить службу в період 2024-2025 років, 35 років.

Водночас були форми контролю, які посилювали відчуття інтимного зв'язку. Наприклад, одна інформантка згадувала про символічний контроль через обручку:

«Перед війною, так як він будівельник, в нього обручка поламалася. І все, тут його забрали, мобілізували, про яку там обручку може йти мова? Проходить час, а я, може, просто ще трошки знаю, чи він сам розкаже за його побратимів, які інколи там ходять... напахтився і поїхав до продавщиці. То я йому в шутку казала, так, тебе треба окольцувати, помітити, щоб ніяка крва на тебе не дивилася» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

У цьому коментарі бачимо не скільки недовіру інформантки, скільки потребу нагадати один одному про шлюб, підкреслити його видимість в середовищі, де

військові часто стикаються з увагою інших жінок. Обручка є маркером союзу партнерів – для них самих і для оточуючих.

Чоловіки-військові також проявляли різні способи контролю дружин на відстані. Наприклад, через втручання в коло спілкування дружини перевіряли, де вона знаходиться:

«Коли я щось не відповідаю, то він починає моїм подружкам телефонувати. Або заснула раніше, чим зазвичай, бо я дуже пізно лягаю, тут для нього вже був шок: "О Боже, де М., давай буду всім дзвонити"» — дружина військового, що доєднався до ЗСУ у лютому 2022 року, 22 роки.

Така поведінка тимчасово знижувала напруження чоловіка, однак стратегічно підривала інтимність у стосунках, адже ставила під сумнів довіру до автономності дружини, порушувала її границі. Інший тип контролю стосувався простору дому. Чоловік на відстані продовжував приймати рішення щодо побуту, саду, подвір'я. Для нього це давало відчуття, що він залишається «господарем», а для його партнерки — що дім і надалі організовується спільно. У такій конфігурації контроль відновлював звичну структуру ролей, створював відчуття спільного управління домашнім простором:

«Свекруха привезла хризантеми, і я не знала куди їх посадити. Я ходила отак з телефоном по відеозв'язку і показувала: "Якщо ми отуди-отуди посадимо?" Чоловік: "Ні, не годиться". І оце він мені командує, де ті хризантеми треба садити. І я ж так і зробила, як він мені сказав. А свекруха дзвонить: "Ти чого до сих пір хризантеми не посадила?" Бо мій хазяїн ще не рішив, куди їх садить» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Ще одна інформантка описала схожий спосіб контролю на відстані:

«Він такий садовод-любитель. Він тут понасаджував рози, виноград і, звісно, його це цікавить. А в нас відеоохорона у дворі, і він може побачити. І він оце вже: А чого, я от там бачив, трава не підкошена, треба покосити» — дружина військового, що проходить службу з початку 2025 року, 42 роки.

Тож, бачимо з висловлювань інформанток, що вони приймають побутовий контроль як «правильний порядок», тому для них він виглядає безпечним, певною

мірою правильним — як один із способів для чоловіка бути залученим до побутових завдань.

Розглянемо зв'язок контролю з відчуттям інтимності у дружин цивільних. Майже одноголосно дружини цивільних довіряли чоловікам на відстані і не використовували багато способів контролю, як це робили дружини військових. Припускаємо, що це може бути пов'язано з більш частою комунікацією з партнером, можливістю виходити у відео- та аудіодзвінки, підтримувати дистанційні сексуальні практики, телефонувати мимовільно:

«Я можу звернути увагу: він сьогодні довго на роботі, зазвичай не так. Але я завжди довіряю людині на 100%» — дружина цивільного, у 2023 році виїхала до Італії, 24 роки.

«Якщо партнер захоче, він знайде мільйон способів зрадити. Для чого я буду витрачати свій час, ресурс, нерви? Ніколи нічим людину втримати неможливо. Ні дитиною, ні грошима, нічим. Якщо людина вирішить піти, вона залишить все. Вона піде в одних трусах і піде туди, де їй добре» — дружина цивільного, у 2022 виїхала з сином в Бельгію, 42 роки.

Додаткові висловлювання показують, що дружини цивільних не сприймали війну та відстань як головну загрозу вірності, а радше як умови, де проявляється те, що у стосунках вже було:

«Добре. А ви хочете сказати, коли сім'я живе разом, тоді він не знайде [можливості зрадити], тоді гарантія 200%? Це ж не логічно... Коли я чую: "От, війна, жінка поїхала, він там собі когось знайшов". Чекайте, у нього уже була... А війна... він, як би, використав цей момент» — дружина цивільного, у 2023 році виїхала в Португалію, 35 років.

«Якщо клювати [контролювати], то це дуже швидко все закінчиться. Я стараюсь бути мудрою, дипломатом... ми хочемо зберегти сім'ю. Не тільки заради дітей, заради нас самих. Там уже життя розставить все на свої місця» — дружина цивільного, у 2024 року виїхала в Німеччину з двома дочками, 38 років.

Лише деякі інформантки розповідали, що подекуди імітують надмірний контроль партнера, але роблять це не з недовірою, а з втомою від відстані й бажанням фізичної присутності:

«Якось у мене довіра до нього внутрішня. Інколи моментами, коли мене накриває емоційно, хочеться, щоб він був поруч, я починаю підзадрачувати: "Ну, а де ти був? А чого не в 16:00, а в 16:20 подзвонив? А з ким ти, може, розмовляв?"» — дружина цивільного, на початку повномасштабного вторгнення виїхала у Польщу, 29 років.

Одна інформантка все ж таки зазначила, що вони з партнером мали добровільний обмін можливістю контролю — для цього вони періодично перевіряли геолокацію один одного. З боку партнерки це була щоденна практика, однак вона не вказала, чи чоловік усвідомлював інтенсивність її контролю. На нашу думку ця практика свідчила про недовіру, хоча, можливо, всередині стосунків партнери проговорювали це по іншому:

«У нас є локація одне одного. Я люблю зайти, подивитися - він на роботі, під'їхав, або в магазині. [А як часто перевіряєш?] Мабуть, два рази в день. Якщо ми часто спілкуємось. Якщо зайняті - частіше, щоб подивитись, де людина є» — дружина цивільного, у 2025 році виїхала до Польщі, 21 рік.

У підсумку, інтимність у стосунках дружин цивільних посилювався там, де була довіра, відмова від постійного контролю, готовність «бути мудрою і дипломатом». Натомість, практики жорстокого контролю на кшталт регулярної перевірки геолокації, послаблювали інтимний зв'язок.

Також варто розглянути практики контролю цивільними чоловіками їхніх дружин. Чоловіки довіряли своїм дружинам, однак все одно перевіряли їх. Як пояснила це одна з інформанток: «дабл чек, щоб заспокоїтись і не думати». Сама інформантка сприймала це як недовіру, яка послаблювала їхній зв'язок на відстані:

«Я можу сидіти з подругами, а він: "Скинь фото, скинь відео, покажи всіх, передай привіт". Я робила, але я принципова. Мною не можна легко маніпулювати. Кажу: ні, заспокойся, це не нормально. Відчепись від мене, я своїм життям живу. Я можу так сказати. Може, грубо, але для мене це не прийнято — просити докази.

Для нього — він довіряє, але хоче побачити. Дабл чек, щоб заспокоїтись і не думати» — дружина цивільного, у 2023 році виїхала до Італії, 24 роки.

Ще одна інформантка намагалася виставляти границі:

«Вчора попросив скинути фото, чи я з сусідкою дивлюсь фільм. Я сказала, що не буду казати, де я і що роблю. Якщо я зовсім перестану реагувати — він заспокоїтись і прийме, що треба довіряти» — дружина цивільного, у 2025 році виїхала до Польщі, 21 рік.

Загалом усі чоловіки в цій групі поєднували довіру з епізодичними перевірками. Водночас декілька інформанток підкреслили, що саме життя на відстані змусило їхню пару більше покладатися на взаємну довіру, адже без цього підтримувати стосунки на відстані було б неможливо:

«Ми більше об'єдналися, більше стали довіряти один одному. Тому що, як би, відстань...» — дружина цивільного, у 2023 році виїхала в Португалію, 35 років.

Тобто можна побачити, що всі описані практики контролю з боку цивільних чоловіків послаблювали відчуття близькості. Прохання скинути фото/відео, показати, де і з ким перебуває дружина, інформантки прямо називали «доказами» та сприймали як спробу керувати їхнім життям. Такі дії руйнували відчуття рівності у стосунках, змушували жінок виставляти жорсткі границі («я своїм життям живу»). Водночас досвід інформантки, яка говорила «ми більше об'єдналися, більше стали довіряти один одному», показав: коли партнери за замовчуванням довіряли один одному, вони у такий спосіб конструювали інтимність.

Останнім розглянемо зв'язок між особистими зустрічами і відчуттям інтимності у стосунках на відстані. Дружинам військових командування намагалася створити можливості для особистих зустрічей під час активного розгортання бойових дій. Однак користь від таких зустрічей була сумнівною. Деякі партнери проводили мало часу разом під час візитів дружин через неочікувані завдання від командування. Тоді моральний дух обох знижувався. Коли така можливість була, для партнерів було важливо присвятити час один одному, без відволікань на інші справи. У наступній цитаті інформантка поділилася реакцією свого чоловіка, коли приділила час не йому:

«Кожного разу це інша зйомна квартира. І кожного разу я бубню, що не було кращої. Все таке масне, то я почала перемивати. Він стоїть, дивиться, каже: “Ти серйозно? Ти приїхала тут посуд перемити?” Я кажу: “Що ти, не міг попитати за нормальну квартиру?”. Я трошки гидлива в цьому плані. Мені хочеться комфортних умов. Для нього і там, на квартирі, все прекрасно. Вони живуть в жахливих умовах. І йому неприємно, що я так себе веду» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Ще одна інформантка розповіла про свої суперечливі відчуття під час зустрічей, адже не могла зосередитися на теперішньому моменті, її думки вже були зайняті неминучим розставанням. Вона починала уявляти себе у стані «окремоті», ще перебуваючи поряд із партнером, ніби цей стан настав раніше, ніж насправді. Цей та інші коментарі демонструють, що у військових пар інтимний зв'язок під час коротких особистих зустрічей послаблювався. Так само користь від відпусток під час служби партнера була неоднозначною. Швидкий і короткий контакт міг завдати партнерам більшої емоційної травми, ніж початкове розлучення:

«Зараз він із серпня місяця і не вдома. Він не так далеко, він у Х., але сам факт того, що фізично його вдома немає... Він приїздив буквально на два дні за весь цей час [до листопада]. Йому треба було щось по роботі, то він взяв якісь свої речі, переночував і поїхав. Для мене це було нестерпно» — дружина військового, що проходить службу в період 2024-2025 років, 35 років.

Крім того, якщо чоловіки мали довшу відпустку і могли повернутися до сім'ї, часто возз'єднання було емоційно напруженим. Реінтеграція вимагала переосмислення нових ролей, структури влади та правил спільного життя у сім'ї, що нерідко супроводжувалося конфліктами й невиправданими очікуваннями. Так, неможливість домовитися про конкретну дату зустрічі позначалася на відчутті інтимного зв'язку між партнерами. Перш за все варто зазначити, що будь-які стосунки на відстані мають майбутньоорієнтований характер, адже партнери постійно планують та очікують наступну зустріч. Визначення дедлайну означає погодження та фіксацію конкретної дати майбутнього разом. Це дозволяє сприймати період розлуки як тимчасовий, такий, що не триватиме вічно. Однак пари, у яких

чоловік був військовим, через службу не мали бачення спільного майбутнього. Для них періоди теперішнього окремо втрачали сенс, якщо спільні майбутні плани було неможливо реалізувати:

«Раніше ми обговорювали дедлайни зустрічей, я їздила кожен тиждень, потім кожні два тижні, коли він виходив з позиції. Зараз це стало майже неможливо, тому зараз ніяк не говоримо» — дружина військового, який залучений до служби ще до початку повномасштабного вторгнення, 23 роки.

«Зараз в мене такий стан, коли я не знаю цього дедлайну, і для мене це найжахливіше відчуття. Раніше я жила від поїздки до поїздки. Я вже маю квиток, все, я рахую дні, як наче в тюрмі, вже малюю на стінах. Реально, я оце прокидаюсь так, залишилось дев'ять днів, прокидаюсь, залишилось вісім днів. А зараз в тебе немає мотиву, заради чого. Він мені взагалі сказав, що в нього буде відпустка плюс-мінус в квітні, я кажу, ти розумієш, що до квітня ще півроку. І все, розмова закрилась» — дружина військового, що доєднався до ЗСУ у лютому 2022 року, 22 роки.

Рідкість особистих зустрічей пояснювалася не лише графіком служби та відсутністю відпусток, а й безпековими ризиками самих поїздок у прифронтові міста. Частина жінок свідомо погоджувалася на небезпеку заради збереження тілесної й емоційної близькості:

«Зараз там перебили залізну дорогу і навіть до С. [потяг] вже не доїжджає. Може тимчасово, може справлять, але там дійсно ситуація погіршилася. Кожного разу, коли ти їдеш, ти так закриваєш очі, ти “такий сміливий”, “такий діловий”, але ти тут вже все владнав для того, щоб туди поїхати. Тому просто береш і їдеш» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Водночас, за словами цієї ж інформантки, зазвичай дружини відмовлялися від поїздок через страх за власне життя і обмежувалися «передачками», погоджуючись на довгі періоди без зустрічей:

«Не тільки чоловік, але все-таки жінка теж повинна йти на компроміси, на зустрічі. У мене просто клієнтка є, в якій чоловік теж на К. напрямку. Вона ні разу туди не їздила. Їй страшно. Скільки жінок я чую, які не бачать своїх [чоловіків] по

півроку. На “Нову пошту” посилку передали і все. У мене питання виникає: це ОК? Мені це не ОК. Я хочу зберегти свою сім'ю. Я хочу цього контакту. Мені страшно, не страшно... всім нам страшно. Але якщо ти кохаєш його, то ти просто змушений» — дружина військового, що проходить службу з 2024 року, 37 років.

Для дружин військових було важко жити без дедлайну наступної зустрічі. Тому деякі створювали для себе альтернативні варіанти. Наприклад, «підміняли» дату зустрічі штучними датами завершення війни, які обговорювалися у медіа- чи публічному просторі:

«»Рік тому, перед Новим роком, Гордон сказав: 30 грудня буде перемога. І я йому [чоловіку] кажу, ось побачиш, 30 грудня. Він ірже, каже, ну-ну, подивимся. Я кажу, та я тобі кажу. Потім 9 травня я чекала... Ну, загалом, я постійно оце чекаю і йому розказую, що ось подивишся, тоді це все закінчиться» — дружина військового, що проходить службу з початку 2025 року, 42 роки.

Далі інформантка пояснила, що штучно сконструйована дата робила очікування більш терпимим:

«Я тоді реально в це вірила. Ну, як, хотіла вірити. І жила, мабуть, цією вірою. Я зрозуміла, що коли я собі ставлю якусь дату, мені тоді легше до неї дожити. Я на якомусь такому піднесенні, що от ще трошки я почекаю, і все закінчиться» — дружина військового, що проходить службу з початку 2025 року, 42 роки.

Коли ж очікування не виправдовувалося, інформантка шукала нову точку відліку, тобто використовувала стратегію самозахисту циклічно. З коментаря видно, що для самої інформантки штучно призначена дата кінця війни суб'єктивно посилювала відчуття інтимного зв'язку. Тимчасовий дедлайн допомагав їй уявляти спільне майбутнє, тримати чоловіка в полі постійних думок. Водночас ми не можемо зробити висновок, чи ця стратегія зближувала обох партнерів. Швидше за все, чоловік не розділяв цю віру та ставився до очікування партнерки іронічно. Але, з іншого боку, сам факт того, що це ставало приводом посміятися або ще раз підкреслювало, що партнерка його чекає, міг створювати відчуття близькості і для

нього. Тому у цьому випадку ми припускаємо, що це була взаємно розділена стратегія підтримки близькості з боку обох партнерів.

Перейдемо до аналізу зв'язку особистих зустрічей і відчуття інтимності у другої групи – дружин цивільних. У дружин цивільних можливість планувати особисті зустрічі була значно більшою, ніж у дружин військових. Навіть якщо у пари не було «фінальної точки» повернення, вони все одно могли домовитися про конкретні дати побачень:

«Коли я знаю, що через місяць ми зустрінемося, я буду чекати цей місяць. Ми запланували, що у квітні я до нього приїду, — все, я до квітня живу. Хоча це були не далекоглядні плани. Було обговорено проміжні зустрічі, але якоїсь фінальної точки у нас не було. Зрозуміло було, що ми будемо разом. Це була це була стовідсоткова емоція всередині. Але яким чином це буде, ми не знали» — дружина цивільного, у 2024 року виїхала в Німеччину з двома дочками, 38 років.

У цій групі особисті зустрічі регулярно «підживлювали» стосунки і давали відчуття близькості. Інформантки свідомо скорочували інтервали між побаченнями, щоб не допустити емоційного віддалення, тоді як дружини військових не мали на це жодного впливу:

«Відколи ми на відстані — більше ніж півтора місяці не було, щоб не бачились. Єдиний виняток — коли був важкий період. Тоді два місяці не бачилися. Але це для нас дуже багато. Це максимум. Більше двох місяців — не може бути. Навіть якщо скоро екзамени — я їду, щоб встигнути, підлаштовую графік. Щоб побачитись. Бо на відстані я холону, і потім важко звикати назад. Щоб цього не було, бачимося щомісяця. Коли їдемо — сумно, але велике полегшення. Легше повернутись до роботи, навчання, коли був довший проміжок разом» — дружина цивільного, у 2025 році виїхала до Польщі, 21 рік.

Разом із тим, навіть для цивільних пар фізичні зустрічі не були повністю вільними від структурних обмежень (робота, міграційні правила, вартість поїздок). Тому часто зустрічі планувалися з урахуванням соціальних подій, таких як національні свята, відпустки, канікули тощо:

«Я працюю, в мене не так багато відпустки, дуже складно. Ми ж не громадяни, тому ми використовуємо законну можливість. Є новорічні канікули — два тижні, але це такий період часу... воно холодно, воно таке, ну, не дуже комфортно. Якщо в Україну їхати, то це якраз такий пік, нам квітен ь більше підходить. Якраз не так жарко і не так холодно» — дружина цивільного, з початку повномасштабного вторгнення виїхала в Італію, 33 роки.

Ще одна відмінність полягала в тому, як саме особисті зустрічі впливали на образ партнера і відчуття інтимності. Для дружин військових короткі приїзди часто були емоційно виснажливими й пов'язаними з непорозумінням та переосмисленням ролей. Для дружин цивільних зустрічі коригували уявлення про партнера й давали можливість перевірити, чи відповідає повсякденний досвід тому, який формується на відстані:

«Коли ми разом — я бачу, що мені це подобається: його турбота, характер, хоробрість, уміння вирішувати проблеми. А коли повертаюсь додому, на фоні справ, навчання і роботи, починаю думати: а може, все не так гарно, як здавалося? Почуття притупляються» — дружина цивільного, у 2025 році виїхала до Польщі, 21 рік.

Зустрічі також слугували моментом, коли питання, які було складно вирішувати онлайн, виносилися на очний контакт. У цьому сенсі особистий час разом посилював інтимний зв'язок не лише через тілесну близькість, а й через можливість «перезібрати» спільні плани:

«Це той момент, коли ми можемо обговорити вживу якісь питання, наприклад, це буде продуктивніше, щось вирішити. Не так, як по телефону, для нас це, навпаки, зранку до вечора: “Так, це ми зробили, так, а ми нічого не забули? Ой, а давай поїдемо туди, ой, а давай оце...”» — дружина цивільного, на початку повномасштабного вторгнення виїхала у Польщу, 29 років.

У підсумку, для дружин цивільних особисті зустрічі були більш доступним і керованим ресурсом конструювання інтимності, ніж для дружин військових. Можливість планувати побачення, порівняно невеликі проміжки між ними та відсутність прямих бойових ризиків робили фізичну присутність партнера чимось

регулярним. Це дозволяло їм підкріплювати відчуття близькості не стільки через уявні дедлайни, як у військових сім'ях, скільки через реальні зустрічі, які вони могли самі організувати й наповнити змістом.

3.3 Узагальнена теоретична модель конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані за допомогою цифрових і нецифрових практик під час війни

З огляду на здійснений аналіз даних емпіричної бази нашого дослідження, виділимо практики конструювання інтимності у стосунках на відстані під час війни, інтерпретовані через сприйняття дружин військових та цивільних. Метою дослідження було з'ясувати набір цифрових і нецифрових практик конструювання інтимності у стосунках на відстані, але в ході аналізу ми виявили, що існує третя група практик — **змішані**, що знаходяться на перетині цифрових і нецифрових.

Для початку, розглянемо цифрові, нецифрові і змішані практики першої групи – дружин військових. Серед цифрових практик конструювання інтимності дружини військових використовували комунікацію, роботу з часом і обмін мідеаконтентом. Комунікація в цьому контексті набувала специфічних характеристик:

- **Текстовість.** Серед всіх доступних форматів зв'язку, здебільшого лише у текстових повідомленнях партнери виходили на щирий, інтимний зв'язок. Цей формат допускав збереження приватності, саморозкриття з обох сторін, можливість завчасно продумати відповідь або повернутися до вже надісланого змісту у періоди суму чи недоступності партнера.
- **Паліативність.** Мінімальна комунікація, яка виконувала компенсаторну та підтримувальну функцію, коли повноцінна взаємодія не була можливою (приміром: «привіт», «як справи», «все добре», «ну все, давай»). В інших умовах паліативна комунікація є прологом, вступом до початку розмови, ми використовуємо її для того, щоб показати: я сприймаю тебе як співрозмовника, я налаштований/на на діалог. Але, у нетиповій ситуації, такій, як військова

служба партнера, пряма загроза його життю, за словами дружин військових, паліативна комунікація виступала практикою, яка зближувала партнерів.

- Відкладеність. Практика, у якій повідомлення створюється у теперішній момент, але розраховане на відтерміноване майбутнє. Дружини військових використовували відкладені повідомлення через розбіжність графіків, нічні бойові зміни партнерів, бажання залишатися постійно на зв'язку.
- Гіперпідтримувальність. Комунікація у моменти завищеної небезпеки, невизначеності, що дозволяла партнерам утримувати спільне розуміння подій.
- Символьність. Символи на кшталт «+» чи «.» мали єдине спільне значення у межах пари і забезпечували можливість спілкуватися на складному рівні. Наприклад, чоловіки надсилали такі сигнали після бойових виїздів, позначаючи, що цей виїзд закінчився і з ними все гаразд.
- Ідіокультурність. Система знань, поведінки та звичаїв, що поділялася партнерами. Наприклад, свій шифр повідомлень, свій сленг, своя мова, що за словами жінок, відмежовувала їх від реальності, повертала до часів, коли вони були фізично доступні один одному.
- Обмеженість. Свідоме уникнення у розмові особистих переживань, складних тем, рутинних проблем, подробиць зі служби. Знову ж таки, в інших умовах стриманість могла б віддаляти партнерів один від одного, сприяти конфліктам, але дружини військових наголошували що це те, що підтримувало їх відчуття інтимності. У такий спосіб партнери показували свою турботу один про одного у нових для них умовах.

Ще однією цифровою практикою, яку використовували дружини військових для конструювання інтимності у парі, була робота з часом. Аспект часу аналізується тут крізь призму символічного інтеракціонізму, де акцент робиться не на явищах такими, якими вони є, а на тому, як індивіди їх уявляють та інтерпретують. Наприклад, дружини військових постійно намагалися контролювати, маніпулювати або налаштовувати як власний досвід часу, так і досвід їхніх партнерів. Для цього вони конструювали штучні дедлайни завершення війни або вірили у ті, які були нав'язані публічним простором.

Також робота з часом полягала в уявленні дрібних епізодів спільного життя, які підтримують ідею продовження стосунків після служби партнера. На відміну від довгострокового планування, притаманного мирному життю, ці уявні сценарії не охоплювали, наприклад, місця проживання, життєвих траєкторій пари. Партнери свідомо говорили про дрібні епізоди, наприклад, «пересадити клумбу», «змінити шафу у спальні», адже «великі» плани у стані війни і наслідків, які вона може принести, було неможливо передбачити.

Обмін рекомендаціями щодо медіаконтенту також входив до списку цифрових практик конструювання інтимності. Партнери надсилали одне одному уривки пісень, рекомендації фільмів чи серіалів, рілси у соцмережах. У такий спосіб вони намагалися створити спільне культурне поле, точки дотику один до одного. Варто зазначити, що синхронного перегляду як спільного виду дозвілля онлайн партнери не мали – лише ділились рекомендаціями.

Далі розглянемо змішані практики конструювання інтимності дружинами військових, а саме, роботу з простором і об'єктивізацію статусу. Робота з простором – це створення спільного гібридного простору, у якому пара відновлювала елементи спільного побуту через поєднання офлайн-дій дружини та дистанційної присутності чоловіка. Об'єктивація статусу – це формування стійких, публічно доступних «знаків» реальності шлюбу, які підтверджували його існування. Наприклад, обручка партнера під час військової служби робила статус подружжя видимим, впізнаваним і соціально підтвердженим. Тоді практика носіння обручки на службі ставала практикою перетворення шлюбу на соціально впізнаваний факт. Ми додали її у список змішаних практик, адже зі свого боку дружина дистанційно контролювала присутність обручки та інших знаків про шлюб. Це підвищувало її (та інших інформанток) суб'єктивне відчуття інтимності.

Також варто розглянути нецифрові практики конструювання інтимності дружинами військових. Вони склалися з символічних практик, матеріальних практик, особистих зустрічей.

- Символічні практики. Це взаємодія з чимось чи кимось відсутнім. Наприклад, коли ми сідаємо в крісло, де зазвичай сиділа людина, якої зараз з нами немає,

ми символічно виражаємо бажання бути ближчими до цієї людини, хоча її тут немає. Такі та інші символічні практики використовували дружини під час військової служби партнера – переглядали спільні фото, улюблений фільм партнера, відвідували його улюблену кав'ярню чи готували його улюблену страву.

- Матеріальні практики. Це дії, у яких партнери підтримували близькість на відстані через матеріальні об'єкти. Ми ділимо матеріальні практики на взаємодію з матеріальними артефактами стосунків (листами, подарунками, предметами побуту) і матеріальну турботу (пересилання коштів, «передачки»). Матеріальна турбота у цьому значенні є формою підтримки через матеріальні об'єкти, спрямовані на комфорт чи полегшення повсякденності партнера/партнерки.
- Особисті зустрічі. Під час особистих зустрічей найбільше відчуття інтимності створювало повернення до звичних ролей, тактильні дії.

Узагальнену систему цифрових, змішаних і нецифрових практик дружин військових подано на Рис. 1.



Рисунок 3.1 Практики конструювання інтимності у стосунках на відстані, інтерпретовані через сприйняття дружин військових

Розглянемо практики другої групи – дружин цивільних. Їхні цифрові практики конструювання інтимності включали комунікацію, роботу з часом, створення контенту. Комунікація в цьому контексті мала свої специфічні характеристики:

- **Мультимедійність.** Комбінування дзвінків, відеодзвінків, фото та текстових повідомлень допомагало налаштувати взаємодію під потреби конкретної ситуації. Саме відеодзвінки дозволяли точніше зчитати стан партнера/партнерки і створювали відчуття близькості.
- **Відкритість.** Обговорення всього, що відбувається у житті обох партнерів.
- **Прозорість.** Обговорення без обмежень і без стримування деяких тем.

Ще однією цифровою практикою була мікропроекція майбутнього. Це уявлення дрібних епізодів спільного життя, які підтримують ідею продовження стосунків після завершення відстані. Варто відмітити, що це перша практика яка повторювалася у списку дружин цивільних і військових. Також до списку цифрових практик входило публічне конструювання пам'яті. Тобто публікація фото/відео у соціальні мережі для підтвердження існування стосунків у ширшому колі.

Наступним розглянемо змішані практики конструювання інтимності дружинами цивільних. До них входило створення гібридного спільного простору і дистанційне батьківство. Створення гібридного спільного простору – це коли пара поєднує онлайн-спілкування з реальними діями вдома так, ніби вони роблять щось разом. Дистанційне батьківство у даному контексті це коли партнер на відстані продовжував виконувати роль батька через цифрові і нецифрові дії (матеріальну участь, словесну підтримку, регулярне залучення до життя дитини).

Також окреслимо нецифрові практики даної групи. На відміну від дружин військових, дружини цивільних готувалися до особистих зустрічей. Не зважаючи на те що фізичне возз'єднання партнерів ще не відбулося, а тільки має відбутися, під час підготовки до зустрічі вони відчували партнера ближче. Під час особистих зустрічей дружини цивільних також мали ряд практик, що конструювали інтимність. Наприклад це відчуття виникало, коли партнери поверталися до звичних ролей,

проявляли один до одного тактильні дії, мали сексуальний контакт. Також це відчуття виникало, коли партнери могли перевірити та узгодити уявлення один про одного. Тобто реальна взаємодія дозволяла уточнити й скоригувати образ партнера, який формувався через фрагментарну цифрову комунікацію. Сукупність цифрових, змішаних і нецифрових практик дружин військових подано на Рис. 2.



Рисунок 3.2 Практики конструювання інтимності у стосунках на відстані під час війни, інтерпретовані через сприйняття дружин цивільних

Далі об'єднаємо досвід дружин цивільних і військових в одній схемі (Рис. 3) для того, щоб побачити, де спостерігається збіг у практиках, а де є суттєві відмінності.

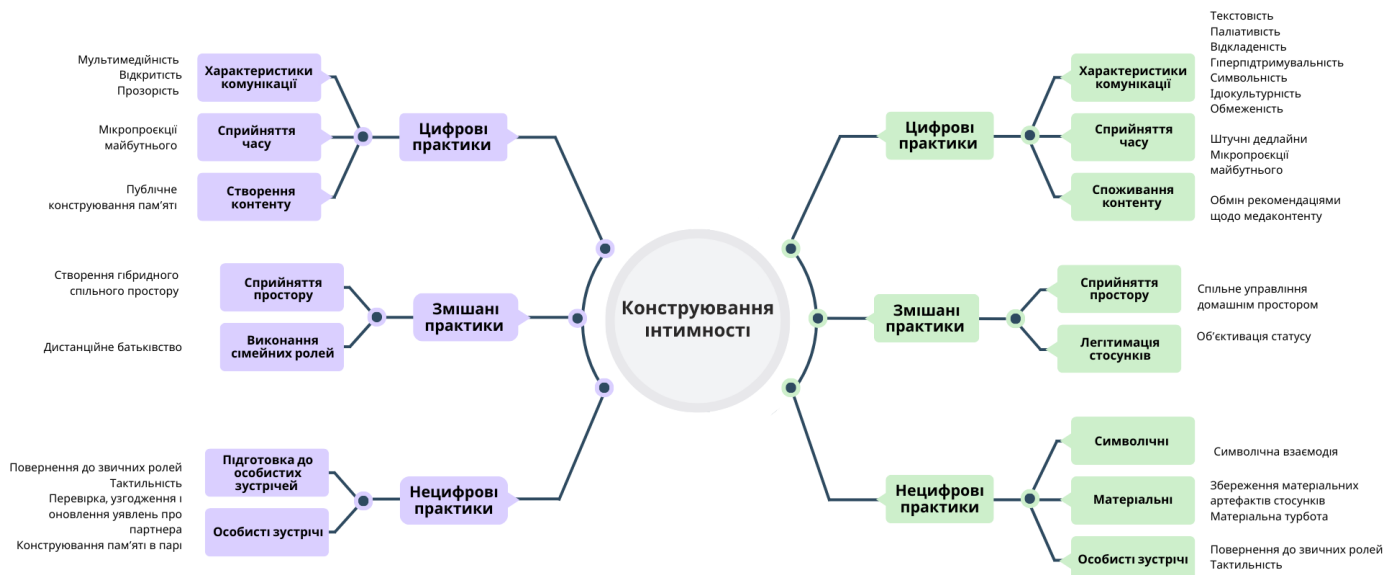


Рисунок 3.3 Практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни за досвідом дружин військових і цивільних

Спостерігаємо, що обидві групи для конструювання інтимності створюють мікропроекції майбутнього, взаємодіють з медіаконтентом, під час особистих зустрічей повертаються до звичних ролей і проявляють свою тактильність. Але в той же час вони по різному конструюють інтимність через комунікацію: дружини військових через текстові повідомлення, адже вони обмежені у розмові, а дружини цивільних — через усі види зв'язку і відкритість, прозорість у діалозі з партнером. Також у двох груп відрізняються практики конструювання пам'яті. У дружин цивільних вони приватні, тобто більше про внутрішнє обговорення з партнером подій з минулого життя, перегляд фотографій, листувань тощо. У дружин цивільних вони публічні, тобто сама практика передбачає не лише внутрішнє обговорення з партнером, а й зовнішню демонстрацію спогадів у публічному просторі — наприклад, в соціальних мережах. Тож у даній схемі стає зрозуміло, які практики є універсальними для обох груп, а які формуються виключно під впливом військової служби чи вимушеної міграції за кордон.

Як ми зрозуміли, ключова відмінність цих двох підходів до стосунків на відстані полягає в тому, що дружини військових не можуть мінімізувати чи боротися з екзистенційним ризиком втрати партнера на війні. Тому вони живуть в рамках прийняття цього ризику. Ті дії, які залежать від них, наприклад, забезпечення

існування шлюбу, продовження стосунків, вони виконують максимальним чином і під тиском й обмеженнями винаходять різні для цього практики. При цьому, дружини цивільних та їх партнери мають фоновий ризик війни. Це означає бути тилом для фронту. Але так, як це не пряма загроза, а опосередкована, з часом це стає звичною складовою повсякденності й сприймається як стабільний «фоновий» стан, на який дружини та їх партнери реагують менш інтенсивно. Можливо тому у дружин військових ми помітили більшу варіативність цифрових комунікативних практик конструювання інтимності, а у цивільних – нецифрових, що пов'язані з особистими зустрічами. Також можливо тому дружини військових та їх партнери нічого не відкладали на потім, орієнтуючись наче по «таймеру», бо завтра могло не настати. При цьому у дружин цивільних було більше практик, орієнтованих на публікацію контенту про стосунки у соцмережі, часті особисті зустрічі – для підтвердження актуальності і наявності шлюбу у зовнішньому вимірі. Тому ми можемо говорити про два різних досвіди, про дві різних моделі конструювання інтимності. Модель військових скоріше відображає практики конструювання інтимності у стосунках на відстані в екстремальних умовах, а модель цивільних – у звичних умовах, коли найбільше випробування для партнерів і є сама відстань.

Але, як ми вже зазначили вище, у двох різних досвідах конструювання інтимності у стосунках на відстані були точки спільності. Деякі практики, хоч з модифікаціями і пристосуваннями до різних контекстів, повторювалися. Це означає, що існує список практик, які залишаються стабільними для конструювання інтимності при будь-яких зовнішніх умовах. Їх ми і візьмемо для створення узагальненої теоретичної моделі конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані. Таким чином ми не хочемо стерти усі відмінності у досвіді дружин та військових, вони є не менш важливими для розуміння багатошаровості досвіду стосунків на відстані під час війни. Але для теоретичної моделі (Рис. 3.4) ми виокремимо саме ті практики, які збігаються в обох групах і які ми підтвердили емпірично у нашому дослідженні.

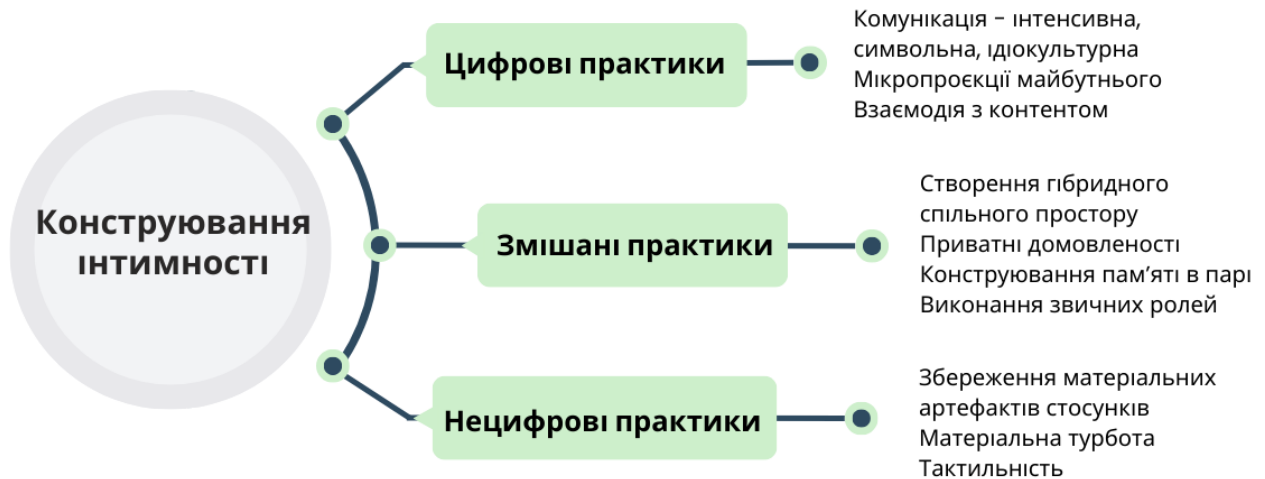


Рисунок 3.4 Теоретична модель конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані

Саме дотримання цих практик під час романтичних стосунків на відстані, на нашу думку, забезпечує конструювання інтимності у таких стосунках. У авторській теоретичній моделі (як і у попередніх схемах, які були створені для проєкції досвіду дружин цивільних та військових), практики не існують у жорстко розмежованих категоріях. Одна практика може підсилювати іншу, переходити у неї або слугувати її передумовою. Наприклад, виконання звичних ролей може включати матеріальну турботу, мікропроекції майбутнього можуть переплітатися з конструюванням пам'яті, а взаємодія з контентом може перетинатися зі створенням гібридного простору. Тобто перетини між ними – ознака того, що інтимність на відстані не є лінійною. Вона формується через накладання цифрових, нецифрових, змішаних практик, які взаємно доповнюють одна одну.

Таким чином, нам вдалося окреслити цифрові, нецифрові і змішані практики конструюванні інтимності у романтичних стосунках на відстані. Але, на нашу думку, вони потребують детальнішого емпіричного вивчення та залучення більшої кількості респондентів, що дозволить зафіксувати окреслені тенденції більш чітко. Крім того, жодна модель конструювання інтимності не може повністю охопити, пояснити чи передати пережитий досвід інтимності. Аналітичні розмежування та визначення покликані створити ясність у плутанині реальності. Але тією мірою, якою вони

успішні, тією мірою «реальність» спотворена. Тобто дані напрацювання ми не маємо плутати з справжньою реальністю, яку вони покликані прояснити.

Висновки до розділу 3

У третьому розділі магістерської роботи здійснено дослідження цифрових і нецифрових практик конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни. У межах дослідження проведено 14 глибинних напівструктурованих інтерв'ю з двома групами:

- жінки, які під час повномасштабного вторгнення перебувають в Україні, мають шлюб з військовослужбовцем і підтримують стосунки на відстані.
- жінки, які під час повномасштабного вторгнення виїхали з України, мають шлюб з цивільним, який перебуває в Україні, і підтримують стосунки на відстані.

Аналіз відповідей демонструє, що обидві групи для конструювання інтимності мали деякі збіжні практики: **цифрові** — інтенсивна, символна, ідіокультурна комунікація, створення мікропроекцій майбутнього, взаємодія з медіаконтентом; **нецифрові** — збереження матеріальних артефактів стосунків, матеріальна турбота, тактильність під час особистих зустрічей. Також у ході аналізу було виявлено, що існує третя група практик — **змішані**, що знаходяться на перетині цифрових і нецифрових. До змішаних практик в обох груп входили: створення гібридного спільного простору, приватні домовленості між партнерами, виконання звичних ролей. Всі інші практики в обох груп або були діаметрально протилежними (як текстова комунікація у дружин військових і мультимедійна комунікація у дружин цивільних; приватні практики конструювання пам'яті у дружин військових і публічні практики конструювання пам'яті у дружин цивільних), або просто відрізнялися між собою.

ВИСНОВКИ

У результаті виконання даного дослідження було досягнуто заявленої мети, а саме, створено модель конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані за допомогою цифрових і нецифрових практик.

Наукова новизна роботи полягає в розробленні цієї моделі і тому, що вперше здійснено якісний порівняльний аналіз досвіду дружин військових і цивільних, на основі якого введено нові аналітичні категорії для опису практик конструювання інтимності.

Зокрема, для цього здійснено аналіз теоретичних підходів у соціології, а саме підходів до визначення соціальної взаємодії (Дж. Г. Мід, Г. Блумер, А. Шюц, І. Гоффман, Г. де Сгер та Т. Фрозе), діадної взаємодії (Г. Беккера і Р. Х. Юзім), любові як соціального феномену (Г. Зіммель, Т. Парсонс, П. Бергер та Н. Луман, П. Сорокін, Е. Гідденс, З. Бауман, Є. Іллуз). За підсумками цього аналізу, визначено поняття «романтичні стосунки» як взаємну, постійну та добровільну взаємодію між двома людьми, у якій кохання, інтимність, відданість, фізичний та сексуальний потяг виступають ключовими складовими зв'язку. Також на даному етапі обрано теорію діадної взаємодії Г. Беккера і Р. Х. Юзім як ключову для подальшого дослідження, оскільки вона описує обмежені значення, розподіл функцій і публічні/приватні патерни діади як основу для аналізу цифрових і нецифрових практик конструювання інтимності.

Проаналізувавши специфіку романтичних стосунків на відстані, виявлено, що цей тип стосунків суперечить домінантним культурним уявленням про любов, природу комунікації та способи підтримання зв'язку. Проте, з розвитком таких соціальних тенденцій у світі, як глобалізація, цифровізація, індивідуалізація, життя на «декілька домівок», а також у контексті кризових макросоціальних процесів, частими є випадки, коли партнери проживають окремо. Працюючи з поняттям «романтичні стосунки на відстані», було застосовано класифікацію інтенсивності взаємодії у стосунках В. Равлінса, яка описує активний, латентний та пам'ятний

стан. Крім цього, було проаналізовано географічний і часовий аспекти відстані (Л. Стаффорд). Не менш важливим, було виявлено, як різні міжособисті відстані (Е. Холл) проявляються, коли міжособиста комунікація партнерів переходить у цифровий формат. У результаті зроблено висновок, що цифрові технології розмивають межі того, що знаходиться поруч, і того, що знаходиться далеко. Традиційна модель проксеміки Е. Т. Холла модифікується до динамічної цифрової реальності і до того, як люди комунікують у ній.

Далі було проаналізовано вплив війни на романтичні стосунки на відстані. Війна збільшила кількість дистантних пар, найбільш поширеними причинами є залучення чоловіків до військової служби та міграція жінок за кордон, тому у роботі ми проаналізували досвід цих двох пар. Аналіз показав, що на пари «військовий – цивільна в Україні» війна впливає передусім через постійну загрозу життю, тиск військової інституційної культури. Натомість, у пар «цивільний в Україні – цивільна за кордоном» ключовими викликами стають соціальний осуд і пов'язане з міграцією почуття провини. Проте в обох випадках простежуються тривога за спільне майбутнє, постійна віддаленість і зближення у стосунках, труднощі у вираженні почуттів. Щоб зрозуміти, в чому полягає стійкість цих та інших дистантних пар під час війни, було застосовано модель соціальної резильєнтності Г. Келлерман та М. Селігман. Ця модель дала нам зрозуміти, як соціальна система (а романтичні пари ми розглядаємо в межах теорії діадної взаємодії як діадну систему) виживає у кризу.

Також було проаналізовано основні теоретичні підходи до інтимності в соціології. На основі аналізу, обрано формулювання Л. Джемисон, на яке ми спираємося у цій роботі: «інтимність — це якість близького зв'язку між двома людьми, яка вказує на те, що їх взаємодія є тривалою у часі і визнається обома сторонами як стосунки. Ця якість проявляється у глибокому “знанні” іншої людини, відчутті взаємної любові, “схожості” та особливості один для одного, а також може включати тілесний та сексуальний контакт». Крім того виявлено, що у межах досліджень інтимності в соціології практики її конструювання осмислюються або як цифрові, або як нецифрові. Праць, які б одночасно розглядали цифрові і нецифрові практики конструювання інтимності, не знайдено. До цифрових практик належать

надсилання коротких фрагментів життя, створення онлайн-активностей, онлайн-ритуалів, планування спільного майбутнього через онлайн-календарі, збережені локації тощо. У свою чергу, нецифрові включають: дарування, обмін, проведення часу, знання, практичну турботу, вираження прихильності тощо. Зроблено висновок, що кожна з вищеперелічених практик спрямована на створення інтимності, але не завжди є її достатньою умовою.

Крім цього, охарактеризовано конструювання інтимності у романтичних стосунках. Для цього обрано теоретичну модель К. Фрості, яка описує конструювання інтимності через чотири практики — вираження емоцій, розвиток спільних знань, взаємні дії, дотримання соціальних норм. Але у ході аналізу з'ясовано, що запропонована модель є надто узагальненою і не повною мірою враховує менш легітимізовані та контекстуально зумовлені практики конструювання інтимності у стосунках на відстані. Тому для подальшої емпіричної роботи сформовано власний інструментарій якісного збору даних із розширеним переліком практик.

Далі проведено вторинний аналіз зарубіжних і українських досліджень інтимності і романтичних стосунків на відстані. Вияснено, що зарубіжні праці описують стосунки на відстані переважно як усвідомлений вибір партнерів без контексту війни, тоді як в українському науковому полі наявні лише поодинокі дослідження, які фрагментарно висвітлюють досвід пар, розділених військовою службою чи вимушеною міграцією. Вторинний аналіз дозволив виявити прогалину, пов'язану з відсутністю порівняльних досліджень цих двох типів пар і недостатньою увагою до практик конструювання інтимності під час війни, що визначило спрямування нашого емпіричного дослідження.

Дослідивши цифрові і нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані під час війни, ми зрозуміли, що у дружин військових інтимність підтримувалася через асинхронну текстову комунікацію, символічні знаки присутності, штучні дедлайни, об'єктивацію статусу. У дружин цивільних інтимний зв'язок ґрунтувався на регулярній синхронній комунікації, спільних онлайн-активностях, дистанційних сексуальних практиках, плануванні

майбутнього та частіших фізичних зустрічах, що дозволяло гнучко поєднувати цифрові й нецифрові форми співприсутності.

У результаті, на основі отриманих відповідей, створено узагальнену теоретичну модель конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані. До неї увійшли всі цифрові, нецифрові і змішані практики, які збігалися у дружин військових та цивільних. Адже, якщо вони повторювалися у цих двох груп з різними труднощами, загрозами і загалом контекстом, то ми можемо стверджувати, що цей перелік практик є стабільним для конструювання інтимності за будь-яких зовнішніх умов. Практичне застосування цієї авторської теоретичної моделі може бути корисним для:

- Конструювання інтимності у власних стосунках — парам, які вимушено розділила війна (залучення до військової служби, міграція за кордон, професійна необхідність залишатися в зоні бойових дій) і які підтримують стосунки на відстані. Цій групі модель потрібна для того, щоб нормалізувати власний досвід, розширити спектр власних практик конструювання інтимності за рахунок нових цифрових, нецифрових і змішаних практик, вдаватися до найбільш ефективних практик.
- Для розширення горизонтів подальших досліджень — дослідникам цифрової комунікації, дослідникам інтимності, сім'ї, шлюбу та соціології емоцій;
- Для збагачення освітніх програм, наприклад, в рамках курсів соціології війни, соціології інтимності, цифрового соціуму, соціології інтернету, антикризових комунікацій.
- Для роботи з клієнтами, які переживають стрес через стосунки на відстані, — психологам та психотерапевтам.
- Для розробки програм підтримки дружин і чоловіків військових — українським та міжнародним громадським організаціям.

Отже, проведене дослідження доповнило наявні знання про складні внутрішні механізми функціонування романтичних стосунків на відстані та про те, яким чином цифрові технології здатні конструювати інтимність — якість, яку традиційно пов'язують із фізичною близькістю. Своєю чергою, це дослідження може слугувати

подальшим кроком у вивченні складного простору перетину інтимності й технологій. Воно відкриває можливість для ширшої дискусії про цифрову інтимність, її характеристики, механізми формування та підтримання, а також її значення в сучасному суспільстві. Адже інтимність є базовою потребою, що люди прагнуть реалізувати попри будь-які перешкоди, і їм це вдається тому, що цифрові технології стають третім учасником їхніх стосунків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Злобіна О. Динаміка соціально-психологічної резильєнтності населення України під час війни. Демографія та соціальна економіка, № 4 (58). 2024. с. 148–152. URL: <https://www.ojs.dse.org.ua/index.php/dse/article/view/213/162>
2. Закон України «Про введення воєнного стану в Україні». Верховна Рада України, № 2102-IX, 2022. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/64/2022?utm_source (дата звернення 27.09.2025).
3. Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу». Верховна Рада України, № 2232-XII, 2024. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2232-12#Text> (дата звернення 23.10.2025).
4. Сексуальне життя воїнів після поранень: Дослідження сексуального та інтимного досвіду у військових/ветеранів з пораненнями та їх партнерів. Київ: Благодійний фонд «Ветеран Хаб», 2023, с. 25–28. URL: https://veteranhub.com.ua/wp-content/uploads/2023/06/doslidzhennia-_seksualne-zhyttia-voiniv-pislia-poranen.pdf
5. Сердечна Р. Соціально-психологічні особливості шлюбно-сімейних стосунків в умовах війни. 2023, с. 32. URL: <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/bitstream/12345/18085/1/Сердечна%20Р.Є..pdf>
6. Цивільний шлюб: правові аспекти та особливості. Міністерство юстиції України, 2025. URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/ministerstvo-iustytzii-tsyvilnyi-shliub-pravovi-aspekt-y-ta-osoblyvosti> (дата звернення 16.10.2025).
7. Шлях коханої воїна. Дослідження досвіду дружин та партнерок військовослужбовців і ветеранів російсько-української війни. Київ: Благодійний фонд «Ветеран Хаб», 2024, с. 40–213. URL: <https://veteranhub.com.ua/wp-content/uploads/2025/10/shliah-kohanoi-voina.pdf>

8. Altman, I.; Taylor, D. A. Social penetration: The development of interpersonal relationships. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1973. p. 54.
9. Andrzej Wilk and Piotr Żochowski. Army at a Crossroads: The Mobilisation and Organisational Crisis of the Defence Forces of Ukraine. OSW Commentary, 14 March 2025. URL: https://www.osw.waw.pl/en/publikacje/osw-commentary/2025-03-14/army-a-crossroads-mobilisation-and-organisational-crisis?utm_source (дата звернення 9.09.2025).
10. Bauman Z. Liquid Love: On the Frailty of Human Bonds. Cambridge: Polity Press. 2003. p. 67–83.
11. Beck, U., Beck-Gernsheim, E. Całkiem zwyczajny chaos miłości. Wrocław: Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej. 2013. p. 13.
12. Becker, H. and Ruth H. U. Sociological Analysis of the Dyad. American Sociological Review, Vol. 7, No. 1. February 1942. p. 13–26. URL: <https://www.jstor.org/stable/2086253>
13. Berger, C. R.; Calabrese, R. J. Some explorations in initial interaction and beyond: Toward a developmental theory of interpersonal communication. Human Communication Research. 1975. Vol. 1, No. 2. p. 99–112.
14. Blumer, H. Symbolic interactionism: Perspective and methods. Englewood. Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1969. p. 2–15.
15. Bogore E. B. What Does TMI Mean in English Slang? KYLIAN. 17 of June, 2025. URL: <https://www.kylian.ai/blog/en/tmi-slang-expression> (дата звернення 28.11.2025).
16. Carter J. Intersections of intimacies and inequalities: An introduction. Sociological Research Online 27(1). 2022. p. 3–7.
17. Carter J. Why marry? The role of tradition in women's marital aspirations. Sociological Research Online 22(1). 2017. p. 3.
18. Cefai, S. & Couldry, N. Mediating the presence of others: Reconceptualising co-presence as mediated intimacy. European Journal of Cultural Studies, 22(3). 2019. p. 291–300.

19. Cherlin, Andrew J. The deinstitutionalization of American Marriage. *Journal of Marriage and Family* 66 (4). p. 848–861.
20. Christopher E. Capturing conflicting accounts of domestic labour: The household portrait as a methodology. *Sociological Research Online* 26(3). 2021. p. 451–468.
21. Crystal Jiang, L., & Hancock, J. T. Absence makes the communication grow fonder: Geographic separation, interpersonal media, and intimacy in dating relationships. *Journal of Communication*, 63(3). 2013. p. 556–577.
22. Cooley C. H. *Social organization*. New York: Charles Scribner's Sons, 1909. p. 318.
23. Collins, Randall. *Interaction Ritual Chains*. Princeton, NJ: Princeton University Press. 2004. p. 223–252.
24. Drag K. Revaluation of the proxemics code in mediatized communication. *Social Communication*. Volume 1. 2020. p. 94–100.
25. Erikson K. T. *Everything In Its Path*. Simon & Schuster. 2012. p. 69–84.
26. European Commission, Directorate-General for Migration and Home Affairs. Temporary Protection. Migration and Asylum – Asylum in the EU. URL: https://home-affairs.ec.europa.eu/policies/migration-and-asylum/asylum-eu/temporary-protection_en?utm_source (дата звернення 9.11.2025).
27. Eurostat. 4.37 Million Under Temporary Protection in August. *Eurostat News*, 10 October 2025. URL: https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/w/ddn-20251010-1?utm_source (дата звернення 23.09.2025).
28. Faircloth C. Negotiating intimacy, equality and sexuality in the transition to parenthood. *Sociological Research Online* 20(4). 2015. p. 212.
29. Fine, G. A. *Tiny publics: A theory of group action and culture*. New York, NY: Russell Sage Foundation. 2012. p. 3.
30. Forstie C. A new framing for an old sociology of intimacy. *Sociology Compass*. 11(4). 2017. p. 1–14. URL: <https://doi.org/10.1111/soc4.12467>
31. Fowler, A. C. Love and marriage through the lens of sociological theories. *Human Architecture: Journal of the Sociology of Self-Knowledge*, 5(2). 2007. p. 61–72. URL: https://www.academia.edu/29342015/LOVE_AND_MARRIAGE_pdf

32. Frank, A., Clough, P. T., & Seidman, S. Introduction. In A. Frank, P. T. Clough, & S. Seidman (Eds.), *Intimacies: A new world of relational life*. London; New York: Routledge. 2013. p. 1–27.
33. Gabb, J. *Researching Intimacy in Families*. London: Palgrave Macmillan. 2008. p. 8–69.
34. Giddens A. *The transformation of intimacy: sexuality, love, and eroticism in modern societies*. Stanford University Press, 1, 1992. p. 117–119.
35. Gil L. S. Being together through ICTs. Transnational family practices in the context of Ukrainian forced migration. 2023. p. 11–53. URL: <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1792469/FULLTEXT05.pdf>
36. Goffman, E. The interaction order: American Sociological Association, Presidential Address. *American Sociological Review*, 48(1), 1983. p. 1–82.
37. Granovetter M. The strength of weak ties: A network theory revisited. *Sociological Theory*, 1. 1983. p. 201–233.
38. Gray J. G. *The warriors: Reflections on men in battle*. Harcourt, Brace. 1998. p. 31–54.
39. Hall E. T. *Hidden dimension*. Garden City, N.Y., Doubleday, 1966, pp. 115–173.
40. Hendrykowski M., Proksemika. *Studia z semiotyki i antropologii kultury*, Poznań, Wydawnictwo Naukowe UAM, 2016. p. 62.
41. Hochschild, A. R. *The Commercialization of Intimate Life: Notes from Home and Work*. Berkeley, CA: University of California Press, 2003. p. 7.
42. Huston, T. L.; Burgess, R. L. The analysis of social exchange in developing relationships. In: Burgess, R. L.; Huston, T. L. (eds.). *Social exchange in developing relationships*. New York: Academic Press, 1979. p. 3–28.
43. Illouz, E. *Cold Intimacies: The Making of Emotional Capitalism*. Cambridge: Polity Press, 2007.
44. Illouz E. *Why Love Hurts: A Sociological Explanation*. Cambridge: Polity Press. 2012. p. 144–176.
45. Iqbal, S. Digital intimacy and the transformative trajectories of contemporary marital relations: A sociological perspective. *Journal of Climate and Community*

- Development, 4(1). 2025. p. 337–346. URL: <https://joccd.com/index.php/joccd/article/view/93>
46. Jamieson, L. Intimacy as a concept: Explaining social change in the context of globalisation or another form of ethnocentrism? *Sociological Research Online*, vol. 16, no. 4. 2011. p. 1–19. URL: https://www.researchgate.net/publication/227599564_Intimacy_as_a_Concept_Explaining_Social_Change_in_the_Context_of_Globalisation_or_Another_Form_of_Ethnocentrism
47. Jamieson, L. *Intimacy: Personal Relationships in Modern Societies*. Cambridge: Polity. 1998. p. 13–49.
48. Jamieson, L. Intimacy Transformed? A Critical Look At The ‘Pure Relationship’. *Sociology* 33. 1999. p. 477–494.
49. Kellerman, G. R., & Seligman, M. E. P. *Tomorrowmind: Thriving at Work with Resilience, Creativity, and Connection — Now and in an Uncertain Future*. Simon & Schuster. 2023. p. 50–62.
50. Kipnis, L. Adultery. In L. Berlant (Ed.), *Intimacy*. Chicago: University of Chicago Press Journals. 2000. p. 9.
51. Levinger, G.; Snoek, J. D. Attraction in relationship: A new look at interpersonal attraction. Morristown, N. J.: General Learning Press, 1972. p. 29.
52. Leydesdorff, L. «Interaction» versus «action» in Luhmann’s sociology of communication. In: Colin B. Grant (Ed.), *Rethinking Interactive Communication: New Interdisciplinary Horizons*. Amsterdam: John Benjamins. p. 1–21.
53. Lomanowska, A.M. & Guitton, M.J. Online intimacy and well-being in the digital age. *Internet Interventions*, 4. 2016. p. 138–144.
54. Luhmann, N. *Love as passion: The codification of intimacy*. Cambridge, MA: Harvard University Press. 1998. p. 13–195.
55. May T. Love and Death. In Calcagno A., Enns D. (Eds.), *Thinking about Love: Essays in Contemporary Continental Philosophy*. Penn State University Press. 2015. p. 17–30.

56. Mead, G. H. *Mind, self, and society*. Chicago, IL: University of Chicago. Press, 1934. p. 462.
57. Mihai Stelian Rusu. Theorising Love in Sociological Thought: Classical Contributions to a Sociology of Love. *Sociology*, Vol. 18. p. 221–226 URL: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1468795X17700645>
58. Miller G. R., & Parks M. R. Personal relationships: Dissolving personal relationships. In S. W. Duck (Ed.), *Communication in dissolving relationships*. London: Academic Press. Vol. 4. 1982. p. 127–154.
59. Montagna, Nicola. For a New Sociology of Social Love. *The American Sociologist*, Vol. 54, No. 1. March 2023. p. 361. URL: https://www.researchgate.net/publication/369621342_For_a_new_Sociology_of_Social_love
60. Moreno J. L. Psychodramatic treatment of psychoses. *Sociometry*. 1940. Vol. 3, № 2–3. p. 112–132.
61. Morris C. Considerations of equality in heterosexual single mothers' intimacy narratives. *Sociological Research Online* 20(4). 2015. p. 133–143.
62. Muoghalu, C. O. Social Interaction and Social Relations: A Sociological Analysis. *Journal of Sociology and Social Anthropology*, 13(1–2), January 2022. p. 58–79. URL: https://www.researchgate.net/publication/367787966_Social_Interaction_and_Social_Relations_A_Sociological_Analysis
63. Muntean N. Intimacy and distance in the age of technology. How technology and digital media platforms help couples in long-distance relationships create and nurture intimacy. Stockholm University. 2019. p. 31–39.
64. Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffen, D. W. The benefits of illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70. 1996. p. 79–98.
65. Nedelcu, M. and Wyss, M. «Doing family» through ICT-mediated ordinary copresence: transnational communication practices of Romanian migrants in Switzerland. *Global Networks*, 16(2). 2016. p. 202–218.

- 66.O'Sullivan P. What you don't know won't hurt me: Impression management functions of communication channels in relationships. *Human Communication Research*, 26. 2000. p. 403–431.
- 67.Paprzycka, E. Discursiveness of intimacy — sociological conceptualizations and perspectives of analyses. *Communication, Education, Culture*. Ed. by M. Podkowińska. Prešov: University of Prešov, 2018. p. 131–165.
- 68.Plumer, K. *Intimate Citizenship: Private Decisions and Public Dialogues*, University of Washington Press, Seattle–London 2003, p. 20–25.
- 69.Rainie, L. & Wellman, B. *Networked. The New Social Operating System*. The MIT Press. 2012. p. 6.
- 70.Rawlins, W. K. Being there and growing apart: Sustaining friendships during adulthood. In D. J. Canary & L. Stafford (Eds.), *Communication and relational maintenance*. 1994. p. 292.
- 71.Regenbogen, J. *Questioning History: 16 Essential Questions That Will Deepen Your Understanding of the Past*. Wilmington, DE: Vernon Press, n.d. p. 43.
- 72.Reger, M. A., Etherage, J. R., Reger, G. M., & Gahm, G. A. Civilian psychologists in an Army culture: The ethical challenge of cultural competence. *Military Psychology*, 20(1). 2008. p. 21–35. URL: <https://doi.org/10.1080/08995600701753144>
- 73.Reis H. T., & Knee C. R. What we know, what we don't know, and what we need to know about relationship knowledge structures. In G. J. O. Fletcher & J. Fitness (Eds.), *Knowledge structures in close relationships: A sociological approach*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. 1996. p. 169–191.
- 74.Rosenthal, U., Boin, A., & Comfort, L. K. *Managing Crises: Threats, Dilemmas, Opportunities*. Springfield, IL: Charles C. Thomas Publisher. 2001. p.74–81.
- 75.Rubin, G. S. *Thinking Sex: Notes for a Radical Theory of the Politics of Sexuality*. In H. Abelow, M. A. Barale, & D. M. Halperin (Eds.), *The lesbian and gay studies reader* (1st ed.). London: Routledge. 1993. p. 3–44.

76. Rusbult, C. E., Van Lange, P. A. M., Wildschut, T., Yovetich, A., & Verette, J. Perceived superiority in close relationships: Why it exists and persists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79. 2000. p. 521–545.
77. Rychłowska-Niesporek, A. Information society, networked individualism and intimacy practices. *Transformacje. Pismo interdyscyplinarne*, 4. 2023. p. 45–65.
78. Rychłowska-Niesporek, A. Rodzina i życie intymne w procesie globalizacji. *Journal of Modern Science*, 50(1). 2023. p. 234–257.
79. Schulman, M. L. Idealization in engaged couples. *Journal of Marriage and Family*, 36. 1974. p. 139–147.
80. Sigman, S. J. Handling the discontinuous aspects of continuing social relationships: Toward research on the persistence of social forms. *Communication Theory*, 1. 1991. p. 106–127.
81. Simmel G. The number of members as determining the sociological form of the group. *American Journal of Sociology*. Vol. 8, № 1. 1902. p. 1–46.
82. Sorokin P. A. The ways and power of love. Chicago: H. Regnery, Gateway edition - 6112, Chicago, Illinois. 1967. p. 78–82.
83. Stafford L. Maintaining Long-Distance and Cross-Residential Relationships (Routledge Communication Series). Taylor & Francis Group, Routledge Communication Series, First Edition. 2004. p.17–56.
84. Sternberg, R. J., & Barnes, M. L. Real and ideal others in romantic relationships: Is four a crowd? *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 1985. p.1586–1608.
85. Sternberg, R. J. The Triangle of Love: Intimacy, Passion, Commitment. New York: Basic Books. 1988.
86. Topper, B., & Lagadec, P. Fractal Crises — A New Path for Crisis Theory and Management. *Journal of Contingencies and Crisis Management*, 21(1). 2013. p. 4–16.
87. Turkle S. Alone together: Why we expect more from technology and less from each other. Hachette UK. 2017. p. 8–11.

88. Turkle S. *Always-on/Always-on-you: The Tethered Self. Mainstreaming Mobiles: Mobile Communication and Social Change*, James Katz (ed.). Cambridge, MA: MIT Press. 2008. p.125.
89. Turner, J. H. *A Theory of Social Interaction*. Stanford, CA: Stanford University Press, 1988. p. 11–74. URL: https://www.researchgate.net/publication/266489113_A_Theory_of_Social_Interaction
90. Twamley K., Faircloth C. Understanding «gender equality»: First-time parent couples' practices and perspectives on working and caring post-parenthood. *Sociological Research Online* 29(3). 2024. p. 694–711.
91. Valentine, G. Globalizing Intimacy: The Role of Information and Communication Technologies in Maintaining and Creating Relationships. *Women's Studies Quarterly*, 34(1–2). 2006. p. 365–393.
92. Van Hooff J. Desires, expectations and the sexual practices of married and cohabiting heterosexual women. *Sociological Research Online* 20(4). 2016. p. 123–132.
93. Vangelisti A. Interpersonal processes in romantic relationships. In M. L. Knapp & J. A. Daly (Eds.), *Handbook of interpersonal communication*. Thousand Oaks, CA: Sage. 3rd ed. 2002. p. 643–679.
94. Walker, A. J.; Thompson, L. Intimacy and intergenerational aid and contact among mothers and daughters. *Journal of Marriage and the Family*. 1983. Vol. 45, No. 4. p. 841–849.
95. Wilmot, W. W. *Relational communication*. New York: McGrawHill. 1995. p. 3.
96. Zelizer, V. A. *The Purchase of Intimacy: The Making of Intimate Life in the Selected Domains of Exchange*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 2007. p.101.

ДОДАТКИ

Додаток А

Скринінгова анкета:

- 1) Чи перебуваєте Ви в зареєстрованому або цивільному шлюбі? (якщо «ні», участь у дослідженні неможлива)
- 2) Чи перебуваєте Ви зі своїм чоловіком на відстані, зумовленій повномасштабною війною (ви — в іншій країні, ніж він, або він залучений до війська)? (Якщо «ні», участь у дослідженні неможлива)
- 3) Скільки років Вам виповнилося — до 20 років, 21-44 роки, 45 і більше років? (якщо «до 20 років» чи «більше 45 років» участь у дослідженні неможлива)
- 4) Чи жили Ви разом із партнером до того, як опинилися на вимушеній відстані? (якщо «ні», участь у дослідженні неможлива)
- 5) Де Ви перебуваєте зараз — в Україні, за кордоном?
- 6) Де перебуває Ваш чоловік — в Україні, за кордоном?
- 7) Який статус має Ваш чоловік/партнер — військовослужбовець, цивільна особа (якщо «чоловік за кордоном, дружина в Україні», «чоловік військовий, дружина за кордоном», «дружина військовослужбовець, чоловік цивільний», «дружина військовослужбовець, чоловік військовослужбовець», участь у дослідженні неможлива).

Додаток Б

Гайд глибинного інтерв'ю:

(Представлення модератора). Мене цікавить Ваша особиста думка щодо підтримки близькості у стосунках на відстані під час війни. Ви для мене - експерт у даному питанні. Тому, як ви вважаєте, так мені і відповідайте. Немає правильних чи неправильних відповідей. Я гарантую конфіденційність Ваших відповідей, результати будуть проаналізовані в узагальненому вигляді. З метою подальшого аналізу дискусії буде вестися аудіозапис. Цей запис не може бути переданий третім особам без Вашої згоди і використовуватиметься тільки для внутрішнього користування.

Знайомство з учасником:

Пропоную розпочати нашу розмову. «Ім'я», розкажіть про себе: скільки років, ким і де працюєте, скільки у Вас дітей, чим полюбляєте займатися у вільний час?

- 1) Як почалися ваші стосунки на відстані? Скільки часу ви разом взагалі і скільки на відстані?
- 2) Як часто ви бачитеся? Коли ви бачитеся після розлуки, чи зручно це спочатку?
- 3) Як часто спілкуєтеся один з одним на відстані?
- 4) Які способи зв'язку ви обираєте? Що використовуєте найчастіше?
- 5) Які платформами використовуєте?
- 6) Чи є у вас графік спілкування на відстані?
- 7) У вас є якісь звички чи ритуали, коли ви розмовляєте одне з одним? Чи робите ви зараз щось разом, крім самих розмов? Для чого вам це?
- 8) Чи відрізняється поведінка партнера через екран і віч-на віч? А ваша?
- 9) Якщо загально визначити, як відстань і військові події вплинули на ваше відчуття близькості?

Блок 1. Сприйняття категорії «близькість»:

- 1) Скажіть, які образи, думки, асоціації у Вас виникають, коли Ви чуєте слово «близькість»? Про що воно для вас?

- *(Якщо відповідь довіда і відвертість) А наскільки у вашому розумінні, близькість — це про повну довіру та відвертість? Як ви перевіряєте цю довіру, коли не бачитеся?*
- *(Якщо відповідь турбота і підтримка) Що має робити ваш партнер, щоб ви відчували: «Ось це прояв любові і турботи про мене»? Який прояв турботи на відстані є для вас найбільш важливим?*
- *(Якщо відповідь емоційний зв'язок) Коли ви відчуваєте, що ви думаєте як він і розумієте його з півслова? Що саме у ваших думках збігається?*
- *(Якщо відповідь повага) Коли ви маєте різні погляди на складні питання (наприклад, війна, майбутнє), чи відчуваєте ви, що він справді чує і цінує вашу думку? Як він показує, що поважає ваше право на іншу думку? Чи втрачається близькість, коли ви не згодні?*

- 2) Якщо об'єднати все, про що ми говорили: що є найбільшою загрозою для вашого відчуття близькості зараз, коли ви на відстані?
- 3) Існує такий вислів, що «загроза смерті робить кохання сильнішим». Чи погоджуєтеся ви з ним? Чи відчуваєте ви, що через війну і небезпеку ваші почуття до партнера стали сильнішими, глибшими, або що ви почали цінувати ваші стосунки значно більше?

Блок 2. Вплив насиченості взаємодії на відчуття близькості:

- 1) Коли ви спілкуєтеся напряду, що у вашій розмові чи відеодзвінку дає вам найсильніше відчуття близькості?
 - *Про що саме вам необхідно поговорити, щоб відчувати, що ви справді разом, що ви пара?*
 - *Як часто ви можете вийти на такий щирий зв'язок?*
- 2) Коли ви не можете поговорити, списатися у конкретний момент, чи є якісь звички або дії, які дають вам відчуття, що він поруч?
- 3) Чи є якісь речі, місця або спогади, які ви «використовуєте», щоб відчувати його присутність і близькість?
 - *Які предмети для вас є найважливішими? Які відчуття вони у вас створюють?*

- *Як часто ви «повертаєтеся» у спільне минуле, щоб відчувати цей зв'язок?*

Блок 3. Вплив диференціації ролей на відчуття близькості:

- 1) Хто зараз у вашій парі вирішує всі важливі справи? Чи відчуваєте ви, що «влада» над спільним життям перейшла до вас?
 - *Які справи, що раніше були його, тепер повністю ваша відповідальність? (економічна відповідальність, роль захисниці сім'ї, «обов'язок» витримувати напругу, забезпечувати побут, розв'язувати юридичні питання)*
 - *Як це впливає на самооцінку вашу і партнера? Чи відчуваєте ви більше силу або самостійність?*
 - *Чи відчуваєте ви, що ваш партнер повністю усвідомлює і цінує той обсяг нових обов'язків, які ви взяли на себе?*
 - *Чи обговорювали ви з партнером, які з ваших «нових» обов'язків ви хотіли б (чи не хотіли б) повернути йому?*
 - *Як, на вашу думку, ця зміна ролей вплинула на ієрархію або структуру авторитету у вашій парі? Хто «має останнє слово» у важливих питаннях?*
- 2) Як цей новий розподіл обов'язків впливає на ваше відчуття близькості?
 - *Чи почуваетесь ви самотньою у цих нових ролях?*
 - *Чи є страх, що після повернення він не зможе чи не захоче повернути собі старі ролі?*

Блок 4. Вплив комунікації на відчуття близькості:

- 1) Чи є у вас «правила», про що ви точно не говорите, щоб не додати стресу партнеру? Чи впливає це мовчання на вашу довіру чи відчуття щирості?
- 2) Коли ви говорите, ви частіше відчуваєте, що ви відкриті у спілкуванні і можете поділитися всім чи більш обмежені, стримуєте себе?
- 3) Чи домовляєтесь ви зі своїм партнером не стримуватися під час розмови? Говорити все один одному щиро, навіть якщо це якісь складні теми?
- 4) Якщо ви доброзичливо приховуєте якусь інформацію, щоб не створити додатковий стрес для партнера, які це має наслідки?

- 5) Про що ви говорите найчастіше?
- 6) Коли ви обговорюєте важливі питання, чи легко вам дійти згоди?
 - *Які обговорення призводять до протилежності ваших думок? Що ви робите в такому випадку?*
 - *Чи є суперечки, які ви спеціально відкладаєте?*

Блок 5. вплив контролю на відчуття близькості:

- 1) Чи є у вас відчуття, що партнеру потрібно знати про вас «більше, ніж треба», щоб почуватися спокійно?
 - *Які цифрові дії використовуються?*
 - *Чи викликає у вас підозру його мовчання чи затримка відповіді?*
- 2) Коли ви відчуваєте, що він вас контролює, чи впливає це на вашу відкритість?
- 3) Як на вашу близькість впливає повна свобода, якщо він не прагне знати про вас усе? Чи відчуваєтеся ви від цього спокійніше чи, навпаки, боїтеся, що йому «все одно»?

Блок 6. вплив особистих зустрічей на відчуття близькості:

- 1) (Для цивільних пар) Завдяки чому ви, як правило, можете зустрітися? Це якісь особисті дедлайни чи ви плануєте зустрічі з урахуванням свят, національних подій, канікул?
 - *Наскільки важливо для вас мати чіткий план і дату наступної зустрічі? Що відбувається, коли ви не знаєте, коли він повернеться?*
- 2) Чи приносять вам ці короткі зустрічі більше сил та радості, чи, навпаки, після розлуки ви відчуваєтеся гірше, ніж було до зустрічі?
- 3) Під час зустрічі вам легко зосередитися на моменті «тут і зараз», чи ви вже подумки готуєтеся до неминучого розставання?

Мої запитання закінчилися, можливо, обговорюючи цю тему, ми не торкнулися ще чогось важливого для вас. Якщо Ви хотіли б щось додати стосовно теми нашої розмови, то можете це зробити зараз. (Відповідь). Дякую за ваш час і щирі відповіді!

Додаток В

Транскрипт глибинних інтерв'ю

https://docs.google.com/document/d/1PB9kDJep7GxeZ_u6DhbKledcD7DB8gTdxvVQxxKKfhI/edit?usp=sharing

АНОТАЦІЯ

Кваліфікаційна робота на тему «Цифрові і нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані: досвід дружин військових і цивільних під час війни» присвячена теоретичному осмисленню та емпіричному аналізу того, як за умов повномасштабної війни цифрові і нецифрові практики дозволяють партнерам конструювати інтимність у романтичних стосунках на відстані, порівнюючи досвід дружин військових і цивільних. Об'єктом дослідження є романтичні стосунки на відстані під час війни. Предметом — цифрові та нецифрові практики конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані цивільними і військовими парами під час війни. Метою роботи є створення моделі конструювання інтимності у романтичних стосунках на відстані за допомогою цифрових і нецифрових практик.

У роботі здійснено концептуалізацію понять «соціальна взаємодія», «романтичні стосунки», «романтичні стосунки на відстані», «інтимність», «конструювання інтимності» та сформульовано авторське визначення «романтичних стосунків», що враховує класичні й сучасні соціологічні підходи до концептуалізації любові. Визначено специфіку романтичних стосунків на відстані, чинники їх виникнення, роль цифрових технологій у переорганізації щоденних практик пари. Проаналізовано теоретичні підходи до інтимності та її практик, а також зарубіжні й українські дослідження романтичних стосунків на відстані та інтимності.

У практичній частині дослідження розроблено програму якісного дослідження та інструментарій збору даних. Емпірична база дослідження сформована результатами глибинних напівструктурованих інтерв'ю ($n = 14$) з дружинами військових і цивільних, які перебувають у зареєстрованому або цивільному шлюбі та підтримують романтичні стосунки на відстані внаслідок повномасштабної війни.

Практичним результатом дослідження є розроблення узагальненої теоретичної моделі конструювання інтимності в романтичних стосунках на відстані, що описує стабільний набір цифрових, нецифрових і змішаних практик, релевантних для різних контекстів, та може слугувати орієнтиром для пар у конструюванні інтимності на

відстані. Отримані результати можуть бути використані парами, яких вимушено розділила війна і які підтримують стосунки на відстані; дослідниками цифрової комунікації, інтимності, сім'ї, шлюбу та соціології емоцій.

Ключові слова: романтичні стосунки на відстані; інтимність; цифрові практики; нецифрові практики; дружини військових; дружини цивільних; війна.

ABSTRACT

The master's thesis entitled "Digital and Non-Digital Practices of Constructing Intimacy in Long-Distance Romantic Relationships: Experiences of Wives of Military and Civilian Men during the War" is devoted to the theoretical and empirical examination of how, under conditions of full-scale war, digital and non-digital practices enable partners to construct intimacy in long-distance romantic relationships, with a comparative focus on the experiences of wives of military and civilian men. The object of the study is long-distance romantic relationships during the war. The subject of the study is the digital and non-digital practices of constructing intimacy in long-distance romantic relationships among civilian and military couples during the war. The aim of the thesis is to develop a model of constructing intimacy in long-distance romantic relationships through digital and non-digital practices.

The thesis conceptualises the notions of "social interaction", "romantic relationships", "long-distance romantic relationships", "intimacy" and "construction of intimacy", and proposes an original definition of "romantic relationships" that incorporates classical and contemporary sociological approaches to the conceptualisation of love. It identifies the specific features of long-distance romantic relationships, the factors underlying their emergence, and the role of digital technologies in the reorganisation of couples' everyday practices. Theoretical approaches to intimacy and its practices, as well as foreign and Ukrainian studies of long-distance romantic relationships and intimacy, are analysed.

In the empirical part of the study, a qualitative research design and data collection instruments are developed. The empirical base of the research consists of in-depth semi-structured interviews ($n = 14$) with wives of military and civilian men who are in registered or civil marriages and maintain long-distance romantic relationships as a result of the full-scale war.

The practical outcome of the study is the development of a generalised theoretical model of constructing intimacy in long-distance romantic relationships, which describes a stable set of digital, non-digital and hybrid practices relevant to different contexts and can serve

as a reference point for couples in constructing intimacy at a distance. The findings can be used by couples who have been forcibly separated by the war and maintain long-distance relationships, as well as by researchers of digital communication, intimacy, family, marriage and the sociology of emotions.

Keywords: long-distance romantic relationships; intimacy; digital practices; non-digital practices; wives of military men; wives of civilian men; war.