

ОСОБЛИВОСТІ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ ВІЙНИ У БАТЬКІВ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ В РОДИНАХ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

FEATURES OF WAR-RELATED TRAUMATIC EXPERIENCE IN PARENTS OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN FROM INTERNALLY DISPLACED FAMILIES

У статті представлено результати дослідження особливостей травматичного досвіду війни батьків молодших школярів в родинах внутрішньо переміщених осіб. Для збору емпіричних даних було використано модифіковану (завдяки розширенню спектру травматичних подій, пов'язаних із війною) методику Life Events Checklist (LEC-5), адаптовану до сучасних соціальних та безпекових умов в Україні. У дослідженні взяли участь батьки (із статусом внутрішньо переміщених осіб) учнів початкової школи. Аналіз результатів показав: значна кількість опитаних батьків особисто пережили травматичні події, пов'язані із безпекою житла (вимушені були покинути свій дім, були вигнані із нього, зазнали обстрілу будинку і насильницького проникнення в нього озброєних людей) і тривалого перебування в укритті (де відчували сильний голод і холод); багато респондентів повідомили про особистий або опосередковано пережитий досвід розлуки із близькими (що негативно впливає на психологічний стан батьків та дітей); у сорока відсотків опитаних член родини служить в лавах захисників України (що викликає постійну тривогу та емоційне напруження); серед вибірки були респонденти, які мали досвід спостереження поранених і загиблих людей та вбитих тварин, а також ті, хто отримав найтравматичніший досвід – загибель члена родини під час війни. Підкреслюється, що навіть у тих людей, хто безпосередньо не бачив жаків війни, підвищення рівня стресу та тривожності може спричинити непрямий (опосередкований) досвід війни, зокрема, через механізми вторинної травматизації. Виявлено індивідуально значущі ситуації, що спричинили важкий стрес у респондентів: «бачили одразу багато вбитих людей»; зазнали погроз собі і близьким; інформаційна пустота чи суперечливість інформації про важливі події; інвалідизація когось із близьких в цих складних умовах війни. Отримані результати не тільки підтверджують високий рівень загальної стресогенності життєвого контексту родин внутрішньо переміщених осіб, а й підкреслюють важливість психологічної підтримки цих родин та можуть бути використані для розробки програм психосоціальної допомоги.

Ключові слова: внутрішньо переміщені особи, стрес, травматичний досвід, війна, батьки молодших школярів, психологічний стан, механізми вторинної травматизації.

The article presents the results of a study examining the characteristics of war-related traumatic experiences among parents of primary school children in internally displaced families. A modified version of the Life Events Checklist (LEC-5), expanded to include a broader range of war-related traumatic events and adapted to the current social and security conditions in Ukraine, was used to collect empirical data. The study involved parents of primary school students with internally displaced person (IDP) status. The analysis of the results showed that a significant number of respondents had personally experienced traumatic events related to housing insecurity (forced displacement from their homes, expulsion, shelling of their homes, and violent intrusion by armed individuals) as well as prolonged stays in shelters, often accompanied by severe hunger and cold. Many respondents reported direct or indirect experiences of separation from loved ones, which negatively affects the psychological state of both parents and children. In forty percent of the surveyed families, a family member serves in the ranks of Ukraine's defenders, which generates constant anxiety and emotional tension. The sample also included respondents who had witnessed injured or deceased individuals and killed animals, as well as those who had experienced the most severe trauma—the loss of a family member during the war. It is emphasized that even individuals who have not directly witnessed the horrors of war may experience increased levels of stress and anxiety due to indirect exposure, particularly through mechanisms of secondary traumatization. Individually significant situations that caused severe stress among respondents were identified, including witnessing multiple deaths simultaneously, experiencing threats to themselves and their relatives, informational uncertainty or contradictory information about critical events, and the disability of a close person under wartime conditions. The findings not only confirm the high level of overall stressfulness of the life context of internally displaced families, but also highlight the importance of psychological support for these families and may be used to develop psychosocial assistance programs.

Key words: internally displaced persons, stress, traumatic experience, war, parents of primary school children, psychological state, mechanisms of secondary traumatization.

УДК 159.373.3373.3

DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.85.24>

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0



Пророк Н.В.

д.психол.н., с.н.с., головний науковий співробітник

лабораторії психодіагностики та науково-психологічної інформації, Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

ORCID ID: 0000-0002-9510-1108

Чекстерє О.Ю.

к.психол.н., старший науковий співробітник

лабораторії психодіагностики та науково-психологічної інформації Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

ORCID ID: 0000-0003-2435-3831

Актуальність проблеми дослідження. Для розробки ефективних психологічних програм підтримки та реабілітації дітей, які переживають травматичні події війни, надзвичайно важливо мати не тільки наукову інформацію щодо впливу на життєстійкість дітей стилів виховання, моделей спілкування та копінг-поведінки батьків, а й інформацію про особливості їхнього травматичного досвіду війни. Проблема впливу

травматичних життєвих подій на психічне здоров'я людини є однією з центральних у сучасній психології. Особливу актуальність вона набула у зв'язку з поширенням воєнних конфліктів, масових переміщень населення та інших кризових подій, що створюють підвищений рівень стресу для окремих осіб, сімей і суспільства загалом. Війна, підриваючи стабільність родини, ускладнює міжособистісну комунікацію, поро-

джує конфлікти і, зрозуміло, негативно впливає на дитячо-батьківські відносини.

Під час війни батьки отримують подвійне навантаження на своє здоров'я, адже вони одночасно несуть відповідальність за власну безпеку і за життя та безпеку своїх дітей. Стресові та травматичні події, пов'язані з війною, можуть значно підвищувати рівень тривожності, депресивних симптомів та емоційного вигорання у батьків, що виснажує особистісні ресурси і зменшує їхні можливості щодо підтримки своїх дітей. А це, в свою чергу, впливає на адаптацію дітей до навчання та соціальних взаємодій [2; 3]. Окрім того, саме батьки визначають емоційну безпеку дитини, впливають на рівень її тривожності та стратегії подолання стресу. Дитячо-батьківські відносини (як вид соціальних відносин) є тим базисом, на якому поступово розвивається і життєстійкість (як здатність людини справлятися з труднощами, адаптуватися до змін і підтримувати психологічне благополуччя під час стресових ситуацій). Але нажаль, з огляду на обставини війни, не всі батьки можуть забезпечити своїм дітям необхідну підтримку, що часто призводить до погіршення психічного стану дитини. Особливо це стосується родин, які перебувають у стані середовищної невизначеності і мають, зокрема, статус внутрішньо переміщених осіб, мешканців прифронтових територій, сімей військовослужбовців. Отже, стресові ситуації, нестабільність і фізична небезпека впливають на емоційну атмосферу в родині, що, в свою чергу, позначається на розвитку дітей [4; 3].

Попри значну кількість досліджень травматичного досвіду, у сучасній науковій літературі недостатньо уваги приділено специфіці переживання травматичних подій батьками молодших школярів у контексті тривалої війни. Більшість робіт зосереджена на безпосередніх жертвах конфліктів або на дітях, тоді як травматичний досвід батьків досліджено меншою мірою. А, як ми вже підкреслювали, саме психологічний стан батьків та їхні моделі поведінки і виховання в умовах війни мають ключове значення. У зв'язку з цим виникає актуальна потреба у вивченні травматичного досвіду батьків за допомогою психодіагностичних інструментів, які враховують специфіку сучасної війни.

Які травматичні події війни пережили батьки, родини яких вимушені були покинути свої домівки під натиском ворога? Які саме стресові події впливають на них найбільше? Відповіді на ці питання можуть засвідчити не тільки особливості психологічної травми батьків в умовах сучасної війни, а й визначити напрямки психологічної допомоги та важливі аспекти психологічного супроводу родин в цей час.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Вплив травматичного досвіду війни на психіку людини широко досліджується науковцями. Так, неодноразово підтверджувалися закономірні психосоціальні наслідки війни: суттєве зростання тривожних розладів, депресій, посттравматичних

стресів, порушення соціального функціонування [13]. Значний вплив травматичних подій на психічне здоров'я населення та соціальні взаємини засвідчило і широкомасштабне дослідження, в якому було узагальнено наслідки катастроф [14].

Окремий і дуже актуальний напрям досліджень сучасних науковців стосується зв'язку між впливом на дітей, з одного боку – стресорів війни, а з іншого – психологічного стану батьків, які знаходяться поряд із дітьми під час війни і теж перебувають під тими ж стресорами. Так, роботи Т. Бетанкур (Т. Betancourt) та співавторів, а також А. Мастен (А. Masten) і А. Нараян (А. Narayan) показують, що переживання травматичних подій у дитячому віці часто опосередковується психологічним станом батьків, які виступають ключовим фактором підтримки та стабілізації сімейного середовища [12]. Систематичні огляди досліджень впливу війни на дітей підтверджують, що рівень тривожності, поведінкові труднощі та адаптація дітей безпосередньо пов'язані із психоемоційним станом батьків [5].

Дослідження вторинної травматизації та емоційного виснаження людей, які перебувають у постійному контакті з травматичними переживаннями (як власними, так і чужими) також надають багато інформації про специфіку наслідків психотравматичного впливу війни на батьків, адже вони мають підтримувати дітей у ситуації тривалого стресу та невизначеності. Нагадаємо, що вторинний травматичний стрес та «втому від співчуття» детально описано Ч. Фіглі (С. Figley) [9].

Зауважимо, що в роботах закордонних вчених, в яких викладаються результати досліджень проблем зв'язку батьків і дитини, часто поєднуються сучасні досягнення нейробіології, психології розвитку та соціальної психології. Так, Рут Фельдман, вивчаючи, зокрема, біоповедінкову синхронію, батьківський мозок та біологію стійкості (резильєнс), в своїх дослідженнях показала, що соціальна синхронія є основою для розвитку «соціального мозку» [7]. Аналізуючи внесок батька у стійкість (resilience) дитини, авторка акцентує увагу на батьківському стилі виховання (спільні пригоди, фізична активність та ін.), який сприяє розвитку гнучкості та соціальній компетентності дітей. Навчаючи життєвим навичкам та забезпечуючи матеріальну базу, батьки стають важливим джерелом стійкості, допомагаючи своїм дітям адаптуватися до соціальних правил суспільства [8].

Досліджуючи психологічні наслідки терористичної атаки Хамасу 7 жовтня 2023 р., група ізраїльських вчених на чолі із Л. Рахамімом прийшла до висновку, що діти в охоплених війною районах дуже схильні до посттравматичних стресових симптомів (ПТСР) не тільки через прямий вплив війни, а й через материнський ПТСР. Було показано, що ПТСР у матері суттєво прогнозував ПТСР у дошкільнят, тоді як ПТСР у дітей шкільного віку суттєво прогнозував вплив війни [15].

В якісному дослідженні, здійсненому групою ізраїльських вчених під керівництвом Е. Йоффе (E. Joffe), були проведені глибинні інтерв'ю із матерями, які після терористичного нападу Хамас 7 жовтня 2023 року опинилися в особливо вразливому становищі: гостра небезпека для життя, невизначеність, організаційний хаос, чоловіки призвані на військову службу і матерям довелося самим доглядати за маленькими дітьми та захищати їх. В результаті цього дослідження було висвітлено: міжпоколінні стосунки під час кризи, які замінили «нормальні» або рутинні подружні стосунки; важливість надання підтримки розширеним сім'ям [10].

Тамар Лаві досліджувала вплив безперервного/ постійного травматичного стресу (СТС) на ізраїльських дітей та сім'ї, які проживають у зонах тривалого конфлікту (наприклад, громади на кордоні з сектором Гази) та ті терапевтичні підходи, що допомагають дітям та сім'ям впоратися із наслідками цього впливу. Вчена наголошує, що постійний вплив травматичних ситуацій може підірвати ресурси громади для подолання труднощів та виснажити людей, залишаючи їх беззахисними та вразливими до розвитку емоційного дистресу і психіатричних симптомів та пошкоджуючи їхню здатність підтримувати стабільність щоденного життя [11].

Науковцями Х. Елтанамлі, П. Лейтен, С. Джак, Г. Овербек було проаналізовано роль батьківських практик в адаптації дітей після війни [6]. Вчені провели метасинтез великої кількості якісних даних, які відповідають на питання, коли і чому батьківські практики можуть змінитися для сімей, постраждалих від війни. Було виявлено, що батьки, які більше зазнали впливу війни, проявляли менше теплоти та більше жорстокості до своїх дітей. Це частково опосередковувало зв'язок між впливом війни та адаптацією дитини, тобто симптомами посттравматичного стресу, депресією та тривогою, соціальними проблемами, екстерналізуючою поведінкою та нижчими позитивними результатами (наприклад, якістю життя). Було також встановлено, що характер травми, пов'язаної з війною, по-різному впливав на виховання дітей. Тобто: у надзвичайно небезпечних умовах батьки виявляли жорстокість, ворожість, непослідовність та менше теплоти; а в умовах, коли вони жили лише під загрозою – батьки проявляли більше теплоти та надмірного захисту [6].

Мета роботи – представити результати дослідження особливостей травматичного досвіду війни батьків молодших школярів в родині внутрішньо переміщених осіб.

Виклад основного матеріалу. Для вивчення травматичних подій у психології широко використовуються стандартизовані інструменти оцінювання життєвого досвіду. Одним із найпоширеніших є опитувальник Life Events Checklist for DSM-5 (LEC-5), розроблений Національним центром з вивчення посттравматичного стресового розладу

[16] і апробований в Україні, зокрема, Карачевським А.Б. [1]. Методика дозволяє оцінити досвід переживання різних типів потенційно травматичних подій та широко застосовується у дослідженнях травми і ПТСР. В одній із наших попередніх робіт ми описали результати дослідження (за допомогою опитувальника LEC-5) життєвого досвіду переживання потенційно травматичних подій батьками молодших школярів м. Києва. Але, проводячи психологічну роботу із родинами внутрішньо переміщених осіб, ми переконалися, що дана методика дає лише поверхове уявлення про травматичний досвід, який мають люди, яким довелося із-за війни покинути рідний дім. Тому, виходячи із результатів фокус-групових досліджень, ми модифікували методику LEC-5, розширивши спектр травматичних подій, пов'язаних із війною, переміщенням, втратами та іншими стресогенними факторами (таблиці 1 і 2).

Отже, дослідження особливостей травматичного досвіду війни батьків молодших школярів в родині внутрішньо переміщених осіб проводилось із допомогою модифікованого опитувальника LEC-5, який дозволяє виявити не тільки безпосередній досвід травматичних подій, а й опосередкований контакт із ними через отриману інформацію (яка також здійснює вплив на психоемоційний стан людини).

У дослідженні взяли участь 30 батьків учнів початкової школи, які є внутрішньо переміщеними особами (вік: від 26 до 41 року; 80% жінки, 20% чоловіки). Власний досвід вони оцінювали за такими позиціями (згідно опитувальника LEC-5): подія не стосується мене; не певен, що це мене стосується; дізнався про це; був свідком; сталося зі мною; стикався з цим у професійній діяльності (таблиці 1 і 2). Обробка результатів здійснювалася методом описової статистики (відсотковий розподіл відповідей).

Представимо результати, отримані в результаті аналізу відповідей цих респондентів в таблицях 1 і 2.

Травматичні події війни, пов'язані із безпекою житла, описується через ситуації 1-4 (таблиця 1). 83,3% опитаних батьків повідомили про те, що вимушені були покинути свій дім, а 16,7% дізналися про такі події. Розглядаючи подію «вас вигнали із дому», 23,3% респондентів повідомили про особистий досвід («це сталося зі мною») і опосередкований контакт із цією подією: 60% були свідками або дізналися про такий факт. І тільки 16,7% опитаних відмітили, що ця «подія не стосується мене». Це говорить про високу розповсюдженість таких ситуацій на територіях, які масовано обстрілюються ворожою стороною артилерією, безпілотними летючими апаратами, кабами. Зауважимо, що навіть непрямий (опосередкований) досвід війни може спричиняти підвищення рівня стресу та тривожності [13].

Третина (33,3%) респондентів нашої вибірки (внутрішньо переміщені особи) мали травматич-

Таблиця 1

**Відсотковий розподіл відповідей на питання модифікованої методики LEC
(результати подано у %)**

	Травматичні події	Можливі позиції респондентів					
		Сталося зі мною	Був свідком	Дізнався про це	Стикався з цим у професійній діяльності	Не певен, що це мене стосується	Подія не стосується мене
1	вимушені покинути своє селище чи місто	83,3%	-	16,7%	-	-	-
2	вас вигнали з дому	23,3%	33,3%	26,7%	-	-	16,7%
3	солдати або озброєні люди насильно проникли у ваш будинок, квартиру	20,0%	13,3%	23,3%	-	-	43,3%
4	ваш будинок обстріляли	66,7%	16,7%	16,7%	-	-	-
5	відокремлення дітей від сім'ї	10,0%	46,7%	23,3%	-	-	20,0%
6	відокремлення батьків через війну	56,7%	16,7%	-	10,0%	-	16,7%
7	член родини був затриманий, знаходився у фільтраційному таборі або у в'язниці	-	13,3%	23,3%	-	-	63,3%
8	член родини служить в лавах захисників України	40,0%	-	26,7%	-	33,3%	-
9	член родини отримав поранення під час війни	20,0%	-	16,7%	-	63,3%	-
10	член родини загинув під час воєнних дій	13,3%	-	-	-	-	86,7%
11	член родини працює у шпиталі	16,7%	23,3%	-	13,3%	-	46,7%

ний досвід насильницького вторгнення в будинок озброєних людей: 20% пережили цю подію особисто; 13,3% були свідками; 23,3% дізнавалися про такі випадки. Зауважимо: при бесіді із батьками було з'ясовано, що подія відбувалася на прифронтовій території і це були військові російської федерації. 43,3% опитаних не мали такого досвіду.

Досвід «обстрілу будинку» (таблиця 1) і «стрілянини, обстрілу на близькій відстані» (таблиця 2) є одним із найбільш поширених травматичних досвідів війни у вибірці: 66,7% родин особисто переживали такі події («це сталося зі мною»); незначні частини опитаних (по 16,7%) відзначили, що спостерігали такі події чи дізналися про це. З усієї вибірки не було жодної мами чи тата, які б вказали не те, що ця «подія не стосується мене» (таблиця 1). Як показують дослідження, подібний рівень експозиції до бойових подій характерний для населення, яке проживає у країнах із тривалим військовим конфліктом [5].

Велика кількість респондентів повідомили про особистий або опосередковано пережитий дос-

від розлуки із близькими: 10% батьків вимушені були відправити своїх дітей у безпечні міста України; 46,7% були свідками евакуації дітей; 23,3% дізнавалися про такі факти. Тільки 20% опитаних батьків вдалося уникнути такої події, як «відокремлення дітей від сім'ї». Подібні ситуації часто виникають під час вимушеної евакуації або трудової міграції, спричиненої війною. Дослідження показують, що тривала розлука з родиною може негативно впливати на психологічний стан батьків та дітей [12]. Особистий досвід «відокремлення батьків через війну» мають 56,7% респондентів; 16,7% були свідками таких ситуацій; 10% стикалися із цим у своїй професійній діяльності; і тільки у 16,7% опитаних батьків такого досвіду немає (таблиця 1).

Дуже травматичний досвід, пов'язаний із полонном – «член родини був затриманий, знаходився у фільтраційному таборі або у в'язниці» – у більшості респондентів (63,3%) відсутній. Але 13,3% опитаних батьків були свідками повернення із полону наших громадян; 23,3% дізнавалися про це від знайомих. Слід зазначити, що при відпові-

**Відсотковий розподіл відповідей на питання модифікованої методики LEC
(результати подано у %)**

	Травматичні події	Можливі позиції респондентів					
		Сталося зі мною	Був свідком	Дізнався про це	Стикався з цим у професійній діяльності	Не певен, що це мене стосується	Подія не стосується мене
12	стрілянина, обстріл на близькій відстані від вас	66,7%	-	13,3%	20,0%	-	-
13	тривале перебування в укритті	50,0%	-	26,7%	23,3%	-	-
14	переживали сильний холод чи / і голод	30,0%	-	56,7%	-	13,3%	-
15	бачили поранених, допомагали їм	30,0%	-	20,0%	13,3%	-	36,7%
16	бачили вбитих людей і тварин	23,3%	-	50,0%	-	-	26,7%
17	бачили закатованих людей	-	-	40,0%	-	-	60,0%
18	отримали поранення	13,3%	-	50,0%	-	-	36,7%
19	думали, що загинете	46,7%	-	26,7%	-	-	26,7%

дях на це запитання, респонденти могли уникати правдивих відповідей, оскільки це може бути чутливою конфіденційною інформацією.

Значна кількість батьків (40%) повідомили, що член їхньої родини «служить в лавах захисників України»; 26,7% знають родини, в яких батьки в армії; 33,3% не певні, що ця ситуація їх стосується. Зрозуміло, ці родини до того часу, доки їхня рідна чи близька людина не повернеться до дому, будуть знаходитися у стані постійної тривоги та емоційного напруження.

Особистий досвід («це сталося зі мною») переживання травматичної ситуації поранення члена родини внаслідок війни мають 20% опитаних; 16,7% – знають сім'ї, в яких є батьки, які отримали поранення; 63,3% респондентів відповіли, що «ця подія не стосується мене».

Найтравматичніший досвід – загибель члена родини під час війни – мають 13,3% респондентів нашої вибірки. У 86,7% – такий досвід відсутній. Цей досвід належить до найбільш травматичних і може спричиняти розвиток симптомів посттравматичного стресу.

Ситуація, коли «член родини працює у шпиталі», є однією із потенційних джерел вторинної травматизації близьких. В нашому опитуванні тільки 16,7% респондентів відмітили, що це «сталося зі мною»; 23,3% – знають такі сім'ї; 46,7% – вважають, що ця подія їх не стосується.

Продовжимо розгляд результатів дослідження по таблиці 2.

Особистий досвід «тривалого перебування в укритті» пережили 50,0% батьків нашої вибірки;

26,7% – знають про такі ситуації; 23,3% – стикалися із цим у професійній діяльності. «Переживали сильний холод чи/і голод» 30,0% опитаних; 56,7% – знають про такі факти; 23,3% – зустрічалися із такими ситуаціями у своїй професійній діяльності.

Про травматичний досвід спостереження поранених і загинувших людей, вбитих тварин або переживання інформації про це, повідомило досить багато батьків: 30,0% особисто бачили поранених, а 33,3% – мали інформацію про це або стикалися із цією ситуацією у професійній діяльності. Особисто бачили вбитих людей і тварин 23,3% опитаних, але 50,0% – дізнавались про ці події. Зауважимо, що навіть опосередкований контакт із подібною інформацією може бути потужним травматичним фактором.

Серед опитаних не представлені ті, хто особисто «бачив закатованих людей»: 60,0% респондентів не мають такого досвіду (таблиця 2). Хоча 40,0% респондентів знали про такі факти. Зрозуміло, що ця інформація могла мати на них психотравматичний вплив.

В нашій вибірці виявилось 13,3% батьків, які отримали поранення і 50,0% тих, хто знає родини, в яких є батьки, поранені на цій війні.

Один із психологічно значущих результатів, який показує наскільки травматичним є досвід, який мають наші внутрішньо переміщені особи: 46,7% опитаних батьків пережили ситуації, коли вони думали, що можуть загинути, а 26,7% чули про такі думки від інших (таблиця 2). Подібний досвід є ключовим критерієм травматичної події

у діагностиці посттравматичного стресового розладу [4].

Більшість респондентів, окрім запропонованих у опитувальнику травматичних подій, зазначили наявність у своєму життєвому досвіді проживання цієї війни інших подій або обставин, що спричинили у них важкий стрес. Серед таких індивідуально значущих ситуацій батьки відмітили наступні: «бачили одразу багато вбитих людей»; зазнали погроз собі і близьким; суперечливість інформації про важливі події чи інформаційна пустота; ситуація невідомості, коли немає достовірного знання про обстановку і не можна визначити – що робити; інвалідизація когось із близьких в цих складних умовах війни.

Висновки. Аналіз психологічної літератури показав, що особливості переживання травматичних подій батьками та їхній травматичний досвід є важливим чинником благополуччя сім'ї в умовах війни. Адже у дитячому віці переживання травматичних подій часто опосередковується психологічним станом батьків. Саме вони мають ключову роль у підтримці та стабілізації сімейного середовища.

Результати емпіричного дослідження виявили травматичний досвід батьків (із статусом «внутрішньо переміщені особи»), який складається із переживання різних типів травматичних подій і ситуацій, пов'язаних із війною. Аналіз результатів показав: значна кількість опитаних батьків особисто (це «сталося зі мною») пережили травматичні події, пов'язані із безпекою житла (вимушені були покинути свій дім, були вигнані із нього, зазнали обстрілу будинку і насильницького проникнення в нього озброєних людей) і тривалого перебування в укритті (де відчували сильний голод і холод); багато респондентів повідомили про особистий або опосередковано пережитий досвід розлуки із близькими (що негативно впливає на психологічний стан батьків та дітей); у сорока відсотків опитаних член родини служить в лавах захисників України (що викликає постійну тривогу та емоційне напруження). Серед вибірки були респонденти, які мали досвід спостереження поранених і загинувших людей та вбитих тварин, а також ті, хто отримав найтравматичніший досвід – загибель члена родини під час війни. Зауважимо, що навіть опосередкований контакт із подібною інформацією може бути потужним травматичним фактором. Встановлено індивідуально значущі ситуації, що призводять до важкого стресу у опитаних: «бачили одразу багато вбитих людей»; зазнали погроз собі і близьким; інформаційна пустота чи суперечливість інформації про важливі події; інвалідизація когось із близьких в цих складних умовах війни.

Відповіді респондентів переконливо свідчать про високий рівень безпосереднього контакту «внутрішньо переміщених осіб» із різного типу травматичними подіями війни. Зокрема, ми бачимо високу поширеність тих видів цих подій, які несуть небезпеку для здоров'я і життя. Припускаємо, що

пережитий травматичний досвід батьків, змінюючи їхній психоемоційний стан, може суттєво впливати на структуру та функціонування сімей, викликаючи, наприклад, напруженість у стосунках. В дослідженні було виявлено масштаби безпосереднього досвіду травматичних подій (у батьків цієї вибірки) і опосередкованого контакту із цими подіями через отриману інформацію. Опосередкований контакт із травматичними подіями, навіть без особистого переживання, може впливати на формування вторинної травматизації. Результати емпіричного дослідження відображають реалії сучасного українського суспільства, де значна частина населення так чи інакше стикається з воєнними подіями. Це стосується й тих, хто був вимушений полишити свою малу батьківщину. Отримані результати не тільки підтверджують високий рівень загальної стресогенності життєвого контексту родин внутрішньо переміщених осіб, а й підкреслюють важливість психологічної підтримки цих родин та можуть бути використані для розробки програм психосоціальної допомоги.

Перспективи подальших досліджень проблеми травматичного досвіду війни ми вбачаємо: у вивченні механізмів актуалізації тих психологічних ресурсів, які допомагають батькам долати стрес і позитивно функціонувати в умовах війни; у розробці і впровадженні програм психологічної допомоги внутрішньо переміщеному населенню нашої країни.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Карачевський А. Б. Адаптація шкал та опитувальників українською та російською мовами щодо посттравматичного стресового розладу. *Збірник наукових праць співробітників НМАПО ім. П. Л. Шупика*. 2016. Вип. 25. С. 601–923. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Znpsnmapo_2016_25_97
2. Кокун О.М. Психодіагностичні показники рівня психічного здоров'я дорослого населення України після перших місяців війни. *Актуальні проблеми психології*. 2022. Т. V. Вип. 22. С. 78–87. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/732780/3/%D0%9C%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82_2022.pdf
3. Пророк Н., Чекстере О., Гнатюк О. Особливості соціального розвитку дітей молодшого шкільного віку в умовах воєнного стану. *Журнал сучасної психології*. 2023. № 2. С. 53–62. DOI: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2023-2-6>
4. Bonanno G. A. et al. Weighing the costs of disaster: Consequences, risks, and resilience in individuals, families, and communities. *Psychological Science in the Public Interest*. 2010. Vol. 11 (1). P. 1–49. DOI: [10.1177/1529100610387086](https://doi.org/10.1177/1529100610387086)
5. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, Text Revision (DSM-5-TR). Washington, DC: APA, 2022. P. 1377. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
6. Eltanamly H., Leijten P., Jak S., Overbeek G. Parenting in Times of War: A Meta-Analysis and Qualitative Synthesis of War Exposure,

Parenting, and Child Adjustment. *Trauma, Violence, Abuse*. 2021. Vol. 22 (1). P. 147–160. <https://doi.org/10.1177/1524838019833001>

7. Feldman R. Parent–infant synchrony and the construction of shared timing; physiological precursors, developmental outcomes, and risk conditions. *Journal of Child psychology and Psychiatry*. 2007. Vol. 48 (3–4). P. 329–354. DOI: 10.1111/j.1469-7610.2006.01701.x

8. Feldman R. Father contribution to human resilience. *Development and Psychopathology*. 2023. Vol. 35 (5). P. 2402–2419. DOI: 10.1017/S0954579423000354

9. Figley C. R. Compassion Fatigue: Coping With Secondary Traumatic Stress Disorder in Those Who Treat the Traumatized. New York: Brunner/Mazel, 1995. URL: https://www.researchgate.net/profile/Charles-Figley/publication/326273881_COMPASSION_FATIGUE_Coping_with_Secondary_Traumatic_Stress_Disorder_in_Those_Who_Treat_the_Traumatized_NY_BrunnerRoutledge/links/5b43aef8458515f71cb88350/COMPASSION-FATIGUE-Coping-with-Secondary-Traumatic-Stress-Disorder-in-Those-Who-Treat-the-Traumatized-NY-Brunner-Routledge.pdf

10. Joffe E. et al. Intergenerational aspects of the experiences of Israeli mothers to young children during the Israel-Hamas war. *Psychological Trauma*. 2025. Vol. 17 (7). P. 144301452. <https://doi.org/10.1037/tra0001977>

11. Lavi T. Therapeutic interventions with Israeli children exposed to continuous traumatic stress of

political violence. In *Handbook of political violence and children*. 2021. P. 415–440. <https://doi.org/10.1093/oso/9780190874551.003.0016>

12. Masten A. S., Narayan A. J. Child development in the context of disaster, war, and terrorism. *Annual Review of Psychology*. 2012. Vol. 63. P. 227–257. DOI: 10.1146/annurev-psych-120710-100356

13. Murthy R. S., Lakshminarayana R. Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*. 2006. Vol. 5 (1). P. 25–30. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC1472271/>

14. Norris F. H. et al. 60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the literature. *Psychiatry*. 2002. Vol. 65 (3). P. 207–239. URL: https://www.researchgate.net/publication/11059181_60000_disaster_victims_speak_Part_I_and_II_An_empirical_review_of_the_empirical_literature_1981-2001

15. Rachamim L. et al. “Children of war”: Examining the associations between war exposure, maternal PTSD, and Continuous Traumatic Stress on Israeli Children’s PTSD. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*. 2025. Vol. 53 (7). P. 1047–1059. <https://doi.org/10.1007/s10802-025-01321-1>

16. Weathers F. W. et al. The Life Events Checklist for DSM-5 (LEC-5). National Center for PTSD, 2013. URL: https://med.stanford.edu/fastlab/research/imapp/_jcr_content/main/accordion_copy/accordion_content3/download_1837010539/file.res/PCL%20with%20LEC%20and%20Criterion%20A%20for%20session%201%208.7.17.pdf

Дата першого надходження статті до видання: 27.04.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 22.05.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 30.05.2026