

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ПІДЛІТКІВ

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF INTERNALLY DISPLACED ADOLESCENTS

У роботі висвітлюється проблема збереження та підвищення психологічного благополуччя українських підлітків в умовах війни України з Російською Федерацією.

Унаслідок здійсненого емпіричного дослідження за участю 94 внутрішньо переміщених підлітків і 92 підлітків, які не змінювали місця проживання, доведено неоднозначний вплив внутрішньої міграції підлітків на їхнє психологічне благополуччя.

Установлено, що в підлітків, які здійснили вимушений переїзд у межах України, рівень суб'єктивного благополуччя є нижчим, аніж у підлітків, що не змінювали місця проживання. Водночас внутрішньо переміщені підлітки засвідчили меншу невдоволеність собою і розчарування в житті, порівняно з досліджуваними – місцевими мешканцями.

Зафіксовано, що підлітки, які не змінювали місця проживання, мають вищі середньостатистичні показники резильєнтності, аніж група внутрішньо переміщених підлітків. Це підтверджено й більшою кількістю носіїв високого рівня резильєнтності у вибірці підлітків – місцевих мешканців. Водночас кількісно домінує група носіїв середнього рівня резильєнтності внутрішньо переміщених підлітків.

Виявлено, що середньостатистичні показники тривоги та депресії у внутрішньо переміщених підлітків є вищими порівняно з показниками досліджуваних, які не змінювали місця проживання. Зафіксовано більшу кількість підлітків, які не мають ознак тривожного чи депресивного розладу, серед тих, хто вимушено змінив місце проживання.

Отже, дослідження підтвердило різновекторний вплив вимушеного переміщення підлітків в межах України на їхнє психологічне благополуччя. Незативними наслідками є погіршення емоційного стану, зниження рівня резильєнтності в багатьох підлітків. За умов надання психологічної підтримки вимушено переміщені підлітки мають значний адаптивний потенціал і ресурси для відновлення суб'єктивного благополуччя.

Ключові слова: підліток, внутрішньо переміщена особа, тривога, депресія, психологічне благополуччя, резильєнтність.

The problem of preserving and improving the psychological well-being of Ukrainian adolescents in the conditions of Ukraine's war with the Russian Federation is revealed in the article.

As a result of an empirical study conducted with the participation of 94 internally displaced adolescents and 92 adolescents who didn't change their place of residence, the ambiguous impact of internal displacement of adolescents on their psychological well-being was proven. It was established that the level of subjective well-being of adolescents who were forced to move within the borders of Ukraine is lower than that of adolescents who did not change their place of residence. At the same time, internally displaced adolescents testified to less self-satisfaction and disappointment in life, compared to the studied local residents. It was recorded that adolescents who did not change their place of residence have higher average statistical indicators of resilience than the group of internally displaced adolescents. This is also confirmed by the greater number of carriers of a high level of resilience in the sample of adolescents who didn't change their place of residence. At the same time, the group of medium-level resilience carriers of internally displaced adolescents dominates quantitatively, rather than local residents. It was found that the average statistical indicators of anxiety and depression in internally displaced adolescents are higher compared to the indicators of subjects who did not change their place of residence. At the same time, a larger of adolescents who do not have signs of anxiety or depressive disorder was recorded among those who were forced to change their place of residence. Thus, the study confirmed the multi-vector influence of forced displacement of adolescents with in Ukraine on their psychological well-being. The negative consequences are a deterioration of the emotional condition, a decrease in the level of resilience in many adolescents. At the same time, under the conditions of providing psychological support, forcibly displaced adolescents have significant adaptive potential and resources for restoring subjective well-being.

Key words: adolescents, internally displaced person, anxiety, depression, psychological well-being, resilience.

УДК 159.9.072.43

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.16>

Столярчук О.А.

д.психол.н.,
професор кафедри психології
особистості та соціальних практик
Київський університет
імені Бориса Грінченка

Жорова С.С.

магістрантка 2 курсу за спеціальністю
053 «Психологія»
освітньої програми 053.00.05
«Екстремальна та кризова психологія»
Київський університет
імені Бориса Грінченка

Актуальність дослідження. Війна України з Російською Федерацією (далі – РФ) стала потужним викликом для життєстійкості й особистісного благополуччя всіх українців. Їхня якість життя значно погіршилася у зв'язку з постійними загрозами та порушенням безпеки життєдіяльності. Війна спровокувала масову хвилю вимушеного переміщення українців, зокрема й у межах країни. Переїзд на нове місце в екстремальних обставинах потребує ґрунтовної адаптації особистості.

Вікова група підлітків потрапляє у групу ризику виникнення порушень психічного функ-

ціонування та зниження якості життя, оскільки до типових суперечностей становлення їхньої особистості додаються складні життєві обставини. Своєчасне вивчення психологічного благополуччя підлітків, які змушені були змінити місце проживання в межах України, дозволить здійснити якісний психологічний супровід їхньої життєдіяльності та запобігти проблемам соціально-психологічної дезадаптації.

Метою статті є аналіз результатів дослідження психологічного благополуччя підлітків, що вимушено змінили місце проживання в межах України.

Виклад основного матеріалу. Проблема впливу вимушеного переміщення внаслідок війни дітей і підлітків на їхню життєдіяльність і психологічне благополуччя вже потрапляла у фокус уваги як вітчизняних, так і закордонних учених. Науковцями І. Бронштейном і П. Монтомері (I. Bronstein, P. Montgomery, 2011 р.) під час узагальнення низки наукових досліджень доведено, що вимушений переїзд дітей і підлітків через війну провокує проблемні аспекти їхнього фізичного та психічного розвитку [4].

Учені Л.Л. ван ден Гейвел і С. Сідат (L.L. van den Heuvel і S. Seedat, 2013 р.) зафіксували, що перебування дітей і підлітків у зоні військових дій провокує в них потужний і тривалий стресовий стан, який, охоплюючи ментальну та вітальну сфери, негативно впливає на актуальні та перспективні вектори їхнього онтогенетичного розвитку [8].

Вітчизняні дослідники О. Беляєва, Г. Даниленко, Е. Завеля, М. Ісакова, Л. Страшок (2022 р.) установили, що підлітки – внутрішньо переміщені особи удвічі частіше визнавали погіршення власного фізичного здоров'я та психоемоційного стану порівняно з підлітками – місцевими мешканцями. У результаті анкетування було виявлено, що всі опитані підлітки найчастіше переживали такі емоційні стани, як віра, сподівання, що все буде добре; злість на події, що відбуваються, або на конкретних людей; страх за життя рідних і страх за домівку, житло, майно родини. Установлено, що по медичну допомогу підлітки – внутрішньо переміщені особи зверталися в 1,5 рази частіше, ніж їхні однолітки, що не змінювали місця проживання [1, с. 11].

Група вчених (О. Лобанчук, Н. Пророк, О. Сергеєнкова, М. Сичинська, С. Хрипко, 2022 р.) охопила опитуванням 519 українських підлітків і виявила, що вплив війни на їхню психіку є неоднозначним. Зокрема встановлено, що внутрішні та зовнішні виклики для підлітків унаслідок повномасштабної російської агресії провокують у них переживання втоми, почуття безсилля, тривоги, злості. Водночас вищезгаданими дослідниками зафіксовано підвищення резильєнтності опитаних підлітків, яке проявляється у зміцненні їхніх професійно орієнтованих і патріотичних мотивів навчання, самореалізації потреби в самовираженні через соціальні мережі, готовності й активності наблизити перемогу України у війні з РФ [7, с. 618].

Отже, можна сказати, що навіть під час війни, за умов перебування підлітків у відносно безпечному середовищі в межах України, життєві випробування загартовують їхню стресостійкість. За влучним формулюванням учених Н. Ханлоу і Р. Рея (N. Khanlou, R. Wray, 2014 р.), резильєнтність постає значущим сприятливим підґрунтям для збереження психологічного

благополуччя підлітків і водночас є захисним механізмом від непередбачуваних загроз благополуччю протягом усього подальшого життя [5, с. 64].

Різновекторність змін резильєнтності вітчизняних підлітків підтверджується результатами дослідження, здійсненого у 2023 р. О. Столярчук. За даними опитування, яке охопило підлітків, що перебували як в Україні, так і за її межами, 4% респондентів засвідчили відсутність стресових переживань і, як наслідок, збереження попереднього рівня резильєнтності. Однак важливо, що ці підлітки на час опитування перебували за кордоном. Серед вибірки тих підлітків, які залишились в Україні, 42% визнали, що їхня резильєнтність має нестабільний характер, оскільки «<...> іноді проявляється сила духу, але відчувається і тривога, страх». Ще 16,7% респондентів переживали безсилля та потребували психологічної підтримки. Натомість 35,5% підлітків засвідчили зростання власної резильєнтності, наголосивши, що необхідність протистояти стресу зробила їх сильнішими [3, с. 118].

Означені вище дослідження не виокремлюють специфіку психічного стану та якості життя підлітків, що зіткнулись із вимушеним переїздом під час війни. Отже, для вивчення рівня психологічного благополуччя підлітків, що змушені були змінити місце проживання в межах України, та динаміки їхньої резильєнтності як чинника цього благополуччя нами було здійснене емпіричне дослідження. Воно було реалізоване у квітні поточного 2023 р. за допомогою письмового опитування засобами Google-форми за участю 192 українських підлітків.

Для встановлення більш повної діагностичної картини в опитуванні з'ясувалось місце проживання респондентів: 1) до початку повномасштабного вторгнення РФ в Україну та 2) на час опитування. Це дало змогу сформулювати дві групи досліджуваних із подальшим порівнянням їхніх діагностичних даних:

- першу вибірку становили підлітки із Северодонецька, Сум, Маріуполя, які через війну були вимушені покинути свої домівки, тобто це внутрішньо переміщені підлітки (далі – ВПО), їхня кількість становила 94 особи;

- друга вибірка поєднувала підлітків із Дніпра та Києва, які не змінювали місця свого проживання та з початку війни нікуди не переміщувалися – місцеві мешканці (далі – ММ), їх налічувалось 98 осіб.

Для дослідження психологічного благополуччя підлітків було застосовано такі діагностичні методики: методику «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя» (далі – «КОСБ-3») О. Савченко, О. Калюк [2], коротку шкалу резильєнтності (BRS – Brief Resilience Scale), шпитальну шкалу тривоги і депресії «HADS». Для оброблення діагнос-

тичних даних застосовано методи кількісного аналізу (середніх знань і відсоткових співвідношень) і якісного аналізу.

Спочатку у фокус наших вимірів потрапила центральна категорія дослідження – психологічне благополуччя підлітків. Для його діагностики було застосовано методику «КОСБ-3», яка дала можливість визначити за трьома шкалами парціальні прояви суб'єктивного благополуччя, а також виявити загальний рівень задоволеності життям двох вибірок (табл. 1).

Кількісний аналіз і порівняння діагностичних даних обох вибірок показав, що середньостатистичні показники внутрішньо переміщених підлітків є нижчими за всіма шкалами методики.

Таблиця 1
Результати тестування за шкалами методики «КОСБ-3»

Шкали	ВПО (n = 94)		ММ (n = 98)	
	Показники (у балах)	Рівень	Показники (у балах)	Рівень
Задоволеність власним життям	23,27	середній	25,58	середній
Невдоволеність собою та розчарування в житті	16,45	низький	17,42	середній
Задоволеність відносинами з іншими	24,92	середній	27,90	середній
Загальний рівень задоволеності життям	31,74	середній	36,063	середній

У результаті проведеного якісного аналізу можна побачити, що показники задоволеності життям молодших підлітків обох вибірок перебувають на середньому рівні, але в досліджуваних, які нікуди не переміщувалися, показники загального рівня задоволеності життям вище (36,06 балів), ніж у внутрішньо переміщених підлітків (31,74 балів). Це вказує на суб'єктивне позначення більш високої якості життя підлітками, що не змінювали місця проживання, і свідчить про вищий рівень суб'єктивного благополуччя у підлітків, що входять у вибірку місцевих мешканців, аніж у внутрішньо переміщених підлітків. Водночас зауважимо, що внутрішньо переміщені підлітки засвідчили меншу невдоволеність собою та розчарування в житті. Показники цієї шкали в них перебувають на низькому рівні, тоді як у підлітків – місцевих мешканців статистика невдоволеності собою та розчарування в житті досягнула середнього рівня.

Поширеність таких несприятливих емоційних симптомів, як тривога та депресивні

ознаки, є маркером зниження рівня психологічного благополуччя особистості. Тому ми також вивчали ці емоційні прояви за допомогою шпитальної шкали тривоги і депресії «HADS». Обрахунок діагностичних даних за шкалою тривоги дозволив зафіксувати, що її середньостатистичний рівень у внутрішньо переміщених підлітків становить 7,5 балів, а у досліджуваних, які не змінювали місця проживання, її показник досягнув 6,9 балів. Водночас серед внутрішньо переміщених підлітків зафіксовано більшу кількість осіб (38,3%), які не мають ознак надмірної тривоги. Але в цій же вибірці підлітки частіше, порівняно з респондентами, які не змінювали місця проживання, демонструють передумови до її виникнення або ж наявність тривожного розладу (табл. 2).

Таблиця 2
Розподіл підлітків за рівнями тривоги (методика «HADS»)

Рівень прояву розладу	Показники тривоги			
	ВПО (n = 94)		ММ (n = 98)	
	кількість осіб	%	кількість осіб	%
Відсутність	36	38,3	32	32,7
Передумови	47	50,0	59	60,2
Наявність	11	11,7	7	7,1

Якісний аналіз відповідей підлітків показав, що напруженість і непосидючість частіше виявляють підлітки, що не переїжджали, неспокійні ж думки та панічні реакції більше дошкуляють внутрішньо переміщеним підліткам.

Кількісним аналізом даних встановлено, що середньостатистичний рівень депресії внутрішньо переміщених підлітків становить 6,4 балів, а в підлітків, що не змінювали місця проживання, її показник досягнув 6,7 балів. Ці дані прямо корелюють зі статистикою розподілу представників обох вибірок за рівнями вираженості депресії (табл. 3).

Таблиця 3
Розподіл підлітків за рівнями депресії (методика «HADS»)

Рівень прояву розладу	Показники депресії			
	ВПО (n = 94)		ММ (n = 98)	
	кількість осіб	%	кількість осіб	у%
Відсутність	41	43,6	38	38,8
Передумови	45	47,9	54	55,1
Наявність	8	8,5	6	6,1

У результаті проведеного якісного аналізу відповідей досліджуваних виявлено, що показники задоволеності та сприймання життя з гумором є вищими у представників групи підлітків – місцевих мешканців. Більш бадьорими та здатними отримати задоволення від справ почувають себе внутрішньо переміщені підлітки, але вони визнають у себе уповільнення темпів виконання дій. Досить високими балами позначені у представників обох вибірок відповіді на питання «Я не стежу за своєю зовнішністю», що суперечить поширеній схильності підлітків цікавитись своїм виглядом. Відповідно, окремі ознаки тривожності та депресії властиві представникам обох вибірок підлітків.

Також локальним аспектом нашого дослідження постало вивчення рівня резильєнтності як чинника та показника психологічного благополуччя підлітків. На підставі опрацювання відповідей за методикою вираховано рівні резильєнтності підлітків обох груп.

Установлено, що середньостатистичний рівень резильєнтності внутрішньо переміщених підлітків становить 3,2 бали, а в підлітків, що не змінювали місця проживання, цей показник досягнув 3,6 балів. Отже, друга вибірка підлітків має дещо більше ресурсів стресостійкості, аніж група внутрішньо переміщених підлітків. Також ці дані підтверджено статистикою розподілу представників обох вибірок за рівнями резильєнтності (табл. 4).

Таблиця 4

Розподіл підлітків за рівнями резильєнтності (методика BRS)

Рівень	Показники резильєнтності			
	ВПО (n = 94)		ММ (n = 98)	
	кількість осіб	%	кількість осіб	%
високий	17	18,1	24	24,5
середній	53	56,4	48	49,0
низький	24	25,5	26	26,5

Викладені результати застосування експрес-тесту вказують на те, що переважна частина респондентів обох вибірок характеризується середнім рівнем розвитку резильєнтності, а саме: у внутрішньо переміщених підлітків – 56,0% носіїв, у підлітків, що не змінювали місця проживання, – 49,0% носіїв. Це вказує на те, що більшість проблем долається підлітками обох вибірок без серйозних наслідків для їхнього психологічного здоров'я.

Низький рівень резильєнтності мають 26% внутрішньо переміщених підлітків і 26,6% підлітків, які не змінювали місця проживання, що становить майже чверть вибірок. Представники цих вибірок переживають порушення

життєвої рівноваги, що може стати предиктором розвитку несприятливих психічних станів. Привертає увагу те, що високу здатність протистояти стресам і життєвим негараздам мають лише 17% внутрішньо переміщених підлітків на тлі 24,4% підлітків, які не змінювали місця проживання. Це говорить про те, що для внутрішньо переміщених підлітків характерним є дещо обмежений ресурс життєстійкості, пов'язаний із переживанням ними складних життєвих обставин.

Висновки. Отже, теоретичних аналіз наукових джерел і дослідницьких розвідок засвідчив актуальність проблеми збереження та підвищення психологічного благополуччя українських підлітків в умовах війни України з РФ.

У результаті здійсненого емпіричного дослідження за участю 94 внутрішньо переміщених підлітків і 92 підлітків, які не змінювали місця проживання, доведено неоднозначний вплив внутрішнього переміщення підлітків на їхнє психологічне благополуччя. Установлено, що в підлітків, які здійснили вимушений переїзд в межах України, рівень суб'єктивного благополуччя є нижчим, аніж у підлітків, що не змінювали місця проживання. Водночас внутрішньо переміщені підлітки засвідчили меншу невдоволеність собою та розчарування в житті, порівняно з досліджуваними – місцевими мешканцями.

Зафіксовано, що підлітки, які не змінювали місця проживання, мають вищі середньостатистичні показники резильєнтності, аніж група внутрішньо переміщених підлітків. Це підтверджено й більшою кількістю носіїв високого рівня резильєнтності у вибірці підлітків – місцевих мешканців. Водночас кількісно домінує група носіїв середнього рівня резильєнтності внутрішньо переміщених підлітків, порівняно з місцевими мешканцями цієї вікової групи.

Виявлено, що середньостатистичні показники тривоги та депресії у внутрішньо переміщених підлітків є вищими порівняно з показниками досліджуваних, які не змінювали місця проживання. Зафіксовано більшу кількість підлітків, які не мають ознак тривожного чи депресивного розладу, серед тих, хто вимушено змінив місце проживання.

Отже, дослідження підтвердило різновекторний вплив вимушеного переміщення підлітків в межах України на їхнє психологічне благополуччя. Негативними наслідками є погіршення емоційного стану, зниження рівня резильєнтності в багатьох підлітків. За умов надання психологічної підтримки вимушено переміщені підлітки мають значний адаптивний потенціал і ресурси для відновлення суб'єктивного благополуччя.

Перспективи подальших досліджень убацьмаємо в розробленні й апробації дієвих засо-

бів підвищення психологічного благополуччя підлітків, які належать до категорії внутрішньо переміщених осіб, а також вивченні ролі soft skills у підвищенні якості життя підлітків, які вимушено змінили місце свого проживання.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Медико-соціальні аспекти стану здоров'я підлітків – внутрішньо переміщених осіб / Г. Даниленко та ін. *Охорона здоров'я дітей та підлітків*. 2022. № 2. С. 8–12.
2. Савченко О., Калюк О. Методика діагностики когнітивних аспектів суб'єктивного благополуччя особистості. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 1 (25). С. 89–101.
3. Столярчук О. Навчання та психоемоційний стан українських підлітків в умовах війни в Україні. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія «Психологія». № 1. С. 115–120.
4. Bronstein I., Montgomery P. Psychological Distress in Refugee Children: A Systematic Review. *Clinical Child and Family Psychology Review*. 2011. Vol. 14 (1). P. 44–56.
5. Khanlou N., Wray R. A whole community approach toward child and youth resilience promotion : A review of resilience literature. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2014. № 12 (1). P. 64–79.
6. The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back / B.W. Smith et al. *International journal of behavioral medicine*. 2008. № 15 (3). P. 194–200.
7. Real and Virtual Space of Life Activities of Ukrainian Adolescents in War Conditions / O. Stoliarchuk et al. *IJCSNS International Journal of Computer Science and Network Security*. 2022. № 22 (6). P. 611–619.
8. van den Heuvel L.L., Seedat S. Screening and diagnostic considerations in childhood post-traumatic stress disorder. *Neuropsychiatry*. 2013. Vol. 3 (5). P. 497–511.