

СЕКЦІЯ 7
ОСОБИСТІСНІ І СИТУАТИВНІ ДЕТЕРМІНАНТИ
БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ У ВИМІРАХ ВІЙНИ І МИРУ

ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ
У КОНТЕКСТІ ПОВОЄННОГО ВІДНОВЛЕННЯ УКРАЇНИ

Луб'янський О.

Західноукраїнський національний університет, Тернопіль (Україна)

e-mail: sasha.24.lubianskyi@gmail.com

Через війну як фізичне, так і психічне здоров'я населення суттєво погіршується [1–3]. Постійна загроза життю, руйнування інфраструктури, вимушена міграція та нестабільність значно впливають на загальний стан здоров'я людей. Особливо треба підкреслити погіршення психічного здоров'я, яке є більш поширеним і часто має довготривалі наслідки. Стресові ситуації, постійне відчуття небезпеки, а також невизначеність майбутнього провокують розвиток депресій, тривожних розладів та посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у значної частини населення. Ці психічні проблеми охоплюють різні верстви суспільства, проте діти та підлітки є особливо вразливою групою [4]. Війна порушує їхній емоційний розвиток, формує відчуття тривоги та незахищеності, що може мати негативні наслідки для їхнього психічного здоров'я в довгостроковій перспективі.

Актуальність проблеми полягає в тому, що післявоєнне відновлення України неможливе без всебічної уваги до здоров'я підлітків, які є майбутніми носіями соціальних, економічних і культурних перетворень у країні. Підлітки – це не лише майбутні професіонали та лідери, але й найбільш вразлива група, що в умовах війни зазнала значних потрясінь. Війна призвела до погіршення умов життя, перерви в навчанні, втрати житла та близьких, що глибоко вплинуло на їх фізичний та психічний стан. Багато підлітків стали свідками насильства або були безпосередньо залучені до евакуації та життя в зонах бойових дій.

Проведене нами онлайн-опитування підлітків 17–18 років щодо оцінювання стану їхнього здоров'я та чинників, які його визначають (вибірка становила 600 осіб, репрезентативна за статтю, віком та типом поселення), виявило низку тривожних тенденцій. Найперше варто зазначити, що лише 6,5 % підлітків цієї вікової групи не відчували стрес або тривогу внаслідок війни. Натомість майже чверть респондентів (23,8 %) заявили, що постійно перебувають у стані стресу, а майже половина (49,8 %) відчуває його періодично. Ці показники свідчать про значний рівень психічного напруження серед молоді, що може мати довготривалі наслідки для їхнього здоров'я.

Особливо треба звернути увагу на гендерні відмінності у сприйнятті стресу. Серед дівчат рівень тривожності значно вищий. Зокрема, 29,2 % опитаних дівчат відчувають постійний стрес, тоді як ще 53,3 % відчувають його періодично. Ці

дані свідчать про особливу вразливість дівчат до психологічних наслідків війни, що потребує окремої уваги з боку фахівців у сфері охорони здоров'я та психологічної підтримки.

Водночас не можна ігнорувати фізичні та психічні наслідки війни, що торкаються молоді загалом. Фізичні травми, недоїдання, відсутність належної медичної допомоги і життєво важливих ресурсів значно погіршують фізичне здоров'я молоді. До того ж психічні наслідки війни, зокрема ПТСР, депресія та підвищена тривожність, становлять загрозу для їх емоційного розвитку. Ефективне відновлення держави вимагає створення системи комплексної підтримки, що включатиме медичні, психологічні і соціальні заходи, спрямовані на реабілітацію та збереження здоров'я підлітків. Тому питання збереження їх здоров'я є стратегічно важливим для довгострокової стабільності країни, а інвестиції в їхнє фізичне та психічне благополуччя сприятимуть побудові здорового та продуктивного суспільства в майбутньому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ПОСИЛАНЬ

1. War trauma and PTSD in Ukraine's civilian population: Comparing urban-dwelling to internally displaced persons / R. J. Johnson, O. Antonaccio, E. Botchkovar, S. E. Hobfoll. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. 2022. Vol. 57(9). P. 1807–1816. DOI: 10.1007/s00127-021-02176-9.

2. Kokun O. The Ukrainian population's war losses and their psychological and physical health. *Journal of Loss and Trauma*. Vol. 28.5(2023). P. 434–447. DOI: 10.1080/15325024.2022.2136612.

3. Opaas M., Wentzel-Larsen T., Varvin S. Predictors of the 10 year course of mental health and quality of life for trauma-affected refugees after psychological treatment. *European Journal of Psychotraumatology*. 2022. Vol. 13(1). P. 2068910. DOI: 10.1080/20008198.2022.2068910.

4. Impact of war and forced displacement on children's mental health—multilevel, needs-oriented, and trauma-informed approaches / D. Bürgin et al. *European child & adolescent psychiatry*. 2022. Vol. 31.6. P. 845–853. DOI: 10.1007/s00787-022-01974-z.

ЗДАТНІСТЬ ДО ПОВНОГО УСВІДОМЛЕННЯ ЯК ЕЛЕМЕНТ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ У ПЕРІОД ВІЙНИ

Мазай Л. Ю.

Донецький національний університет імені Василя Стуса, Вінниця (Україна)
e-mail: l.mazay@donnu.edu.ua

Збройна агресія РФ проти України у 2014 році та повномасштабне воєнне вторгнення у 2022 році загострило питання руйнівного впливу війни на психоемоційне благополуччя соціуму, нації. Сьогодні у межах збереження психічного здоров'я суспільства стало нагальним вирішення проблем протидії хронічному кумулятивному стресу, психологічної допомоги під час гострого стресового розладу та бойового стресу, психологічної реабілітації та психотерапії посттравматичного стресового розладу (ПТСР), психотравми тощо. Усе це робить актуальним визначення стресостійкості та основних елементів і ресурсів її забезпечення.