

СЕКЦІЯ 8

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПРОБЛЕМ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ ПОЗА ЗОНОЮ БОЙОВИХ ДІЙ В УКРАЇНІ З ДОСВІДОМ ІНШИХ КРАЇН, ЯКІ ПОТЕРПАЛИ ВІД ВІЙСЬКОВИХ КОНФЛІКТІВ

COMPARATIVE ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL ISSUES AFFECTING THE QUALITY OF LIFE OF THE CIVILIAN POPULATION OUTSIDE COMBAT ZONES IN UKRAINE AND OTHER COUNTRIES AFFECTED BY ARMED CONFLICTS

Стаття присвячена порівняльному аналізу психологічних проблем якості життя цивільного населення України, що перебуває поза зоною активних бойових дій, у контексті досвіду інших країн, які зазнали впливу збройних конфліктів (зокрема Сирії, Афганістану та країн колишньої Югославії). Метою дослідження є виявлення спільних психотравматичних проявів, таких як тривожні стани, депресія, посттравматичний стресовий розлад, а також аналіз унікальних рис українського соціально-психологічного контексту, що можуть бути використані для вдосконалення системи підтримки психічного здоров'я. У ході аналізу встановлено, що хоча виявлені реакції на стрес є багато в чому типовими для країн, охоплених війною, в Україні простежуються специфічні фактори психологічної стійкості. Зокрема, це висока мобілізаційна готовність громадянського суспільства, розвинене волонтерство, швидке формування горизонтальних мереж підтримки, а також активна участь населення у взаємодопомозі. Важливими чинниками також стали оперативне впровадження цифрових сервісів психологічної допомоги, залучення фахівців з психічного здоров'я до кризового реагування, і розвиток державно-громадського партнерства. Узагальнення міжнародного досвіду дозволяє окреслити сильні сторони українського підходу: гнучкість, адаптивність, ініціативність громадян, здатність до солідарної дії в умовах невизначеності. Запропоновано перспективні напрями подальшого розвитку системи психосоціальної допомоги, серед яких – підтримка вразливих категорій населення, формування професійних спільнот, інтеграція психічного здоров'я в державну політику та освіту. Отримані результати можуть стати підґрунтям для модернізації національних стратегій у сфері психічного здоров'я в умовах затяжного воєнного конфлікту.

Ключові слова: війна в Україні, порівняльний аналіз, психічне здоров'я, хронічний стрес, цивільне населення, збройний конфлікт, якість життя, психосоціальна підтримка, міжнародний досвід, постконфліктне відновлення.

The article is devoted to a comparative analysis of psychological problems affecting the quality of life of the civilian population in Ukraine outside active combat zones, in the context of international experience from countries affected by armed conflicts (including Syria, Afghanistan, and the former Yugoslavia). The aim of the study is to identify common psychotraumatic manifestations, such as anxiety, depression, and post-traumatic stress disorder, as well as to analyze the unique features of the Ukrainian socio-psychological context that may serve as a basis for improving mental health support systems. The analysis reveals that although stress reactions observed in Ukraine are largely typical of war-affected societies, certain specific resilience factors are present. These include high mobilization capacity of civil society, active volunteer involvement, the rapid development of horizontal support networks, and broad public participation in mutual aid. Other significant factors include the prompt implementation of digital psychological support services, engagement of mental health professionals in crisis response, and the emergence of public-private cooperation. These elements have enhanced the accessibility and effectiveness of psychosocial assistance across various population groups. Generalization of international experience highlights the strengths of the Ukrainian approach: flexibility, adaptability, civic responsibility, and the ability to act collectively under uncertainty. The article outlines promising directions for further development of psychosocial support systems, such as targeted assistance for vulnerable populations, professional community building, and integration of mental health into state policy and education. The findings may serve as a foundation for enhancing national mental health strategies and resilience in the context of a prolonged armed conflict.

Key words: war in Ukraine, comparative analysis, mental health, chronic stress, civilian population, armed conflict, quality of life, psychosocial support, international experience, post-conflict recovery.

УДК 159.9:316.42(477+100)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.73.46>

Гасюк М.Б.

к.психол.н., доцент, професор кафедри клінічної та реабілітаційної психології Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Іванцев Л.І.

к.психол.н., доцент, доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Іванцев Н.І.

к.психол.н., доцент, доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Повномасштабна війна в Україні, що триває з 2022 року, радикально трансформувала умови життя мільйонів громадян, зумовивши масштабні соціальні, економічні та психологічні наслідки. Попри те, що значна частина території країни знаходиться поза межами активних бойових дій, цивільне населення цих регіонів також зазнає серйозного впливу збройного конфлікту. Хронічний стрес, тривале відчуття небезпеки, інформаційне перевантаження, загроза ракетних ударів та невідомість майбутнього формують особливий психологічний контекст, який негативно позначається на загальному рівні психічного благополуччя та якості життя.

Досвід країн, що пережили тривалі військові конфлікти – таких як Сирія, Афганістан, країн колишньої Югославії, – засвідчує, що психологічні наслідки війни виходять за межі зон бойових дій, охоплюючи також тиллові території. Незважаючи на культурні, політичні та соціальні відмінності, спостерігається низка спільних психореакцій на воєнну травму: посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), тривожні й депресивні розлади, соціальна відчуженість, зниження суб'єктивної задоволеності життям.

У цьому контексті особливу значущість має здійснення порівняльного аналізу психологічних проблем, що впливають на якість життя цивільного населення України поза зоною бойових дій, із відповідними явищами в країнах, які також зазнали наслідків збройних конфліктів. Такий підхід дозволяє не лише глибше усвідомити характер психоемоційного навантаження в умовах тривалого воєнного стресу, а й визначити дієві стратегії психосоціальної підтримки. Результати аналізу можуть слугувати основою для розробки комплексних підходів до зміцнення системи психічного здоров'я, інтегруючи локальні потреби з міжнародним досвідом.

Збройні конфлікти чинять багатовимірний вплив на цивільне населення, який виходить далеко за межі фізичних втрат і охоплює сферу психічного здоров'я та емоційного благополуччя [1]. Хоча фізичні наслідки війни є більш помітними, психологічні травми – менш очевидні, проте не менш руйнівні за своєю природою [2]. У центрі нашого дослідження – малодосліджені й часто недооцінені проблеми психічного здоров'я цивільних осіб, які проживають поза межами активних бойових дій.

Психологічний вплив на цивільне населення України (поза зоною бойових дій). Цивільне населення України, навіть у відносно безпечних регіонах, зазнає значного психоемоційного навантаження, спричиненого триваючим збройним конфліктом. Хронічний стрес, тривожність через постійну загрозу ракетних ударів і загальну невідомість стали типовими психологічними реакціями. За даними досліджень, близько 30% населення України має порушення психічного здоров'я [3], тоді як майже 10 мільйонів осіб перебувають у зоні підвищеного ризику розвитку психологіч-

них розладів, зокрема 3,9 мільйона – демонструють симптоми від помірного до важкого рівня. Особливо вразливою категорією є діти – понад 1,5 мільйона з них потребують термінової психосоціальної допомоги [5].

Серед поширених симптомів спостерігаються тривожні та депресивні стани, нав'язливі думки, прояви психологічної травми, порушення сну, зниження концентрації, гіперпильність і підвищений рівень тривожності [4; 9]. Вплив війни через інформаційні джерела також спричиняє загострення симптомів психічних розладів, навіть серед тих, хто безпосередньо не перебуває в зоні бойових дій [10]. Зокрема, дослідження у Харківській області виявило середній рівень нейропсихологічної напруги та ПТСР, порушення сну й підвищену тривожність, навіть за збереження загалом задовільних показників психічного здоров'я. Подальші спостереження вказують на негативну динаміку психоемоційного стану населення [9]. Помірний рівень стресу зафіксовано також серед студентської молоді, особливо у регіонах, наближених до лінії фронту [13]. Згідно з останніми опитуваннями, 68% українців повідомили про погіршення загального стану здоров'я з початку повномасштабної війни, при цьому проблеми психічного здоров'я стали найпоширенішим аспектом занепокоєння – їх зазначили 46% респондентів [14].

Виявлені психологічні проблеми суттєво впливають на якість життя цивільного населення [3]. Постійна тривога знижує здатність підтримувати щоденну рутину, приймати рішення та формувати життєві перспективи. Порушення соціальних зв'язків і переривання освітнього процесу особливо помітні серед молоді [15]. Психоемоційний стан ускладнюється економічними труднощами, бідністю, нестачею продовольства та порушеннями критичної інфраструктури, що ще більше підвищує рівень стресу [3]. Серед поширених реакцій – почуття самотності, страху, зниження психологічної стійкості [18]. Згідно з динамічними показниками, з 2022 по 2024 рік відбулося значне зниження суб'єктивної оцінки психологічної, соціальної та екологічної якості життя [19]. Молодіжна вибірка окремо вказує на помітне погіршення психоемоційного стану та загального життєвого задоволення [15].

Аналіз результатів численних досліджень, проведених за різними методиками (опитування, клінічні оцінки, психодіагностичні шкали), підтверджує наявність широкомасштабної кризи психічного здоров'я серед цивільного населення України. Навіть за межами активних бойових дій психологічний вплив війни є всебічним і проявляється на рівні індивідуального благополуччя, соціальних зв'язків, економічної стабільності та повсякденного функціонування. Ці дані засвідчують нагальну потребу в комплексній системі психосоціальної підтримки та профілактичних інтервенцій.

Порівняльний аналіз з іншими країнами, що постраждали від конфлікту. Громадянська війна

в Сирії мала тривалі наслідки для психічного здоров'я населення. Значна частина сирійців демонструє симптоми ПТСР, тривожних і депресивних розладів [20], що зумовлено насильством, переміщенням, втратою близьких і соціальною дезінтеграцією [2]. Особливо вразливими є діти, значна частина яких відповідає критеріям психічних розладів. У цьому контексті в науковому обігу з'явився термін «синдром людського спустошення» – стан, що поєднує кумулятивну психотравму, соціальну ізоляцію та втрату перспектив [20]. Психічне напруження поглибило землетрус 2023 року [21] та пандемія COVID-19, унаслідок чого показники депресії сягнули 83,4%, а тривожності – 69,6% [22].

В Афганістані тривалий конфлікт спричинив колективну травму, що вплинула не лише на психічне здоров'я, а й на формування соціальної ідентичності. Дослідження вказують на високі рівні ПТСР (40–55%), депресії (до 68%) і генералізованої тривожності [27]. Найвразливіші – жінки та діти, які мають обмежений доступ до допомоги й зазнають стигматизації [29]. На цьому тлі сформувався феномен «травматичної держави» з міжгенераційною передачею психологічних наслідків [27; 28].

У країнах колишньої Югославії наслідки конфліктів також мають затяжний характер. У поствоєнний період фіксуються підвищені рівні ПТСР (13–33%) і депресії (10–49%) [33], зростання психосоматичних розладів [35], зловживання психоактивними речовинами, самогубства та хронічні психічні порушення [36]. Статус біженця й економічна нестабільність виявляються значущими предикторами ПТСР і депресії [34], а міжособистісна чутливість – важливим посередником між травмою та психологічним дистресом [37].

У всіх чотирьох аналізованих контекстах – Україні, Сирії, Афганістані та країнах колишньої Югославії – зафіксовано високі рівні посттравматичного стресового розладу, депресії та тривожності серед цивільного населення. Хоча конкретні стресогенні фактори (зокрема, тип насильства, характер переміщення, соціально-економічні умови) можуть варіюватися, загальний психологічний вплив виявляється подібним. Існує чітка тенденція до кореляції між тривалістю збройного конфлікту та масштабами порушень психічного здоров'я: зокрема, багаторічна війна в Афганістані спричинила формування міжгенераційної травми. У сирійському контексті додатковим ускладнюючим чинником стала пандемія COVID-19, яка посилила вже наявні стресори та поглибила психологічну вразливість населення.

Серед спільних чинників розвитку психологічного дистресу в охоплених війною країнах – насильство, вимушене переміщення, втрата близьких, економічна нестабільність, руйнування звичного життя та невизначеність майбутнього. Водночас психічні наслідки варіюються залежно від характеру конфлікту, рівня підтримки, соціальних структур та вразливості населення. Наприклад, артилерійські обстріли в Україні спричиняють специфічні

травматичні реакції, не характерні для інших контекстів. Важливу роль відіграють також стан системи психічного здоров'я й культурне сприйняття розладів. Попри геополітичні відмінності, наслідки війни для цивільного населення демонструють подібні патерни: поширення тривожних, депресивних і посттравматичних розладів. Тривалість та інтенсивність бойових дій визначають глибину цих порушень, що особливо помітно в афганському досвіді.

Українці демонструють високу психологічну стійкість навіть за умов інтенсивного стресу, що значною мірою зумовлено соціальною підтримкою – як усередині країни, так і за її межами [9]. Збереження зв'язків із близькими, волонтерство та громадянська активність свідчать про суспільну згуртованість і адаптивність [40; 43]. У колишній Югославії провідними механізмами подолання були релігія, віра та підтримка спільноти [33]. В інших країнах, що постраждали від конфліктів, значущу роль відіграють культурні, релігійні та соціальні стратегії [30; 42; 45]. Громадські ініціативи створюють простори підтримки й сприяють психосоціальному відновленню [7; 42].

Особистісна стійкість, надія й моральний дух також виступають захисними чинниками в умовах війни [39]. У всіх контекстах соціальна підтримка довела свою ефективність у подоланні наслідків травми, а її посилення доцільно включати до програм психічного здоров'я [43].

В Україні активно впроваджуються системні заходи та інтервенції з метою підтримки психічного здоров'я постраждалого цивільного населення [7]. Одним із ключових кроків стало започаткування міжвідомчої Національної програми з психічного здоров'я, яка координується на загальнодержавному рівні [47]. У межах цієї програми надається перша психологічна допомога, проводиться індивідуальне консультування та забезпечується комплексна психосоціальна підтримка. Особливу увагу приділено розвитку громадських моделей надання послуг у сфері психічного здоров'я, зокрема впровадженню ініціативи «Турбота про себе» [48]. З метою розширення доступу до допомоги використовуються сучасні цифрові інструменти, такі як телемедицина, онлайн-платформи та гарячі лінії психологічної підтримки [5; 50]. Проводяться спеціалізовані освітні програми для фахівців з психічного здоров'я, що сприяє підвищенню якості надання послуг [14]. Значну роль у формуванні суспільної уваги до теми ментального здоров'я відіграла загальнонаціональна інформаційна кампанія «Як ти?», ініційована першою леді України [48]. Крім того, створено мобільні команди з психічного здоров'я, які працюють на рівні територіальних громад і надають як очні, так і дистанційні консультації [49]. Через телефонні платформи також забезпечується доступ до першої психологічної допомоги, що є особливо важливим у кризових умовах [53].

Порівняння підходів до надання психічної допомоги в Україні з досвідом Сирії, Афганістану та

країн колишньої Югославії дозволяє виокремити важливі уроки та кращі практики. У сирийському контексті доступ до послуг з охорони психічного здоров'я суттєво обмежений через мовні бар'єри, високу поширеність стигматизації та недостатній рівень підготовки медичних працівників щодо травматичного стресу [21; 24]. В Афганістані спостерігається гостра нестача кваліфікованих фахівців, відсутність належної інфраструктури, а також поширення практик самолікування, зловживання психотропними препаратами та використання псевдотерапій, що поглиблює психологічні проблеми населення [27; 29]. У країнах колишньої Югославії після завершення конфлікту було впроваджено масштабні психосоціальні інтервенції в межах програм надзвичайної допомоги. Важливою складовою цих програм стало навчання місцевих фахівців і створення стійкої системи реагування на травматичні події [36]. Міжнародна практика засвідчує, що найбільш ефективними є інтегровані моделі, які поєднують медичну та психосоціальну підтримку [56].

Цифрові інтервенції теж вважаються перспективним напрямом у сфері психічного здоров'я завдяки своїй масштабованості, доступності та здатності подолати географічні бар'єри [54]. Перша психологічна допомога, як показують дослідження, є ефективною у зменшенні рівня стресу та активізації копінг-стратегій [4]. Громадські моделі надання допомоги дозволяють охопити осіб, які з різних причин не звертаються до традиційних служб, і сприяють зниженню рівня стигматизації [8]. Групові заняття забезпечують підтримку серед однолітків і сприяють формуванню навичок адаптації [4].

Одним із основних викликів залишається подолання соціальної стигми, що стримує звернення по допомогу. Підвищення обізнаності населення про важливість психічного здоров'я є критичним чинником для збільшення рівня використання відповідних послуг [7]. Успішна реалізація програм у цій сфері потребує належного фінансування та ефективної міжвідомчої координації [53].

Україна демонструє активний підхід до подолання кризи у сфері психічного здоров'я, швидко впроваджуючи національні програми, розширюючи форми надання допомоги та приділяючи значну увагу підготовці фахівців. Така стратегія контрастує з досвідом країн, зокрема Афганістану, де зберігаються суттєві структурні обмеження,

нестача кваліфікованого персоналу та системні труднощі у забезпеченні доступу до послуг психічного здоров'я. Результати застосування першої психологічної допомоги в різних кризових контекстах засвідчують її ефективність як інструмента первинного реагування. Водночас, довготривалі наслідки психотравмуючих подій вимагають впровадження більш комплексних і сталих форм підтримки, що включають індивідуальне консультування, психотерапевтичну допомогу та розвиток громадських програм з охорони психічного здоров'я.

Для ефективного задоволення психологічних потреб цивільного населення України поза зоною активних бойових дій, із урахуванням досвіду інших країн, що зазнали збройних конфліктів, доцільно рекомендувати такі стратегічні напрямки:

1. Продовження та розширення доступу до послуг з охорони психічного здоров'я, зокрема індивідуального консультування, групової психотерапії та цифрових (онлайн) інтервенцій.
 2. Пріоритетне забезпечення навчання, супервізії та емоційної підтримки фахівців з психічного здоров'я, особливо на рівні первинної ланки та громадських служб.
 3. Проведення масштабних інформаційно-просвітницьких кампаній, спрямованих на подолання стигми та підвищення рівня психогігієнічної обізнаності населення.
 4. Зміцнення соціальних зв'язків та підтримка громадських ініціатив, як чинників розвитку суспільної стійкості та кооперативної взаємодії.
 5. Урахування міжнародного досвіду щодо подолання довгострокових психологічних наслідків війни, зокрема аспектів міжгенераційної травми.
 6. Забезпечення стабільного та достатнього фінансування програм з охорони психічного здоров'я як у період воєнних дій, так і під час післявоєнного відновлення.
 7. Розроблення культурно чутливих, травмоорієнтованих підходів до надання психологічної допомоги, які враховують контекст, цінності та соціальні особливості українського суспільства.
 8. Цілеспрямована підтримка вразливих категорій населення, зокрема дітей, жінок, осіб похилого віку та внутрішньо переміщених осіб.
- Подальші наукові дослідження є необхідними для глибшого розуміння довгострокового впливу триваючої війни на психічне здоров'я українського цивільного населення. Зокрема, важливо оцінити

Таблиця 1

Поширеність основних проблем із психічним здоров'ям у країнах, що постраждали від воєнного конфлікту

Країна	Поширеність ПТСР (%)	Поширеність депресії (%)	Поширеність тривожності (%)
Україна	10–32 [58]	17–46 [58]	17–54 [59]
Сирія	11–60 [23]	12–83 [2]	9–69 [2]
Афганістан	20–42 [28]	38–67 [28]	51–72 [28]
Країни колишньої Югославії	13–33 [33]	10–49 [33]	–

ефективність різних інтервенцій у національному контексті, вивчити потенціал цифрових технологій у наданні допомоги недостатньо охопленим групам, а також дослідити вплив економічних труднощів і вимушеного переміщення на психічне благополуччя.

Висновки:

1. Психологічні наслідки війни в Україні загалом узгоджуються з міжнародними спостереженнями: незалежно від географічного контексту, збройні конфлікти спричиняють подібні психічні реакції – підвищений рівень тривожності, депресивні розлади, симптоми посттравматичного стресового розладу (ПТСР), соціальну ізоляцію та зниження якості життя. Подібні патерни були зафіксовані в Сирії, Афганістані та країнах колишньої Югославії, що свідчить про універсальний характер психотравматичних наслідків війни.

2. Війна в Україні має низку унікальних особливостей, зокрема її тривалий характер та постійну загрозу ракетних атак навіть у тилкових регіонах, що створює ситуацію хронічного стресу, за якого формуються нові форми повсякденного життя в умовах небезпеки, що посилює психологічне навантаження на населення навіть за межами зони бойових дій.

3. Рівень стійкості спільнот та доступ до соціальної підтримки, включно з неформальними джерелами (волонтерські рухи, громадські ініціативи), відіграють основну роль в адаптації до умов війни. Ці чинники значно знижують ризик вторинної травматизації, емоційного виснаження та втрати довіри до державних інституцій.

4. Україна продемонструвала здатність до швидкої мобілізації системи підтримки психічного здоров'я, зокрема шляхом створення мобільних команд, гарячих ліній, інтеграції психологів у гуманітарні служби. Водночас у довгостроковій перспективі зберігається дефіцит кваліфікованих фахівців, нерівномірний доступ до послуг, особливо в сільській місцевості та соціально вразливих регіонах.

5. Особливу увагу необхідно приділити групам підвищеного ризику, серед яких: літні люди, особи з хронічними захворюваннями, внутрішньо переміщені особи, діти та підлітки. Для цих категорій необхідна розробка спеціалізованих інтервенцій, які враховують вікові, соціальні та травматичні чинники.

6. Унікальність ситуації в Україні обумовлена тривалістю повномасштабного конфлікту, постійною загрозою атак та високим рівнем міжнародної уваги, що частково відрізняє її від інших країн, які пережили збройні конфлікти. Для досягнення сталого впливу в сфері психічного здоров'я необхідне інституційне визнання цієї проблеми на рівні державної політики, розробка міждисциплінарних освітніх програм для фахівців різних галузей, а також запровадження систематичного моніторингу психоемоційного стану населення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Beyond Compliance Symposium: War is not skin deep – International Humanitarian Law and mental health. URL: <https://www.armedgroups-international-law.org/2024/10/15/beyond-compliance-symposium-war-is-not-skin-deep-international-humanitarian-law-and-mental-health/>
2. The Hidden Costs of War in Syria: Assessing the Impact on. URL: <https://www.wfpusa.org/articles/ukraine-after-2-years-war-how-conflict-has-affected-civilians/>
3. Ukraine After 2 Years of War: How the Conflict Has Affected Civilians. URL: <https://www.wfpusa.org/articles/ukraine-after-2-years-war-how-conflict-has-affected-civilians/>
4. Treating the psychological wounds of war in Ukraine | Doctors Without Borders – USA. URL: <https://www.doctorswithoutborders.org/latest/treating-psychological-wounds-war-ukraine>
5. The Impact of War in Ukraine on the Environment and Health. URL: <https://ihpl.illu.edu/blog/impact-war-ukraine-environment-and-health>
6. Ukraine: Mental Health Crisis Intensifies for Children as War Enters Fourth Year, доступ. URL: <https://www.projecthope.org/news-stories/press-release/ukraine-mental-health-crisis-intensifies-for-children-as-war-enters-fourth-year/>
7. Safeguarding the mind: protecting mental well-being amidst the war in Ukraine. URL: <https://msfsouthasia.org/safeguarding-the-mind-protecting-mental-well-being-amidst-the-war-in-ukraine/>
8. Ukraine: Safeguarding mental well-being amidst war – MSF Australia. URL: <https://msf.org.au/article/project-news/ukraine-safeguarding-mental-well-being-amidst-war>
9. Mental health of the civilians in war conditions: indicators, measurement, prospects for further research (based on the example of the Kharkiv region population during the Russia's full-Scale invasion into Ukraine) – Taylor, Francis Online. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13511610.2025.2464757?af=R>
10. Research examines the repercussions of war in Ukraine – News@TheU. URL: <https://news.miami.edu/stories/2022/03/research-examines-the-repercussions-of-war-in-ukraine.html>
11. The Mental Health Effects of War: Backed by Science | University of Utah Health. URL: <https://healthcare.utah.edu/hmhi/news/2022/03/mental-health-effects-of-war-backed-science>
12. Mental health of the civilians in war conditions: indicators, measurement, prospects for further research (based on the example of the Kharkiv region population during the Russia's full-Scale invasion into Ukraine). URL: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13511610.2025.2464757>
13. (PDF) The impact of the war in Ukraine on the psychological well-being of students. URL: https://www.researchgate.net/publication/376308307_The_impact_of_the_war_in_Ukraine_on_the_psychological_well-being_of_students
14. Three years of war: rising demand for mental health support, trauma care and rehabilitation. URL:

<https://www.who.int/europe/news/item/24-02-2025-three-years-of-war-rising-demand-for-mental-health-support-trauma-care-and-rehabilitation>

15. «We're merely surviving»: Ukrainian youth face significant decline to their quality of life – LSE. URL: <https://www.lse.ac.uk/News/Latest-news-from-LSE/2024/k-November-2024/Were-merely-surviving-Ukrainian-youth-face-significant-decline-to-their-quality-of-life>

16. Resilience, reliance, readjustment: How Ukrainians are coping with the war – World Bank. URL: <https://www.worldbank.org/en/news/opinion/2024/06/11/resilience-reliance-readjustment-how-ukrainians-are-coping-with-the-war>

17. Families mark three years of full-scale war in Ukraine | The IRC. URL: <https://www.rescue.org/article/ukraine-families-mark-three-years-full-scale-war>

18. Kurapov A., Pavlenko V., Drozdov A., Korchakova N., Pavlova I. Impact of War on Ukrainian University Students and Personnel: Repeated Cross-Sectional Study Journal of Loss and Trauma. DOI: 10.1080/15325024.2024.2433990

19. Mărcău, F.C., Peptan, C., Iliuta, F.P., Cojoaca, M.E., Musetescu, A.M., Holt, A.G., Tomescu, I.R., Cărunto, G.A., Gheorman, V. (2025). The Impact of the Ukraine Conflict on the Quality of Life of the Young Population in Romania from a Societal Security Perspective. Healthcare 13(2), 156. <https://doi.org/10.3390/healthcare13020156>

20. Addressing the Effects of Civilian Targeting: Lessons from Syria for Ukraine – Lawfare. URL: <https://www.lawfaremedia.org/article/addressing-the-effects-of-civilian-targeting-lessons-from-syria-for-ukraine>

21. Retraumatized – The Psychological Impact of the Earthquake on War-Torn Syria [EN/AR] – Syrian Arab Republic | ReliefWeb. URL: <https://reliefweb.int/report/syrian-arab-republic/retraumatized-psychological-impact-earthquake-war-torn-syria-enar>

22. Psychological health problems among Syrians during war and the COVID-19 pandemic: national survey BJPsych Int 2021 Aug;18(3):E8. doi: 10.1192/bji.2021.16

23. The Implications of War and Conflict on the Mental Health of Syrian and Iraqi Displaced People – ResearchGate. DOI: 10.4119/unibi/2968872

24. Mental health and psychosocial wellbeing of Syrians affected by. doi: 10.1017/S2045796016000044

25. Self-reported Trauma Experiences Among Syrian Civilians in an Active War Zone – Neuropsychiatric Investigation. URL: https://neuropsychiatricinvestigation.org/Content/files/sayilar/395/NI_June_2024-45-54.pdf

26. Trauma and the Syrian Civil War: the Implications for Security, доступ отримано травня 13, 2025. URL: <https://www.leidensecurityandglobalaffairs.nl/articles/trauma-and-the-syrian-civil-war-the-implications-for-security>

27. Impact of Afghanistan War on Mental Health. URL: <https://afgreview.com/en/social/afghanistan-war/>

28. The impact of the conflict in Afghanistan on civilian mental health. URL: <https://reliefweb.int/report/afghanistan/impact-conflict-afghanistan-civilian-mental-health>

29. Mental health consequences of war: a brief review of research. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC1472271/>

30. Afghanistan: Little Help for Conflict-Linked Trauma | Human Rights. URL: <https://www.hrw.org/>

[news/2019/10/07/afghanistan-little-help-conflict-linked-trauma](https://www.hrw.org/news/2019/10/07/afghanistan-little-help-conflict-linked-trauma)

31. The Impact of the Conflict in Afghanistan on Civilian Mental Health | ALNAP. URL: <https://alnnap.org/help-library/resources/the-impact-of-the-conflict-in-afghanistan-on-civilian-mental-health/>

32. (PDF) Psychiatric and Cognitive Effects of War in Former Yugoslavia. URL: https://www.researchgate.net/publication/7682718_Psychiatric_and_Cognitive_Effects_of_War_in_Former_Yugoslavia_Association_of_Lack_of_Redress_for_Trauma_and_Posttraumatic_Stress_Reactions

33. War-related psychological sequelae among emergency department. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC425605/>

34. War Stress – Effects of the War in the Area of Former Yugoslavia – NATO. URL: <https://www.nato.int/docu/docu/d010306c.pdf>

35. Mental health under war conditions during the 1991-1995 war in the former Yugoslavia. URL: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/54528/WHO_SQ_1996_49_3-4_p213-217_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y

36. Mechanisms of Psychological Distress following War in the Former Yugoslavia: The Role of Interpersonal Sensitivity – PMC. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3962331/>

37. Mechanisms of Psychological Distress following War in the Former Yugoslavia: The Role of Interpersonal Sensitivity. PLOS One. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0090503>

38. Impact of the war in Ukraine on resilience, protective, and vulnerability factors – PMC. doi: 10.3389/fpubh.2023.1053940

39. The mental health impact of the ongoing Russian-Ukrainian war 6 months after the Russian invasion of Ukraine – PMC, doi: 10.3389/fpsy.2023.1134780

40. Impact of the war in Ukraine on resilience, protective, and vulnerability factors – Frontiers. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1053940>

41. Social Support Increases Resilience and Affect in Non-Displaced Ukrainians and Refugees After a Year of War – Psicothema. URL: <https://www.psicothema.com/pdf/4869.pdf>

42. Beyond the battlefield: the unwavering resilience of Ukrainian society – Eurac Research. URL: <https://www.eurac.edu/en/blogs/connecting-the-dots/beyond-the-battlefield-the-unwavering-resilience-of-ukrainian-society>

43. Resilience of the Ukrainian society in wartime: components and influencing factors – Eastern Journal of European Studies, DOI: 10.47743/ejes-2024-0105

44. Mental health consequences of war: a brief review of research finding. URL: [https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC1472271/#:~:text=A%20recent%20study%20\(35\)%20found,loved%20ones%20and%20social%20support.](https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC1472271/#:~:text=A%20recent%20study%20(35)%20found,loved%20ones%20and%20social%20support.)

45. Three years of war: healing the mental health scars – The Salvation Army International. URL: <https://salvationarmy.org/ihq/ukraine-three-years-of-war>

46. Report on – 33rd IC Resolution 2: Addressing mental health and psychosocial needs of people affected by armed conflicts, natural disasters and other emergencies (33IC/19/R2) – Ukraine. URL: <https://rcrcconference.org/>

res-report-33rd/report-on-33rd-ic-resolution-2-addressing-mental-health-and-psychosocial-needs-of-people-affected-by-armed-conflicts-natural-disasters-and-other-emergencies-33ic-19-r2-ukraine/

47. As Ukrainians grapple with ongoing war, Pact focuses on accessible, effective mental health care. URL: <https://www.pactworld.org/blog/ukrainians-grapple-ongoing-war-pact-focuses-accessible-effective-mental-health-care>

48. Mental Health in Ukraine: How Community Mental Health Teams are providing care amidst the ongoing war – World Health Organization (WHO), URL: <https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/mental-health-in-ukraine--how-community-mental-health-teams-are-providing-care-amidst-the-ongoing-war>

49. Call for Papers: "Ukrainian Psychology Amidst Russia's War Against Ukraine: Updates, Developments, and Reflections": A Special Issue of European Psychologist – Hogrefe eContent. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000547>

50. Mental health in wartime: how UNDP-supported NGOs are providing psychological aid to Ukrainians. URL: <https://www.undp.org/ukraine/news/mental-health-wartime-how-undp-supported-ngos-are-providing-psychological-aid-ukrainians>

51. Mental health services during the war in Ukraine: 2-years follow up study – PMC, doi: 10.1186/s13033-025-00667-9

52. Delivering Psychological First Aid to Ukrainian civilians affected by the Russia-Ukraine War: A Protocol of a Volunteer-Based International Telephone-based

Program and a Reflective Implementation Report – Frontiers, <https://doi.org/10.3389/fdgth.2025.1539189>

53. (PDF) Psychological assistance to civilians in the context of the negative impact of war: The problem of improving legislation – ResearchGate, DOI: 10.32518/sals2.2024.242

54. Implementando intervenciones digitales y cara a cara escalables en personas forzosamente desplazadas de Ucrania en Europa: protocolo del Proyecto U-Ri. <https://doi.org/10.1080/20008066.2025.2468117>

55. Preventing common mental health problems in war-affected populations: the role of digital interventions – Frontiers, доступ отримано травня 13, 2025. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/digital-health/articles/10.3389/fdgth.2025.1586030/full>

56. Q&A: Assessing the Mental Health Toll of War in Ukraine – HIAS, URL: <https://hias.org/news/qa-assessing-mental-health-toll-war-ukraine/>

57. The Ukrainian Population's War Losses and Their Psychological and Physical Health | Request PDF – ResearchGate, DOI: 10.1080/15325024.2022.2136612

58. Liudmyla Kiro, Alina Urbanovych & Maksym Zak. Intervention impact on quality of life in Ukrainians with post-traumatic stress disorder. BMC Psychology 12, 601 (2024). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02109-6>

59. Ahsan Riaz Khan, Ali Altalbe. Potential impacts of Russo-Ukraine conflict and its psychological consequences among Ukrainian adults: the post-COVID-19 era. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1280423>