

<https://doi.org/10.31108/2.2022.2.26.6>

УДК 159.98:613.86-049.34.364

Людмила Карамушка

Тарас Карамушка

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ВИМУШЕНИХ «ВНУТРІШНІХ» ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Карамушка Людмила, Карамушка Тарас. Емпіричне дослідження особливостей психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни.

Вступ. В умовах широкомасштабної війни рф проти України актуальною є проблема вивчення та збереження психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців, оскільки від її вирішення значною мірою залежать процеси успішної адаптації та проектування майбутнього цієї достатньо великої за кількістю категорії населення, а також її активної взаємодії з місцевими територіальними громадами.

Мета: емпірично дослідити особливості психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни за його основними складовими (здатність протидіяти стресу, налагоджувати стосунки з людьми, ефективно працювати на допомогу громаді та суспільству, реалізувати свої здібності).

Методи. Для проведення дослідження використовувалась розроблена авторами анкета «Життєдіяльність вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни», яка включала 17 основних запитань, що стосувались основних аспектів життєдіяльності респондентів, у тому числі щодо психічного здоров'я, та 5 запитань «паспортички». Обробка результатів здійснювалась методами математичної статистики (описові статистики) за допомогою програми SPSS (22 версія).

Результати. Встановлено, що вимушені «внутрішні» переселенці мають ряд проблем щодо психічного здоров'я в умовах війни (високий рівень проявів страху, паніки, недостатня активність щодо здійснення професійної та волонтерської діяльності, а також конфлікти з членами сім'ї та близькими людьми). Водночас спостерігаються незначні вияви апатії і депресії, втрати сенсу життя та виражена потреба у соціальній взаємодії й підтримці, що свідчить в цілому про позитивну спрямованість життєдіяльності вимушених «внутрішніх» переселенців.

Висновки. Результати дослідження варто враховувати в процесі організації діяльності волонтерських центрів, соціальних та психологічних служб, територіальних громад щодо соціальної та психологічної підтримки вимушених «внутрішніх» переселенців.

Ключові слова: психічне здоров'я, психічне здоров'я в умовах війни, складові психічного здоров'я, стрес, соціальне оточення, професійна діяльність, волонтерська діяльність, вимушені «внутрішні» переселенці.

Karamushka, Liudmyla, Karamushka, Taras. An empirical study of mental health features of forced internal migrants in war conditions.

Introduction. In the conditions of the large-scale war unleashed by the Russian Federation against Ukraine, the problem of studying and preserving the mental health of forced internal migrants appears quite urgent, since solving this problem can promote migrants' social adjustment and planning of the future as well as their interaction with local territorial communities.

Aim. To empirically investigate the features of the mental health of forced internal migrants in the conditions of war according to the main mental health components (stress-resistance, ability to establish relationships with people, effective work to help the community and society, and ability to self-actualize).

Methods. Activities of Forced Internal Migrants in War Conditions questionnaire (L. Karamushka, T. Karamushka), which included 17 main questions related to the main aspects of the respondents' life and activities, including mental health, and 5 passport questions. The results were analyzed using descriptive statistics (SPSS v. 22).

Results. It was found forced internal migrants had a number of war-related mental health problems (high level of fear, panic, low professional and volunteer activities, and conflicts with family members and loved ones). At the same time, they had minor apathy and depression, loss of the meaning of life, strong need for social interaction and support, which generally suggested migrants' positive orientation of life and activities.

Conclusions. The results of the study should be taken into account in organizing the work of volunteer centers, social and psychological services, as well as territorial communities related to giving social and psychological support to forced internal migrants.

Key words: mental health, mental health in conditions of war, mental health components, stress, social environment, professional activity, volunteer activity, forced internal migrants.

Вступ. Проблема вивчення психологічних наслідків війни є однією із значущих у процесі аналізу негативного впливу війни на різні сфери життєдіяльності людей, поряд зі смертю та каліцтвом людей, знищенням будівель критичної інфраструктури, руйнуванням житлового фонду, екологічними катастрофами, створенням штучного голоду тощо. Ця проблема знайшла відображення у роботах ряду зарубіжних авторів, які стосуються психічних розладів населення під впливом війни на Балканах (Priebe, Bogic, Ajdukovic, et al., 2010), впливу війни на психічне здоров'я населення в різних країнах, таких як: Афганістан, Іран, Ізраїль, Камбоджа, Чечня та ін. (Murthy & Lakshminarayana, 2006), фізичного та емоційного здоров'я жінок-ветеранів війни в Перській затоці (Pierce, 1997), впливу тортур та інших травмивних подій на психічне здоров'я в місцях масових конфліктів (Steel, Chey, Silove, et al., 2009) та ін.

Однією із вразливих категорій цивільного населення є *категорія біженців під час війни* (у зарубіжній літературі для означення цієї категорії населення використовується термін «war-refugees»). У зарубіжній літературі представлено дослідження, які стосуються довгострокового психічного здоров'я біженців війни (Bogic, Njoku & Priebe, 2015), побудови моделі стресу біженців під час військового конфлікту (Miller & Rasmussen, 2017), ефекту впливу травми війни на функціональне здоров'я та статус психічного здоров'я біженців дорослого віку з Камбоджі (Mollica, Poole, Son et al., 1997), чинників, які обумовлюють психічні розлади у біженців війни з колишньої Югославії, що проживають в Німеччині, Італії та Великобританії (Bogic, Ajdukovic, Bremner, et al., 2012) та ін.

Що стосується вивчення проблеми *психологічних наслідків війни та їх профілактики й подолання в умовах широкомасштабної війни рф проти України*, то її розробка лише розпочалась і можна назвати лише кілька робіт у цьому напрямку (Зливков & Лукомська, 2022; Карамушка, Креденцер, Терещенко, et. al, 2022; Кокун, Мороз, Пішко & Лозінська, 2022; Deineko, 2022).

Стосовно дослідження проблеми *біженців в Україні під час війни*, то, починаючи з 2014 року, коли розпочалась війна рф проти України на Сході України, українськими вченими вивчались такі важливі аспекти цієї проблеми: адаптація вимушених переселенців, як дорослих, так і дітей, до нових умов життя (Путінцев & Пащенко, 2018; Тітар, 2016; Хачатурян, 2017); соціально-психологічні особливості вимушених переселенців, зокрема їх здатність до рефлексії (Балабанова, 2017; Педько, 2015; Hnatyuk, 2014); надання психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам (на прикладі роботи з переселенцями з Криму) (Лазос, 2015) та ін.

Слід зазначити, що при аналізі цієї проблеми використовуються різні терміни стосовно означення цієї категорії населення, головним чином – це: «внутрішньо переміщені особи» (Лазос, 2015; Путінцев & Пащенко, 2018; Тітар, 2016), «internally displaced persons» (Hnatyuk, 2014), «вимушені переселенці» (Балабанова, 2017; Педько, 2015), «вимушені мігранти» (Хачатурян, 2017). Відповідно до законодавства України, яке діє і в нинішніх умовах широкомасштабної війни рф проти України з певними доповненнями, внутрішньо переміщеною особою є «громадянин України, іноземець або особа без громадянства, яка перебуває на території України на законних підставах та має право на постійне проживання в Україні, яку змусили залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру» (Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб», 2015, ст.1). Водночас суттєвим є те, що статус внутрішнього переміщення підтверджується довідкою про взяття на облік внутрішньо переміщеної особи.

Тобто можна говорити про те, що термін «внутрішньо переміщені особи» є офіційним, який використовується до осіб, які стали на відповідний облік і користуються певними пільгами. Водночас, як показує досвід, значна частина осіб, які вимушені були покинути на деякий час місце свого проживання через загрозу життю, не ставала на офіційний облік і не отримувала статус «внутрішньо переміщеної особи». Тому для вивчення означеної нами проблеми доцільним, на наш погляд, є використання поняття «вимушені переселенці», яке є

ширшим, ніж поняття «внутрішньо переміщені особи». І оскільки значна частина населення України виїхала за кордон і лише незначна частина з них отримала офіційний статус «біженців», то цей термін також можна, на наш погляд, використовувати і стосовно осіб, які вимушено переселились за кордон. А для того щоб розрізнити ці дві категорії населення, у першому випадку можна використовувати термін «вимушені «внутрішні» переселенці», а у другому – «вимушені «зовнішні» переселенці. Звичайно, всі ці поняття потребують свого аналізу та уточнення. Ми в силу наведеної аргументації у своїй роботі використовуємо термін «вимушені «внутрішні» переселенці».

Як свідчить аналіз літератури, проблема психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах широкомасштабної війни РФ проти України війни не знайшла ще належного відображення в літературі.

Враховуючи актуальність проблеми та недостатню її розробленість, нами була визначена **мета дослідження:** емпірично дослідити особливості психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни за його основними складовими (здатність протидіяти стресу, налагоджувати стосунки з людьми, ефективно працювати на допомогу громаді та суспільству, реалізувати свої здібності).

Методика та організація дослідження.

Для проведення опитування використовувалась розроблена авторами анкета «Життєдіяльність вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни», яка включала 17 основних запитань, що стосувались таких аспектів життєдіяльності респондентів: 1) причин переїзду з попереднього місця проживання; 2) місце проживання в нинішніх умовах та ступінь задоволеності/незадоволеності новим місцем проживання; 3) ступінь задоволеності роботою центрів гуманітарної допомоги вимушеним переселенцям; 4) плани на майбутнє (виїзд в інше місце в Україні чи за кордон, повернення додому, облаштування на новому місці); 5) виявів психічного здоров'я (відповідно до виділених його складових). Також анкета включала 5 запитань «паспортички», які стосувались статі, віку, сімейного стану, освіти, професії. Узагальнені відповіді респондентів на запитання анкети, які стосуються безпосередньо теми психічного здоров'я (по масиву в цілому), знайшли відображення у цій статті. Інші результати будуть представлені в інших публікаціях.

Дослідження проводилось у березні 2022 р. в одному із центрів гуманітарної допомоги вимушеним «внутрішнім переселенцям». Опитування проводилось так: одночасно 5-6 осіб, які прийшли в центр у своїх справах (наприклад, для вирішення побутових проблем), запрошувались для заповнення анкети, вони розміщувались за спеціально підготовленим для опитування столом. Відповідно автори статті могли бачити реакцію респондентів на саму пропозицію взяти участь в опитуванні, зрозумілість запитань та реакцію на ті чи інші запитання. Зазначимо, що в цілому реакція на опитування була позитивною, хоча і спостерігались окремі негативні реакції (небажання відповідати на анкету в цілому, критична оцінка деяких запитань тощо). У таких випадках респондентам говорили, що вони можуть не заповнювати анкету. Виявилось, що жінки в процесі опитування були більш активними та зацікавленими, порівняно з чоловіками, а особи пенсійного віку потребували деяких консультацій під час заповнення анкети.

Обробка результатів здійснювалась методами математичної статистики (описові статистики) за допомогою програми SPSS (22 версія).

Дослідження проводилось у березні 2022 року в рамках діяльності волонтерського центру «SOS. Штаб громадянської оборони» м. Кам'янець-Подільська, де автори працювали волонтерами.

Вибірка дослідження.

Вибірка включала вимушених «внутрішніх» переселенців з різних міст України: Дніпро/Дніпропетровська обл., Донецька обл. (Маріуполь та ін.), Київ/Київська обл. (Буча, Гостомель, Ірпінь), Луганськ/Луганська обл., Миколаїв/Миколаївська обл., Одеса/Одеська обл., Суми/Сумська обл., Чернігів/Чернігівська обл., Харків/Харківська обл. та ін.).

Всього опитано 158 осіб. Із них: 80,6% жінки та 19,4% чоловіки. За віком респонденти були розподілені так: до 30 років – 20,7%, від 31 до 40 років – 39,4%, від 41 до 50 років – 20,0%, від 51 до 60 років – 13,7%, понад 60 років – 7,2%. Тобто понад двох третин осіб (72,1% опитаних) були в активному професійному віці (у віці від 31 до 60 років).

74,8% мали вищу освіту, 24,6% – середню та середню спеціальну освіту, лише 0,6% опитаних мали незакінчену вищу освіту. Отже, респонденти в цілому мали високий рівень освіти.

За професією респонденти були розподілені так: педагогічні працівники – 20,5%, економісти-фінансисти – 19,9%, менеджери – 12,2%, працівники культури та сфери обслуговування – 12,4%, інженери – 10,9%, робітники – 5,8%, 4,9% – державні службовці, медичні працівники – 5,1%, студенти (аспіранти) – 3,8%, пенсіонери – 2,6%, підприємці – 1,9%. Отже, респонденти – це освічені фахівці, серед них була представлена більшість професійних груп.

Щодо місця проживання, то 48,4% відповіли, що вони живуть у друзів (знайомих), 28,8% – орендують кімнату, квартиру, частину будинку (будинок), 19,5% – живуть у гуртожитку для переселенців, 1,3% – у хостелі або церкві та 3,0% шукають житло. Як бачимо, переважна більшість опитаних в цілому живуть у прийнятних для проживання умовах.

Результати дослідження та їх обговорення.

1. Зміст та основні складові психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни.

Відповідно до підходу Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), *психічне здоров'я* розуміється як стан благополуччя, за якого людина реалізує власні здібності, може справлятися зі звичайними стресами життя, може продуктивно та ефективно працювати на допомогу своїй громаді (World Health Organization. «Mental health: strengthening our response», 2022).

У документах ВООЗ визначено *роль психічного здоров'я в життєдіяльності особистості та соціальних спільнот*. Зазначається, що психічне здоров'я є фундаментальною основою для нашої колективної та індивідуальної здатності мислити, переживати емоції та взаємодіяти один з одним, заробляти на життя й насолоджуватися ним. Відповідно, психічне здоров'я розглядається як життєво важлива проблема для індивідів, громад та суспільства у всьому світі (World Health Organization. «Mental health: strengthening our response», 2022).

Згідно підходу ВООЗ, психічне здоров'я визначається *низкою соціально-економічних, біологічних та екологічних чинників*, які впливають на його рівень в будь-який момент часу. Наприклад, насильство та стійкий соціально-економічний тиск є визнаними ризиками для психічного здоров'я, і найбільш чіткі докази цього пов'язані із сексуальним насильством. Також вказується на те, що погіршення психічного здоров'я пов'язане зі швидкими соціальними змінами, стресовими умовами праці, гендерною дискримінацією, соціальною ізоляцією, нездоровим способом життя, погіршенням фізичного здоров'я та порушеннями прав людини (World Health Organization. «Mental health: strengthening our response», 2022). У цьому контексті можна говорити про те, що *війна є найбільш вираженим негативним чинником*, який впливає на психічне здоров'я особистості, оскільки цей чинник обумовлює пряму загрозу життю людини і різні вияви насильства (політичного, військового, економічного, сексуального тощо).

Враховуючи загальні підходи ВООЗ World Health Organization («Mental health: strengthening our response», 2022) та наші власні розробки (Dziuba, T., Karamushka, L., Halushko, I., et. al., 2021; Карамушка, 2021) щодо розуміння сутності психічного здоров'я, можна говорити, на наш погляд, про те, що *психічне здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни* включає такі основні складові: 1) здатність справлятися з повсякденними стресами життя в умовах війни; 2) здатність налагоджувати стосунки з людьми в умовах війни; 3) здатність ефективно працювати на допомогу своїй організації, громаді та суспільству в умовах війни; 4) здатність реалізувати свої здібності в умовах війни.

Зазначимо, що існують різні підходи щодо вивчення структури психічного здоров'я особистості в умовах війни. Так, у цьому випадку аналіз складових психічного здоров'я

здійснюється через висвітлення його виявів у різних сферах життєдіяльності людей в умовах війни, які названі вище. Водночас існують й інші підходи щодо дослідження основних складових психічного здоров'я, які узгоджуються з основними виявами психічної активності особистості. Відповідно виділяють емоційний, рефлексивно-особистісний, регулятивно-функціональний компоненти психічного здоров'я (Карамушка, Креденцер, Терещенко, et. al., 2022).

Враховуючи специфіку життєдіяльності різних категорій населення в умовах війни, можна, на наш погляд, говорити про особливості психічного здоров'я *таких основних категорій населення*: 1) осіб, які виїхали з територій, де велись активні бойові дії або була загроза їх виникнення, в інші регіони України («внутрішніх» вимушених переселенців); 2) осіб, які виїхали з територій, де велись активні бойові дії або була загроза їх виникнення, за кордон («зовнішніх» вимушених переселенців); 3) осіб, які залишились на територіях, де існує ймовірність виникнення бойових дій; 4) осіб, які залишились на територіях, на яких ведуться активні бойові дії; 5) осіб, які знаходились під окупацією РФ; 6) осіб, які ще знаходяться під окупацією РФ; 7) дітей різних вікових груп тощо. Також окрему групу проблем складає збереження та підтримка психічного здоров'я військовослужбовців різних категорій (які беруть участь в активних бойових діях; тих, які отримали поранення і знаходяться на лікуванні; тих, хто пережив полон тощо). Психічне здоров'я кожної із цих названих категорій осіб має свою специфіку і потребує свого аналізу та визначення спеціальних методів і технологій його збереження й підтримки.

У цій роботі мова буде йти про вияви психічного здоров'я осіб, які виїхали з територій, де велись активні бойові дії або була загроза їх виникнення, в інші регіони України, тобто йтиметься про вимушених «внутрішніх» переселенців.

2. Здатність вимушених «внутрішніх» переселенців справлятися з повсякденними стресами життя в умовах війни.

Виходячи із визначених вище складових психічного здоров'я, здатність справлятися з повсякденними стресами є важливою складовою психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни.

Базуючись на існуючих в літературі підходах до розуміння сутності стресу, зокрема теорії Дж. С. Грінберга (Грінберг, 2002), *стрес в умовах війни* можна визначити як реакцію людини, яка виникає в результаті дії несподіваного стресора (військових дій країни-агресора), що складають загрозу безпеці та життю людини і виводять її зі стану рівноваги.

Відповідно до теорії стресу Дж. С. Грінберга (2002), модель стресу складається з таких основних складових, як: *стресори* (чинники, які виводять людину із стану рівноваги) та *стресова реактивність* (реакція людини на дію таких стресорів). Реакція людини на стрес проявляється в таких основних показниках: 1) *емоційному збудженні* (страх, гнів, почуття загрози, паніка, потрясіння, шок тощо) як індивідуальній реакції людини на події, що примушують страждати; 2) *фізіологічному збудженні* (підвищенні артеріального тиску, напруженні м'язів, пониженні ефективності імунної системи) (Грінберг, 2002). Наявність стресу в умовах війни має такі *основні наслідки*: хвороби, у тому числі й психічні розлади; зниження продуктивності праці; конфлікти; каліцтво; смерть.

Результати проведеного нами емпіричного дослідження показали, що в умовах війни значна частина внутрішніх вимушених переселенців зустрілась з *різними виявами гострого стресу* (табл.1). Так, дві третини опитаних (67,1%) пережили страх, майже половина пережила паніку (47,0%), трохи менше третини пережили шок (30,9%). 4,0 % респондентів зазначили, що втратили близьких людей або пережили каліцтво близьких людей (1,3%). І незначна частина опитаних переживала апатію і депресію (15,4%) та втратила сенс життя (6,0%), що свідчить, як нам здається, про позитивну спрямованість життєстійкості опитаних респондентів.

Отримані дані свідчать, на наш погляд, про те, що важливим завданням щодо збереження та підтримки психічного здоров'я особистості в умовах війни є, з одного боку, протидія стресу та уміння управляти стресом, з іншого боку, готовність значної частини

населення здійснювати цей процес, оскільки депресивні тенденції та відсутність сенсу життя, як показує опитування, не є вираженими.

Відповідно до наявних в літературі підходів з цієї проблеми (Гринберг, 2002), *управління стресом* розуміється як можливість встановлення людиною бар'єрів на шляху розгортання стресу з метою попередження його негативних наслідків. Суттєвим у цьому процесі є *усвідомлення відповідальності за свій психічний стан*, не перекладаючи її на інших людей (рідних, друзів, своїх керівників, колег, лікарів тощо).

Таблиця 1

З якими виявами гострого стресу Ви зустрілись під час війни?
(у % від загальної кількості опитаних)

Вияви гострого стресу	%
Пережив страх	67,1
Пережив паніку	47,0
Пережив шок	30,9
Пережив апатію і депресію	15,4
Втратив сенс життя	6,0
Втратив близьких людей	4,0
Пережив каліцтво близьких людей	1,3

Проектуючи такий підхід до аналізу сутності *управління особистістю стресом в умовах війни*, можна говорити про те, що важливим у цьому процесі насамперед є формування у вимушених «внутрішніх» переселенців адекватного ставлення до *основного стресора*, яким є військова агресія РФ: сприйняття війни як об'єктивної реальності; необхідність мобілізувати свої ресурси для подолання цієї ситуації; здатність взяти на себе відповідальність за своє життя та життя близьких; активна включеність у різні види активності, які пов'язані із захистом України; розуміння фазовості протікання війни та своїх емоційних реакцій; оволодіння правилами регуляції своєї поведінки тощо.

Суттєвим є також визначення *додаткових стресорів*, які діють під час війни, а також здійснення *чіткої організації своєї життєдіяльності* в умовах війни. Про це детально йдеться в розроблених нами методичних рекомендаціях (Карамушка, 2022), а також в розробках інших авторів, які стосуються проблем подолання стресу (Гринберг, 2022), управління страхом в умовах бойових дій (Кокун, Мороз, Пішко & Лозінська, 2022) та ін.

3. Здатність вимушених «внутрішніх» переселенців налагоджувати стосунки з людьми в умовах війни.

Ще однією складовою психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни є здатність налагоджувати стосунки з людьми.

Про роль цієї складової психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців свідчать, зокрема, отримані нами емпіричні дані, які стосуються ролі гуманітарних центрів для організації їхньої життєдіяльності. Вони показали, що приналежність до соціальної спільноти є дуже важливою для людей під час війни. Так, наведені в *табл. 2* дані демонструють те, що у процесі оцінки опитаними ролі гуманітарних центрів відповідь «відчуваю, що я не самотній у цьому місті (селі)» займає перше місце за кількістю опитаних (41,3%).

Звертає увагу на себе той факт, що значущість цього показника є такою ж важливою, як оцінка опитуваними ролі гуманітарних центрів у вирішенні матеріальних та побутових проблем вимушених «внутрішніх» переселенців, оскільки такі відповіді, як: «допомога у забезпеченні мого побуту» та «допомога у вирішенні матеріальних проблем», обрали відповідно 40,6% та 39,4% опитаних. Про значущість впливу соціальних комунікацій у процесі організації життєдіяльності вимушених «внутрішніх» переселенців свідчать і відповіді опитаних про те, що робота гуманітарних центрів сприяє «підвищенню їх оптимізму і віри в майбутнє» (33,1%) та «спілкуванню й дружбі з людьми» (15,0%). Отже, оптимізація здатності особистості

налагоджувати стосунки з людьми в умовах війни є одним із важливих напрямків збереження та підтримки психічного здоров'я особистості.

Нами виділено основні *категорії соціальних суб'єктів, з якими може взаємодіяти особистість в умовах війни*. До таких соціальних суб'єктів відносяться: сім'я; родина; друзі; колеги; основна організація (де людина працювала до війни і зараз працює, очно чи дистанційно); тимчасова організація (в якій людина тимчасово працює, під час війни, наприклад, переїхавши на нове місце роботи або втративши основну роботу); основна громада, в якій людина проживає та з якою постійно взаємодіє; громада (де людина проживаєш або з якою взаємодіє тимчасово, під час війни).

Таблиця 2

Що Вам подобається у роботі центрів гуманітарної допомоги міста для вимушених «внутрішніх» переселенців?

(у % від загальної кількості опитаних)

Варіанти відповідей	%
Відчуваю, що я не самотній у цьому місті (районі, селі)	41,3
Допомога у забезпеченні мого побуту	40,6
Допомога у вирішенні матеріальних проблем	39,4
Підвищується оптимізм і віра в майбутнє	33,1
Можна поспілкуватися та подружитися з людьми	15,0

Взаємодія із кожним із соціальних суб'єктів має свої особливості в умовах війни, що потребує спеціального дослідження. Як показав досвід, особливо важливу роль у складних ситуаціях війни відіграє сім'я. Водночас результати нашого дослідження засвідчили, що приблизно кожний п'ятий респондент (21,5%) пережив під час війни конфлікти з рідними та зраду близьких людей.

У працях зарубіжних та вітчизняних авторів наведено підходи щодо оптимізації соціальної взаємодії та підтримки внутрішньо переміщених осіб/біженців (Wong, Yoo & Stewart, 2007), їхньої поведінки в конфлікті (Miller & Rasmussen, 2010), організації взаємодії з дітьми та їх підтримки в сім'ї (Kristal-Andersson, 2000), попередження виникнення травм в сім'ї (Paradopoulos, 2002). Також визначено підходи щодо активного залучення вимушених «внутрішніх» переселенців до взаємодії з територіальними громадами (Антонюк, 2016; Карамушка, 2022) та ін. Врахування вказаних та інших психологічних підходів дасть можливість забезпечити ефективність соціальних контактів вимушених «внутрішніх» переселенців, що позитивно позначиться на їх благополуччі.

4. Здатність вимушених «внутрішніх» переселенців ефективно працювати на допомогу своїй організації, громаді й суспільству та реалізувати свої здібності в умовах війни.

І насамкінець розглянемо результати дослідження, які стосуються здатності вимушених «внутрішніх» переселенців ефективно працювати на допомогу своїй організації, громаді й суспільству та реалізувати свої здібності в умовах війни.

Нами виділено основні види активності вимушених «внутрішніх» переселенців. В основу цієї класифікації було покладено такі критерії аналізу: «здійснення професійної діяльності», «здійснення волонтерської діяльності». Залежно від вираженості показників за цими двома критеріями, можна говорити, на наш погляд, про кілька можливих варіантів прояву професійної та волонтерської активності особистості та їх поєднання в умовах війни: 1) активне виконання професійної діяльності (дистанційно або в «реальному» форматі); 2) активне виконання волонтерської діяльності; 3) активне поєднання професійної та волонтерської діяльності; 4) неактивне (часткове) поєднання професійної та волонтерської діяльності; 5) неможливість здійснювати професійну діяльність (втрата роботи); 6) пошук нового місця роботи, зміна професійної діяльності; 7) свідомий тимчасовий професійний «відпочинок»; 8)

відсутність як професійної, так і волонтерської діяльності (заняття домашніми побутовими справами, догляд за дітьми, внуками, підтримка свого здоров'я тощо).

У процесі дослідження було проаналізовано, якою мірою вимушені «внутрішні» переселенці орієнтуються на те, щоб працювати за своєю професією у тому місті (районі), де вони знаходяться (табл.3).

Таблиця 3

Чи хочете Ви працювати за своєю професією у нашому місті (районі)?
(у % від загальної кількості опитаних)

Варіанти відповідей	%
Хочу працювати на умовах повної оплати	31,4
Хочу працювати на умовах часткової оплати	9,4
Не хочу працювати	18,3
Важко сказати	40,4
Працюю дистанційно на своїй основній, попередній роботі	11,2

Установлено, що менше третини опитаних (31,4%) виявили бажання працювати за своєю професією на умовах повної оплати у місті (районі), де вони знаходяться. Також невелика частина опитаних (9,4%) зазначила, що згодні працювати на умовах часткової оплати. Про те, що вони не хочуть працювати, однозначно вказало 18,3%, а 40,4% зазначили, що їм важко відповісти на поставлене запитання. 11,2% учасників опитування вказали на те, що працюють дистанційно на своїй основній роботі. Отже, ми можемо говорити про те, що більше половини опитаних (58,7%) не мають потреби займатись професійною роботою в місті (районі), де вони знаходяться. Зазначимо, що це опитування було проведено в кінці березня, коли для більшості людей питання про повернення на своє постійне місце проживання та включення в попередній вид своєї активності було достатньо проблематичним. Тобто можна говорити про вияви певної професійної пасивності вимушених переселенців.

Ще більш виражена пасивність спостерігається у відповідях респондентів, які стосуються їх бажання займатись підприємницькою діяльністю. Як бачимо із наведених в табл. 4 даних, лише 18,8% сказали, що вони хочуть займатись цим видом діяльності. 25,3% зазначили, що їм важко відповісти на це запитання. І понад 55,8% однозначно вказали на те, що вони не хочуть займатись підприємницькою діяльністю.

Таблиця 4

Чи хочете Ви займатись підприємницькою діяльністю у нашому місті (селі)?

(у % від загальної кількості опитаних)

Варіанти відповідей	%
Хочу займатись підприємницькою діяльністю	18,8
Важко сказати	25,3
Не хочу займатись підприємницькою діяльністю	55,8

Якщо порівняти дані табл. 3 та табл. 4, то видно, що число осіб, які не хочуть займатись підприємницькою діяльністю, втричі більше, ніж тих, які не хочуть працювати за своєю професією (55,8% проти 18,3%). Очевидно, це можна пояснити, з одного боку, тим, що сама підприємницька діяльність є достатньо складним видом діяльності і потребує певних організаційно-психологічних умов для її здійснення (наявність стартового капіталу, здатність до ризику, інноваційності тощо). З іншого боку, серед самих респондентів лише 1,9% ідентифікували себе як підприємці. Однак це ще раз свідчить про неготовність опитаних започаткувати новий вид своєї активності, який дав би можливість у важких соціально-

економічних умовах, коли багато людей втратили роботу, забезпечувати задоволення власних потреб, не чекаючи допомоги інших, створювати нові робочі місця тощо.

Нами також було досліджено орієнтацію вимушених «внутрішніх» переселенців на здійснення волонтерської діяльності (табл. 5). Тут було отримано такі дані.

З'ясувалось, що в цілому лише третина опитаних хоче займатись волонтерською роботою на безоплатній (21,6%) або на платній основі (12,4%). 18,3% опитаних однозначно відповіли, що вони не хочуть займатись волонтерською роботою, а значна частина респондентів (43,1%) зазначила, що їм важко відповісти на це запитання. Зауважимо, що зовсім невелика частина опитаних (4,6%) вказала, що вже займається волонтерською роботою. Тобто тут спостерігається така ж приблизно ситуація, як і стосовно професійної діяльності, хоча число бажаючих займатись волонтерською діяльністю на безоплатній або платній основі дещо менше, ніж тих, хто бажає займатись професійною діяльністю. Отже, можна говорити про те, що існує ряд резервів щодо бажання вимушених «внутрішніх» переселенців займатись волонтерською діяльністю.

Таблиця 5

**Чи хочете Ви долучитись до волонтерської роботи
у нашому місті (районі)?**

(у % від загальної кількості опитаних)

Варіанти відповідей	%
Хочу долучитись на безоплатній основі	21,6
Хочу долучитись на платній основі	12,4
Не хочу долучатися до волонтерської роботи	18,3
Важко сказати	43,1
Уже займаюсь волонтерською роботою	4,6

Отже, можна висувати, що значній кількості опитаних притаманна певна пасивність щодо здійснення професійної та волонтерської діяльності в умовах війни. На наш погляд, є декілька причин такої ситуації: гострий стрес, який пережили або переживають опитані, частина із яких виїхала з дуже «гарячих» точок України (Маріуполь, Київ, Київська обл., Харків, Чернігів); відсутність достатніх умов для задоволення базових потреб; невідомість організувати свою активність в нових умовах проживання; «розірваність» сімей (коли члени сім'ї знаходяться далеко один від одного); відсутність оптимізму щодо майбутнього, індивідуальні особливості опитаних (тривожність, невпевненість в собі, ригідність тощо).

Для подолання цих причин та підвищення професійної й волонтерської активності вимушених «внутрішніх» переселенців доцільним є, на наш погляд, дотримання таких психологічних умов: усвідомлення особистістю відповідальності за свою професійну та волонтерську діяльність в умовах війни; визначення можливих напрямків професійної та волонтерської діяльності, які можуть робити внесок в загальну справу захисту та досягнення перемоги над рф; оволодіння новими навичками виконання професійної, підприємницької та волонтерської діяльності; оволодіння новими стратегіями соціальної взаємодії для активного включення в професійну та волонтерську діяльність; усвідомлення полімотивованості власної професійної та волонтерської діяльності (взаємодії соціальних, альтруїстичних, матеріальних мотивів, мотивів самореалізації тощо); опора на власну самоефективність, віра в свої можливості; орієнтація на реалізацію своїх здібностей – як загальних (інтелектуальних), так і спеціальних (організаторських, комунікативних, технічних, естетичних тощо).

Також суттєвою є активна робота територіальних громад, основні напрямки якої наведено в розроблених нами методичних рекомендаціях (Карамушка, 2022), а також вплив внутрішньо переміщених осіб на розвиток територіальних громад (Антонюк, 2016).

Висновки. Встановлено, що в умовах широкомасштабної війни рф проти України вимушені «внутрішні» переселенці мають ряд проблем щодо психічного здоров'я (високий рівень проявів страху, паніки, недостатня активність щодо здійснення професійної та

волонтерської діяльності, а також конфлікти з членами сім'ї та близькими людьми). Водночас спостерігаються незначні вияви апатії і депресії, втрати сенсу життя та виражена потреба у соціальній взаємодії й підтримці, що свідчить в цілому про позитивну спрямованість життєдіяльності вимушених «внутрішніх» переселенців.

Результати дослідження варто враховувати в процесі організації діяльності волонтерських центрів, соціальних та психологічних служб, територіальних громад щодо соціальної та психологічної підтримки вимушених «внутрішніх» переселенців.

Перспективи дослідження полягають в дослідженні впливу соціально-демографічних та організаційно-професійних характеристик вимушених «внутрішніх» переселенців на вияви їхнього психічного здоров'я в умовах війни.

Література

1. Антонюк, В.П. (2016). Вплив внутрішньоопереміщених осіб на розвиток територіальних громад: проблеми та перспективи. *Вісник економічної науки України*, 2, 8-13.
2. Балабанова, Л.М. (2017). Психологічні особливості рефлексії вимушених переселенців. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 22, 51-58.
3. Гринберг, Дж. С. (2002). *Управление стрессом*: перевод з англ., СІБ
4. Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб» (2015). *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*, 1, ст.1, <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1706-18#Text>
5. Злишков, В., & Лукомська, С. (2022). *Діти війни: теоретико-методичні і практичні аспекти психологічної допомоги*: Навч. пос. Київ-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М.
6. Карамушка, Л.М. (2022). *Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати*: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, <https://lib.iitta.gov.ua/730974/>
7. Карамушка, Л. (2021). Психічне здоров'я: сутність, основні детермінанти, стратегії та програми забезпечення. *Psychological Journal*, 7(5), 26–37. DOI:<https://doi.org/10.31108/1.2.7.5.3>
8. Карамушка, Л., Креденцер, О., Терещенко, К., Івкін, В., Лагодзінська, В., Ковальчук О. (2022). Особливості психічного здоров'я персоналу освітніх та наукових організацій в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 1 (25), 62-74. DOI:<https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.7>
9. Кокун, О.М., Мороз, В.М., Пішко, І.О., & Лозінська, Н.С. (2022). *Теорія і практика управління страхом в умовах бойових дій*: метод. посібник. Київ-Одеса :Фенікс, <https://lib.iitta.gov.ua/730971>
10. Лазос, Г.П. (2015). Психологічна допомога внутрішньо переміщеним особам (на прикладі роботи з переселенцями з Криму). *Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій*: метод. посіб. (с.36-45). За ред. З. Г. Кісарчук. Київ : ТОВ Видавництво «Логос».
11. Педько, К.В. (2015). Соціально-психологічні особливості вимушених переселенців. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*, 128, 201-204.
12. Путінцев, А.В., & Пашенко, Ю.С. (2018). Адаптація внутрішньо переміщених осіб в регіонах України: сутність, поняття, підходи. *Економіка. Фінанси. Менеджмент: актуальні питання науки і практики*, 9, 110-121.
13. Тігар, І.О. (2016). Поняття та критерії адаптації й інтеграції внутрішньо переміщених осіб і умови скасування статусу переселенця. *Український соціум*, 4 (59), 57-68.
14. Хачатурян, Ю.Р. (2017). Теоретичний аналіз проблеми соціальної адаптації дітей вимушених мігрантів. *Український психологічний журнал*, 1 (3), 177-191.
15. Bogic, M., Ajdukovic, D., Bremner, S., et al. (2012). Factors associated with mental disorders in long-settled war refugees: refugees from the former Yugoslavia in Germany, Italy and the UK. *The British Journal of Psychiatry*, Mar;200(3), 216-223.
16. Bogic, M., Njoku, A., & Priebe, S. (2015). Long-term mental health of war-refugees: a systematic literature review. *BMC International Health and Human Rights*, 15:29
17. Deineko, O. (2022). *War in Ukraine: a sociological study*. Oslo, Norwegian Institute for Urban and Regional Research, Metropolitan University. DOI: 10.1192/bjp.bp.110.084764. Epub 2012 Jan 26. PMID: 22282430
18. Dziuba, T., Karamushka, L., Halushko, I., et. al. (2021). Mental health of teachers in Ukrainian educational organizations/ *Wiadomości Lekarskie*, 2021. Vol. 74, 11, Part 1, 2779-2783. URL:<https://wiadomosci.pl/11-2021/>.
19. Hnatyuk, O. T. (2014). Internally displaced persons: a new challenge for Ukraine. *Демографія та соціальна економіка*, 2(22), 187-197.
20. Kristal-Andersson, B. (2000). Psychology of the refugee, the immigrant and their children: Development of a conceptual framework and application to psychotherapeutic related support work. Lundt, University of Lundt
21. Miller, K.E. & Rasmussen, A. (2017). The mental health of civilians displaced by armed conflict: an ecological model of refugee distress. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 26, 129-38. DOI:10.1017/S2045796016000172
22. Miller, K.E. & Rasmussen A. (2010). War exposure, daily stressors, and mental health in conflict and post-conflict settings: bridging the divide between trauma-focused and psychosocial frameworks. *Social Science and Medicine*, 70, 7-16. DOI:10.1016/j.socscimed.2009.09.029

23. Mollica, R.F., Poole, C., Son, L., et al. (1997) . Effects of war trauma on Cambodian refugee adolescents' functional health and mental health status. *Journal of Child and Adolescent Psychiatry*, 36, 1098-106. DOI: 10.1097/00004583-199708000-00017
24. Murthy, R.S. & Lakshminarayana, R. (2006). Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*, 5(1), 25-30.
25. Papadopoulos, R.(2002). Refugees, home and trauma. *Therapeutic Care for Refugees. No Place Like Home*. London: Karnac, 2002.
26. Pierce, P.F. (1997). Physical and emotional health of Gulf War veteran women. *Aviation, Space, and Environmental Medicine*. 68(4), 317-21.
27. Priebe, S., Bogic, M., Ajdukovic, D., et al. (2010). Mental disorders following war in the Balkans: a study in 5 countries. *Archives of General Psychiatry*, 67, 518-28. DOI:10.1001/archgenpsychiatry.2010.37
28. Steel, Z., Chey, T., Silove, D., et al. (2009). Association of torture and other potentially traumatic events with Mental health outcomes among populations exposed to mass conflict and Displacement. *JAMA*, 302:537
29. Wong, S.T., Yoo, G.J., & Stewart, A.L. (2007). An empirical evaluation of social support and psychological well-being in older Chinese and Korean immigrants. *Ethnicity and Health*, 12, 43-67. DOI:10.1080/13557850600824104
30. World Health Organization. «Mental health: strengthening our response». <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (дата звернення: 20.05.2022)

References

1. Antonyuk, V. P. (2016). Vplyv vnutrishno peremischenykh osib na rozvytok terytorialnykh gromad: problemy ta perspektyvy [The impact of internally displaced persons on the development of territorial communities: problems and prospects]. *Visnyk ekonomichnoyi nauky Ukrainy*, 2, 8-13. [In Ukrainian]
2. Balabanova, L. M. (2017). Psykhologichniosoblyvostirefleksiyivymushenykhpereselentsiv [Psychological features of the reflection of forced migrants]. *Problemy ekstremalnoyi ta kryzovoyi psykholohiyi*, 22, 51-58. [In Ukrainian]
3. Grinberg, J. S. (2002). *Upravlenie stressom [Stress management]*, SPB [In Russian]
4. Zakon Ukrainy «Pro zabezpechennya prav i svobod vnutrishno peremischenykh osib» (2015) [Law of Ukraine "On Ensuring the Rights and Freedoms of Internally Displaced Persons" (2015)]. *Vidomosti Verkhovnoi Rady Ukrainy (VVR)*, 1, st.1, <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1706-18#Text> [In Ukrainian]
5. Zlyvko, V., & Lukomska, S. (2022). *Dity viiny: teoretyko-metodychni i praktychni aspekty psykholohichnoi dopomogy [Children of war: theoretical, methodological and practical aspects of psychological assistance]*. Vydavets PP Lysenko M. M. [In Ukrainian]
6. Karamushka, L. M. (2022). *Psykhichne zdorovya osobystosti pid chas viiny: yak iogo zberegty ta pidtrymaty: recommendations [Mental health of the individual during the war: how to preserve and support it: recommendations]*. Instytut psykholohii imeni G.S. Kostyuka NAPN Ukrainy, <https://lib.iitta.gov.ua/730974/> [In Ukrainian]
7. Karamushka, L. (2021). Psykhichne zdorovya: sutnist, osnovni determinanty, strategii ta programy zabezpechennya [Mental health: nature, key determinants, strategies and promotion programs]. *Psychological Journal*, 7(5), 26–37. <https://doi.org/10.31108/1.2.7.5.3> [In Ukrainian]
8. Karamushka, L., Kredentser, O., Tereschenko K., Ivkin, V., Lagodzinska, V., & Kovalchuk, O. (2022). Osoblyvosti psykhnichnogo zdorovya personalu osvity i nauky ta naukovykh organizatsii v umovakh viiny [Peculiarities of the mental health of the staff of educational and scientific organizations in the conditions of war]. *Organizatsiina psykholohia. Ekonomichna psykholohia*, 1(25), 62-74. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.7> [In Ukrainian]
9. Kokun, O. M., Moroz, V. M., Pishko, I. O., & Lozinska, N. S. (2022). *Teoria i praktyka upravlinnya strakhom v umovakh boiovykh dii [Theory and practice of fear management in combat conditions]*. Feniks, <https://lib.iitta.gov.ua/730971> [In Ukrainian]
10. Lazos, G. P. (2015). Psykhologichna dopomoga vnutrishno peremischenym osobam (na prykladi roboty z pereselentsyamy z Krymu) [Psychological help to internally displaced persons (a case of work with migrants from the Crimea)]. In Z. Kisarchuk (ed.) *Psykhologichna dopomoga postrazhdalym vnaslidok kryzovyykh travmatychnykh podii. (pp.36-45)*. TOV Vydavnytstvo «Logos». [In Ukrainian]
11. Pedko, K. V. (2015). Sotsialno-psykhologichni osoblyvosti vymushenykh pereselentsiv [Socio-psychological features of forced migrants]. *Visnyk Chernigivskogo natsionalnogo pedagogichnogo universytetu imeni T. G. Shevchenka*, 128, 201-204. [In Ukrainian]
12. Putintsev, A. V., & Paschenko, Yu. Ye. (2018). Adaptatsia vnutrishno peremischenykh osib v regionakh Ukrainy: sutnist, ponyattya, pidkhody [Adjustment of internally displaced persons in the regions of Ukraine: essence, concepts, approaches]. *Ekonomika. Finansy. Menedzhment: aktualni pytannya nauky i praktyky*, 9, 110-121. [In Ukrainian]
13. Titar, I. O. (2016). Ponyattya ta kryterii adaptatsii i integratsii vnutrishno peremischenykh osib i umovy skasuvannya statusu pereselentsya [Concepts and criteria of adjustment and integration of internal migrants and conditions for canceling the status of a displaced person]. *Ukrainskyi sotsium*, 4 (59), 57-68. [In Ukrainian]
14. Khachatryan, Yu. R. (2017). Teoretychnyi analiz problemy sotsialnoi adaptatsii ditei vymushenykh migrantiv [Theoretical analysis of the problem of social adjustment of children of forced migrants]. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal*, 1(3), 177-191. [In Ukrainian]

15. Bogic, M., Ajdukovic, D., & Bremner, S. (2012). Factors associated with mental disorders in long-settled war refugees: refugees from the former Yugoslavia in Germany, Italy and the UK [14]. *The British Journal of Psychiatry*, *Mar*; 200(3), 216-223.
16. Bogic, M., Njoku, A., & Priebe, S. (2015). Long-term mental health of war-refugees: a systematic literature review. *BMC International Health and Human Rights*, 15:29
17. Deineko, O. (2022). *War in Ukraine: a sociological study*. Oslo, Norwegian Institute for Urban and Regional Research, Metropolitan University. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.110.084764>. Epub 2012 Jan 26. PMID: 22282430
18. Dziuba, T., Karamushka, L., & Halushko, I. (2021). Mental health of teachers in Ukrainian educational organizations/ *Wiadomości Lekarskie*, 2021. Vol. 74, 11, Part 1, 2779-2783. <https://wiadlek.pl/11-2021/>.
19. Hnatyuk, O. T. (2014). Internally displaced persons: a new challenge for Ukraine. *Демографія та соціальна економіка*, 2(22), 187-197.
20. Kristal-Andersson, B. (2000). Psychology of the refugee, the immigrant and their children: Development of a conceptual framework and application to psychotherapeutic related support work. University of Lundt
21. Miller, K. E., & Rasmussen, A. (2017). The mental health of civilians displaced by armed conflict: an ecological model of refugee distress. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 26, 129-38. <https://doi.org/10.1017/S2045796016000172>
22. Miller, K. E., & Rasmussen, A. (2010). War exposure, daily stressors, and mental health in conflict and post-conflict settings: bridging the divide between trauma-focused and psychosocial frameworks. *Social Science and Medicine*, 70, 7-16. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2009.09.029>
23. Mollica, R. F., Poole, C., & Son, L. (1997). Effects of war trauma on Cambodian refugee adolescents' functional health and mental health status. *Journal of Child and Adolescent Psychiatry*, 36, 1098-106. <https://doi.org/10.1097/00004583-199708000-00017>
24. Murthy, R. S., & Lakshminarayana, R. (2006). Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*, 5(1), 25-30.
25. Papadopoulos, R. (2002). Refugees, home and trauma. *Therapeutic Care for Refugees. No Place Like Home*. Karnac, 2002.
26. Pierce, P. F. (1997). Physical and emotional health of Gulf War veteran women. *Aviation, Space, and Environmental Medicine*. 68(4), 317-21.
27. Priebe, S., Bogic, M., & Ajdukovic, D. (2010). Mental disorders following war in the Balkans: a study in 5 countries. *Archives of General Psychiatry*, 67, 518-28. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2010.37>
28. Steel, Z., Chey, T., & Silove, D. (2009). Association of torture and other potentially traumatic events with Mental health outcomes among populations exposed to mass conflict and Displacement. *JAMA*, 302:537
29. Wong, S. T., Yoo, G. J., & Stewart, A. L. (2007). An empirical evaluation of social support and psychological well-being in older Chinese and Korean immigrants. *Ethnicity and Health*, 12, 43-67. <https://doi.org/10.1080/13557850600824104>
30. World Health Organization. «Mental health: strengthening our response». <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Відомості про авторів

Карамушка Людмила Миколаївна, дійсна членкиня НАПН України, докторка психологічних наук, професорка, завідувачка лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Київ, Україна.

Karamushka, Liudmyla, Academician of the NAES of Ukraine, Dr., Prof., Head, Laboratory of organizational and social psychology, G. S. Kostiuk Institute of psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine.

E-mail: LKARAMA01@gmail.com

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0622-3419>

Карамушка Тарас Вікторович, кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології Київського інституту сучасної психології та психотерапії.

Karamushka, Taras, PhD, Associate Professor, Department of Social Psychology, Kyiv Institute of Modern Psychology and Psychotherapy, Kyiv, Ukraine

E-mail: Tkarama90@gmail.com

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4813-8327>

Отримано 1 червня 2022 р.
Рецензовано 7 червня 2022 р.
Прийнято 15 червня 2022 р.