

## РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9: 37.07: 005.95]: 613.86  
DOI: 10.31732/2663-2209-2022-67-124-133

### ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПЕРСОНАЛУ ОРГАНІЗАЦІЙ В УМОВАХ ВІЙНИ: ОСНОВНІ ВИЯВИ ТА РЕСУРСИ

*Людмила Карамушка<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>Академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор, заступник директора з науково-організаційної роботи та міжнародних наукових зв'язків, завідувачка лабораторії організаційної та соціальної психології, Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ, Україна, e-mail: LKARAMA01@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0622-3419>

### MENTAL HEALTH OF ORGANIZATION PERSONNEL AT WAR: MAIN MANIFESTATIONS AND RESOURCES

*Liudmyla Karamushka<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>Academician of the NAES of Ukraine, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Deputy director of scientific organizational work and international scientific relations, Head of 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: <https://orcid.org/0000-0003-0622-3419>

**Анотація.** У статті представлено результати проведеного автором емпіричного дослідження основних виявів та ресурсів психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни. Розкрито зміст психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни та його структура. Виявлено недостатній рівень загальних показників стану фізичного та психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни, зокрема, констатовано більш низькі показники психічного здоров'я, порівняно з фізичним, а також негативні та позитивні тенденції у рівні розвитку основних складових психічного здоров'я. Автором здійснено класифікацію основних виявів стресу у персоналу організацій в умовах війни, проблем у спілкуванні з людьми та у здійсненні професійної діяльності. Показано, що найбільш вираженими проблемами психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни є проблеми, які стосуються здатності протидіяти стресу, далі слідує проблеми, що мають відношення до здатності здійснювати професійну діяльність (забезпечувати її ефективну організацію та продуктивність) і на останньому місці знаходяться проблеми, що пов'язані із здатністю налагоджувати стосунки з людьми. Разом з тим, констатовано, що для переважної більшості опитаного персоналу, не дивлячись на всю складність воєнного періоду, притаманна позитивна спрямованість життєдіяльності (бачення перспектив майбутнього, віра в життя, позитивне ставлення до своєї професійної діяльності тощо). Здійснено класифікацію ресурсів (організаційно-психологічних та особистісних), які використовує персонал організацій для підтримки та збереження психічного здоров'я у воєнний період. Констатовано розрив між ресурсами (ресурси організації значно «відстають» від ресурсів соціального оточення та особистісних ресурсів).

**Ключові слова:** психічне здоров'я, психічне здоров'я в умовах війни, складові психічного здоров'я, стрес, соціальне оточення, професійна діяльність, психологічні ресурси, персонал, організація.

**Формул:** 0, **рис.:** 0, **табл.:** 5, **бібл.:** 13

**Abstract.** The article presents the results of the author's empirical study of the main findings and resources of the mental health of the personnel of organizations in the conditions of war. The content of the mental health of the personnel of organizations in the conditions of war and its main components are disclosed. An insufficient level of general indicators of the state of physical and mental health of the personnel of organizations in war conditions was revealed, in particular, lower indicators of mental health compared to physical health were found, as well as negative and positive trends in the level of development of the main components of mental health. The author classified the main manifestations of stress in the personnel of organizations in the conditions of war, problems in communication with people, in the organization and implementation of professional activities. It is shown that the most pronounced mental health problems of the personnel of organizations in war conditions are problems related to the ability to counteract stress, followed by problems related to the ability to carry out professional activities (ensure its effective organization

and productivity) and lastly there are problems related to the ability to establish relationships with people. At the same time, it was established that for the vast majority of the surveyed personnel, despite all the complexity of the war period, a positive orientation of life is inherent (a vision of future prospects, faith in life, a positive attitude towards one's professional activities, etc.). The classification of resources (organizational-psychological and personal) used by the personnel of organizations to maintain and preserve mental health during the war period was carried out. A gap between resources has been established (the resources of the organization significantly lag behind the resources of the social environment and personal resources).

**Keywords:** mental health, mental health in conditions of war, components of mental health, stress, social environment, professional activity, psychological resources, personnel, organization.

**Formulas:0; fig.: 0;tabl.: 5;bibl.: 13**

**Постановка проблеми.** Однією із важливих проблем в період агресивної війни РФ проти України є проблема підтримки та збереження психічного здоров'я персоналу організацій, оскільки це має прямий вплив на ефективність професійної діяльності персоналу, задоволення його потреб, сприяє успішності діяльності організації. Це потребує осмислення цієї проблеми, здійснення аналізу основних виявів психічного здоров'я у персоналу організацій в умовах війни, проблем, які існують, вивчення особистісних та організаційних ресурсів, які використовуються персоналом.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблеми психічного здоров'я персоналу організацій в умовах мирного часу, представлена в роботах ряду авторів, в яких розкрито ряд важливих аспектів цієї проблеми, зокрема, визначено сутність психічного здоров'я (Карамушка, Л.М. [3]), описано комплекс методик для дослідження цього феномену (Шевченко Н.М. [7]), досліджено особливості психічного здоров'я вчителя (Dziuba, T., Karamushka, L., Halushko, I., et. al. [9]), визначено психологічні чинники та умови забезпечення психологічного здоров'я менеджерів освітніх організацій в умовах Нової української школи (Карамушка Л.М., Шевченко А.М. [5]) та ін.

Серед вивчення психологічних наслідків війни вагоме місце займає аналіз психічних розладів населення під впливом військових конфліктів, які відбуваються в різних регіонах світу, що відображено в ряді зарубіжних досліджень [11; 12]. Вивчення психологічних наслідків широкомасштабної війни РФ проти України лише розпочалось і знайшло

відображення в наукових працях вітчизняних авторів: Злишков В., Лукомська С. [1]; Кокун, О.М., Мороз, В.М., Пішко, І.О., Лозінська, Н.С. [6]; Deineko O. [8].

Серед дослідження психологічних наслідків агресивної війни РФ проти України суттєве значення має проблема вивчення сутності та структури психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни, його негативних та позитивних виявів, класифікація основних проблем, які стосуються вираженості складових психічного здоров'я, визначення ресурсів, необхідних для його підтримки і збереження.

**Мета дослідження:** емпірично дослідити основні вияви та ресурси психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни.

**Методика та організація дослідження.** Методика дослідження. Для проведення дослідження використовувалась анкета «Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни» Л.М. Карамушка, яка включала 9 запитань, які стосувались таких блоків питань: 1) загальної оцінки персоналом власного фізичного та психічного здоров'я в умовах війни; 2) виявів основних складових психічного здоров'я в умовах війни; 3) наявності ресурсів для підтримки психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни; 4) потреби в психологічній допомозі щодо підтримки психічного здоров'я та основних форм її здійснення та ін. Також анкета включала 9 запитань «паспортички», які стосувалися статі, віку, сімейного стану, наявності дітей, освіти, посади респондентів, характеристик місця їх проживання, пов'язаного із рівнем безпеки під час війни. Узагальнені відповіді

респондентів (по масиву в цілому) на запитання анкети, які стосуються оцінка персоналом організацій власного фізичного та психічного здоров'я в умовах війни, вираженості основних складових психічного здоров'я та ресурсів збереження та його підтримки знайшли відображення у цій статті. Інші результати будуть проаналізовані в наступних публікаціях.

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

*Вибірка досліджуваних.* Дослідження проводилось в травні 2022 р. 344 респондентів з Центрального регіону України взяли участь в дослідженні.

За соціально-демографічними характеристиками респонденти були розподілені таким чином: 80,8% опитаних були жінки та 19,2% чоловіки. Середній вік респондентів складає  $M = 39,1$ ,  $SD = 15,8$ , 58,1% опитаних були неодруженими та 41,9% були одруженими. 63,7% опитаних не мали дітей, 36,3% мали дітей.

Щодо організаційно-професійних характеристик, то тут зафіксовані такі дані. 6,5% мали середню або середню спеціальну освіту, 81,7% мали незакінчену вищу або вищу освіту, 11,8% навчались в аспірантурі або мали науковий ступінь (наукове звання). 25,0% обіймали посади керівників в цих сферах, 75,0% мали статус працівників. Респонденти працювали в таких сферах: 29,9% – підприємництва та бізнесу, 24,7% – освіти і науки, 13,4% – охорони здоров'я, 8,2% – державної служби. 23,8% опитаних не працювали.

За характеристиками місця проживання, пов'язаного із рівнем безпеки під час війни у першій її фазі (кінець лютого-квітень) опитувані розподілились наступним чином. Щодо місця знаходження під час війни отримано такі відповіді: 62,5% відповіли, що знаходились у своєму місті (селі), 20,9% переїхали у більш безпечне місто (село) в

межах України і 16,6% переїхали у більш безпечне місце за кордоном.

***Виклад основного матеріалу дослідження.***

***1. Зміст та основні складові психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни.*** Відповідно до підходу Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), психічне здоров'я є фундаментальною основою для колективної та індивідуальної здатності людей мислити, переживати емоції та взаємодіяти один з одним, заробляти на життя й насолоджуватися ним [13]. Відповідно, психічне здоров'я розглядається як життєво важлива проблема для індивідів, громад та суспільства у всьому світі [13].

Згідно підходу ВООЗ, психічне здоров'я визначається *низкою соціально-економічних, біологічних та екологічних чинників*, які впливають на його рівень в будь-який момент часу. Отже, і можна говорити про те, що *війна є найбільш вираженим негативним чинником*, який впливає на психічне здоров'я особистості, оскільки цей чинник обумовлює пряму загрозу життя людини і різні вияви насильства (політичного, військового, економічного, сексуального тощо) [2].

Враховуючи загальні підходи ВООЗ [13] та наші власні розробки [2; 4] щодо розуміння сутності психічного здоров'я, можна говорити, на наш погляд, про те, що *психічне здоров'я персоналу організацій 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 здійснювати свою професійну діяльність та працювати на користь своєї організації й суспільства, реалізувати свої здібності в умовах війни.

Зазначимо, що існують різні підходи щодо вивчення структури психічного здоров'я особистості в умовах війни. У нашому дослідженні аналіз складових психічного здоров'я здійснюється через висвітлення його негативних та позитивних виявів у різних сферах

життєдіяльності людей в умовах війни, які названі вище.

**2. Оцінка персоналом організацій власного фізичного та психічного здоров'я в умовах війни.** Аналіз отриманих даних (табл.1) свідчить про те, що лише одна п'ята-одна шоста опитаних оцінюють своє фізичне та психічне здоров'я однозначно позитивно (21,5% та 15,6% відповідно). Значно більш опитаних, майже половина, оцінюють своє фізичне та

психічне здоров'я скоріше позитивно, ніж негативно (42,5,% та 44,0% відповідно). Ці показники можна оцінити позитивно, оскільки вони свідчать в цілому про позитивні тенденції у стані фізичного та психічного здоров'я респондентів, що в умовах війни є дуже суттєвим, оскільки мобілізує персонал для виконання діяльності, адаптації до нових умов, сприяє задоволенню базових потреб людини в екстремальних ситуаціях.

**Таблиця 1. Оцінка персоналом власного фізичного та психічного здоров'я в умовах війни (в% від загальної кількості опитаних)**

Оцінка здоров'я	Фізичне здоров'я	Психічне здоров'я
Оцінюють позитивно	21,5	15,6
Оцінюють скоріше позитивно, ніж негативно	42,5	44,0
Важко оцінити	23,0	22,1
Оцінюють скоріше негативно, ніж позитивно	10,6	13,6
Оцінюють негативно	2,4	4,7

Джерело: розроблено автором

Однак, можна говорити і про певну негативних тенденцій у вираженості стану фізичного та психічного здоров'я персоналу організацій. Про це свідчить, насамперед, той факт, що трохи більше, ніж одна п'ята опитаних, зазначили, що їм важко оцінити стан свого фізичного та психічного здоров'я (23,0% та 22,1% відповідно). Також було виявлено, що фізичне та психічне здоров'я оцінюються частиною опитаних скоріше негативно, ніж позитивно (10,6% та 13,6% відповідно). І невелика частина осіб однозначно оцінили власне фізичне та психічне здоров'я негативно (2,4,% та 4,7% відповідно). Також звертає увагу на себе той факт, що рівень вираженості психічного здоров'я в цілому є нижчим, порівняно із фізичним здоров'ям. Зазначимо, що в наших дослідженнях, проведених до війни, психічне здоров'я за рівнем вираженості випереджало фізичне здоров'я. Очевидно, це можна пояснити тим, що ситуація війни, яка характеризується підвищеним рівнем стресу та є загрозою для життя людей, негативно позначається, насамперед, на їх психічному здоров'ю.

Далі проаналізуємо вияви основних складових психічного здоров'я, відповідно до наведеної вище моделі.

**3. Аналіз здатності персоналу організацій справлятися з повсякденними стресами життя в умовах війни.** Отримані результати свідчать про те, що значна частина опитаних переживають різні вияви стресу під час війни, які можна, відповідно до нашої класифікації, об'єднати у чотири групи (табл. 2).

До першої групи відносяться *вияви «гострого» стресу*, більшість із яких респонденти, скоріше всього, пережили у перші дні війни. Сюди відносяться страх (62,5%), паніка (42,2%), шок (39,5%). Як бачимо у цій групі найбільш вираженим є страх, оскільки більше двох третіх опитаних вказали на його наявність, та паніка, на яку вказало майже половина опитаних.

Другу групу утворили вияви *«віддаленого» стресу*, з якими респонденти, скоріше всього, зустрілися у наступний період. Складовими цієї групи виступили такі показники стресу: тривожність (69,6%), роздратованість (39,2%), депресія (21,5%), невпевненість в собі (19,2%), агресивність (18,9%), панічні атаки (15,3%),

**Таблиця 2. Із якими виявами стресу Ви зустрілись під час війни?  
 (в% від загальної кількості опитаних)**

Вияви стресу	%
<i>Вияви «гострого» стресу:</i>	
пережив страх	62,5
пережив паніку	42,2
пережив шок	39,5
<i>Вияви «віддаленого» стресу:</i>	
відчуваю тривожність	69,6
відчуваю роздратованість	39,2
відчуваю депресію	21,5
відчуваю невпевненість в собі	19,2
став агресивним	18,9
пережив панічні атаки	15,3
<i>Вияви стресу, які стосуються перспектив життя:</i>	
відчуваю апатію	28,6
втратив смисл життя	6,2
<i>Вияви вираженого «гострого» стресу, які стосуються каліцтва та смерті близьких:</i>	
пережив горе у зв'язку з смертю близьких людей	2,4
пережив горе у зв'язку з фізичними травмами /каліцтвом близьких людей	1,2

*Джерело: розроблено автором*

Слід наголосити, що найбільш виражено тут представлена тривожність, яка спостерігається у переважній кількості опитаних. Решта виявів стресу представлена в середньому у однієї п'ятої опитаних.

У третю групу увійшли вияви стресу, які стосуються *перспектив життя*. Сюди віднесено апатію (28,6%) та втрата смислу життя (6,2%). Як бачимо, ця група виявів стресу представлено у невеликої кількості респондентів, особливо, коли мова йде про показник, який стосуються втрати смислу життя, що, звичайно, заслуговує схвальної оцінки, оскільки свідчить про позитивну спрямованість життєдіяльності респондентів, навіть у такий складний час.

До четвертої групи було віднесено вияви *вираженого «гострого» стресу*, які мають відношення до *каліцтва та смерті близьких*: переживання горя у зв'язку із смертю близьких людей (2,4%), переживання горя у зв'язку з фізичними травмами/каліцтвом близьких людей (1,2%). Отримані дані свідчать про те, що, на щастя, число таких респондентів є невеликим.

*Отже*, отримані дані свідчать про те, що дуже велика кількість персоналу організацій переживають різні вияви стресу в умовах війни, серед яких найбільш представленими є страх і тривожність. Тому доцільним є використання, як самими персоналом організацій, так і працівниками психологічних служб різних способів протидії стресу в умовах війни, про що мова йде в ряді публікацій з цієї проблеми (Карамушка Л.М. [2]; Коқун, О.М., Мороз, В.М., Пішко, І.О., Лозінська, Н.С. [6]; Miller, K.E., Rasmussen A. [10]).

**4. Дослідження здатності персоналу організацій налагоджувати стосунки з людьми в умовах війни.** Результати дослідження показали, що досить значна частина респондентів вказали на наявність певних проблем у налагодженні стосунків з іншими людьми, які стосуються широкого спектру стосунків (від конфліктів до зради та зневіри в людей, припинення з ними стосунків, як крайніх форм загострення стосунків з людьми) (табл. 3). Виявлені проблеми, відповідно до здійсненої нами класифікації, було об'єднано у п'ять основних груп.

**Таблиця 3. Із якими проблемами у стосунках з людьми ви зустрілись під час війни? (у % від загальної кількості опитаних)**

Проблеми в стосунках з людьми	%
<i>Конфлікти з членами сім'ї та родини:</i>	
конфлікти з членами родини	26,5
конфлікти з батьками	23,9
конфлікти з чоловіком/дружиною	13,9
конфлікти з дітьми	5,3
<i>Конфлікти з друзями:</i>	
мав конфлікти з друзями	20,9
<i>Конфлікти з суб'єктами професійної взаємодії:</i>	
конфлікти з керівництвом своєї організації	6,2
конфлікти з членами свого колективу	5,6
<i>Конфлікти з людьми, які надавали допомогу вимушеним переселенцям:</i>	
напруженість в стосунках з людьми, які надавали мені житло (коли був вимушеним переселенцем в Україні)	3,5
напруженість в стосунках з людьми, які надавали мені житло (коли був вимушеним переселенцем за кордоном)	2,9
<i>Крайні форми загострення стосунків з людьми:</i>	
перестав спілкуватися із деякими із близьких людей	36,0
втратив віру в людей	8,3
пережив зраду близьких людей	5,9

*Джерело: розроблено автором*

Так, першу групу складають конфлікти, що стосуються *взаємодії персоналу з членами сім'ї та родини*, тобто, з найближчим колом соціальної взаємодії. На конфлікти з членами родини вказало 26,5%, конфлікти з батьками – 23,9%, з дружиною/чоловіком – 13,9%, конфлікти з дітьми – 5,3%. Тобто, в середньому близько четвертої частини респондентів пережили конфлікти з членами сім'ї та родини, що, скоріше всього, можна пояснити тим, що переважна більшість проблем забезпечення своєї безпеки та організації життєдіяльності в умовах війни опитувані вирішували, насамперед, на рівні сім'ї та родини.

Другу групу складають конфлікти, які стосуються *взаємодії з друзями*. На них вказало 20,9%.

До третьої групи відносяться *конфлікти з суб'єктами професійної взаємодії*, тобто, з суб'єктами професійної взаємодії в організаціях, де працюють респонденти в. На конфлікти з керівництвом своєї організації вказало 6,2%, конфлікти з членами свого колективу – 5,6%. Як бачимо, конфліктів з суб'єктами професійної взаємодії є значно менше, порівняно з конфліктами із з членами сім'ї та родини, що можна оцінити, як позитивний факт. Це може бути

обумовлене, зокрема, тим, що спілкування в організації здійснюється на більш формальній основі, з дотриманням субординації, а з іншого боку, можливо, меншою виключністю організацій в умовах війни у вирішенні повсякденних професійних та життєвих проблем персоналу.

До четвертої групи відносяться конфлікти, що які мають відношення до *взаємодії з людьми, які надавали допомогу вимушеним переселенцям*, зокрема, надавали житло, як в Україні та за кордоном. Число таких конфліктів складає всього 3,5% стосовно взаємодії з людьми, які надавали житло в Україні, та 2,9% стосовно людей, які допомагали у вирішенні цього питання за кордоном.

І п'яту групу складають проблеми, які стосуються *крайніх форм загострення стосунків з людьми*. 36,0% опитаних вказали на те, що перестали спілкуватися із деякими із близьких людей. Звертає увагу на себе той факт, що такий показник за кількісним вираженням є найбільшим серед проблем у стосунках з людьми. Однак, лише 8,3 % учасників дослідження зазначили, що втратили віру в людей, а 5,9% опитаних зазначили, що пережили зраду близьких людей, що є крайньою

формою розриву стосунків з людьми. В цілому, це свідчить, на наш погляд, про все ж таки позитивну спрямованість щодо соціальних контактів з людьми в умовах війни у більшості опитаних.

*Отже*, отримані результати свідчать про те, що війна, як крайня форма соціальної напруженості, яка складає загрозу безпеці і життю людей, обумовлює виникнення значних проблем у соціальній взаємодії у персоналу організацій. Це потребує підвищення компетентності персоналу організацій з цих питань, що

знайшло відображення у ряді публікацій (Карамушка Л.М. [2]; Карамушка Л.М., Шевченко А.М. []).

**5. Аналіз здатності персоналу організацій здійснювати свою професійну діяльність та реалізувати свої здібності в умовах війни.** Аналіз отриманих даних показав, що персонал організацій зустрівся з рядом проблем в їхній професійній діяльності (табл. 4). Виявлені проблеми, згідно з проведеною нами класифікацією, було об'єднано у такі три групи.

**Таблиця 4. Із якими проблемами у здійсненні своєї професійної діяльності Ви зустрілись в умовах війни? (у % від загальної кількості опитаних)**

Проблеми у здійсненні професійної діяльності	%
<i>Проблеми в організації та продуктивності професійної діяльності персоналу:</i>	
значно знизилась продуктивність діяльності	44,5
не можу організувати свій робочий час	35,4
не вірю в себе, свою здатність виконувати професійну діяльність	11,8
мені в цілому важко адаптуватись до роботи до нових умов війни	10,3
<i>Ставлення персоналу до професійної діяльності:</i>	
втратив бажання займатись своєю професійною діяльністю	13,9
не бачу перспектив своєї діяльності	10,9
не хочу навчатись новому	10,3
вважаю, що займатись моєю професійною діяльністю дистанційно немає ніякого смислу	7,1
<i>Найближчі перспективи персоналу щодо здійснення професійної діяльності:</i>	
втратив своє місце роботи, тому шукаю нову роботу	8,3
працювати в своїй організації не планую, хочу виїхати за кордон	3,5
приміщення моєї організації пошкоджене (зруйноване), працювати неможливо	1,5
працювати в своїй організації не планую, хочу виїхати в більш безпечний регіон України	0,6

*Джерело: розроблено автором*

Першу групу утворили проблеми, які мають відношення до *організації та продуктивності професійної діяльності персоналу*. Найбільша кількість, опитаних (44,5%), вказали на те, що у них різко знизилась продуктивність діяльності. 35,4% респондентів, більше третини, зазначили, що вони не можуть організувати свій час. Значно менше опитаних (11,8%) вказали на свою низьку самоефективність (зазначили, що вони не вірять в себе, свою здатність виконувати професійну діяльність). І 10,3%) відповіли, що їм в цілому важко адаптуватись до роботи до нових умов війни. Як бачимо, у цій групі переважають проблеми, які мають відношення до продуктивності професійної діяльності та тайм-менеджменту.

Другу групу утворили проблеми, які стосуються *ставлення персоналу до професійної діяльності*. До цієї групи були включені такі відповіді респондентів: втратив бажання займатись своєю професійною діяльністю (13,9%), не бачу перспектив своєї професійної діяльності (10,9%), не хочу навчатись новому (10,3%). Таким чином, можна говорити про те, що навіть у важких умовах війни лише незначна частина персоналу має негативну мотивацію щодо виконання своєї професійної діяльності.

І останню групу складають проблеми, які стосуються *найближчих перспектив здійснення професійної діяльності*. Звертає увагу на себе той факт, що число осіб, які вказали на проблеми цієї групи, є зовсім невеликим.

8,3% вказали на те, що втратили місце роботи, тому шукають нову роботу. 3,5% вказали на те, що працювати в своїй організації не планують, хочуть виїхати за кордон. 1,5% респондентів зазначили, що працювати в їхній організації неможливо, оскільки її приміщення пошкоджене/зруйноване. І 0,6% респондентів вказали на те, працювати в своїй організації не планують, хочуть виїхати в більш безпечний регіон України. Отже, в цілому можна заключити, що персонал організацій бачить позитивні перспективи своєї професійної діяльності, не дивлячись на складні умови війни, що можна, без сумніву, оцінити позитивно.

Таким чином, результати дослідження засвідчили те, що у персоналу організацій на фоні позитивного ставлення до своєї професійної діяльності та перспектив її здійснення, яке спостерігається у переважної більшості опитаних, зафіксовані виражені проблеми у продуктивності діяльності та часової її організації, а також частково проблеми в

адаптації до нових умов війни та самоефективності. Це свідчить про необхідність реалізації спеціальної психологічної підтримки персоналу організацій, що знайшло відображення в ряді наших публікацій [2; 4; 5].

Загалом виявлено ряд, як *негативних, так і позитивних, виявів* психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни, що передбачає вивчення ресурсів, використання яких може сприяти підтримці та збереженню психічного здоров'я.

**6. Ресурси для підтримки та збереження психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни.** Аналіз отриманих даних дав можливість виділити значу кількість ресурсів, які використовуються персоналом організацій для підтримки та збереження психічного здоров'я в умовах війни (табл. 5). Дані ресурси, відповідно до нашої класифікації, об'єднано у чотири групи.

**Таблиця 5. Ресурси для підтримки та збереження психічного здоров'я в умовах війни (у % від загальної кількості опитаних)**

Організаційно-психологічні та особистісні ресурси	%
<i>Підтримка соціального оточення:</i>	
Підтримка друзів	60,4
Підтримка сім'ї	59,1
Підтримка родини	46,3
Підтримка випадкових людей	13,9
<i>Використання особистих ресурсів:</i>	
Власна стресостійкість	53,7
Віра в себе, свої здібності (самоефективність)	46,9
Самоорганізація своєї життєдіяльності	36,6
Наявність фінансових ресурсів	24,2
<i>Підтримка організації, в якій працює персонал:</i>	
Підтримка колективу організації	21,5
Підтримка керівництва організації	18,8
Підтримка партнерів організації	3,5
<i>Підтримка інших організацій:</i>	
Підтримка волонтерських організацій	8,8
Підтримка територіальних громад, де я персонал проживаю постійно	3,8
Підтримка територіальних громад, куди персонал виїхав тимчасово	2,7

*Джерело: розроблено автором*

До першої групи відносяться ресурси, які стосуються підтримки персоналу організацій *соціальним оточенням*. Дана група, яка в цілому є найбільш кількісно численною, включає ресурси, які стосуються підтримки, яку

надають персоналу організацій такі суб'єкти: друзі (60,4%), сім'я (59,1%), родина (46,3%), підтримка випадкових людей (13,9%). Як бачимо, підтримка людей, які входять в найближче оточення



персоналу організацій, є дуже суттєвим ресурсом.

До другої групи відносяться *особисті ресурси* персоналу організацій, які кількісно виражені дещо менше, порівняно з першою групою, але також займають вагомую роль. Сюди відносяться, насамперед, психологічні ресурси: власна стресостійкість (53,7%), віра в себе, в свої здібності (самоефективність) (46,9%) та самоорганізація своєї життєдіяльності (36,6%). Також значущим є і наявність фінансових ресурсів (24,2%). При цьому звертає увагу на себе той факт, що значущість психологічних ресурсів значно переважає над фінансовими ресурсами.

Третю групу утворили ресурси, які стосуються *підтримки персоналу організацією*, в якій працюють працівники. Як видно із отриманих даних, ця група ресурсів кількісно представлена значно нижче, орієнтовно в два-три рази, порівняно із ресурсами першої та другої груп. До неї відносяться такі ресурси, як підтримка колективу організації (21,5%), підтримка керівництва організації (18,8%), т підтримка партнерів організації (3,5%). Як бачимо, на останній ресурс вказала дуже невелика кількість опитаних.

І четверту групу утворили ресурси, які стосуються *підтримки інших організацій*. До цієї групи, яка кількісно є дуже не вираженою, відносяться такі ресурси: підтримка і допомога волонтерських організацій (8,8%), підтримка і допомога територіальних громад, де я проживаю постійно (3,8%), підтримка і допомога територіальних громад, куди я виїхав тимчасово (2,7%).

Загалом, можна заключити, що ресурси, які мають відношення до соціального оточення, та особисті ресурси відіграють провідну роль у збереженні та підтримці психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни, що можна оцінити, як позитивний факт. Однак, підтримка і допомога організацій, де працює персонал, та інших організацій, є незначною, що можна оцінити, як одне із проблемних місць в дослідженні цієї проблеми.

### **Висновки.**

1. Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни являє собою здатність персоналу справлятися з повсякденними стресами війни, налагоджувати стосунки з людьми, ефективно здійснювати свою професійну діяльність та працювати на користь своєї організації й суспільства, реалізувати свої здібності.

2. Виявлено недостатній рівень фізичного та психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни (з більш низькими показниками психічного здоров'я, порівняно з фізичним), а також негативні та позитивні тенденції у рівні розвитку основних складових психічного здоров'я.

3. Констатовано розрив між ресурсами, які використовує персонал організацій для підтримки та збереження психічного здоров'я у воєнний період (ресурси організації значно відстають від ресурсів соціального оточення та особистісних ресурсів).

4. Отримані дані свідчать про необхідність розробки та впровадження спеціальних психологічних технологій, спрямованих на збереження та підтримання психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни, які можуть використовуватися на індивідуальному, груповому, організаційному та суспільному рівнях.

До перспектив дослідження відноситься вивчення особливостей психічного здоров'я різних категорій персоналу організацій в умовах війни, а також впливу на нього організаційно-психологічних чинників.

### **Література:**

1. Зливков, В., Лукомська, С. Діти війни: теоретико-методичні і практичні аспекти психологічної допомоги: Навч. пос. Київ-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2022. 95 с.
2. Карамушка, Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 52 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/730974/>
3. Карамушка, Л. (2021). Психічне здоров'я: сутність, основні детермінанти, стратегії та програми забезпечення. *Psychological Journal*. 2021. 7(5). С. 26–37. DOI:<https://doi.org/10.31108/1.2.7.5.3>

4. Карамушка, Л., Креденцер, О., Терещенко, К., Лагодзінська В. Івкін В., Ковальчук О.С. Особливості психічного здоров'я персоналу освітніх та наукових організацій в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 1 (25). С.62-74. DOI:<https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.7>
5. Карамушка, Л.М., Шевченко А.М. Забезпечення психологічного здоров'я менеджерів та педагогічних працівників освітніх організацій в умовах Нової української школи: навчально-методичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 157 с.
6. Кокун, О.М., Мороз, В.М., Пішко, І.О., Лозінська, Н.С. Теорія і практика управління страхом в умовах бойових дій: метод. посібник. Київ-Одеса: Фенікс, 2022. 88 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/730971>
7. Шевченко, А.М. Комплекс методик для дослідження психологічного здоров'я менеджерів освітніх організацій. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2019. (2-3) (9-10). С. 109-118.
8. Deineko, O. War in Ukraine: a sociological study .Oslo, Norwegian Institute for Urban and Regional Research, Metropolitan University. 2022. DOI: 10.1192/bjp.bp.110.084764. Epub 2012 Jan 26. PMID: 22282430
9. Dziuba, T., Karamushka, L., Halushko, I., et. al. Mental health of teachers in Ukrainian educational organizationsю *Wiadomości Lekarskie*, 2021. Vol. 74. Part 1, pp.2779-2783. URL:<https://wiadlek.pl/11-2021/>.
10. Miller, K.E., Rasmussen A.. 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*. 2010. 70, pp. 7-16. DOI:10.1016/j.socscimed.2009.09.029
11. Murthy, R.S., Lakshminarayana, R. Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*. 2006. 5(1). pp.25-30.
12. 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*, 2010. 67. pp.518-28. DOI:10.1001/archgenpsychiatry.2010.37
13. World Health Organization. «Mental health: strengthening our response». URL.: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.

#### References

1. Zlyvkov, V., Lukomska, S. Dity viiny: teoretyko-metodychni i praktychni aspekty psykholoichnoi dopomogy [Children of war: theoretical, methodological and practical aspects of psychological assistance]. Vydavets PP Lysenko M. M, 2022. 95 p.. [In Ukrainian].
2. Karamushka, L. M. *Psykhychne zdorovyia 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 psykholoigii imeni G.S. Kostyuka NAPN Ukrainy, 2022. 52 p. URL.: <https://lib.iitta.gov.ua/730974/> [In Ukrainian]
3. Karamushka, L. Psykhychne zdorovyia: sutnist, osnovni determinanty, strategii ta programy

- zabezpechennya [Mental health: nature, key determinants, strategies and promotion programs]. *Psychological Journal*, 2021, 7(5), 26–37. <https://doi.org/10.31108/1.2.7.5.3>
4. Karamushka, L., Kredentser, O., Tereschenko, Ivkin, V., Lagodzinska, V., & Kovalchuk, O. Osoblyvosti psykhychnogo zdorovyia personalu osvityvnykh 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 psykholoigia. Ekonomichna psykholoigia*, 2022. 1(25), 62-74. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.7> [In Ukrainian]
5. Karamushka, L. M., Shevchenko, A. M. Zabezpechennya psykholoichnogo zdorovyia menezheriv ta pedagogichnykh pratsivnykiv osvityvnykh organizatsii v umovakh Novoyi ukrayinskoyi shkoly [Promoting psychological health of managers and teaching staff of educational organizations in the conditions of the New Ukrainian School]. G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine. 2022 157 p. [In Ukrainian]
6. Kokun, O. M., Moroz, V. M., Pishko, I. O., Lozinska, N. S. Teoria i praktyka upravlinnya strakhom v umovakh boiovykh dii [Theory and practice of fear management in combat conditions]. Feniks, 2022. 88 p. <https://lib.iitta.gov.ua/730971> [In Ukrainian]
7. Shevchenko, A. M. Kompleks metodyk dlya doslidzhennya psykholoichnogo zdorovyia menezheriv osvityvnykh organizatsii [A complex of instruments to study the psychological wellbeing of managers of educational organizations]. *Organizatsiina psykholoigia. Ekonomichna psykholoigial* 2019. 2-3 (9-10), pp.109-118. [In Ukrainian]
8. Deineko, O. War in Ukraine: a sociological study. Oslo, Norwegian Institute for Urban and Regional Research, Metropolitan University, 2022. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.110.084764>. Epub 2012 Jan 26. PMID: 22282430
9. Dziuba, T., Karamushka, L., Halushko, I., et.al. Mental health of teachers in Ukrainian educational organizations. *Wiadomości Lekarskie*, 2021. Vol. 74, 11, Part 1, 2779-2783. <https://wiadlek.pl/11-2021/>.
10. Miller, K.E., Rasmussen A. 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*, 2010. 70, 7-16. DOI:10.1016/j.socscimed.2009.09.029
11. Murthy, R.S., Lakshminarayana, R.. Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*, 2006. 5(1), 25-30.
12. Priebe, S., Bogic, M., Ajdukovic, D., et al. Mental disorders following war in the Balkans: a study in 5 countries. *Archives of General Psychiatry*, 2010, 67, 518-28. DOI:10.1001/archgenpsychiatry.2010.37
13. Wold Health Organization. «Mental health: strengthening our response». URL.: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.