

Лукіна Н.Б.

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Лівенська Ю.І.

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОДРУЖНЬОЇ ЗРАДИ

Стаття присвячена вивченню психологічних особливостей переживання подружньої зради у чоловіків та жінок. Актуальність проблеми зумовлена високою поширеністю феномену зради у сучасному суспільстві, зокрема в умовах соціальної нестабільності, спричиненої війною в Україні, та її значним впливом на стабільність шлюбу, психологічне благополуччя партнерів і якість сімейної взаємодії. Подружня зрада часто призводить до виникнення кризових станів, зниження рівня довіри, задоволеності шлюбом та підвищення рівня тривожності у партнерів. У сучасному контексті, коли сім'ї стикаються з додатковим стресом через воєнні дії, дослідження цього явища набуває особливої ваги, адже зрада може виступати каталізатором розлучень і формування дезадаптивних моделей поведінки.

Метою дослідження стало з'ясування емоційних реакцій, рівня тривожності та задоволеності шлюбом у подружніх партнерів, які мають досвід зради, та порівняння цих показників із контрольною групою. У вибірці взяли участь 30 осіб (15 чоловіків і 15 жінок) віком від 25 до 45 років, серед яких 18 респондентів мали досвід подружньої зради, а 12 входили до контрольної групи, без такого досвіду. Дослідження проводилося в період із лютого по квітень 2025 року в місті Миколаїв. Для збору даних використано авторську анкету, розроблену для оцінки суб'єктивних переживань, опитувальник «Задоволеність шлюбом» (В. Столін та ін.), для вимірювання рівня благополуччя у шлюбі, а також адаптовану шкалу реактивної та особистісної тривожності Ч. Спілбергера – Ю. Ханіна, для оцінки емоційного стану. Статистичний аналіз здійснювався за допомогою *t*-критерію Стьюдента та кореляційного аналізу, що дозволило виявити значущі відмінності між групами. Поєднання кількісних (статистичні тести) і якісних методів (контент-аналіз відкритих відповідей) забезпечило як об'єктивні дані, так і глибоке розуміння суб'єктивних переживань респондентів.

Результати показали, що жінки у ситуації зради частіше демонструють підвищений рівень тривожності, емоційне виснаження та схильність до самообвинувальних реакцій, тоді як чоловіки більшою мірою реагують агресією та емоційним дистанціюванням. У групі без досвіду зради рівень задоволеності шлюбом був значно вищим (середній бал 68,4 проти 35,2 у групі з досвідом зради, $t=4,56$, $p<0,001$). Виявлено статистично значущий негативний кореляційний зв'язок між тривожністю та задоволеністю шлюбом ($r = -0,47$, $p < 0,05$), що вказує на прямий вплив емоційної напруги на стабільність відносин. Отримані дані підкреслюють важливість розробки психопрофілактичних заходів для підтримки подружніх пар.

Практична цінність дослідження полягає у розробці рекомендацій щодо відновлення довіри та покращення комунікації, а також у можливості використання результатів як бази для створення психокорекційних програм.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з вивченням впливу воєнного контексту на переживання зради та адаптаційних стратегій сімей.

Ключові слова: подружня зрада, шлюб, тривожність, емоційні реакції, задоволеність шлюбом, гендерні відмінності.

Постановка проблеми. Сім'я є фундаментальним осередком суспільства, де формуються особистість, моральні орієнтири та емоційна стабільність індивідів. У сучасних умовах, зокрема

в Україні, де триває війна (2022–2025), сім'ї зазнають значних викликів: соціальної нестабільності, економічних труднощів, психологічного стресу та вимушених розлук через міграцію чи мобілізацію.

За даними Держстату України, у 2023 році рівень розлучень зріс на 18% порівняно з довоєнним періодом, причому значна частина цих розлучень пов'язана з подружньою зрадою як реакцією на стрес і розлуки. Подружня зрада, як один із найбільш травматичних аспектів сімейних відносин, руйнує довіру, емоційну близькість і стабільність шлюбу, часто призводячи до психологічних криз, депресії, тривожності та розпаду сімей. Цей феномен має глибокий вплив не лише на партнерів, але й на дітей, які, будучи свідками сімейних конфліктів, можуть формувати дезадаптивні моделі поведінки, що позначаються на їхніх майбутніх стосунках.

У контексті війни в Україні проблема подружньої зради набуває особливої гостроти. Воєнний стрес, постійна загроза життю, вимушені розлуки через мобілізацію чи евакуацію, а також економічна нестабільність сприяють емоційній дистанції між партнерами. Наприклад, тривале перебування одного з подружжя у зоні бойових дій може провокувати позашлюбні зв'язки як спробу компенсувати дефіцит емоційної підтримки чи як спосіб втечі від психологічного тиску. Дослідження Nyland et al. підтверджують, що війна посилює тривожність і конфлікти в сім'ях, що може виступати тригером для зради [8]. Крім того, соціокультурні особливості українського суспільства, де патріархальні норми все ще мають вплив, нормалізують чоловічу зраду, тоді як жінки частіше зазнають самообвинувальних реакцій, що поглиблює їхній психологічний дистрес [7].

З наукової точки зору, дослідження подружньої зради в умовах війни пов'язане з ключовими завданнями психології особистості та сімейної психології. Воно дозволяє поглибити розуміння механізмів емоційної регуляції, гендерних відмінностей у реакціях на стрес і стратегій відновлення довіри після травматичних подій. Наприклад, за теорією F. D. Fincham, прощення є важливим механізмом зниження агресії та відновлення сімейної гармонії, але його ефективність залежить від гендерних і культурних факторів [6]. У контексті України, де війна створює додаткові виклики, вивчення цих аспектів набуває унікального значення.

Практична значущість дослідження полягає в розробці програм психологічної допомоги для подружніх пар, особливо в прифронтових регіонах, таких як Миколаїв, де воєнний стрес посилює міжособистісні конфлікти. Такі програми можуть включати техніки ненасильницької комунікації, емпатійного слухання та релаксаційні практики

для зниження тривожності. Дослідження також сприяє профілактиці розлучень і реабілітації сімей, що є важливим для збереження суспільної стабільності в умовах кризи.

Проблема подружньої зради активно вивчається в сучасній психології, з акцентом на її психологічні причини, наслідки та гендерні аспекти. Українські дослідники, такі як Л. І. Березовська, аналізують психологію міжособистісних взаємин у подружніх парах, підкреслюючи роль довіри та комунікації в запобіганні кризам [1]. Вона зазначає, що порушення довіри через зраду призводить до втрати емоційної близькості, що вимагає комплексних психологічних інтервенцій. С. С. Бондар фокусується на оцінці ефективності системи сімейного консультування при адюльтері, пропонуючи когнітивно-поведінкові техніки, такі як реструктуризація негативних переконань і тренінги ненасильницької комунікації, для відновлення життєдіяльності родини [2]. Т. М. Титаренко розглядає подружню зраду як фактор життєвої кризи, що провокує емоційне виснаження, зниження самооцінки та потребує екзистенційних методів, таких як логотерапія, для пошуку сенсу життя після травми [4].

Зарубіжні автори також приділяють значну увагу цій проблемі. F. D. Fincham та S. R. H. Beach досліджують прощення як механізм зниження психологічної агресії після зради, пропонуючи моделі конструктивної комунікації, зокрема діалог, орієнтований на емпатію та взаєморозуміння [6]. Вони підкреслюють, що успішне прощення залежить від готовності партнерів до співпраці та їхньої мотивації зберегти шлюб. Останні дослідження (2023–2025) поглиблюють розуміння гендерних аспектів. Наприклад, Kato T. та Okubo N. у статті «Relationship status and gender-related differences in response to infidelity» розвивають гіпотезу сексуальної уяви, де реакції на зраду залежать від соціокультурних факторів, таких як статус стосунків (шлюб, співжиття), а не лише біологічної статі [9]. Їхнє дослідження, проведене в Японії на вибірці 500 осіб, показало, що жінки частіше реагують депресивними станами на емоційну зраду, тоді як чоловіки – агресією на фізичну невірність. P. Varma та S. Maheshwari у «Emotional Consequences of Infidelity: Guilt and Regret Experiences Among Perpetrators of Cheating» аналізують почуття провини та жалю після зради, зазначаючи, що жінки частіше переживають самообвинувальні реакції, тоді як чоловіки схильні до зовнішньої агресії чи уникнення [10]. S. Baratian та співавтори у «Explaining Disclosed Marital

Infidelity in Men Based on...» акцентують на культурних ролях, де чоловіча зрада часто нормалізується в патріархальних суспільствах, але призводить до психологічного дистресу в партнерок [5].

Вплив війни на сімейні стосунки та зраду також активно досліджується. Hyland et al. у статті «Psychological consequences of war in Ukraine: Assessing changes in mental health among Ukrainian parents» вказують, що війна в Україні спричинила зростання тривожності та сімейних конфліктів, що може провокувати позашлюбні зв'язки як спосіб втечі від стресу [8]. Слюсар підкреслює, що українські сім'ї в умовах війни зазнають трансформації ролей, де емоційна дистанція через розлуки посилює ризик зради [3]. Weigel та Shrout досліджують, як підозри в зраді підвищують тривожність і знижують задоволеність шлюбом, що особливо актуально в кризових умовах. Ці роботи пропонують різноманітні підходи до розв'язання проблеми: когнітивно-поведінкова терапія, екзистенційні методи, моделі прощення та аналіз реакцій за статусом стосунків.

Незважаючи на значний прогрес у вивченні подружньої зради, низка питань залишається невирішеною. По-перше, бракує емпіричних досліджень гендерних відмінностей у переживанні зради в українському контексті, особливо під впливом війни, яка посилює емоційні реакції через хронічний стрес і нестабільність. По-друге, більшість робіт зосереджені на причинах зради чи її загальних наслідках, але недостатньо уваги приділяється порівняльному аналізу емоційних реакцій чоловіків і жінок, зокрема рівня тривожності та задоволеності шлюбом у групах з досвідом зради та без нього. По-третє, бракує лонгітюдних досліджень, які б відстежували довгострокові наслідки зради в умовах соціальних криз, а також якісних методів (наприклад, наративного аналізу чи есе), які б розкривали суб'єктивний досвід партнерів. Саме ці невирішені аспекти – гендерні особливості переживання подружньої зради в умовах воєнної нестабільності в Україні – є фокусом цього дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сім'я є базовим осередком формування особистості та середовищем емоційної підтримки. Подружня зрада виступає однією з найглибших криз у сімейному житті, оскільки зачіпає довіру, почуття безпеки та стабільність стосунків. Вона може виникати навіть у благополучних на вигляд парах, а її наслідки виявляються як у психологічному стані партнерів, так і у функціонуванні всієї сімейної системи.

У сучасному українському контексті, зокрема під впливом війни, подружня зрада набуває додаткових аспектів: постійний стрес, невизначеність і розлука через мобілізацію чи евакуацію посилюють емоційну вразливість партнерів, сприяючи кризам у шлюбах. За даними українських дослідників, таких як С. С. Бондар [2], війна провокує зростання тривожності та зниження задоволеності шлюбом, що робить вивчення зради особливо актуальним для розробки психокорекційних програм.

Попередні дослідження (С. Бондар, Р. Федоренко, Ф. Фінчам та ін.) доводять, що чоловіки та жінки відрізняються у своїх реакціях на подружню зраду: чоловіки чутливіші до сексуальної невірності, тоді як жінки – до емоційної. Проте емпіричні дані в українському контексті, з урахуванням впливу війни та соціальних змін, залишаються недостатніми, що обумовлює необхідність подальших досліджень.

Мета статті – з'ясувати психологічні особливості переживання подружньої зради у чоловіків та жінок, визначити рівень тривожності та задоволеності шлюбом у партнерів, що мають досвід зради, а також розробити практичні рекомендації для подружніх пар щодо подолання наслідків цієї кризи.

Дослідження враховує сучасний український контекст, зокрема вплив війни на сімейні стосунки, та пропонує класифікацію видів зради (випадкова, свідомо, помстива, емоційна, фізична), що доповнює існуючі теорії.

Виклад основного матеріалу. У дослідженні взяли участь 30 респондентів (15 чоловіків і 15 жінок) віком від 25 до 45 років, які перебувають у шлюбі або довготривалих стосунках. Із них 18 осіб (9 чоловіків та 9 жінок) мали досвід подружньої зради, а 12 (6 чоловіків і 6 жінок) склали контрольну групу. Усі учасники надали інформовану згоду на участь в опитуванні, забезпечено конфіденційність отриманих даних.

Класифікація видів подружньої зради. На основі теоретичного аналізу виділено такі види зради: випадкова (спонтанна, зумовлена обставинами), свідомо (планована, як компенсація незадоволених потреб), помстива (як реакція на образ), емоційна (без фізичного контакту, але з емоційною близькістю) та фізична (виключно сексуальна). У чоловіків частіше трапляється фізична зрада, пов'язана з сексуальною незадоволеністю, тоді як у жінок – емоційна, зумовлена потребою в підтримці.

Для збору емпіричного матеріалу використано комплекс методик: авторська анкета, розро-

блена для цього дослідження, містить 15 питань (10 закритих і 5 відкритих), спрямованих на оцінку досвіду подружньої зради, причин, емоційних реакцій та її впливу на сімейні стосунки. Закриті питання дозволяють кількісно оцінити ставлення до зради (наприклад, «Чи вважаєте ви зраду припустимою?»), а відкриті – зібрати якісні дані про суб'єктивні переживання (наприклад, «Як змінилися ваші емоції після зради?»). Опитувальник «Задоволеність шлюбом» (В. Столін та ін.) містить 24 твердження, що оцінюють емоційну близькість, довіру, спілкування та спільні плани за шкалою 0–4 (загальний бал 0–96), де вищий бал вказує на більшу задоволеність шлюбом. Шкала реактивної та особистісної тривожності Спілбергера–Ханіна оцінює ситуативну (поточний стан) та особистісну (загальну схильність) тривожність за шкалою 1–4 (діапазон 20–80 балів), де вищі бали свідчать про більший рівень тривожності. Обробка даних здійснювалася за допомогою t-критерію Стюдента для порівняння груп, кореляційного аналізу для виявлення зв'язків між тривожністю та задоволеністю шлюбом у IBM SPSS Statistics, а також контент-аналізу відкритих відповідей для ідентифікації ключових тем (наприклад, образи, провини, агресії).

Рівень тривожності. Одним із найважливіших показників у ситуації подружньої зради є рівень тривожності. Дані дослідження продемонстрували, що жінки з досвідом зради характеризуються підвищеною як реактивною (середній бал 52,4), так і особистісною тривожністю (середній бал 48,7). Це пояснюється схильністю жінок до більшої емоційної чутливості та внутрішньої саморефлексії. Чоловіки демонстрували підвищену тривожність (реактивна – 45,2; особистісна – 42,1), проте нижчу за жіночу. Аналіз результатів за допомогою t-критерію Стюдента показав ста-

тистично значущі відмінності ($t=2,87$, $p<0,05$ для реактивної; $t=2,45$, $p<0,05$ для особистісної).

На рис. 1 відображено відсоткове співвідношення емоцій: жінки частіше вказували на образу (65%), тривогу (70%) та самозвинувачення (55%), чоловіки – на гнів (60%) та агресію (50%). У таблиці 1 наведено порівняння середніх показників тривожності та задоволеності шлюбом: для групи з досвідом зради – тривожність 50,5, задоволеність 35,2; для контрольної – тривожність 32,1, задоволеність 68,4 ($t=3,12$, $p<0,01$).

Задоволеність шлюбом. Наступним етапом дослідження стало вивчення рівня задоволеності шлюбом. Результати свідчать, що у респондентів із досвідом зради цей показник є значно нижчим, ніж у контрольній групі.

Жінки, які зазнали подружньої зради, частіше відзначали втрату довіри, відчуття емоційної віддаленості та дефіцит підтримки з боку партнера. Чоловіки ж робили акцент переважно на зниженні гармонії у стосунках і появі конфліктів.

На рис. 2 показано, що в групі з досвідом зради високий рівень задоволеності мають лише 25% респондентів (середній бал 35,2), тоді як у контрольній – 70% (середній бал 68,4). Статистично значущі відмінності підтверджено t-критерієм ($t=4,56$, $p<0,001$).

Емоційні реакції. Особливу увагу приділено аналізу емоційних реакцій. Для цього проведено контент-аналіз відкритих відповідей. Жінки описували переживання у категоріях образи, тривоги, почуття знецінення та самозвинувачення. Відповіді чоловіків частіше відображали гнів, агресивність і прагнення дистанціюватися. Це підтверджує тезу про гендерні відмінності у способах переживання кризи.

Якісний аналіз демонструє, що у жінок переважають емоційно-особистісні реакції (внутрішнє переживання, плач, почуття провини), тоді як

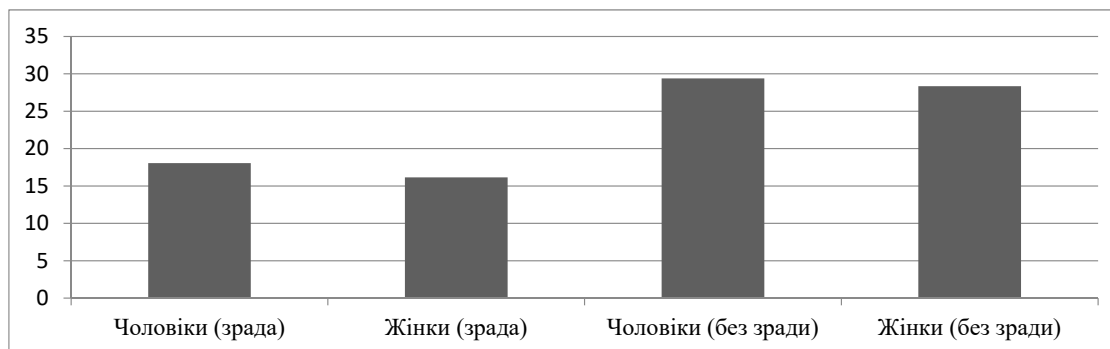


Рис. 1. Емоційні реакції на подружню зраду у чоловіків і жінок (за даними авторської анкети)

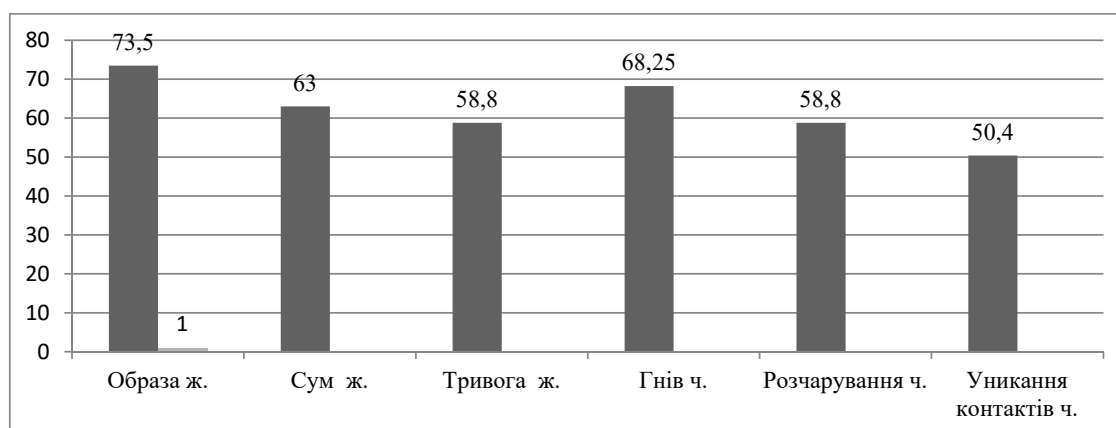


Рис. 2. Рівень задоволеності шлюбом у групах із досвідом зради та без нього (за даними тесту «Задоволеність шлюбом»)

Таблиця 1

Порівняння тривожності та задоволеності шлюбом між групами (n=30)

Група	Задоволеність шлюбом (бали)		Тривожність (бали)	
	Чоловіки	Жінки	Чоловіки	Жінки
З досвідом зради (n=18)	18,05	16,15	41,8	47,5
Без досвіду зради (n=12)	29,40	28,35	30,2	32,1

чоловіки обирають поведінково-агресивні стратегії (злість, уникання, різкі висловлювання).

Кореляційний аналіз. Додатково проведено кореляційний аналіз для виявлення взаємозв'язку між рівнем тривожності та задоволеністю шлюбом. Отримані результати показали наявність статистично значущого негативного зв'язку ($r = -0,47$, $p < 0,05$), що свідчить: із підвищенням рівня як реактивної, так і особистісної тривожності у подружніх партнерів знижується задоволеність шлюбом. Таким чином, емоційна напруга та тривожність прямо впливають на якість взаємодії у сім'ї, зменшуючи рівень довіри, гармонії та стабільності у стосунках.

У контексті війни цей зв'язок посилюється: стрес від зовнішніх факторів (розлука, невизначеність) підвищує тривожність, що знижує задоволеність шлюбом.

Практичні рекомендації. Отримані результати дозволяють розробити низку практичних рекомендацій для психологічної допомоги подружнім парам, які переживають кризу зради, з урахуванням гендерних особливостей та українського контексту.

Відкрита комунікація: партнерам важливо навчитися прямо висловлювати власні потреби та почуття без звинувачень. Рекомендується використовувати техніку 'Я-висловлювань' (наприклад, 'Я відчуваю біль, коли...' замість 'Ти завжди...') та проводити щотижневі 'розмови по душах'.

Емоційна підтримка: практики емпатійного слухання (активне повторення слів партнера для підтвердження розуміння) та обговорення емоційних переживань сприяють зниженню відчуження. Для жінок акцент на саморефлексії, для чоловіків – на конструктивному вираженні агресії.

Конструктивне вирішення конфліктів: застосування технік ненасильницької комунікації (Маршалл Розенберг: спостереження, почуття, потреби, прохання) допомагає знаходити компроміси. У контексті війни – інтегрувати практики релаксації для зниження тривожності.

Відновлення довіри: поступове повернення до спільної діяльності (сімейне дозвілля, прийняття рішень разом) та професійна допомога психолога. Рекомендується вести «щоденник довіри» для фіксації позитивних моментів.

Висновки. Проведене дослідження підтвердило, що подружня зрада є значним психологічним стресом для обох партнерів, проте чоловіки та жінки переживають її по-різному. Жінки частіше демонструють підвищену тривожність і схильність до зниження самооцінки, тоді як чоловіки – агресивність і емоційне відсторонення. Встановлено, що досвід зради суттєво знижує задоволеність шлюбом та ускладнює подружню взаємодію.

Кореляційний аналіз виявив негативний зв'язок між рівнем тривожності та задоволеністю

шлюбом ($r = -0,47$, $p < 0,05$), що підтверджує: чим вищий рівень емоційної напруги, тим нижчим є відчуття задоволеності стосунками.

Практична цінність отриманих результатів полягає в можливості їх використання як бази для створення психокорекційних програм, спрямованих на відновлення довіри, покращення комуніка-

ції та зниження тривожності у подружніх парах, які переживають кризу зради.

Дослідження підтверджує необхідність врахування культурного контексту, зокрема впливу війни в Україні, на переживання зради, що відкриває перспективи для подальших досліджень адаптаційних стратегій подружніх пар.

Список літератури:

1. Березовська Л. І. Психологія міжособистісних взаємин подружньої пари. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ: НУОУ, 2020. Вип. 3(56). С. 5–13.
2. Бондар С. С. Методологічні засади та зміст комплексної системи сімейного консультування (психокорекції) порушень життєдіяльності родини при адюльтері. Психологія особистості на сучасному ринку праці: монографія / за заг. ред. Г. А. Приба, Є. М. Калужної. Херсон: ОЛДІ-ПЛЮС, 2020. С. 262–279.
3. Слюсар Л. Українська сім'я в умовах війни. *Demography and Social Economy*. 2023. № 2. <https://ojs.dse.org.ua>
4. Титаренко Т. М. Психологічна допомога особистості в умовах життєвої кризи. *Практична психологія та соціальна робота*. 2017. № 5. С. 3–11.
5. Baratian A., Kimiaei S. A., Kareshki H., Ahmadi K. Explaining disclosed marital infidelity in men based on the inter-systemic model. *Applied Family Therapy Journal*. 2025. Vol. 6(6). P. 1–13. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.4472>
6. Fincham F. D., Beach S. R. H. Прощення в шлюбі: наслідки для психологічної агресії та конструктивної комунікації. *Journal of Family Psychology*. 2002. Vol. 16(3). P. 325–338. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.16.3.325>
7. Hackathorn J., Ashdown B. K. Мотиви подружньої невірності: гендерні та культурні відмінності. *Journal of Sex Research*. 2021. Vol. 58(5). P. 606–616. <https://doi.org/10.1080/00224499.2020.1718534>
8. Hyland P., Vallières F., Shevlin M., Karatzias T., Ben-Ezra M., McElroy E., Vang M. L., Lorberg B., Martsenkovskiy D. Психологічні наслідки війни в Україні: оцінка змін у психічному здоров'ї серед українських батьків. *Psychological Medicine*. 2023. Vol. 53(15). P. 7466–7468. Cambridge University Press, Великобританія. <https://doi.org/10.1017/S0033291723000818>
9. Kato T., Okubo N. Статус стосунків та гендерні відмінності в реакціях на невірність. *Journal of Social and Personal Relationships*. 2023. Vol. 40(5). <https://doi.org/10.1177/02654075221150327>
10. Varma P., Maheshwari S. Emotional consequences of infidelity: Guilt and regret experiences among perpetrators of cheating in heterosexual dating relationships. *The Family Journal*. 2024. <https://doi.org/10.1177/10664807241293150>

Lukina N.B., Livenska Yu.I. GENDER DIFFERENCES IN EXPERIENCING MARITAL INFIDELITY

The article is devoted to the study of the psychological characteristics of experiencing marital infidelity in men and women. The relevance of the problem is determined by the high prevalence of infidelity in modern society, particularly in the context of social instability caused by the war in Ukraine, and by its significant impact on marital stability, partners' psychological well-being, and the quality of family interactions. Marital infidelity often leads to crisis conditions, decreased trust, reduced marital satisfaction, and increased anxiety among partners. In the contemporary context, when families face additional stress due to wartime conditions, the study of this phenomenon becomes especially significant, as infidelity can act as a catalyst for divorce and the formation of maladaptive behavioral patterns.

The aim of the study was to identify emotional reactions, anxiety levels, and marital satisfaction in spouses who had experienced infidelity and to compare these indicators with a control group. The sample included 30 individuals (15 men and 15 women) aged 25 to 45, of whom 18 participants had experienced marital infidelity, while 12 formed the control group without such experience. The study was conducted between February and April 2025 in Mykolaiv. Data were collected using an author-designed questionnaire aimed at assessing subjective experiences, the "Marital Satisfaction" inventory (V. Stolin et al.) for measuring marital well-being, and the adapted Spielberger-Khanin State-Trait Anxiety Inventory for assessing emotional state. Statistical analysis was carried out using Student's t-test and correlation analysis, which allowed us to identify significant group differences. The combination of quantitative methods (statistical tests) and qualitative methods (content analysis of open responses) provided both objective data and deeper insights into respondents' subjective experiences.

The findings showed that women in situations of infidelity more frequently demonstrated elevated anxiety, emotional exhaustion, and a tendency toward self-blaming reactions, whereas men more often responded with aggression and emotional distancing. In the group without infidelity experience, the level of marital satisfaction was significantly higher (mean score of 68.4 compared to 35.2 in the infidelity group, $t = 4.56$, $p < 0.001$). A statistically significant negative correlation was found between anxiety and marital satisfaction ($r = -0.47$, $p < 0.05$), indicating a direct impact of emotional tension on relationship stability. These findings highlight the importance of developing preventive psychological interventions to support couples.

The practical value of the study lies in the development of recommendations for rebuilding trust and improving communication in couples, as well as the potential use of the findings as a basis for designing psychocorrectional programs. Future research perspectives are associated with studying the influence of the wartime context on the experience of infidelity and on families' adaptation strategies.

Key words: marital infidelity, marriage, anxiety, emotional reactions, marital satisfaction, gender differences.

Дата надходження статті: 29.09.2025

Дата прийняття статті: 15.10.2025

Опубліковано: 05.12.2025