

## **ПРОФЕСІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧА ТА ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ ВИКЛАДАЧІВ ВИЩОЇ ШКОЛИ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Горошкова Лідія Анатоліївна**, докторка економічних наук, професорка, професорка кафедри екології, Національного університету «Києво-Могилянська академія», вулиця Григорія Сковороди, 2, Київ, 04655; старший науковий співробітник відділу дослідження навколишнього середовища, Інститут телекомунікацій глобального інформаційного простору Національної академії наук України, Чоколівський бульвар, 13, Київ, тел.: +382123919, e-mail: goroshkova69@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-7142-4308>

**Засекіна Тетяна Миколаївна**, докторка педагогічних наук, професорка, головний науковий співробітник відділу біологічної, хімічної та фізичної освіти Інституту педагогіки Національної академії педагогічних наук України, вулиця Січових Стрільців, 52Д, Київ, тел.: +38679903034, e-mail: zasekinat@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-9362-5840>

**Герасименко Юлія Сергіївна**, докторка економічних наук, доцентка, завідувачка кафедри педагогіки, психології та менеджменту, Білоцерківський інститут неперервної професійної освіти ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України, тел.: +380505972549, e-mail: gerasimenkou04@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-8888-7472>

**Анотація.** У статті представлені результати емпіричного дослідження впливу повномасштабного вторгнення на професійну діяльність та психологічний стан осіб з вищою освітою – викладачів закладів вищої освіти (ЗВО). Актуальність дослідження зумовлена зростанням кількості людей, які змушені покинути свої домівки через бойові дії. У результаті вони стикаються зі значними складнощами, що нерідко провокують психологічні проблеми та суттєво впливають на рівень їхньої життєстійкості. У якості діагностичного інструменту було використано тест життєстійкості С. Мадді (адаптована). Також був досліджений зв'язок між показниками життєстійкості та обраної копінг-стратегії внутрішньо переміщеними особами (за опитувальником Р. Лазаруса та С. Фолкмана). З результатами дослідження було встановлено, що викладачі ЗВО, які з початком війни були змушені переселитись, мають особливості прояву життєстійкості. Але ті, що не переміщались з початком повномасштабного вторгнення внаслідок перебування на небезпечних територіях і умовах проявляють вищу життєстійкість та можуть мати здатність краще контролювати ситуацію та приймати ризики. За результатами проведеного емпіричного дослідження було доведено, що рівень життєстійкості у ВПО та вимушених емігрантів нижчий, ніж у осіб, які з початком війни не переміщались в інші регіони або країни. Встановлено, що на рівень життєстійкості у ВПО та вимушених емігрантів впливають такі фактори: тривалість перебування в статусі

переселенця/емігранта, наявність соціальної підтримки, рівень адаптації до нового середовища, психологічний стан. Показано, що в умовах повномасштабної війни адаптація внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя вимагає значного психологічного ресурсу, основу якого становлять життєстійкість та ефективні копінг-стратегії.

**Ключові слова:** психологічні проблеми, внутрішньо переміщені особи, емігранти, життєстійкість, вимушені переселенці, психологічна корекція.

## **PROFESSIONAL WELL-BEING AND PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF HIGHER EDUCATION TEACHERS IN WARTIME**

**Horoshkova Lidiia Anatolyivna**, DSc in Economic, professor, Professor, Professor of the Department of Ecology, National University «Kyiv-Mohyla Academy», 2 Hryhoriia Skovoroda Street, Kyiv; Senior Research Fellow, Department of Environmental Research, Institute of Telecommunications of the Global Information Space of the National Academy of Sciences of Ukraine, Chokolivskiy Boulevard, 13, Kyiv, tel.: +380662123919, e-mail: goroshkova69@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-7142-4308>

**Zasiekina Tetiana Nikolaevna**, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Chief Researcher of the Department of Biological, Chemical and Physical Education of the Institute of Pedagogy of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Sichovykh Striltsiv Street, 52D, Kyiv, tel.: +38679903034, e-mail: zasekinat@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-9362-5840>

**Herasimenko Yuliia Sergiyevna**, Doctor of Economics, Associate Professor, Head of the Department of Pedagogy, Psychology and Management, Bila Tserkva Institute of Continuing Professional Education, State Educational Institution «University of Educational Management» of the National Academy of Sciences of Ukraine, tel.: +380505972549, e-mail: gerasimenkou04@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-8888-7472>

**Abstract.** The article presents the results of an empirical study on the impact of the full-scale invasion on professional activity and the psychological state of people with higher education, namely university lecturers. The relevance of the study is determined by the growing number of people who are forced to leave their homes because of hostilities. As a result, they face significant difficulties that often cause psychological problems and strongly affect their level of resilience. The resilience test developed by S. Maddi (adapted) was used as a diagnostic tool. In addition, the relationship between resilience indicators and the chosen coping strategies of internally displaced persons was studied using the questionnaire by R. Lazarus and S. Folkman. The results of the study showed that university lecturers who were forced to relocate after the start of the war demonstrate specific features of resilience. At the same time, those who did not relocate after the beginning of the full-scale invasion, despite living in dangerous areas and conditions, show a higher level of resilience and may have a

better ability to control the situation and accept risks. The empirical study proved that the level of resilience among internally displaced persons and forced emigrants is lower than among people who did not move to other regions or countries after the outbreak of the war. It was found that the level of resilience of internally displaced persons and forced emigrants is influenced by the following factors: the length of time spent in the status of a displaced person or emigrant, the availability of social support, the level of adaptation to a new environment, and psychological well-being. The study shows that under conditions of full-scale war, the adaptation of internally displaced persons to new living conditions requires significant psychological resources, the core of which includes resilience and effective coping strategies.

**Keywords:** psychological issues, internally displaced persons, emigrants, psychological hardiness, forcibly displaced individuals, psychological correction.

**Постановка проблеми.** Повномасштабне вторгнення РФ спричинило масове переміщення населення, ставши одним із найгостріших гуманітарних викликів сучасності. Вимушена міграція суттєво впливає на життя людей, адже вони змушені пристосовуватися до нових умов, взаємодіяти з незнайомими людьми та інтегруватися в інші соціальні норми. Внутрішньо переміщені особи та зовнішні мігранти формують нову вразливу групу населення, яка потребує особливої уваги. Емоційні стани цих людей вимагають глибокого вивчення, адже вони значно більш схильні до впливу негативних обставин, спричинених воєнною кризою. Травматичний досвід, отриманий унаслідок перебування в умовах війни, позбавив більшість із них можливості ефективно вирішувати повсякденні життєві труднощі.

Актуальність цього питання продиктована зростанням кількості людей, які змушені покидати свої домівки через бойові дії. У результаті вони стикаються зі значними складнощами, що нерідко провокують психологічні проблеми та суттєво впливають на рівень їхньої життєстійкості.

З огляду на те, що періоди воєн часто спричиняють значні кризи, які негативно впливають на психологічний стан людини, актуальним стає аналіз специфіки емоційних переживань внутрішньо переміщених осіб та зовнішніх мігрантів.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз наукових джерел свідчить про те, що питання, пов'язані з внутрішньо переміщеними особами (ВПО), досліджувались як українськими, так і іноземними вченими. Зокрема, вітчизняні дослідники приділяли увагу різним аспектам цієї проблематики: психоемоційному стану переселенців за кордоном, зокрема в Німеччині [1]; психологічним чинникам життєстійкості ВПО [2]; психологічного здоров'я ВПО [3]; адаптації дітей-переселенців [4]; емоційному стану переселенців [5-8]; емоційним труднощам переселенців у період війни, зокрема студентів [9]. Значний внесок у вивчення проблем ВПО зробили В. Кердивара і В. Христенко, вони детально аналізуються психологічні особливості переселенців зі сходу України, що постраждали від збройного конфлікту з Росією [10].

Попри значний науковий інтерес до різних аспектів проблем внутрішньо переміщених осіб, досі недостатньо розробленою залишається тема узагальнення та систематизації знань про психологічні особливості цієї категорії населення в контексті осіб з вищою освітою.

**Метою статті** є вивчення психологічних проблем осіб з вищою освітою (науковим ступенем) – викладачів закладів вищої освіти (ЗВО) в умовах війни з урахуванням різних умов проживання і статусу (внутрішньо переміщені особи, зовнішні мігранти та ін.).

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Основна гіпотеза дослідження полягала у тому, що люди, які з початком війни були змушені переселитись, отже мають особливості прояву життєстійкості. Але ті, що не переміщались з початком повномасштабного вторгнення внаслідок перебування на небезпечних територіях і умовах проявляють вищу життєстійкість та можуть мати здатність краще контролювати ситуацію та приймати ризики. Зазначене в повній мірі стосується осіб з вищою освітою (науковим ступенем), які є викладачами закладів вищої освіти України (ЗВО) або були ними до початку повномасштабного вторгнення.

У якості діагностичного інструменту було використано тест життєстійкості С. Мадді (адаптована). Також нами був досліджений зв'язок між показниками життєстійкості та обраної копінг-стратегії внутрішньо переміщеними особами – викладачами ЗВО (ВПО).

Вся сукупна вибірка респондентів становила 45 осіб і складалась з трьох груп. Перша група – особи (викладачі ЗВО), які переселились з тимчасово окупованих та прифронтових територій України до інших регіонів країни, тобто ті, хто отримав статус ВПО. Друга група – громадяни України, які мігрували за територію країни, тобто вимушені мігранти. На момент дослідження учасники перебували на території таких країн: Польща, Франція, Німеччина та Словачія. Переселенці були переважно зі східних та південних регіонів України. Третя груп – контрольна, це викладачі ЗВО, які не залишали своє місце проживання в межах України з моменту початку повномасштабного вторгнення. Усі три групи за основними характеристиками були ідентичними.

Розмір кожної групи становив 15 осіб, віковий діапазон – від 25 до 75 років. За віковими групами учасники розподілилися наступним чином: 25–35 років – 35%, 35–55 років – 45%, 55–75 років – 20%. За рівнем освіти – усі учасники мали вищу освіту (науковий ступінь). Щодо зайнятості: 80% респондентів працевлаштовані за професією, решта 20% – безробітні. Стосовно фінансової стабільності: 70% мають регулярний дохід, 10% – нерегулярний, 15% – як регулярний, так і нерегулярний, а 5% не мають доходу взагалі.

Респонденти надали інформацію щодо досвіду переселення. У більшості (90%) це був перший досвід вимушеного переміщення; 10% вже мали такий досвід з 2014 року. Більшість учасників (70%) переселялися разом із родиною, 20% – самостійно, а 10% утрималися від відповіді.

Проаналізуємо результати, отримані в контексті першої групи – це ВПО. Стосовно адаптації до нових умов життя, 53% опитаних оцінили цей процес як

непередбачуваний («буває по-різному»), 31% визнали його важким, а 16% – легким. Відчуття безпеки на новому місці проживання мають 60% респондентів, тоді як 40% не відчувають себе в безпеці. Визначеність щодо цілей на найближчий час мають 50% опитаних, 20% заявили про відсутність будь-яких цілей, а 30% не змогли чітко відповісти або відповідь на це питання для них неоднозначне.

Потребу в психологічній допомозі зазначили 30% респондентів, з яких 16% уже отримують підтримку, тоді як 14% – ні. Решта 70% не вважають її необхідною. Серед причин звернення до фахівців найчастіше називалася складність адаптації (90%); лише 10% зазначили війну або бойові дії як чинник психологічної напруги.

Таким чином, результати дослідження показали, що більшість опитаних покинули свої домівки внаслідок окупації, переїхали разом із родиною та раніше досвіду вимушеного переселення не мали. Більша частина з них працевлаштована та має стабільне джерело доходу. Переважна частина респондентів відзначає неоднозначний характер адаптації, почуття безпеки на новому місці проживання та наявність короткострокових цілей. Більшість не потребують психологічної допомоги, а серед тих, хто потребує, основними причинами є саме труднощі з адаптацією.

Результати дослідження рівня життєстійкості внутрішньо переміщених осіб, проведеного за методикою С. Мадді, наведені у табл. 1.

Таблиця 1

Рівень життєстійкості внутрішньо переміщених осіб (перша група) за методикою С. Мадді

№	Показники життєстійкості	Рівень		
		високий	середній	низький
1	Залученість	6,0%	47,2%	46,8%
2	Контроль	12,2 %	32,5 %	55,3 %
3	Прийняття ризику	35,5 %	43,7 %	20,8 %
4	Загальна життєстійкість	21,8%	41,7%	36,5%

Як бачимо, 41,7% респондентів мають середній рівень життєстійкості, тоді як високий рівень спостерігається у 21,8% учасників. Натомість у 36,5% опитаних виявлено низький рівень життєстійкості, що свідчить про відсутність задоволення від діяльності, підвищену тривожність, зосередженість на минулому або сьогоднішньому, відчуття незадоволеності життям, недовіру до власних можливостей і відсутність відчуття контролю над подіями власного життя. Аналіз структури життєстійкості показав, що найвиразніше у внутрішньо переміщених осіб представлений компонент прийняття ризику – високі показники мають 35,5% респондентів, середні – 43,7%. Найменш розвинутою виявилася складова залученості, високий рівень якої продемонстрували лише 6,0% опитаних. Отже, учасники дослідження здебільшого здатні ризикувати, демонструють певну здатність до контролю та впливу на життєві події, однак не відчувають задоволення від життя.

Проаналізуємо результати, отримані в контексті другої групи – це вимушені мігранти. Стосовно адаптації до нових умов життя, 50% опитаних оцінили цей процес як непередбачуваний («буває по-різному»), 40% визнали його важким, а 10% – легким. Відчуття безпеки на новому місці проживання мають 80% респондентів, тоді як 20% не відчують себе в безпеці. Визначеність щодо цілей на найближчий час мають 55% опитаних, 10% заявили про відсутність будь-яких цілей, а 20% не змогли чітко відповісти або відповідь на це питання для них неоднозначна. Потребу в психологічній допомозі зазначили 40% респондентів, з яких 10% уже отримують підтримку, тоді як 30% – ні. Решта 60% не вважають її необхідною. Серед причин звернення до фахівців найчастіше називалася складність адаптації (80%); 20% зазначили війну або бойові дії як чинник психологічної напруги, оскільки змусив їх змінити традиційні умови життя. Отже, результати дослідження показали, що більшість опитаних внаслідок окупації або близькості лінії фронту, переїхали разом із родиною та раніше досвіду вимушеного переселення не мали.

Переважна частина з них працевлаштована (або працює по грантам) та має стабільне джерело доходу. Більшість респондентів відзначає неоднозначний характер адаптації, почуття безпеки на новому місці. Більшість, як і в першій групі, не потребує психологічної допомоги, а серед тих, хто потребує, основними причинами є саме труднощі з адаптацією.

Результати дослідження рівня життєстійкості зовнішніх мігрантів, проведеного за методикою С. Мадді, наведені у табл. 2.

Таблиця 2

## Рівень життєстійкості зовнішніх мігрантів за методикою С. Мадді

№	Показники життєстійкості	Рівень		
		високий	середній	Низький
1	Залученість	16,0%	48,3%	35,7%
2	Контроль	10,3 %	30,2 %	59,5 %
3	Прийняття ризику	41,5 %	33,5 %	25,0 %
4	Загальна життєстійкість	36,9%	37,1%	26,0%

Як бачимо, 37,1% респондентів мають середній рівень життєстійкості, тоді як високий рівень спостерігається у 36,9% учасників, в той час як низький – у 26% респондентів. Це свідчить про відсутність задоволення від діяльності, підвищену тривожність, зосередженість на минулому або сьогодні, відчуття незадоволеності життям, недовіру до власних можливостей і відсутність відчуття контролю над подіями власного життя (як і в минулому випадку). Аналіз структури життєстійкості показав, що найвиразніше у зовнішніх мігрантів представлений компонент прийняття ризику – високі показники мають 41,5% респондентів. Найменш розвинутою виявилася складова залученості, високий рівень якої продемонстрували лише 16,0% опитаних. Отже, учасники дослідження другої групи здебільшого здатні ризикувати, демонструють певну здатність до контролю та впливу на життєві події, однак не відчують задоволення від життя.

Проаналізуємо результати, отримані для третьої, контрольної групи – це люди, які нікуди не переміщувались з початком війни. Стосовно адаптації до нових умов життя, 45% опитаних оцінили цей процес як непередбачуваний («живемо в умовах війни»), 60% визнали його важким, а 5% – легким. Відчуття безпеки на місці проживання мають 20% респондентів (вважають, що при переміщенні також є небезпеки, просто вони інші і, можливо, складніші), тоді як 80% не відчують себе в безпеці внаслідок наближеності до лінії зіткнення і війни загалом. Визначеність щодо цілей на найближчий час мають 70% опитаних, 5% заявили про відсутність будь-яких цілей, а 15% не змогли чітко відповісти або відповідь на це питання для них неоднозначна. Потребу в психологічній допомозі зазначили 60% респондентів, з яких 20% уже отримують підтримку, тоді як 30% – ні. Решта 40% не вважають її необхідною. Серед причин звернення до фахівців найчастіше називалася складність адаптації до умов війни (80%) як чинник психологічної напруги. Таким чином, результати дослідження цієї групи показали, що більшість опитаних не дивлячись на війну, близькості лінії фронту, не переїхали разом із родиною або вже переїжджали у 2014 році і на новий переїзд не погодились.

Переважна частина опитаних працевлаштована та має стабільне джерело доходу. Більшість, потребують психологічної допомоги, але потреба викликана більш високим рівнем небезпеки і адаптацією до нього.

Результати дослідження рівня життєстійкості тих хто не переміщався з початком повномасштабного вторгнення, проведеного за методикою С. Мадді, наведені у табл. 3.

Таблиця 3

Рівень життєстійкості людей, які не переміщались з початком повномасштабного вторгнення за методикою С. Мадді

№	Показники життєстійкості	Рівень		
		високий	середній	Низький
1	Залученість	25,1%	56,9%	19,0%
2	Контроль	30,8 %	50,1 %	19,1 %
3	Прийняття ризику	48,9 %	36,1 %	16,0 %
4	Загальна життєстійкість	33,2%	47,9%	17,9%

Як бачимо, 47,9% респондентів мають середній рівень життєстійкості, тоді як високий рівень спостерігається лише у 33,2% учасників, а низький – у 17,9% респондентів. Це, на відміну від попередніх груп, свідчить про задоволення від діяльності (роботи), відсутність підвищеної тривожності («звикання до війни»), не зосередження на минулому (живуть сьогоднішнім), задоволені життям (якщо про це можна вести мову в умовах війни), впевненість у власних можливостях і вміння контролювати події власного життя, готовність долати ризику.

Аналіз структури життєстійкості показав, що для цієї групи практично за усіма показниками найстабільнішими є середні значення. Найменші значення виявились також за всіма показниками.

Отже, учасники дослідження контрольної групи здебільшого здатні

ризикувати, демонструють певну здатність до контролю та впливу на життєві події, відчують задоволення від життя (настільки, наскільки це можливо в умовах війни).

Загальний (порівняльний) аналіз отриманих результатів дозволяє зробити наступні висновки. За показниками життєстійкості існують статистично значущі особливості у всіх трьох груп. В контексті окремих показників – маємо такі результати.

За показниками показника «залученість», що передбачає активну участь людини в тій ситуації життєдіяльності, в якій вона зараз перебуває, учасники групи ВПО мають найнижчі результати. Це свідчить про суб'єктивне переживання не достатньої залученості до соціальних структур та суспільних процесів на території перебування. Є підстави вважати, що свій статус ВПО вони вважають тимчасовим, мають бажання повернутись додому (мають житло, мають роботу – працюють дистанційно) і тому не мають великого бажання брати участь у соціальних структурах і суспільних процесах.

Група зовнішніх мігрантів показує середній рівень результатів, з тенденцією до високих значень, що зумовлено, сприятливою міграційною політикою країн їх перебування. Також вони більш спокійно сприйняли ситуацію щодо міграції, оскільки більшість з опитаних мали роботу (гранти) у тій країні, куди прямували до початку міграції (отримали, перебуваючі в Україні). Також серед них є ті, які вже виїжджали на роботу раніше. Деякі з них ставляться до міграції як довгострокової (або запланованої).

Учасники контрольної групи показали високі та середні значення. Це можливо пояснити тим, що на відміну від перших двох груп, що вони перебувають в традиційному для них соціальному середовищі.

За показником «контроль», як складової життєстійкості, передбачає можливість впливу на перебіг подій та відстеження причинно-наслідкових зв'язків у поточній ситуації маємо такі результати. Як бачимо, перша і друга групи мають низькі і дуже низькі показники, в той же час учасники третьої групи демонструють результати, що лежать у межах середніх та високих значень. Отже і ВПО, і зовнішні мігранти однаково низько оцінюють свою суб'єктивну можливість впливати на поточну ситуацію. Причина цього – зміна звичного життя (місця проживання, роботи, відірваність від родини, друзів і т. ін.), розриву усталених (традиційних) соціальних зв'язків і, що також є значущим – потраплянням у нове мовне та культурне середовище. І в цьому контексті проблема полягає не в незнанні мови країни перебування (і таке буває), а необхідність постійно спілкуватись іноземною мовою.

Третій показник життєстійкості – «прийняття ризику» – допомагає людині усвідомлювати неминучість ризиків, залишатися відкритою до світу, сприймати події як виклики та випробування, що сприяють набуттю нового досвіду й засвоєнню важливих життєвих уроків.

Як бачимо, групи зовнішніх мігрантів та ВПО мають приблизно однакові результати, що лежать у межах високих і середніх значень. В той же час, для контрольної групи – значно нижчими є показники низького рівня. Саме такий

результат можливо пояснити тим, що саме для людей з цієї групи найбільш відчутними є безпосередні впливи війни (загроза життю та здоров'ю), але вони не змінювали місця проживання чи роботи, більш-менш зберегли родинні і дружні зв'язки. Саме це дозволило їм «адаптуватись» (певною мірою до ризиків), певною мірою «притосувались» для нових умов.

Сумарні показники «загальної життєстійкості» по групах такі: 1 група (ВПО) – високий рівень 21,8%; середній – 41,7%; низький – 36,5%; 2 група (зовнішні мігранти) – високий рівень 36,9%; середній – 37,1%; низький – 26,0%; 3 група, контрольна (не переміщались) – високий рівень 33,2%; середній – 47,9%; низький – 17,9%. Отже, як бачимо, в усіх групах наявний середній рівень «загальної життєздатності». Найбільший відсоток високого рівня має друга група (зовнішні мігранти), найменший відсоток – перша група (ВПО). Найменший відсоток низького рівня має третя (контрольна) група. Це дає підстави вважати, що «загальна життєздатність» загалом найкращою є у контрольній групі. Як було зазначено вище, не дивлячись на найвищий ступінь ризику (з початком повномасштабного вторгнення), люди певною мірою «притосувались» до ситуації, завдяки тому, що залишились у звичайному для них економічному, соціальному і політичному середовищі.

Отже, на нашу думку, в цій ситуації потребують уваги саме ВПО з вищою освітою, оскільки серед них найбільшим є рівень тих, хто має низький рівень «загальної життєздатності».

В умовах тривалої кризи, зокрема, викликані війсьними діями і катастрофічним зломом звичного способу життя у величезній кількості людей, недостатньо покладатися на ефективні копінг-стратегії, які добре себе показують у ситуації подолання короткострокового стрес-впливу.

Аналіз результатів дослідження копінг-стратегій другої групи – внутрішньо переміщених осіб, був проведений за опитувальником Р. Лазаруса та С. Фолкмана (табл. 4).

Таблиця 4

Копінг-стратегії внутрішньо переміщених осіб (за опитувальником Р. Лазаруса та С. Фолкмана)

№	Копінг-стратегії	Рівень		
		високий	середній	низький
1	Конфронтація	8,5%	82,0%	8,5%
2	Дистанціювання	19,5%	74,0%	6,5%
3	Уникнення	11,4%	72,1%	16,5%
4	Пошук соціальної підтримки	35,6%	44,4%	20,0%
5	Планування вирішення проблем	42,9%	47,1%	10,0%
6	Самоконтроль	10,4%	85,0%;	4,6%.
7	Позитивна переоцінка	32,0%	63,4%;	4,6%.
8	Прийняття відповідальності	15,5%	75,5%	9,0%

Отримані результати такі: більшість респондентів демонструють середній рівень застосування неконструктивних копінг-стратегій. Вони переважно

ситуативно вдаються до таких форм подолання труднощів, як Конфронтація, Дистанціювання та Уникнення.

Серед неконструктивних стратегій найбільш поширеним є Дистанціювання, тоді як найменш використовуваним – Уникнення. Це свідчить про намагання ВПО тимчасово дистанціюватися від проблемних ситуацій, водночас рідше повністю їх уникати.

У групі конструктивних копінг-стратегій також домінує середній рівень вираженості, що свідчить про гнучке використання різних способів подолання труднощів залежно від конкретної ситуації.

Водночас найвищі показники, які можуть свідчити про певну неадаптивність, виявлено в таких копінг-стратегіях, як Планування вирішення проблем, Пошук соціальної підтримки та Позитивна переоцінка.

Натомість адаптивні форми копінг-стратегій переважають у таких стратегіях, як Самоконтроль, Прийняття відповідальності та Позитивна переоцінка, що свідчить про здатність ВПО зберігати емоційну стабільність і приймати активну позицію у вирішенні складних життєвих ситуацій.

Для виявлення взаємозв'язку між рівнем життєстійкості та копінг-стратегіями внутрішньо переміщених осіб, а також визначення статистичної значущості цього зв'язку, було застосовано коефіцієнт кореляції Пірсона (табл. 5).

Таблиця 5

Кореляційні зв'язки між показниками життєстійкості та копінг-стратегіями ВПО (за коефіцієнтом Пірсона)

Показники життєстійкості	Копінг-стратегії							
	Конфронтація	Дистанціювання	Уникнення	Самоконтроль	Пошук соціальної підтримки	Прийняття відповідальності	Планування вирішення проблем	Позитивна переоцінка
Загальна життєстійкість	,1385 r=,510	-,7163 r=,000	-,5169 r=,007	-,2234 r=,2416	,03191 r=,908	-,3977 r=,032	,4549 r=,008	,3722 r=,031
Залученість	,1317 r=,431	-,6189 r=,001	-,4003 r=,028	-,2231 r=,244	,0977 r=,590	-,2997 r=,095	,4886 r=,007	,4678 r=,015
Контроль	,1542 r=,503	-,6193 r=,001	-,4456 r=,013	-,1100 r=,550	,0018 r=,989	-,3984 r=,045	,4982 r=,004	,3805 r=,004
Виклик	,0516 r=,800	-,6943 r=,000	-,6645 r=,001	-,3917 r=,091	-,0692 r=,701	-,5056 r=,005	,2587 r=,182	,2700 r=,149

У результаті аналізу було виявлено статистично значущі обернені кореляційні зв'язки між рівнем життєстійкості та такими копінг-стратегіями, як Дистанціювання, Уникнення та Прийняття відповідальності. Це означає, що вищий рівень життєстійкості у внутрішньо переміщених осіб супроводжується

меншою схильністю до відсторонення від проблемної ситуації, уникнення її або надмірного взяття відповідальності на себе.

Разом з тим, було зафіксовано статистично значущі прямі зв'язки між життєстійкістю та копінг-стратегіями Планування вирішення проблем і Позитивна переоцінка. Це свідчить про те, що більш стійкі особи частіше застосовують стратегічний підхід до вирішення проблемних ситуацій і намагаються знаходити в них позитивні сторони.

Кореляційні зв'язки між показниками життєстійкості та такими копінг-стратегіями, як Конфронтація, Самоконтроль і Пошук соціальної підтримки, не були визнані статистично значущими.

В умовах повномасштабної війни адаптація внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя вимагає значного психологічного ресурсу, основу якого становлять життєстійкість та ефективні копінг-стратегії.

Серед опитаних ВПО переважають середній і низький рівні життєстійкості. У структурі життєстійкості найбільш вираженою складовою є Прийняття ризику, тоді як Залученість виявилася найменш розвиненою. У цілому досліджувані здатні до ризику, частково контролюють ситуації, однак не отримують задоволення від життя.

У більшості учасників дослідження виявлено адаптивний рівень застосування копінг-стратегій – вони ситуативно обирають способи подолання залежно від обставин. Найвищі показники зафіксовані в таких стратегіях, як Планування вирішення проблем, Пошук соціальної підтримки та Позитивна переоцінка.

Кореляційний аналіз показав, що життєстійкість обернено корелює з використанням стратегій Дистанціювання, Уникнення та Прийняття відповідальності, тобто більш стійкі особи рідше уникають або емоційно відсторонюються від проблем і менш схильні до надмірної відповідальності. Натомість життєстійкість прямо пов'язана з Плануванням вирішення проблем та Позитивною переоцінкою – такі особи активніше шукають рішення та намагаються переосмислювати проблеми у позитивному ключі.

**Висновки.** В роботі було проведено емпіричне дослідження життєстійкості та копінг-стратегій вимушено переміщених осіб (ВПО) – викладачів ЗВО в Україні та тих, хто з початком повномасштабного вторгнення став емігрантом. У якості діагностичного інструменту було використано тест життєстійкості С. Мадді (в адаптації Д. А. Леонтьєва, Е. І. Рассказової). Також був досліджений зв'язок між показниками життєстійкості та обраної копінг-стратегії внутрішньо переміщеними особами (за опитувальником Р. Лазаруса та С. Фолкмана). За результатами проведеного емпіричного дослідження було доведено, що рівень життєстійкості у ВПО та вимушених емігрантів нижчий, ніж у осіб, які з початком війни не переміщались в інші регіони або країни. Встановлено, що на рівень життєстійкості у ВПО та вимушених емігрантів впливають такі фактори: тривалість перебування в статусі переселенця/емігранта, наявність соціальної підтримки, рівень адаптації до нового середовища, психологічний стан. Показано, що в умовах

повномасштабної війни адаптація внутрішньо переміщених осіб – викладачів ЗВО до нових умов життя вимагає значного психологічного ресурсу, основу якого становлять життєстійкість та ефективні копінг-стратегії.

### Література

1. Педоренко В.М. Особливості психоемоційного стану переселенців в умовах іншої країни (на прикладі Німеччини) / В.М. Педоренко // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Психологія. – 2022. – № 5. – С. 5–10.
2. Михлюк Е. Психологічні особливості життєстійкості внутрішньо переміщених осіб / Михлюк Е., Логовський І. // Проблеми екстремальної та кризової психології. – 2024. – № 1(7). – С. 105–117.
3. Карамушка Л. Емпіричне дослідження особливостей психічного здоров'я вимушених внутрішніх переселенців в умовах війни / Карамушка Л., Карамушка Т. // Організаційна психологія. Економічна психологія. – 2022. – №2(26). – С. 48-59.
4. Басенко О. Психосоціальні передумови розвитку життєстійкості у підлітків в умовах воєнного конфлікту / Басенко О. Український психологічний журнал. – 2019. – № 2(12). – С. 27–48.
5. Сьомкіна І.С. Соціально-педагогічна робота з сім'ями вимушених переселенців: стан та перспективи / Сьомкіна І.С. // Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету Україна. – 2015. – № 11. – С. 102–105.
6. Медведєва О. В. Емпіричне дослідження особливостей соціального та психологічного благополуччя вимушених переселенців / Медведєва О.В. // Габітус. – 2023. – Випуск 46. – С. 188-192.
7. Котух О. В. Психологічне благополуччя внутрішньо переміщеної особи: адаптація та інтеграція в нову громаду / Котух О.В. // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки. – 2023. – Вип. 1. – С. 56–61.
8. Кондратюк С. Життєстійкість як ресурс подолання життєвих труднощів в умовах війни / Кондратюк С. // Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права. – 2022. – Вип. 4. – С. 78–83.
9. Шиліна Н. Є. Проблема емоційного стану біженців та поселенців за умов військового конфлікту в Україні на прикладі студентів 5 курсу / Шиліна Н.Є. // Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. – 2023. – Том 34 (73) – № 2. – С. 30–36.
10. Кердивар В. В. Синдром жертви у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту : монографія / Кердивар В. В. Христенко В. Є. // Харків: 2021. – 143 с.

### References

1. Pedorenko, V. M. (2022). Osoblyvosti psykhoemotsiinoho stanu pereselentsiv v umovakh inshoi krainy (na prykladi Nimechchyny) [Peculiarities of the psycho-emotional state of migrants in a foreign country (the case of Germany)]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriiia Psykholohiia – Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology*, 5, 5–10. [in Ukrainian].
2. Mykhliuk, E., & Lohovskyi, I. (2024). Psykholohichni osoblyvosti zhyttiistiikosti vnutrishno peremishchenykh osib [Psychological characteristics of resilience of internally displaced persons]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii – Problems of Extreme and Crisis Psychology*, 1(7), 105–117. [in Ukrainian].
3. Karamushka, L., & Karamushka, T. (2022). Empyrychne doslidzhennia osoblyvostei psykhiichnoho zdorovia vymushenykh vnutrishnykh pereselentsiv v umovakh viiny [An empirical study of mental health characteristics of forcibly displaced persons under war conditions]. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia – Organizational Psychology. Economic Psychology*, 2(26), 48–59. [in Ukrainian].

4. Basenko, O. (2019). Psykhosotsialni peredumovy rozvytku zhyttiistiiosti u pidlitkiv v umovakh voiennoho konfliktu [Psychosocial prerequisites for the development of resilience in adolescents under conditions of military conflict]. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal – Ukrainian Psychological Journal*, 2(12), 27–48. [in Ukrainian].
5. Somkina, I. S. (2015). Sotsialno-pedahohichna robota z simiamy vymushenykh pereselentsiv: stan ta perspektyvy [Social and pedagogical work with families of forcibly displaced persons: Current state and prospects]. *Zbirnyk naukovykh prats Khmelnytskoho instytutu sotsialnykh tekhnolohii Universytetu Ukraina – Collection of Scientific Works of the Khmelnytskyi Institute of Social Technologies of University “Ukraine”*, 11, 102–105. [in Ukrainian].
6. Medvedieva, O. V. (2023). Empyrychne doslidzhennia osoblyvostei sotsialnoho ta psykholohichnoho blahopoluchchia vymushenykh pereselentsiv [An empirical study of social and psychological well-being of forcibly displaced persons]. *Habitus – Habitus*, 46, 188–192. [in Ukrainian].
7. Kotukh, O. V. (2023). Psykhologichne blahopoluchchia vnutrishno peremishchenoi osoby: adaptatsiia ta intehtatsiia v novu hromadu [Psychological well-being of an internally displaced person: Adaptation and integration into a new community]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriya Psykhologichni nauky – Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: Psychological Sciences*, 1, 56–61. [in Ukrainian].
8. Kondratiuk, S. (2022). Zhyttiistiiikist yak resurs podolannia zhyttievkykh trudnoshchiv v umovakh viiny [Resilience as a resource for overcoming life difficulties under war conditions]. *Dniprovskiy naukovyi chasopys publicnoho upravlinnia, psykholohii, prava – Dnipro Scientific Journal of Public Administration, Psychology and Law*, 4, 78–83. [in Ukrainian].
9. Shylina, N. Ye. (2023). Problema emotsiinoho stanu bizhentsiv ta pereselentsiv za umov voiennoho konfliktu v Ukraini (na prykladi studentiv 5 kursu) [The problem of the emotional state of refugees and displaced persons under conditions of military conflict in Ukraine (a case study of fifth-year students)]. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia – Scientific Notes of V. I. Vernadsky Taurida National University. Series: Psychology*, 34(73)(2), 30–36. [in Ukrainian].
10. Kerdivar, V. V., & Khrystenko, V. Ye. (2021). Syndrom zhertvy u vnutrishno peremishchenykh osib iz zony lokalnoho voiennoho konfliktu [Victim syndrome in internally displaced persons from a local military conflict zone]. Kharkiv: Monograph. [in Ukrainian].