

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗІНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ  
КАФЕДРА Прикладної психології

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

на тему: «Особливості психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб в залежності від місця проживання»

Студента (ки) 2 курсу групи ЗПС-61 другого  
(магістерського) рівня вищої освіти освітньо-  
професійної програми «Психологія» за  
спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ  
Руїної О.Г.

Керівник: кандидат психологічних наук, доцент  
Скворчевська Є. Л.,

Чотирьохрівнева шкала оцінювання \_\_\_\_\_

Кількість балів: \_\_\_\_\_

Члени комісії

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

м. Харків – 2024 рік

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ МІСЦЯ ПРОЖИВАННЯ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ВПО.....	7
1.1. Сутність психоемоційного стану та його дослідження у внутрішньо переміщених осіб в науковій літературі.....	7
1.2. Особливості агресивності, тривожності та стресостійкості у внутрішньо переміщених осіб .....	13
1.3. Процес адаптації ВПО в нових умовах проживання як чинник впливу на їх психоемоційний стан.....	20
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1.....	25
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МІСЦЯ ПРОЖИВАННЯ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ВПО.....	27
2.1. Визначення вибірки: характеристика груп дослідження.....	27
2.2. Характеристика методів дослідження.....	30
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2.....	33
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МІСЦЯ ПРОЖИВАННЯ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ВПО.....	34
3.1. Вплив місця проживання на рівень агресивності у ВПО.....	34
3.2. Вплив місця проживання на рівень тривожності ВПО.....	40
3.3. Вплив місця проживання на рівень стресостійкості ВПО.....	45
3.4. Рекомендації щодо поліпшення психоемоційного стану ВПО, які проживають у місцях тимчасового проживання.....	53
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 3.....	56
ВИСНОВКИ.....	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	61
АНОТАЦІЇ.....	68
ДОДАТКИ.....	70

## ВСТУП

### **Актуальність дослідження.**

Військова агресія та повномасштабне вторгнення в Україну спричинило ряд демографічних, екологічних, соціальних катастроф. Почалась руйнація інфраструктури та житлового фонду країни, масова загибель населення, а також евакуація і міграція.

За даними Міністерства з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій, на початок травня 2022 року, кількість внутрішньо та зовнішньо переміщених українців перевищила 8 мільйонів осіб. А вже станом на сьогодні, за оцінками Міжнародної Організації Міграції (звіт опублікований на початку грудня 2023 року) фактична чисельність внутрішньо переміщених осіб в Україні складає 3 689 000 осіб. Тож ми можемо порівняти ці цифри і побачити, що люди продовжують переміщуватися в надії знайти безпечне місце. При цьому повернулися до свого звичного місця проживання 4 455 000 осіб.

По даним тієї ж МОМ в Україні зареєстровано трохи більше ніж 1000 місць тимчасового проживання. Статистичні дані свідчать про те, що більшість внутрішньо переміщених осіб мають намір залишитися в поточному місці перебування (60%). Звісно, що якась частина з цих 60% проживає в окремому житлі, але багато хто перебуває саме в місцях тимчасового проживання, не маючи змоги винайняти, придбати житло або повернутись до свого.

Місця тимчасового проживання це притулки для внутрішньо переміщених осіб, які облаштували приймаючи громади. Більшість з цих притулків стихійно виникла на початку 2022 року, в переобладнаних закладах освіти, медичних закладах тощо. Через півтора роки існування таких притулків, Кабінет міністрів України видав постанову про Порядок функціонування місць тимчасового

проживання внутрішньо переміщених осіб. Це було викликано необхідністю впорядкувати життя в притулках та запровадити певні правила проживання.

Отже, враховуючи те, що велика кількість внутрішньо переміщених осіб продовжуватиме жити у притулках, логічним є той факт, що якість життя внутрішньо переміщених осіб в Україні розглядається на законодавчому рівні.

Необхідність проведення нашого дослідження також було обумовлено зверненням від громадської організації «Неємія», яка реалізує в Закарпатті, в партнерстві з УВКБ ООН проект допомоги внутрішньо переміщеним особам.

Спостерігаючи постійне зростання психологічної напруги в місцях тимчасового проживання, а також збільшення кількості випадків психічного та фізичного насильства серед мешканців, представники організації потребують достовірних даних про психоемоційний стан внутрішньо переміщених осіб та способи його покращення.

Дане дослідження, є відповіддю на безпосередній запит громадської організації. Це і обумовило вибір теми кваліфікаційної роботи.

**Об'єкт дослідження:** психоемоційний стан внутрішньо переміщених осіб.

**Предмет дослідження:** зв'язок між психоемоційним станом та рівнем стресостійкості у внутрішньо переміщених осіб.

**Мета дослідження:** виявити зв'язок психоемоційного стану та стресостійкості у внутрішньо переміщених осіб.

**Гіпотеза дослідження:**

Емоційний стан людини пов'язаний з місцем її проживання, а саме:

- якщо внутрішньо переміщені особи живуть у місцях тимчасового проживання, то вони матимуть більше проявів агресивності в поведінці, високий рівень тривоги, низьку або порогову опірність стресу;
- разом з тим, якщо внутрішньо переміщені особи живуть у окремому житлі, їх емоційний стан буде інакший, а саме: вони матимуть низький рівень проявів агресивної поведінки, низький або помірний рівень тривоги, матимуть високу або порогову опірність стресу.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати та узагальнити теоретичні джерела щодо психологічних особливостей внутрішньо переміщених осіб;
2. Вивчити рівень агресивності внутрішньо переміщених осіб;
3. Дослідити рівень тривожності внутрішньо переміщених осіб;
4. Виявити рівень стресостійкості внутрішньо переміщених осіб;
5. Розробити рекомендації щодо поліпшення психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, відповідно до виявлених потреб.

**Методи дослідження:**

- теоретичні: аналіз, систематизація, узагальнення наукових джерел з проблеми зв'язку між місцем проживання та емоційним станом внутрішньо переміщених осіб;
- емпіричні: методика «Методика діагностики показників та форм агресії» (Басс А., Дарки А.); методика «Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності» (Спілбергер Ч.Д., Ханін Ю.Л.); методика «Визначення стресостійкості та соціальної адаптації» (Холмс Т., Раге Р.);
- статистичні: критерій Колмогорова-Смірнова, кореляційний аналіз Спірмена, метод Манна-Уїтні, критерій Краскелла-Уолліса.

**Характеристика вибірки:**

Для здійснення дослідження будуть опитані дві групи внутрішньо переміщених осіб. Загальна кількість вибірки – 60 осіб. Перша група – це 30 осіб, які проживають у місцях тимчасово проживання, друга група – це 30 внутрішньо переміщених осіб, які проживають у окремому житлі (орендоване або власне). Територіальне розташування досліджуваних – Закарпатська область, а саме: м. Ужгород, та населені пункти деяких територіальних громад.

**Практична значущість:**

Отримані результати можуть бути використані для:

- розуміння впливу організації життєвого простору навколо людини на її емоційний стан;

- визначення особливостей психологічних та емоційних потреб внутрішньо переміщених осіб;
- розробки заходів для стабілізації емоційного стану внутрішньо переміщених осіб в місцях тимчасового проживання;
- зменшення кількості конфліктних ситуацій в місцях тимчасового проживання;
- розробки адаптаційних програм для внутрішньо переміщених осіб та покращення якості їх життя.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ МІСЦЯ ПРОЖИВАННЯ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ВПО

### 1.1. Сутність психоемоційного стану та його дослідження у внутрішньо переміщених осіб в науковій літературі

Серед науковців вивчення психоемоційного стану різних категорій населення є досить популярною темою – дослідники вивчають психоемоційний стан студентської молоді (Журавська С., Слободян В., Голубєва Л. та ін.), ветеранів (Терещук А., Журавльова Н. та ін.), вагітних жінок (Божук О., Гінзбург В. та ін.), внутрішньо переміщених осіб тощо (Педоренко В., Кердивар В., Трубавіна І. та ін.); досліджують вплив психоемоційного стану на різні сфери життя особистості, на загальне функціонування людини.

Однак, при цьому, в науковій літературі немає однозначного визначення такого поняття як «психоемоційний стан».

Натомість, є чітке визначення та розуміння поняття «психічний стан». Психічний стан особистості розглядається як рівень цілісного функціонування психіки, що безпосередньо впливає на характер і ефективність діяльності особистості, є стійким проявом психіки особистості, він закріплюється і повторюється в її структурі.

Тобто психічний стан є сукупністю усіх психічних проявів людини при певній її взаємодії з оточуючим середовищем, він відображає загальний функціональний рівень психічної активності в залежності від спрямованості діяльності людини в даний момент.

Якщо торкнутись питання класифікації психічних станів, то в науковій літературі є багато досліджень та робіт присвячених вивченню цього питання.

Науменко Н. у своїй статті робить узагальнення щодо існуючих у науковій літературі класифікацій психічних станів, роблячи висновок, що різні автори досліджуючи питання психічних станів, часто роблять власні, авторські класифікації, беручі за основу різні критерії. Так, існують класифікації психічних станів відповідно до глибини дії, тривалості, регулярності, інтенсивності, модальності, суб'єктивної значущості, усвідомленості і можливості регуляції, зовнішньої та внутрішньої причинності [22].

Відповідно до однієї з найпоширеніших класифікацій психічних станів, їх можна поділити на: емоційні – ті, які засновані на певних потребах, установках, інтересах, прагненнях особистості; стани організації свідомості – ті, які проявляються в різних рівнях уважності, працездатності; вольові – ті, які пов'язані з рішучістю, ініціативністю, наполегливістю, цілеспрямованістю.

При цьому, емоції і є певними психічними станами людини, в яких реалізується безпосереднє ситуативне переживання особистістю значущості діючих на неї явищ та ситуацій.

Отже, якщо узагальнити вище викладене, можна зробити висновок, що оскільки психічні стани є емоційними, а самі емоційні стани по своїй суті є психічними, то під психоемоційним станом особистості будемо розуміти певну сукупність психічних та емоційних характеристик особистості, які є визначальним для суб'єктивного стану людини в певний період існування.

Щодо психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, то закономірно, що за останнє десятиліття питання існування та добробуту внутрішньо переміщених осіб, питання їх психологічного благополуччя, гостро постало перед українським суспільством. Військова агресія спричинила появу статусу «внутрішньо переміщена особа» або «переселенець» і це стало невід'ємною частиною життя мільйонів українців.

Згідно закону України про «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб», від 2014 р. внутрішньо переміщеною особою є «громадянин України, іноземець або особа без громадянства, яка перебуває на території України на законних підставах та має право на постійне проживання в Україні, яку змусили

залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру» [7].

Закономірно, що як тільки питання існування та добробуту внутрішньо переміщених осіб постало перед нашої державою, то наукова спільнота відреагувала дослідженнями різних аспектів цього питання. Так, на сьогоднішній час існує певна кількість наукових психологічних робіт, переважна більшість яких з'явилась після 2014 року, в яких в якості об'єкту психологічного дослідження виступають внутрішньо переміщені особи.

Серед найпоширеніших напрямків дослідження, психологічна наукова спільнота обирає вивчення різних аспектів психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, таких як агресивність, тривожність, життестійкість, ідентичність, самовизначеність тощо.

Також проведено ряд досліджень особливостей процесів адаптації внутрішньо переміщених осіб до нових умов існування, проводиться робота у напрямку встановлення зв'язку між переміщенням та психічним здоров'ям особистості, досліджується вплив вимушеного переміщення на подальшу соціальну та психологічну реінтеграцію в суспільство.

На даному етапі нашого дослідження нас цікавить, як факт вимушеного переміщення та набуття статусу «внутрішньо переміщення особа» впливають на психоемоційний стан людей. Само переселення є тільки відправною точкою з якої починаються зміни у психоемоційному стані і ці зміни стосуються всіх сфер людської психіки.

В останні роки з'явилися наукові напрацювання в цьому напрямку, так Трубавіна І. в своїй статі зазначає ряд типових проблем які зустрічаються у більшості внутрішньо переміщених осіб, серед яких відповідне місце посідають і психологічні проблеми переселенців. Автор виділяє серед психологічних проблем загальні проблеми – це такі, які стосуються всієї сім'ї [36].

Серед загальних проблем з психоемоційним станом переселенців визначають відчуття невизначеності, травматизація в наслідок руйнувань та насильства, почуття провини, в тому числі і провини вцілілого, почуття страху, втрати своєї ідентичності, безпорадність, незахищеність, гнів, низька самооцінка, агресія, тривога за майбутнє. Для тих переселенців, які змушені проживати у місцях тимчасового проживання характерні психологічні труднощі, пов'язані з порушенням фізичних та психологічних кордонів.

Також у більшості внутрішньо переміщених осіб спостерігається зміна життєвих цінностей, відсутність критичного мислення, проблеми з керуванням своїм психологічним станом, труднощі з виявом емоцій. Автор також виділяє психологічні проблеми, які часто зустрічаються у чоловіків переселенців, а саме: почуття провини за нездатність захистити та забезпечити свою родину, свою батьківщину. Чоловіки частіше за жінок виявляють труднощі з виявленням та усвідомленням власного емоційного стану.

Також, Трубавіна І. підкреслює психологічні проблеми, які часто спостерігаються у внутрішньо переміщених жінок. Серед них страхи, переживання за майбутнє, надмірна турбота про дітей, відчуття тривожності і підвищеної відповідальності за родину, почуття самотності. Серед психологічних проблем, з якими зіштовхуються діти, автор виділяє порушення емоційного розвитку, підвищений рівень стресу, злість, агресія, сум. Дітям стає важко висловити власну думку, спостерігається підвищена конфліктність, труднощі з навчанням, деформація картини світу, проблеми з увагою, розлади сну тощо [36].

Особливості емоційного стану у внутрішньо переміщених осіб у своїй статі також розглядає Семікіна О. разом з іншими авторами. Для детального вивчення емоційного стану внутрішньо переміщених осіб автори використовували методику PANAS – це опитувальник спрямований на діагностику широкого спектру позитивних та негативних емоційних станів.

З точки зору Семікіної О. високий рівень позитивного афекту є станом приємної залученості, високої енергійності і повної концентрації на протипагу зневірі і млявості. А високий рівень негативного афекту визначається як стан

суб'єктивно пережитого страждання, неприємної залученості на протигагу спокою та безтурботності. При цьому вимірювання позитивного та негативного афекту мають відображати емоційні стани. Отримані результати свідчать про нестабільний емоційний стан переселенців, і при цьому наявною є схильність респондентів заперечувати факт власного негативного емоційного стану.

Також, незважаючи на переважання серед респондентів осіб молодого та середнього віку, у них відзначалась висока супутня сомато-неврологічна та інші патології, що у комплексі з емоційної нестабільністю та багаторічними стресовими обставинами є суттєвими чинниками розвитку психічних розладів, а також важкої соматичної патології [31].

Бандурко В. та Кришталь М. зазначають що зміни, які спричиняє травматична подія, а згодом і вимушене переміщення торкаються всіх сфер психоемоційного стану людини [1]. Так автори підкреслюють зміни, які відбуваються в афективній, поведінковій та когнітивній сферах, а саме: характерними є стан пригніченості, роздратованості, похмурості, нездатності відчувати радість, любов, творчий підйом, відчуття меншовартості.

Для внутрішньо переміщених осіб характерним є почуття недостатньої гідності, що може бути пов'язано з певним пережитим травматичним досвідом. Переміщення в незнайоме місце де немає близького соціального оточення може викликати почуття непотрібності, недоречності, а це в свою чергу, і призводить до знецінення себе як особистості.

Для внутрішньо переміщених осіб є притаманним почуття провини та сорому, безпорадності, тривожності. Ці стани в свою чергу здатні провокувати соматичні розлади. Поряд з цим, поширеними станами є порушення пам'яті, здатності вчитись, концентрувати увагу, проблеми з режимом, сном. Бандурко та автори також відмічають що поведінкові зміни, після вимушеного переміщення, частіше проявляються агресивною, непередбачуваною поведінкою [1].

Топоренко Г. розглядає такі аспекти психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб як відчуття реальності, рівень тривожності, рівень соціальної відчуженості та відчуття ізольованості. Автор зазначає високий рівень

розповсюдженості серед внутрішньо переміщених осіб таких психічних проблем як гострий стресовий розлад, посттравматичний стресовий розлад, депресія. Поряд цим також розглядають найбільш ефективні стратегії подолання цих психічних станів та шляхи покращення психосоціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб [34].

Дослідження психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб узагальнюють у своєму дослідженні і Кудінова М та Кожанова Д. В своїй статті присвяченій теоретичному аналізу психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, автори роблять наступні висновки.

У мотиваційній сфері спостерігаються наступні особливості: зниження рівня домагань особистості; нестабільна самооцінка; виникнення проблем екзистенційного рівня; можлива втрата цікавості до життя.

Щодо когнітивної сфери, то у внутрішньо переміщених осіб спостерігаються погіршення пізнавальних процесів – пам'яті, уваги, мислення; можуть з'являтися когнітивні викривлення, наприклад песимістична оцінка перспективи та життя взагалі; відмічається загострення почуття власної неповноцінності, очікування негативної оцінки з боку оточення.

В сфері емоційного стану, автори спостерігають у внутрішньо переміщених осіб емоційну байдужість; апатичні стани; стреси та стресові розлади; фрустрацію, невпевненість, почуття сорому та провини, депресивні стани, тривожність, страх, відчуття безвиході.

Зміни, які відбуваються у поведінковій сфері, наступні: ускладнення у встановленні позитивних соціальних взаємодій, уникаюча поведінка, швидка втомлюваність, схильність до імпульсивної поведінки, ігнорування соціальних норм, егоцентричність, труднощі в адаптації, пасивність, перекладання відповідальності, уникнення реальних проблем [15].

Отже, безсумнівним є той факт, що вимушене переселення є додатковим травматичним фактором, який впливає на психоемоційний стан переселенців, на додаток до безпосередньо пережитих травматичних подій, таких як військова агресія, збройна атака, насильство тощо.

При цьому, самі внутрішньо переміщені особи можуть не завжди усвідомлювати власний травматичний досвід та його вплив на їх психоемоційний стан. Причиною цього може бути глибока індивідуальність у сприйнятті власного психотравматичного досвіду. Кожна людина своїм власним чином переживає травматичні події і своїм власним чином усвідомлює їх вплив на своє життя.

Отже, психоемоційний стан внутрішньо переміщених осіб включає в себе великий спектр психічних та емоційних станів. При цьому агресивність та тривожність є одними з найхарактерніших проявів у внутрішньо переміщених осіб, який безпосередньо впливає на благополуччя особистості.

Грунтуючись на вищевикладеному, в нашій роботі, розглядаючи психоемоційний портрет внутрішньо переміщених осіб, ми зосередимось на вивченні таких компонентів психоемоційного стану переселенців, як тривожність та агресивність, а також дослідимо стресостійкість, як важливий та необхідний компонент психічного здоров'я особистості.

## **1.2. Особливості агресивності, тривожності та стресостійкості у внутрішньо переміщених осіб**

В психологічній науковій літературі багато досліджень присвячено вивченню агресивності. Так, Трофімчук В. в своїй роботі зазначає, що феномен агресивності різними дослідниками розглядається з різних позицій. Агресивність може бути рисою, властивістю особистості, і ситуативним психологічним станом, у відповідь на агресивні дії, і поведінковим алгоритмом який особистість застосовує в певних ситуаціях [35].

Трофімчук В. також виділяє різні підходи, які існують у вивченні феномену агресивності. Це етологічний, соціологічний, діяльнісний, мотиваційний, поведінковий, аксіологічний та особистісний підходи до розуміння сутності

агресивності. У кожного з цих підходів є свої прихильники серед науковців, і саме сукупність їх праць дає нам розуміння складності та багатокомпонентності феномену агресивності [35].

Отже, агресивність є такою властивістю особистості, для якої характерна наявність деструктивних тенденцій. Агресивність має різний ступінь вираженості, який у кожної особистості буде свій власний.

У своїй статті Кердивар В. зазначає результати вивчення агресивності у достатньо великій кількості досліджуваних (близька 1000 осіб), якими є переселенці з 2014 року, з Луганських та Донецьких областей. Для дослідження були взяті опитувальник Басса-Дарки та проєктивний тест руки Вагнера. Отримані результати показали високий рівень агресивності у внутрішньо переселених осіб, яку переселенці в більшості випадків проявляють вербально по відношенню до представників влади [9].

Вивчення агресивності у внутрішньо переміщених осіб торкається в своєму дослідженні і Педоренко В.М. Досліджуючи психоемоційний стан внутрішньо переміщених осіб, які знаходяться у Німеччині, автор підкреслює високий рівень агресивності, який вдалось встановити в ході емпіричного дослідження.

Дослідженням пройшли більше 100 респондентів, віком від 28 до 63 років. Результати отримані на основі тесту Айзенка Г. «Самооцінка психічних станів особистості» показали поряд з іншими показниками високий рівень агресивності у внутрішньо переміщених осіб – як зазначає автор, вони відчувають високу емоційну напругу, роздратованість, передчуття поганого, нестриманість, мають значні труднощі у взаємодії з оточуючими людьми, демонструють негнучкість у поведінці [24].

Висновок про те, що переселенці мають більш високий рівень агресії, також роблять Домненко А. та Сергієнко Н. у своєму дослідженні особливостей емоційного стану вимушених переселенців. Автори проводили дослідження на базі НУЦЗУ і м. Харкові з двома вибірками респондентів. Перша група – це студенти, які були внутрішньо переміщеними особами з Донецької та Луганської областей, друга група – це студенти, які не мали вимушеного переміщення.

Для вивчення емоційних станів досліджуваних були використані методика Айзенка Г. «Самооцінка психічних станів особистості», а також «Шкала диференціальних емоцій» Ізарда К. За отриманими результатами, автори роблять висновок що існують статистично значущі відмінності в рівнях агресивності, фрустрації, тривожності між двома вибірками. А це означає, що вимушені переселенці мають вищий рівень агресивності та тривожності, вони частіше проявляють відповідну поведінку та мають емоційні проблеми [6].

Таким чином, агресивність, як деструктивна риса, у внутрішньо переміщених осіб набуває вираженого стану, проявляючись у певних емоційних та поведінкових станах.

Продовжуючи опис психоемоційних станів внутрішньо переміщених осіб, розглянемо тривожність, як той емоційний стан людини, який вивчається багатьма дослідниками. Тривога викликається почуттям неспокою, збентеження, побоювання, передчуттям чогось несподіваного як при відстрочені, затримці неприємних ситуацій, так і при очікуванні неприємностей. При цьому під «тривожністю» ми розуміємо емоційний стан, стійку властивість або рису характеру особистості [4].

В контексті сьогодення, вивчення тривожності саме у внутрішньо переміщених осіб є актуальним напрямком, який потребує детального вивчення.

Так, Спринська З., в своїй роботі, звернулася до емпіричного вивчення психологічних властивостей внутрішньо переміщених осіб, а саме: були проаналізовані показники тривожності, міри задоволеності основних потреб та інші показники психічного здоров'я. Відповідно до цього, дослідження торкнулось визначення ситуативної або реактивної тривожності та особистісної тривожності. Результати цього дослідження показують, що у досліджуваних, а це внутрішньо переміщені особи з Луганської та Донецької областей, присутній високий рівень реактивної тривожності. Автор робить висновок що високий рівень ситуативної тривожності є наслідком вимушеного переміщення, проявами тривожності є страх, неспокій, чутливість до невдач, невротичні звички [33].

Як зазначає Галієва О. під ситуативною тривожністю ми розуміємо поточний стан тривоги людини, який пов'язаний з відчуттям нервового напруження, страху, а

особистісна тривожність – це стійка індивідуальна характеристика, яка характеризується схильністю суб'єкта до тривоги і передбачає наявність у нього тенденції сприймати більшість життєвих ситуацій як загрозові [3].

Дослідженню тривожності у внутрішньо переміщених осіб також присвячене дослідження Шиліної Н. В своєму вивченні проблеми емоційного стану біженців та переселенців, автор досліджує тривожність на прикладі студентів п'ятого курсу. Емпіричне дослідження, яке охопило 120 респондентів та проводилось за допомогою шкали особистісної та реактивної (ситуативної) тривожності Спілбергера Ч. Д. – Ханіна Ю. Л., показало наявний високий рівень ситуативної тривожності у внутрішньо переміщених осіб. При цьому, рівень ситуативної тривожності у біженців, тих, хто виїхав за межі країни, виявився нижчим, що автор пов'язує з відносно безпечним перебуванням поза зоною військових дій [37].

Коваль Г. досліджуючи особливості впливу тривожності на поведінку у вимушених переселенців зазначає, що зростання тривожності є закономірним явищем, яке супроводжує процес вимушеного переміщення. Особливу небезпеку цієї тенденції автор вбачає в тому, що висока тривожність може призвести до вибору певних неконструктивних стратегій поведінки. Аналіз отриманих даних показує переважання реактивної (ситуативної) тривожності у вимушених переселенців в процесі вибору ними стратегій поведінки [12].

Таким чином, можемо зробити висновок, що підвищений рівень тривожності є одним з найхарактернішим станом, які притаманні внутрішньо переміщеним особам. При цьому підвищена тривожність має значущий вплив на загальний емоційний стан внутрішньо переміщених осіб, а також на їх поведінкові стратегії.

Ще одним психоемоційним станом, який досліджується в межах даної роботи, є стресостійкість.

Щодо розуміння стресостійкості, то науковою спільною впроваджується велика кількість досліджень. Так, Шпак М.М. в своїй статі щодо вивчення цього питання, підкреслює, що стресостійкість вивчається з різних аспектів, таких як: емоційна стійкість, психологія стресу, толерантність до стресу, вивчається сутність

стресостійкості, її механізми, структурні компоненти, соціально-психологічні чинники [38].

Стресостійкість розглядається як здатність людини протистояти стресу протягом певного періоду часу. Загалом стресостійкість можна розглядати як захисну функцію організму, яка лежить в основі успішної адаптації до умов навколишнього середовища, протидіяти негативному впливу зовнішніх та внутрішніх стресових факторів.

Шпак М. підкреслює, що в науковій літературі немає однозначного розуміння поняття стресостійкість. Різні автори вкладають в це поняття різний зміст: стресостійкість визнається як інтегральна властивість особистості, яка має певний рівень адаптації до дій в екстремальних умовах, сприяє перенесенню інтелектуальних, вольових та емоційних навантажень, при цьому важливою складовою стресостійкості є відчутність несприятливих наслідків для людини. Також стресостійкість розглядається як здатність людини протистояти негативному впливу стресових факторів, при цьому ця здатність обумовлюється комплексом вроджених та набутих психологічних і фізіологічних властивостей та особливостей людини [38].

Кравцов Д. дає узагальнене визначення «стресостійкості», розглядаючи її як емоційну стійкість та здатність контролювати власні емоції, як здатність переносити психологічні навантаження та успішно долати труднощі в екстремальних умовах, як здатність долати стани емоційного збудження при роботі зі складними завданнями, як стійке переважання позитивних емоцій тощо [13].

Підсумовуючи вищевикладене, можемо зробити висновок, що стресостійка особистість - це врівноважена особа, з високим рівнем впевненості у собі, з низьким рівнем тривожності, з високою здатністю контролювати свої агресивні прояви.

Різні погляди на вивчення стресостійкості у науковій спільноті досліджує і Ришко Г. Автор зазначає, що існує кілька основних підходів до розуміння поняття «стресостійкість». Це вивчення процесів проявів та накопичення реакцій на стрес, дослідження нейрофізіологічних основ стресостійкості, дослідження взаємозв'язку

стресостійкості з адаптивністю, дослідження психологічних наслідків стресу тощо [29].

Стресостійкість безпосередньо впливає на збереження психічного здоров'я особистості, забезпечує її психологічне благополуччя і працездатність, а також соціальну адаптацію та самореалізацію. При цьому наслідки стресу на організм та продуктивність людини є значними. Це емоційні труднощі, такі як: страх, тривожність, депресія; поведінкові складнощі, такі як агресивна поведінка, втрата мотивації, апатичні стани; фізичні проблеми, такі як: біль у спині, животі, головний біль, безсоння, втрата апетиту та інші прояви [29].

Враховуючи вище викладене, а також той факт, що переміщення та проживання в місцях тимчасового проживання, безсумнівно є тим соціально-психологічним чинником, який має значний вплив на рівень стресостійкості, можна зазначити актуальність вивчення стресостійкості у внутрішньо переміщених осіб.

Не дивлячись на важливість вивчення стресостійкості, а також ключову роль стресостійкості в адаптації внутрішньо переміщених осіб до нових умов існування, на сьогодні кількість досліджень рівня стресостійкості у переселенців є досить невеликою.

Крючкова Ю. у своєму дослідженні стресостійкості у студентів переселенців, зазначає що студенти, які є внутрішньо переміщеними особами мають недостатньо високі показники стресостійкості, часто обирають стратегію «уникання» та відрізняються виразними проявами емоційної не стійкості [14].

Закордонні дослідники Сірівардхана Ч., Шейх Алі Ш., Робертс Б. та Стюарт Р. досліджуючи стресостійкість вимушених переселенців, приходять до висновку, що факторами підвищення стресостійкості у переселенців є соціальна підтримка, сімейна підтримка, колективна ідентичність та релігійні вірування.

При цьому автори зауважують, що низький рівень життєстійкості та опірності стресу пов'язаний з ризиком появи таких психічних розладів, як посттравматичний стресовий розлад, депресія, тривожні розлади. Саме тому, дослідження стресостійкості у внутрішньо переміщених осіб є необхідним та нагальним напрямком наукових пошуків [40].

Прохоренко О. та Коняєва Л. досліджуючи стресостійкість українських переселенців до стресових ситуації роблять наступні висновки: у цієї категорії населення стресостійкість та нервово-психічна стійкість розвинені недостатньо, у них проявляється слабка здатність переносити несприятливі умови існування, важкі стресові обставини, у них низька здатність до соціально-психологічної адаптації [27].

Даміано Р., Чуффо Дж., Ландоні М., Мангягаллі М. та Йоніо К. вивчаючи досвід українських внутрішньо переміщених осіб, у своїй статі, присвяченій факторам, що впливають на стійкість, роблять огляд стратегій подолання труднощій. Проведене ними дослідження показало, що успішними стратегіями підвищення рівня стресостійкості серед українських внутрішньо переміщених осіб, є стратегії ґруновані на культурних особливостях. Звернення до сильних сторін притаманних українцям формує ефективні шляхи подолання стресу. Автори підкреслюють, що високий рівень стресостійкості є одним з головних компонентів успішної адаптації внутрішньо переміщених осіб у нове середовище. При цьому пріоритетними напрямками роботи у підвищенні стресостійкості мають бути інтервенції, які враховують і культурні особливості внутрішньо переміщених осіб, і спрямовані на побудову нових соціальних зв'язків [39].

Підсумовуючи теоретичний аналіз наявних досліджень особливостей психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, можемо зробити висновок, про наявність достатньо кількості досліджень в цій проблематиці.

При цьому вплив місця проживання на психоемоційний стан внутрішньо переміщених осіб лишається нерозкритою темою та потребує вивчення, що підкреслює актуальність даного дослідження.

Також, цілком очевидним є факт взаємопов'язаного впливу психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб та їх стресостійкості на успішність адаптаційного процесу переселенців і навпаки.

### **1.3. Процес адаптації ВПО в нових умовах проживання як чинник впливу на їх психоемоційний стан**

Адаптація до нового середовища є одним з найвагоміших чинників у формуванні психічного здоров'я внутрішньо переміщених осіб. Як зазначає Іщук О. та Лукасевич О. адаптація – це є складний, багатоаспектний і часто тривалий процес, пов'язаний з переживаннями змін, відмінностей, ізоляції тощо [8].

Музиченко І. підкреслює, що недостатня адаптованість внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя, праці, до нового колективу, поряд з переважанням сили стресу над адаптаційними можливостями призводить до зниження життєстійкості, до можливого виникнення різноманітних нервових та психічних захворювань. Також автор підкреслює, що адаптація у внутрішньо переміщених осіб є нестабільною та може привести до безлічі соціально-психологічних проблем [21].

Вивченням особливостей адаптації внутрішньо переміщених осіб в Україні присвячено багато ґрунтовних досліджень. Такі науковці, як Гуменюк Л., Бреус А., Тітар І., Блінова О., Спринська З., Зінченко О., Трубавіна І., Кердивар В. та ін. підходять до цього питання з різних напрямків, досліджуючи різні соціально-психологічні аспекти адаптації, в тому числі принципи соціально-педагогічних інтервенцій з внутрішньо переміщеними особами в Україні, загальні прояви синдрому жертви у внутрішньо переміщених осіб, прояви посттравматичних розладів у внутрішньо переміщених осіб тощо.

Блінова О. зазначає, що у ситуації вимушеного переселення дуже підвищується ризик виникнення психічно нестабільних станів, розладів. При цьому також спостерігається зниження самооцінки, рівня домагань, підвищення тривожності, агресивності, рівня фрустрації [2].

Особливістю адаптаційних процесів у внутрішньо переміщених осіб є високий рівень втечі від проблем, небажання вирішувати складні життєві ситуації.

Гуменюк Л. зазначає, що процес термінової, непередбаченої міграції супроводжується втратою часу, соціального статусу, майна, руйнуванням емоційних зв'язків. Всі ці втрати провокують виникнення негативних змін у психоемоційному та фізичному стані внутрішньо переміщених осіб, що в значній мірі ускладнює процес переходу та адаптації до нового життя [4].

Могильова Н. розглядає та узагальнює чинники, які впливають на успішність або неуспішність процесу адаптації внутрішньо переміщених осіб. Так автор зазначає, що на процес адаптації впливають наступні чинники:

- травматичний досвід – травматичні події, які переживає внутрішньо переміщена особа здатні впливати на її здатність успішно адаптуватись в новому соціальному середовищі;
- соціальна підтримка – наявність міцної соціальної підтримки від релевантної спільноти здатна надати відчуття прийняття та безпеки, які, в свою чергу, сприяють успішній адаптації;
- економічні умови – наявність гідних умов проживання, роботи та задовільнення інших матеріальних потреб сприяє швидкій адаптації;
- здатність культурної адаптації – культурні розбіжності можуть як стати перешкодою для успішної інтеграції в суспільство так я, навпаки, розшири світогляд внутрішньо переміщеної особи та сприяти її успішній адаптації;
- наявність власних психічних ресурсів особистості – такі ресурси особистості як життєстійкість та стресостійкість є невід'ємними складовими адаптаційного процесу та запорукою його успішності [20].

Поджинська О. та Ятищук А. пропонують деякі рекомендації для успішного адаптаційного процесу переміщених осіб. Так, вони пропонують наступні кроки: по-перше, треба прийняти факт переміщення, усвідомити нову реальність, не уникати важких міркувань на цю тему; по-друге, подбати про свій емоційний стан, визнаючи

всі свої емоції і вільно їх висловлюючи; по-третє, відновити свої рутинні та режимні моменти, зробити своє життя максимально передбачуваним [26].

Звісно, що ці рекомендації є необхідними – виконання цих рекомендацій підготовлює внутрішньо переміщених осіб психологічно та емоційно до викликів, які є невід’ємними при адаптації на новому місці проживання.

Поряд з цим, адаптація є соціально-психологічним процесом, і тому окрім психологічної стабілізації, варто враховувати соціальні фактори, які впливають на входження людиною в нове, соціокультурне середовище.

Так, Леонова І. зазначає, що серед найбільш розповсюджених проблем з якими стикаються вимушені переселенці і як мають безпосередній вплив на їх адаптацію, є: пошук місця проживання, отримання реєстрації, влаштування дітей у дошкільні та шкільні освітні заклади, працевлаштування [27].

Звісно, що вибір місця проживання є найбільш актуальним та життєво важливим фактором в адаптаційному процесі через який проходять внутрішньо переміщені особи. І частіше за все, внутрішньо переміщені особи позбавлені цього вибору – вони потрапляють у місця тимчасового проживання, якщо не має матеріальної можливості винайняти окреме житло.

Липецька А. зазначає, що довготривале проживання в місцях тимчасового проживання сприяє виникненню певної соціальної ізоляції навколо вимушених переселенців – цьому сприяє часто мовний бар’єр, культурні та ментальні відмінності, обмеження контактів з місцевим населенням, наявність негативних упереджень з боку місцевого населення і навпаки [28].

Як зазначає Логвінова М. перебування в місцях тимчасового проживання, створює для переселенців ряд проблем. По-перші, це побутові проблеми, такі як: особливості будівництва деяких місць тимчасового проживання провокують спеку, задуху або навпаки надмірну вологість та плісняву. В деяких прихистках може не бути опалення, так як вони не розраховані на експлуатацію в зимовий період, наприклад приміщення літніх таборів чи будинків відпочинку. Проблеми з каналізацією, водопостачанням, електропостачанням – все це створює безліч побутових проблем. Необхідність вирішувати ці проблеми поряд з відсутністю

ресурсів для цього, створюють для внутрішньо переміщених осіб додатковий психологічний тиск та значно ускладнюють процес адаптації [18].

Зазначені проблеми, продовжують бути актуальними, незважаючи на те, що необхідні дії для забезпечення задовільних умов проживання, а відповідно і для нормалізації психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання, зафіксовані як у державних документах, таких як постанова КМУ №930 від 01.09.2023 р.,[5] так і у міжнародних, таких як звіт UNHCR [41].

Блинова О. поряд з аналізом соціально-психологічних аспектів адаптації вимушених переселенців, зазначає, що створення сприятливого комфортного середовища, з урахуванням специфіки соціальних проблем та психологічних особливостей переселенців здатне пом'якшити процеси адаптації та інтеграції в нове суспільство [2].

Кердивар В. робить акцент, на тому, що процес адаптації складний по своїй суті, для переселенців з особливими потребами у здоров'ї, стає багатоступеневим та ускладнюється багатьма факторами. Такими факторами є: ускладнений доступ до місць отримання послуг, стигматизація суспільства щодо внутрішньо переміщених осіб взагалі і осіб з інвалідністю зокрема; складнощі з медичним забезпеченням та працевлаштуванням тощо [10].

Песоцька Ю., розглядає особливості соціальної адаптації внутрішньо переміщених осіб. Розглядаючи особливості адаптаційного процесу, автор наголошує, що процес інтеграції та входження в нове середовище має кілька етапів:

- перший етап – характеризується оптимістичними очікуваннями на майбутнє;
- другий етап – характеризується посиленням негативного впливу середовища на особистість, що погіршує психологічний стан переселенців;
- третій етап – характеризується появою нових симптомів безпорадності, з'являються психосоматичні розлади;

- четвертий етап - характеризується появою оптимізму, відчуття задоволеності, відбувається інтеграція в нове середовище;
- п'ятий етап – характеризується певною адаптацією особистості.

При цьому, автор підкреслює, що не всі внутрішньо переміщені особи зможуть пристосуватись до нових умов і пройти ці етапи адаптації [25].

Кобець О. та Микитчак А. зазначають, що на успішність адаптації впливає також, притаманний людині погляд на світ. Тобто якщо людина дивиться на світ крізь призму песимізму, який обумовлюється тривожними станами, то ймовірно виникання різноманітних психічних та фізичних патологій, зниження імунітету, появи самодеструктивних тенденцій. З іншого боку, погляд на світ через оптимістичні категорії сприяє успішній адаптації внутрішньо переміщених осіб [11].

Отже, процес адаптації внутрішньо переміщених осіб є фактором впливу на психоемоційний стан переселенців – якщо адаптація успішна, то психоемоційний стан стабілізується, формується стійкість особистості. Якщо адаптація не відбувається, або відбувається з ускладненнями чи повільно, тоді психоемоційний стан внутрішньо переміщеної особи буде пригніченим, нестабільним.

## Висновки до першого розділу

1. Дослідження психоемоційного стану людини є поширеним та необхідним напрямком діяльності наукової спільноти, при цьому, під психоемоційним станом розуміємо сукупність психічних та емоційних станів людини, які безпосередньо впливають на її стан в певний період часу.

Проаналізувавши наявні наукові дослідження, присвячені вивченню психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, можемо зробити висновок, що найбільш типовими рисами, притаманними переселенцям, на які зважає більшість дослідників, є висока тривожність; висока агресивність; низький рівень контролю та висока емоційність, що характеризують, в свою чергу, низьку опірність стресу. Наше подальше дослідження психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб зосередилось саме на цих його компонентах.

2. Підсумовуючи аналіз теоретичних джерел щодо таких компонентів психоемоційного стану переселенців, як агресивність, тривожність та стресостійкість, можемо зробити наступні узагальнення, що характерними для внутрішньо переміщених осіб є:

- високий рівень агресії, образи та роздратування; високий рівень вербальної агресії;
- високий рівень реактивної тривожності, схильність до знецінення себе як особистості, характерними є почуття страху, сорому, провини тощо;
- загальний низький рівень опірності стресу та зв'язок між рівнем стресостійкості та успішністю їх адаптації в новому середовищі.

3. Адаптація до нових умов проживання є закономірним процесом через який проходять всі внутрішньо переміщені особи.

У внутрішньо переміщених осіб, процес адаптації в значній мірі ускладнюється внутрішніми чинниками, такими як: невизначеність щодо

майбутнього, висока тривожність та фрустрація, наявність травматичного досвіду, низький рівень життєстійкості та мотивації до змін.

Труднощі в адаптації також обумовлені зовнішніми чинниками, такими як: соціальна ізоляція, яка виникає через руйнування соціальних зв'язків; культурна ізоляція, яка виникає через культурні та мовні особливості нового середовища; матеріальні та побутові труднощі які виникають через відсутність стабільного місця проживання та роботи.

Отже, проведений аналіз теоретичних джерел показав, що на сьогодні є певна кількість досліджень різних сфер психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб. Не зважаючи на безумовний взаємний зв'язок між адаптацією до певних умов проживання та психологічним добробутом особистості, питання про вплив місця проживання на психоемоційний стан внутрішньо переміщених осіб лишається не достатньо дослідженим. Саме на виявлення цього впливу і спрямоване наше подальше дослідження.

## РОЗДІЛ 2

### МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МІСЦЯ ПРОЖИВАННЯ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ВПО

#### 2.1. Визначення вибірки: характеристика груп дослідження

Теоретичне дослідження теми психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб показало актуальність цієї проблематики, при цьому тема впливу місця проживання на психоемоційний стан переселенців потребує додаткового вивчення.

Емпіричний етап дослідження проходив у кілька етапів. На першому етапі були визначені діагностичні вибірки. Для нашого дослідження були вибрані дві групи внутрішньо переміщених осіб. Перша група – це переселенці, які проживають з самого початку переміщення у місцях тимчасового проживання. Величина вибірки – 30 осіб.

Характеристика вибірки представлена на рис. 2.1 Статевий розподіл по першій вибірці.



Рис. 2.1 Статевий розподіл по першій вибірці

По статевому розподілу, переважна частина першої вибірки, це жінки – 25 особи (89%). Чоловіки в першій вибірці - 5 осіб (11%).

Характеристика вибірки за віковим розподілом представлена на рис. 2.2 Віковий розподіл по першій вибірці.

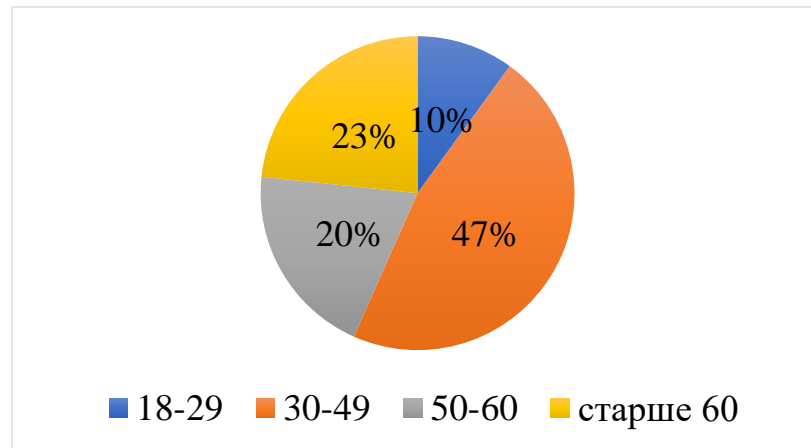


Рис. 2.2 Віковий розподіл по першій вибірці

По віковому розподілу, переважна частина вибірки це є внутрішньо переміщені особи молодого та середнього віку: 18-29 років - 3 особи (10%); 30-49 років – 14 осіб (46,7%); 50-60 років – 6 осіб (16,7%); старше 60 років – 7 осіб (26,7%).

Друга група – це внутрішньо переміщені особи, які проживають у окремому житлі (приватна власність, оренда) з самого початку переміщення. Величина вибірки 30 – осіб.

Характеристика вибірки представлена на рис. 2.3 Статевий розподіл по другій вибірці.



Рис. 2.3 Статевий розподіл по другій вибірці

По статевому розподілу, переважна частина другої вибірки, це жінки – 22 особи (73,3 %). Чоловіки в першій вибірці - 8 осіб (20,7 %).

Характеристика вибірки за віковим розподілом представлена на рис. 2.4 Віковий розподіл по другій вибірці.

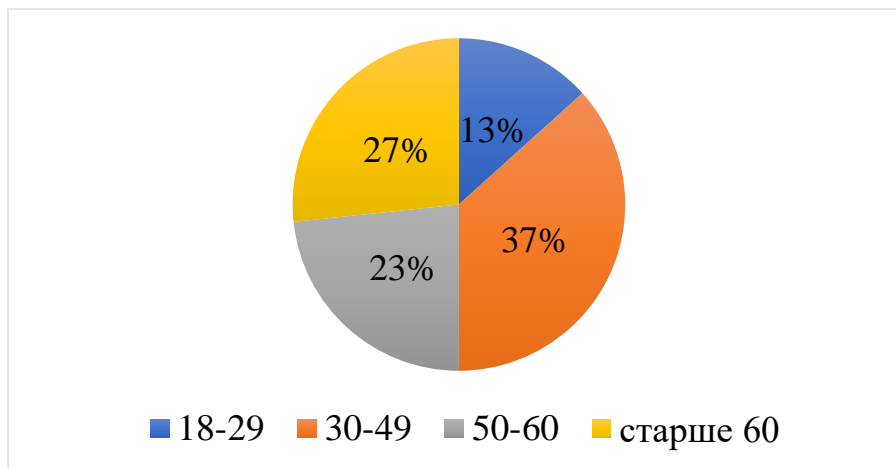


Рис.2.4 Віковий розподіл по другій вибірці

По віковому розподілу, переважна частина вибірки це є внутрішньо переміщені особи молодого та середнього віку: 18-29 років - 5 осіб (16,7 %); 30-49 років – 11 осіб (36,7%); 50-60 років – 8 осіб (26,7%); старше 60 років – 6 осіб (20 %).

Таким чином, переважною частиною досліджуваних є жінки, середнього віку (30-49 років). Всі вони є внутрішньо переміщеними особами.

Другий етап дослідження включав визначення діагностичних методик, за допомогою яких здійснювалось вивчення психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб.

Третій етап емпіричного дослідження включав проведення діагностики з двома вибірками одночасно. Діагностування здійснювалось за допомогою створеної гугл-форми, яку внутрішньо переміщені особи проходили самостійно, в зручний для себе час. На цьому етапі діагностування психоемоційного стану здійснювалось за наступними показниками: агресивність, тривожність, також досліджувався рівень стресостійкості.

Четвертий етап дослідження включав в себе обробку отриманих результатів та порівняння результатів двох груп. На цьому етапі робота проводилась за допомогою методів математичного аналізу.

## 2.2. Характеристика методів дослідження

В даному дослідженні для діагностування були визначені такі компоненти психоемоційного стану, як агресивність, тривожність та стресостійкість.

Для діагностування рівня агресивності була використана методика «Методика діагностики показників та форм агресії» (Басс А., Дарки А.) [28]. Ця методика передбачає 75 питань, на які досліджуваний має дати відповідь або «так» або «ні». Також, до цих питань були додатні запитання загального змісту.

В цій методиці автори виділяють кілька видів агресивної та ворожої реакції, таких як: фізична агресія, як бажання та спроможність заподіяти фізичну шкоду об'єкту агресії; непряма агресія; роздратування, як прояв негативних емоцій при найменшому подразнику; загальний негативізм, як стиль поведінки; образа, як реакція на реальні або вигадані події; підозрілість, як переконання в тому, що інші люди планують завдати шкоди; вербальна агресія, як вираз негативних почуттів через словесні відповіді; почуття провини.

Таким чином, ця методика охоплює широкий спектр реакцій особистості і є надійним інструментом для діагностики агресивності у досліджуваних.

Для діагностування рівня тривожності була використана методика «Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності» (Спілбергер Ч.Д., Ханін Ю.Л.) [30].

В варіації Спілбергера Ч.Д. ця методика складається з 20 тверджень, які діагностують реактивну або ситуативну тривожність та з 20 тверджень на визначення тривожності як диспозиції, особливості особистості (властивість тривожності). Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера є методикою, яка дозволяє вимірювати тривожність і як властивість особистості, і як стан.

У нашій країні використовують тест у модифікації Ханіна Ю.Л. (1976). В даному дослідженні використовується перша частина опитувальника, яка досліджує реактивну тривожність як стан особистості в певний період часу та який

характеризується суб'єктивними емоціями, такими як: напруга, занепокоєння, заклопотаність, нервозність.

На запропоновані 20 тверджень людина має дати відповідь у межах шкали: «ні, це не так»; «напевно, так»; «вірно»; «дійсно, вірно» які передбачають ступінь погодженості респондента з твердженням анкети.

Для визначення рівня стресостійкості була використана методика «Визначення стресостійкості та соціальної адаптації» (Холмс Т., Раге Р.) [19]. Ця методика передбачає 43 твердження, з якими досліджуваний має або погодитись або ні. Також були додані загальні запитання.

Ця методика є психометричною шкалою за допомогою якої проводиться самооцінка актуального рівня стресу протягом останнього року. Методика складається з переліку травматичних подій, які треба ранжувати за балами, що визначають рівень їх стресогенності. Досліджуваний має прочитати весь список ситуацій і позначити ті, які мали місце в його житті протягом останнього року.

Для зручності виконання всіх діагностичних методик, була розроблена гугл-форма, посилання на яку отримали всі учасники обох вибірок.

В гугл-формі, окрім тверджень методик, також були додані питання загального плану для збору певних статистичних даних про досліджуваних: стать, вік, місце проживання до переміщення, місце проживання після переміщення та згода на збір та обробку особистих даних.

Окрім емпіричних методик, в роботі були використані методи статистичної обробки даних. Для правильного визначення методів статистичного аналізу, був застосований одновибірковий критерій Колмогорова-Смірнова, який дав змогу обчислити дані та встановити нормальність розподілу.

Перевірка розподілу показала, що для більшості змінних розподіл не є нормальним. Про це свідчать значення асимптотичної значимості (р-значення), які здебільшого дорівнюють **0,000**, що значно менше за рівень значимості 0,05. Це означає, що нульова гіпотеза про нормальний розподіл відхиляється. Таблиця з розрахунковими даними представлена в додатках (див. Додаток А).

Саме тому у подальшому дослідженні були використані непараметричні статистичні методи, а саме: метод обчислення U-критерія Манна-Уїтні та кореляційний аналіз Спірмена. Критерій Манна-Уїтні є непараметричним статистичним тестом, який дозволяє порівнювати розподіли двох незалежних вибірок без припущення нормального розподілу.

Кореляційний аналіз Спірмена дає змогу оцінити силу та напрямок зв'язку між двома порядковими або кількісними змінними, які можуть не мати нормального розподілу. Саме тому цей метод був обраний для визначення зв'язку особливостей психоемоційного стану у внутрішньо переміщених осіб, які проживають в різних умовах.

## Висновки до другого розділу

1. Відповідно до поставленої мети та завдань дослідження були сформовані дві вибірки респондентів, які відповідають необхідних критеріям, а саме, є внутрішньо переміщеними особами та проживають або у місці тимчасового проживання або у власному житлі. Кожна вибірка складається з 30 осіб.

2. Для вивчення особливостей психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб в залежності від місця їх проживання були використані валідні, стандартизовані методики, які мають високу достовірність і є типовими для вивчення окреслених компонентів психоемоційного стану особистості, а саме: агресивності, тривожності та стресостійкості.

Також були застосовані методи математичної статистики, а саме обчислення U-критерія Манна-Уїтні, який дає можливість встановити статистично значущу відмінність між психоемоційними станами внутрішньо переміщених осіб в двох вибірках, та кореляційний аналіз Спірмена, який дає змогу встановити кореляційні зв'язки між досліджуваними явищами.

### РОЗДІЛ 3

## ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МІСЦЯ ПРОЖИВАННЯ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ВПО

### 3.1. Вплив місця проживання на рівень агресивності у ВПО

Згідно поставлених завдань, емпіричне дослідження включало в себе вивчення рівнів агресивності, тривожності та стресостійкості у двох вибірках досліджуваних та їх порівняння з метою виявлення кореляції між місцем проживання та психоемоційним станом внутрішньо переміщених осіб та підтвердження гіпотези дослідження.

На першому етапі підрахунків були побудовані шкали результатів для кожного респондента обох вибірок по отриманим даним. Дані по кожному респонденту представлені в додатках (див. Додаток Б).

Вивчення рівня агресивності у внутрішньо переміщених осіб відбувалось за допомогою опитувальника «Методика діагностики показників та форм агресії» (Басс А., Дарки А.).

Спочатку були обчислені окремі шкали (фізична агресія, непрямая агресія, роздратування, негативізм, вербальна агресія, почуття провини, підозрілість, образа) та пораховані індекси ворожості та агресивності для кожного респондента.

Далі, за допомогою методів описової статистики був проведений аналіз та порівняння результатів для двох груп досліджуваних. Розрахункові дані представлені в додатках (див. Додаток В).

Результати обчислення представлені на рис. 3.1 Порівняння результатів по методиці Басса-Дарки по двом вибіркам.

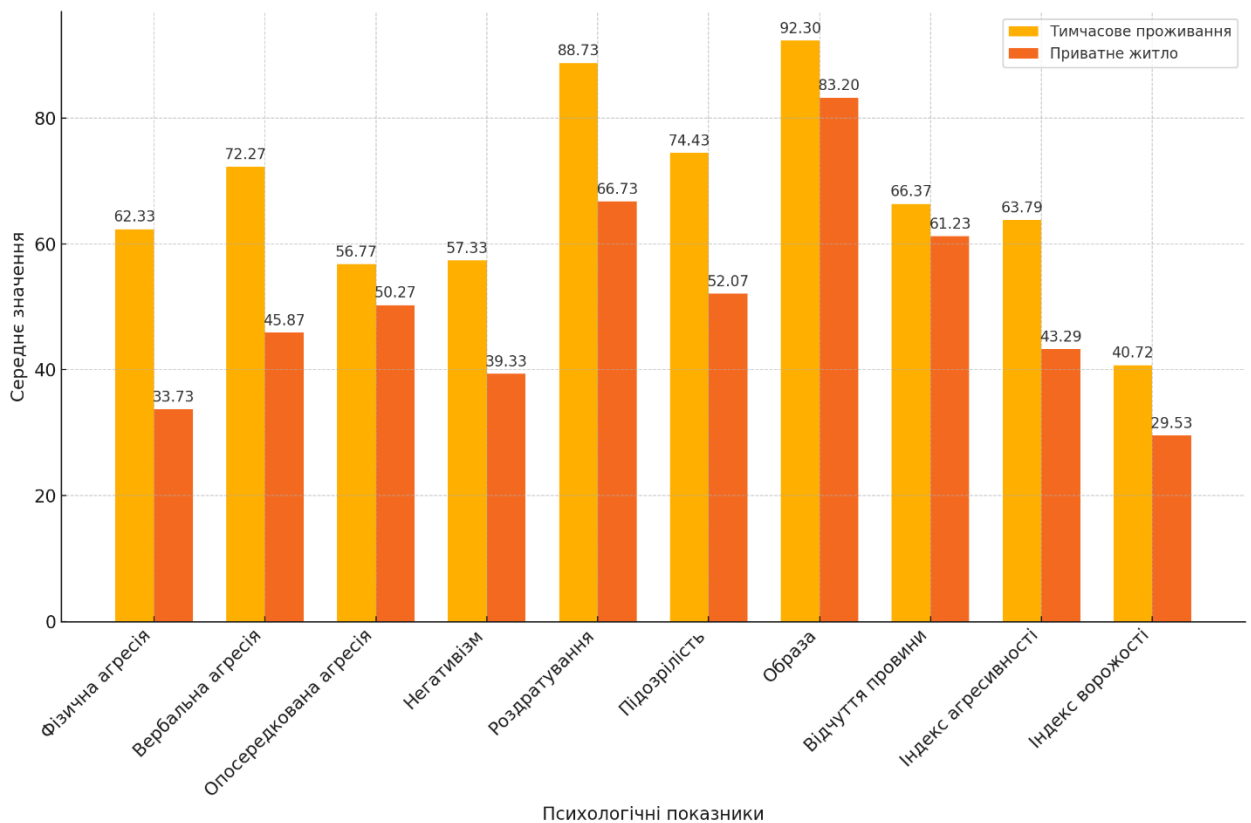


Рис. 3.1 Порівняння результатів по методиці Басса-Дарки по двом вибіркам

На графіку представлені середні значення психологічних показників для двох груп респондентів: для вибірки внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання (вибірка 1) та для вибірки внутрішньо переміщених осіб, які проживають у окремому житлі, власному або орендованому (вибірка 2).

Проведений аналіз показує наступну різницю між респондентами двох вибірок. За шкалою «фізична агресія» виявлено у 1 вибірки (62,33), а у 2 вибірки – (33,73). Виявлено, що у групі осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання рівень фізичної агресії значно вищий. Це може бути наслідком підвищеного рівня стресу та нестабільності умов життя, що провокує агресивну поведінку.

За шкалою «вербальна агресія» виявлено у 1 вибірки (72,27), а у 2 вибірки – (45,87). Виявлена суттєва різниця, між вибірками – група осіб, що проживають у місцях тимчасового проживання має вищий рівень вербальної агресії. Це може свідчити про підвищену схильність до конфліктних ситуацій у нестабільних умовах.

За шкалою «опосередкована агресія» виявлено у 1 вибірки (56,77), а у 2 вибірки – (50,27). Виявлено, що рівень опосередкованої агресії також дещо вищий у групи осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання. Але різниця менш виражена, ніж у випадку фізичної та вербальної агресії.

За шкалою «негативізм» виявлено у 1 вибірки (57,33), а у 2 вибірки – (39,33). Виявлено, що група внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання демонструє вищий рівень негативізму, що може свідчити про загальну незадоволеність життєвими обставинами.

За шкалою «роздратування» виявлено у 1 вибірки (88,73), а у 2 вибірки – (66,73). Виявлений один з найбільш виражених показників, де роздратування у групі осіб, що проживають у місцях тимчасового проживання, значно вище. Це може бути пов'язано з емоційною нестабільністю та невизначеністю у житті цих респондентів.

За шкалою «підозрілість» виявлено у 1 вибірки (74,43), а у 2 вибірки – (52,07). Виявлено, що група внутрішньо переміщених осіб, яка проживає у місцях тимчасового проживання має вищий рівень підозрливості, що може бути викликано відчуттям небезпеки та недовірою до оточення у нестабільних умовах.

За шкалою «образа» виявлено у 1 вибірки (92,30), а у 2 вибірки – (83,20). Виявлено, що рівень образи також вищий у групі внутрішньо переміщених осіб, які перебувають у місцях тимчасового проживання. Але різниця менша порівняно з іншими показниками.

За шкалою «відчуття провини» виявлено у 1 вибірки (66,37), а у 2 вибірки – (61,23). Виявлено, що хоча рівень відчуття провини вищий у групі внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового переживання, різниця є незначною. Це може свідчити про схожий рівень самокритичності у обох групах.

Індекс агресивності та індекс ворожості узагальнює показники по цим шкалам і демонструє загальну закономірність щодо прояву агресивності.

За шкалою «індекс агресивності» виявлено у 1 вибірки (63,79), а у 2 вибірки – (43,29). Виявлено, що значно вищий індекс агресивності у групі осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання. Це може свідчити про загальну підвищену агресивність цих респондентів.

За шкалою «індекс ворожості» виявлено у 1 вибірки (40,72), а у 2 вибірки – (29,53). Виявлено, що рівень ворожості також вищий у групі з тимчасовим проживанням, що підтверджує загальну схильність до агресивних реакцій.

Отже, узагальнюючи отримані дані, можемо зазначити, що усі показники демонструють, що респонденти, які проживають у місцях тимчасового перебування мають вищий рівень агресії, підозрілості, роздратування та негативізму.

Це може бути наслідком емоційного стресу, невизначеності та нестабільності, які супроводжують життя у місцях тимчасового проживання.

Група респондентів, які проживають у приватному житлі демонструє більш стабільний емоційний стан, що може бути обумовлено кращими умовами життя та меншою кількістю стресових факторів.

З метою виявити статистично значущі відмінності між двома групами респондентів, було проведено обчислення U – критерію Манна - Уїтні за такими показниками, як фізична агресія, вербальна агресія, роздратування, підозрілість, образа, почуття провини, непряма агресія, негативізм та індекс агресивності, індекс ворожості. Розрахункові таблиці представлені в додатках (див. Додаток Г).

Загальні результати представлені в таблиці 3.1 Визначення статистично значущих відмінностей по показнику «агресія» між двома вибірками.

Таблиця 3.1

Визначення статистично значущих відмінностей по показнику «агресія» між двома вибірками (U-критерій)

	Значення середнього рангу		Значення р	
	Вибірка 1	Вибірка 2	Статистично значущо ( $\leq 0,005$ )	Немає статистично значущих відмінностей ( $> 0,005$ )
Фізична агресія	39,65	21,35	0,001	
Вербальна агресія	39,33	21,67	0,001	

## Продовження таблиці 3.1

Непряма агресія (опосередкована)	33,70	27,30		0,133
Негативізм	36,63	24,37	0,005	
Роздратування	37,87	23,13	0,001	
Підозрілість	38,32	22,68	0,001	
Образа	33,68	27,32		0,137
Відчуття провини	33,23	27,77		0,215
Індекс агресивності	37,87	23,13	0,001	
Індекс ворожості	33,68	27,32	0,034	

З наведеної таблиці, видні статистично значущі відмінності майже по всі шкалам агресивності, а також по індексам агресивності та ворожості.

Щодо показника «фізична агресія», то внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового проживання мають значно вищий середній ранг фізичної агресії, що свідчить про підвищений рівень агресивних дій, спрямованих на фізичне вираження гніву (наприклад, удари, штовхання). Це може бути обумовлено підвищеним рівнем стресу, що виникає через невизначеність та нестабільність житлових умов. Асимптотична значущість ( $U = 0,001$ , при  $p \leq 0,05$ ), показує, що існують статистично значущі відмінності між двома групами.

Шкала «вербальна агресія» показує, що особи, які проживають у місцях тимчасового перебування мають підвищений середній ранг і це може вказувати на часті прояви словесної агресії (грубі висловлювання, крики, образи).

Це може бути наслідком емоційної нестабільності та відчуття незахищеності, що посилює схильність до конфліктних висловлювань. Асимптотична значущість ( $U = 0,001$ , при  $p \leq 0,05$ ) показує, що існують статистично значущі відмінності між двома групами.

По шкалі «опосередкована агресія» можна зробити висновок, що високій рівень середнього рангу у групі внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання свідчить про можливі часті випадки непрямого прояву агресії (наприклад, псування речей, плітки). Така поведінка може виникати внаслідок відсутності можливості висловити своє роздратування відкрито через страх перед конфліктами. Асимптотична значущість ( $U = 0,133$ , при  $p \leq 0,05$ ) показує, що відмінності між двома групами не є статистично значущими.

По шкалі «негативізм» вищий середній ранг у осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання може свідчити про наявність певного протесту та опору правилам, що може бути викликано відчуттям обмеження свободи у місцях тимчасового проживання. Асимптотична значущість ( $U = 0,005$ , при  $p \leq 0,05$ ) показує, що існують статистично значущі відмінності між двома групами.

По шкалі «роздратування» вищий середній ранг у осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання може свідчити про часті емоційні зриви та невдоволення через умови проживання, відсутність особистого простору та постійний стрес. Асимптотична значущість ( $U = 0,005$ , при  $p \leq 0,05$ ), показує, що існують статистично значущі відмінності між двома групами.

По шкалі «підозрілість» вищий середній ранг у осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання може свідчити про недовіру до оточуючих та очікування загрози, що може бути викликано відчуттям небезпеки у нестабільних житлових умовах, які характерні для місць тимчасового перебування. Асимптотична значущість ( $U = 0,000$ , при  $p \leq 0,05$ ), показує, що існують статистично значущі відмінності між двома групами.

По шкалі «образа» можна зробити висновок, що високій рівень середнього рангу у групі внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання свідчить про підвищену чутливість до несправедливого ставлення та часті конфлікти через відчуття неоціненності. Асимптотична значущість ( $U = 0,137$ , при  $p \leq 0,05$ ), показує, що відмінності між двома групами не є статистично значущими.

По шкалі «відчуття провини» можна зробити висновок, що високій рівень середнього рангу у групі внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання свідчить про те, що почуття провини може бути викликано усвідомленням своєї нездатності змінити ситуацію та поліпшити житлові умови. Асимптотична значущість ( $U = 0,215$ , при  $p \leq 0,05$ ), показує, що відмінності між двома групами не є статистично значущими.

Індекс агресивності є узагальненим показником, що включає різні форми агресії (фізична, вербальна, опосередкована). Вищий рівень цього індексу серед осіб з тимчасовим проживанням вказує на загальне підвищення схильності до агресивної поведінки. Це може бути наслідком підвищеного рівня стресу, невизначеності та соціальної ізоляції, які часто виникають у ситуаціях тимчасового проживання.

Вищий рівень індексу ворожості у групі внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання свідчить про більш негативне ставлення до оточуючих, відчуття недовіри та готовність до конфлікту. Це може бути наслідком відчуття небезпеки, соціальної нестабільності та труднощів у адаптації до нових житлових умов.

Узагальнюючи всі вище наведені дані, отримані за допомогою обчислення  $U$  – критерія Манна-Уїтні, ми бачимо значущі відмінності між двома вибірками за всіма шкалами агресивності.

### **3.2. Вплив місця проживання на рівень тривожності ВПО**

Визначення рівня реактивної тривожності у двох вибірках відбувалось за допомогою опитувальника «Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності» (Спілбергер Ч.Д., Ханін Ю.Л.).

Результати дослідження рівня реактивної тривожності у респондентів першої вибірки (внутрішньо переміщені особи, які проживають в місцях тимчасового

проживання) представлені на рис. 3.2 Рівень реактивної (ситуативної) тривожності у внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання.

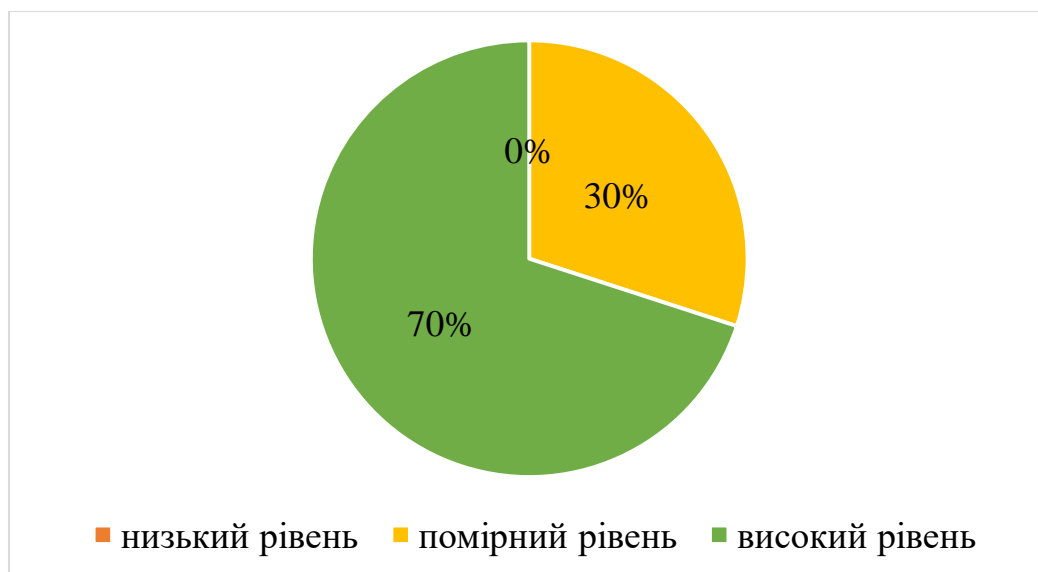


Рис. 3.2 Рівень реактивної (ситуативної) тривожності у внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання

Як видно з рис.3.2 у 70 % внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання, наявний високий рівень тривожності, у 30% наявний помірний рівень тривожності.

Отримані дані по другій вибірці респондентів представлені на рис. 3.3 Рівень тривожності у внутрішньо переміщених осіб, які проживають в приватному житлі (власник або оренда).

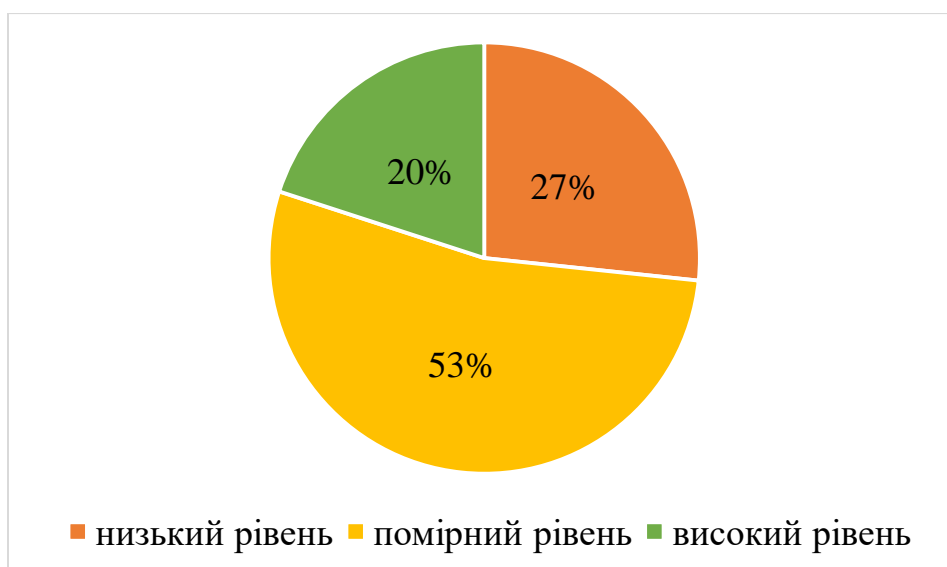


Рис. 3.3 Рівень тривожності у внутрішньо переміщених осіб, які проживають в приватному житлі (власник або оренда)

Як видно з рис.3.3 у 20 % внутрішньо переміщених осіб, які проживають у приватному житлі, наявний високий рівень тривожності, у 53% наявний помірний рівень тривожності, у 27 % наявний низький рівень тривожності.

Порівнюючи середні показники отриманих даних з двох вибірок респондентів, бачимо значне переважання реактивної тривожності серед досліджуваних, які проживають у місцях тимчасового перебування, ця різниця показана на рис. 3.4 Порівняння результатів по методиці Спілбергера - Ханіна по двом вибіркам.

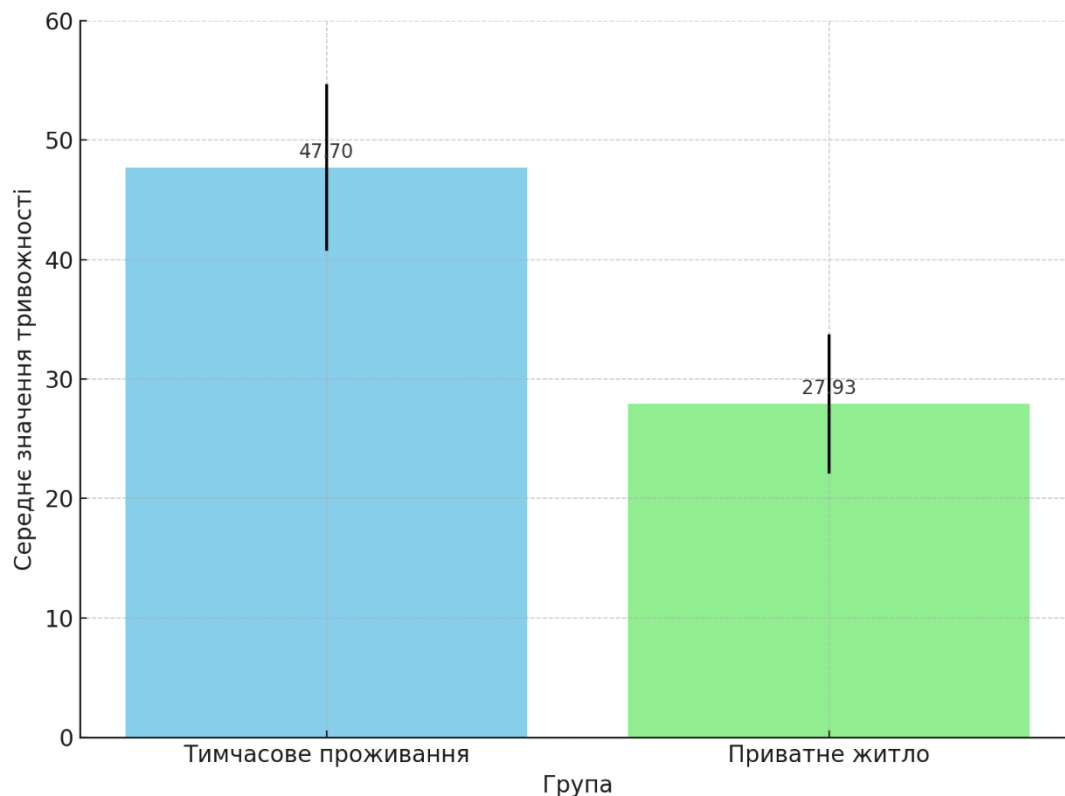


Рис. 3.4 Порівняння результатів по методиці Спілбергера - Ханіна по двом вибіркам

Як видно з рис.3.4 для респондентів з 1 вибірки характерний середній рівень тривожності, який складає (47,70), що є значно вищим порівняно з респондентами 2 вибірки, де середнє значення дорівнює (27,93). Стандартне відхилення для 1 вибірки - (6,97), а для 2 вибірки — (5,84). Це свідчить про те, що розподіл рівнів тривожності більш однорідний у обох групах, але група з тимчасовим проживанням має трохи більшу варіативність.

Вищий рівень тривожності серед внутрішньо переміщених осіб, які проживають в місцях тимчасового проживання може бути обумовлений наступними факторами:

- невизначеність житлових умов, нестабільність, необхідність додаткових зусиль для адаптації, що провокує підвищений рівень стресу.
- нестабільне середовище може створювати почуття небезпеки, що, у свою чергу, провокує підвищену тривожність.

Нижчий рівень тривожності серед внутрішньо переміщених осіб, які проживають у приватному житлі може бути обумовленими наступними факторами:

- особи, які проживають у приватному житлі, мають більш стабільні та передбачувані умови життя, що зменшує рівень тривожності.
- вони відчують менше зовнішнього тиску, мають більше контролю над своїм середовищем, що сприяє зниженню тривожності.

Отже, узагальнюючи отримані дані, можемо зробити висновок, що графік наочно демонструє суттєві відмінності у рівнях тривожності між двома групами.

Підвищений рівень тривожності (47,70) у групі внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання може призводити до розвитку емоційних проблем, таких як депресія, підвищена дратівливість та тривожні розлади.

З іншого боку, знижений рівень тривожності (27,93) у групі з приватним житлом свідчить про стабільніший емоційний стан, що може позитивно впливати на загальне психологічне здоров'я та соціальну адаптацію.

З метою виявити статистично значущі відмінності між двома групами респондентів, було проведено обчислення  $U$  – критерію Манна - Уїтні за таким показником, як ситуативна (реактивна) тривожність.

Загальні результати представлені в таблиці 3.2 Визначення статистично значущих відмінностей по показнику «тривожність» між двома вибірками. Розрахункові таблиці представлені в додатках (див. Додаток Д).

Таблиця 3.2

Визначення статистично значущих відмінностей по показнику «тривожність» між двома вибірками (U-критерій)

	Значення середнього рангу		Значення р	
	Вибірка 1	Вибірка 2	Статистично значущо ( $\leq 0,005$ )	Немає статистично значущих відмінностей ( $> 0,005$ )
Ситуативна (реактивна) тривожність	45,22	15,78	0,001	

Згідно даних, наведених у таблиці, внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового проживання (вибірка 1) мають значно вищий середній ранг (47,70), що вказує на підвищений рівень тривожності серед цих респондентів, що може бути пов'язано з відчуттям нестабільності, невизначеності та підвищеним рівнем стресу, які часто супроводжують проживання у місцях тимчасового проживання.

При цьому, внутрішньо переміщені особи, які проживають у приватному житті, мають значення середнього рангу (27,93) значно нижче, що свідчить про нижчий рівень тривожності серед респондентів другої вибірки, що може свідчити про кращу адаптацію до житлових умов та нижчий рівень стресу.

Асимптотична значущість ( $U = 0,001$  при  $p \leq 0,05$ ) свідчить про статистично значущі відмінності між двома групами. Це означає, що різниця у рівнях тривожності не є випадковою, а є суттєвою і може бути пов'язана з житловими умовами.

Таким чином, на основі отриманих даних було встановлено, що внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового перебування, мають значно вищий рівень реактивної тривожності порівняно з тими, хто проживає у приватному житлі. Високий рівень тривожності серед першої вибірки може бути обумовлений невизначеністю житлових умов та нестабільністю, що призводить до підвищеного рівня стресу. З іншого боку, внутрішньо переміщені особи з 2 вибірки, мають більш стабільні умови, що сприяє зниженню рівня тривожності і покращенню їхнього психологічного стану.

### 3.3. Вплив місця проживання на рівень стресостійкості ВПО

Рівень стресостійкості у досліджуваних визначався за допомогою методики «Визначення стресостійкості та соціальної адаптації» (Т. Холмс, Р. Раге).

Узагальнені результати по двом вибіркам, представлені на рис. 3.5 Порівняння результатів по методиці Холмса-Раге по двом вибіркам.

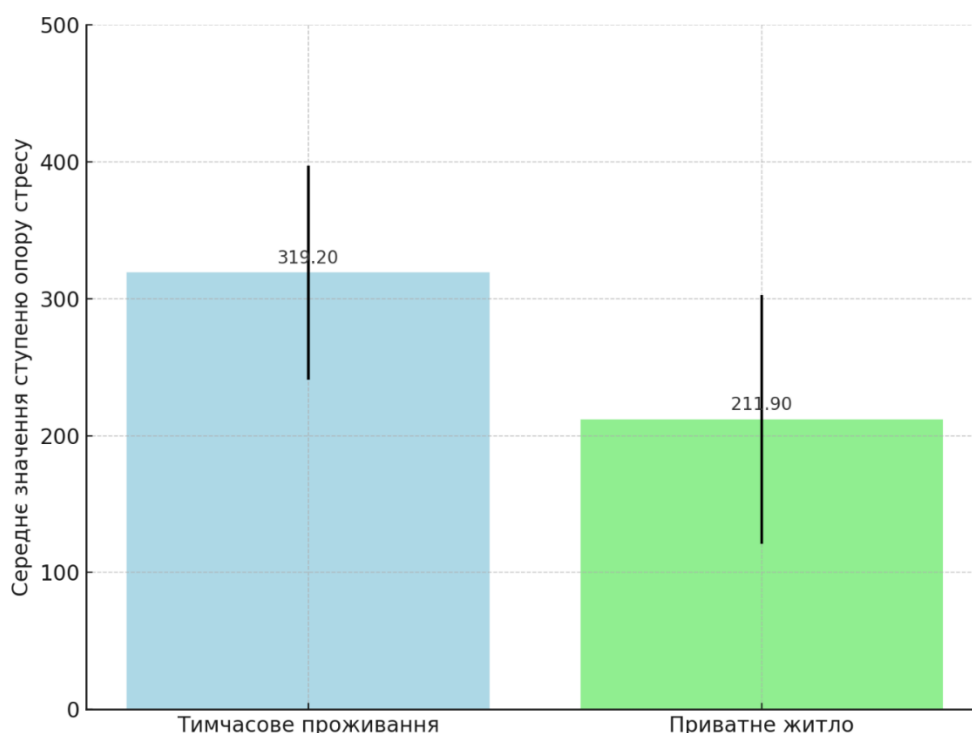


Рис. 3.5 Порівняння результатів по методиці Холмса-Раге по двом вибіркам

Отже, на графіку порівнюються середні значення ступеню опору стресу для двох груп респондентів, при цьому ми бачимо, що:

- в групі внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання середній показник становить - (319,20)
- в групі внутрішньо переміщених осіб, які проживають у приватному житлі середній показник значно нижчий — (211,90).

Щодо стандартного відхилення, то для групи з осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання стандартне відхилення становить (78,15), що вказує на високу варіативність рівнів стресостійкості серед респондентів. Для групи з приватним житлом стандартне відхилення ще вище — (90,90), що свідчить про ще більшу варіативність, тобто в одній вибірці є респонденти з як високою, так і низькою стресостійкістю. Це може свідчити про те, що навіть у стабільних умовах деякі особи можуть мати низьку стресостійкість, тоді як інші проявляють високий рівень опору стресу.

Отримані результати вказують, що внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового проживання демонструють значно нижчий рівень стресостійкості, що свідчить про підвищену вразливість до стресу. Це може бути наслідком нестабільних житлових умов, відсутності безпеки та постійного відчуття невизначеності.

Внутрішньо переміщені особи, які проживають у приватному житлі, демонструють вищий рівень стресостійкості, що свідчить про кращу адаптацію до умов життя та менший рівень тривожності.

Результати вказують на те, що стабільність житлових умов має важливий вплив на психологічний стан та здатність справлятися зі стресом.

З метою виявити статистично значущі відмінності між двома групами респондентів, було проведено обчислення U – критерію Манна - Уїтні за таким показником, як ступінь опірності стресу.

Загальні результати представлені в таблиці 3.3 Визначення статистично значущих відмінностей по показнику «ступінь опірності стресу» між двома вибірками. Розрахункові таблиці представлені в додатках (див. Додаток Е).

Таблиця 3.3

Визначення статистично значущих відмінностей по показнику «ступінь опірності стресу» між двома вибірками (U-критерій)

	Значення середнього рангу		Значення р	
	Вибірка 1	Вибірка 2	Статистично значущо ( $\leq 0,005$ )	Немає статистично значущих відмінностей ( $> 0,005$ )
Стресостійкість	42,17	18,83	0,001	

Згідно даних, наведених у таблиці, внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового проживання (вибірка 1) мають значно вищий середній показник рангу (42,17). Це означає, що респонденти з цієї групи демонструють більшу вразливість до стресу, ніж респонденти з приватним житлом (18,83). При цьому, асимптотична значущість ( $U = 0,001$ , при  $p \leq 0,05$ ) вказує на те, що відмінності між двома групами є статистично значущими.

Таким чином, ми можемо відхилити нульову гіпотезу про відсутність відмінностей і зробити висновок, що житлові умови суттєво впливають на рівень стресостійкості.

Для виявлення значущих відмінностей за досліджуваними показниками між різними віковими групами було використано критерій Краскелла-Уолліса — непараметричний статистичний тест, що застосовується для порівняння трьох і більше груп в незалежних вибірках.

Отримані результати представлені в таблиці 3.4 Визначення статистично значущих відмінностей по досліджуваним показникам між віковими групами (Краскелл-Уолліс). Розрахункові таблиці представлені в додатках (див. Додаток Ж).

Таблиця 3.4

Визначення статистично значущих відмінностей по досліджуваним показникам між віковими групами (Краскелл-Уолліс)

Критерій	Середній ранг за віковими категоріям				Результат аналізу за критерієм Краскелла-Уолліса
	18-29	30-49	50-60	Старше 60	
Фізична Агресія	27,79	31,20	27,38	33,30	0,793
Вербальна агресія	29,93	31,52	31,62	28,10	0,933
Опосеред. Агресія	35,57	28,64	29,23	32,23	0,744
Негативізм	26,86	28,88	30,96	34,50	0,705
Роздратов.	29,93	27,50	39,50	27,97	0,195
Підозрілість	37,79	25,62	29,85	35,80	0,189
Образа	28,14	30,02	33,23	30,03	0,913
Відчуття Провини	37,29	29,74	26,85	31,77	0,608
Індекс агресивності	30,57	31,00	29,35	30,63	0,994
Індекс ворожості	37,79	25,62	29,85	35,80	0,189
Тривожність	30,07	29,80	30,42	31,93	0,986
Опірність Стресу	36,43	33,20	29,31	24,27	0,337

Примітка: \* $p \leq 0,05$ , \*\*  $p \leq 0,01$ .

Як видно з таблиці 3.4 статистично значущих відмінностей по усім досліджуваним показникам не виявлено, що свідчить про відсутність відмінностей за показниками агресивності, стресостійкості та тривожності у досліджуваних обох груп.

Візуально отримані результати відображені на рис. 3.6 Порівняння показників за віковими групами.

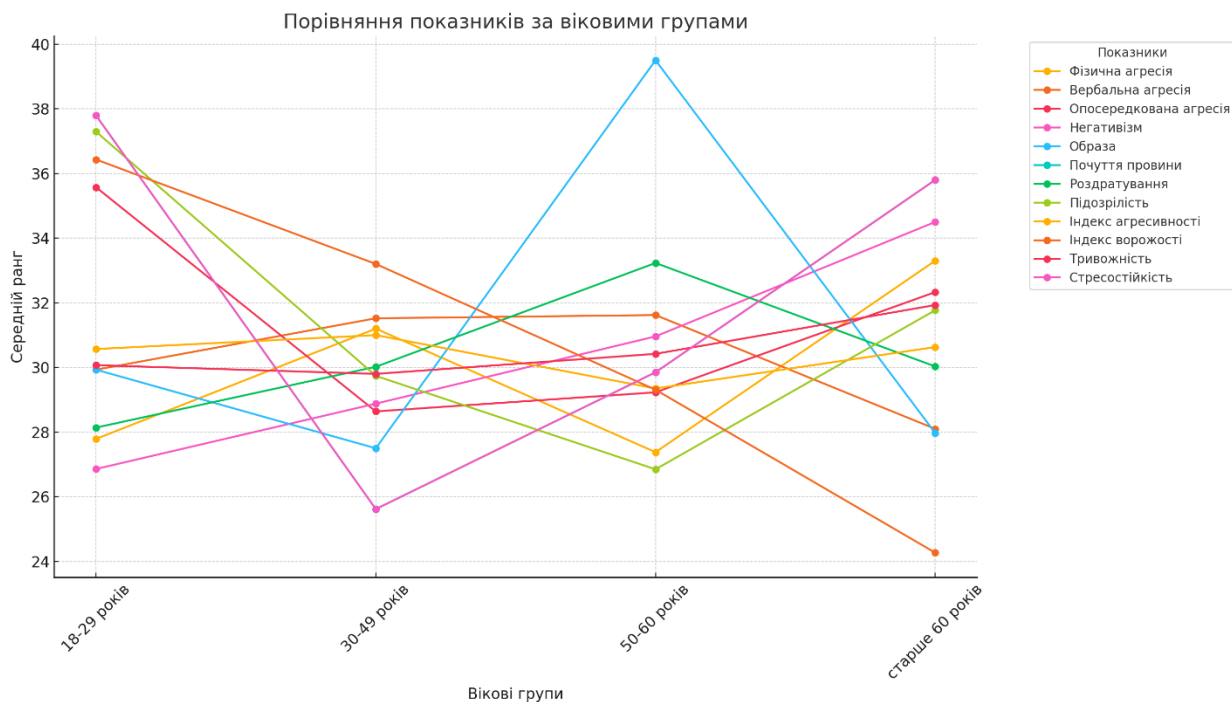


Рис.3.6 Порівняння показників за віковими групами

Отже, на цьому графіку ми бачимо наступні тенденції змін агресивності, тривожності та стресостійкості в різних вікових групах.

Шкала фізична агресія показує, що фізична агресія має стабільний прояв незалежно від віку.

Відмінності між віковими групами за шкалою вербальна агресія також не є статистично значущими. Це свідчить про те, що вербальна агресія проявляється однаково незалежно від віку.

Щодо шкали опосередкована агресія, то ми бачимо, що молодші респонденти (18-29 років) мають трохи вищий ранг і це може свідчити про тенденцію до опосередкованої агресії яка посилюється з віком, однак, результати не мають статистичної значущості.

По шкалі негативізм виявлена незначна тенденція до підвищення рівня негативізму з віком, але статистично значущих відмінностей не виявлено.

По шкалам роздратування та образа ми бачимо схожі результати – представники вікової групи 50-60 років мають найвищий середній ранг, але ці відмінності є статистично значущими.

По шкалам підозрілість та почуття провини ми також бачимо схожі результати – представники вікової групи 18-29 років мають найвищий середній ранг, але ці відмінності не є статистично значущими.

Відмінності виявлені в різних вікових групах по шкалам індекс ворожості та індекс агресивності також не є статистично значущими.

По шкалі тривожність відмінностей за рівнем тривожності між віковими групами не виявлено, хоча молодші респонденти мають тенденцію до підвищеної тривожності.

По шкалі стресостійкості найвищий показник мають представники вікової групи 18-29 років, що може свідчити про кращу здатність справлятися зі стресом у молодому віці. Виявлені відмінності не є статистично значущими.

Таким чином, ми бачимо, що аналіз за критерієм Краскелла-Уолліса не виявив статистично значущих відмінностей між віковими групами за жодним із розглянутих психологічних показників. Це може свідчити про схожий психоемоційний стан респондентів різних вікових груп.

На заключному етапі обробки даних методами математичної статистики, був проведений аналіз кореляцій за критерієм Спірмена для двох груп респондентів.

Виявлені зв'язки між досліджуваними компонентами представлені на рис. 3.7. Статистично значущі кореляції по двом вибіркам. Розрахункові таблиці представлені в додатках (див. Додаток 3).

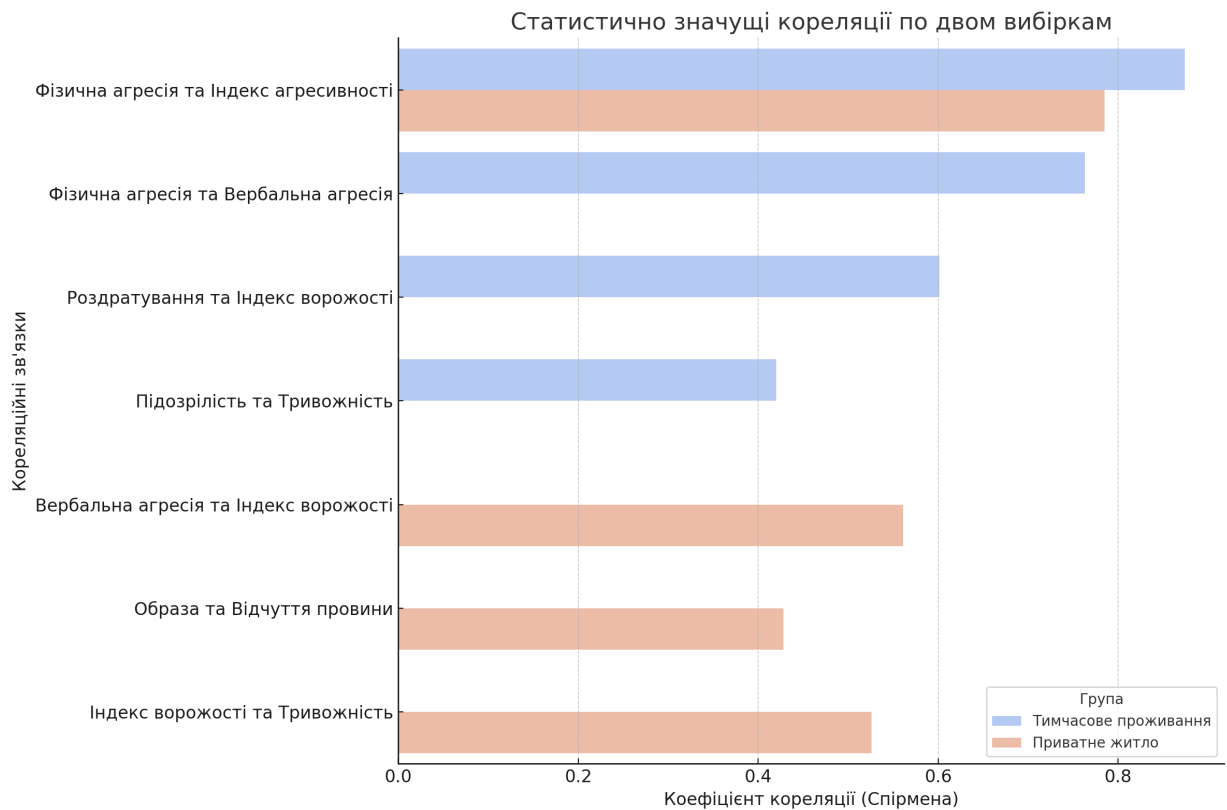


Рис. 3.7 Статистично значущі кореляції по двом вибіркам

На графіку відображені наступні виявлені кореляції.

Вибірка 1 – внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового проживання. Для респондентів цієї вибірки, виявлено кілька значущих кореляцій, які підкреслюють підвищену психоемоційну нестабільність та схильність до агресивної поведінки:

Фізична агресія та індекс агресивності: ( $r=0,874$ , при  $p \leq 0,01$ ); виявлений високий позитивний зв'язок свідчить про те, що з підвищенням рівня фізичної агресії збільшується загальний індекс агресивності.

Фізична агресія та вербальна агресія: ( $r=0,763$ , при  $p \leq 0,01$ ); виявлений значний позитивний зв'язок, що вказує на те, що фізично агресивні респонденти також схильні до вербальної агресії.

Роздратування та індекс ворожості: ( $r=0,601$ , при  $p \leq 0,01$ ); виявлений сильний зв'язок між роздратуванням та загальним рівнем ворожості.

Підозрілість та тривожність: ( $r=0,420$ , при  $p \leq 0,05$ ); виявлений помірний позитивний зв'язок, що вказує на те, що підвищена підозрілість супроводжується підвищеним рівнем тривожності.

Вибірка 2 – внутрішньо переміщені особи, які проживають в приватному житлі (власне / орендоване). Для респондентів цієї групи встановлені кореляції відображають інший емоційний стан, який характеризується меншим рівнем агресивності та тривоги:

Фізична агресія та індекс агресивності: ( $p=0,785$ , при  $p \leq 0,01$ ); виявлений позитивний зв'язок між фізичною агресією та загальним рівнем агресивності.

Вербальна агресія та індекс ворожості: ( $p=0,561$ , при  $p \leq 0,01$ ); виявлений значний позитивний зв'язок, що свідчить про те, що респонденти з високою вербальною агресією також демонструють вищий рівень ворожості.

Образа та відчуття провини: ( $p=0,428$ , при  $p \leq 0,05$ ); виявлений позитивний зв'язок, що може вказувати на підвищене відчуття провини у респондентів, які схильні до образливості.

Індекс ворожості та тривожність: ( $p=0,526$ , при  $p \leq 0,01$ ); виявлений помітний позитивний зв'язок між загальним рівнем ворожості та тривожністю.

Отже, узагальнюючи отримані дані можна зробити висновок, що для внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання виявлено більше сильних позитивних кореляцій між різними показниками агресивності, тривожності та ворожості.

Це може свідчити про підвищену емоційну нестабільність, емоційне напруження, яке часто може супроводжувати проживання в тимчасових умовах. Також, такі кореляції можуть пояснюватися підвищеним рівнем стресу та фрустрації, які закономірні для проживання в місцях тимчасового проживання.

У групі з приватним житлом кореляції теж присутні, але вони дещо слабші. Це може свідчити про стабільніший емоційний стан респондентів, які проживають у більш безпечних житлових умовах. Це вказує на те, що респонденти, які живуть у приватному житлі, мають нижчий рівень агресивної поведінки, що підтримує гіпотезу про кращий психоемоційний стан у стабільних умовах проживання.

Таким чином, отримані результати дослідження, показують, що внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового проживання, мають

значно вищі показники по всім досліджуваним критеріям – агресивності, тривожності та опірності стресу.

### **3.4. Рекомендації щодо поліпшення психоемоційного стану ВПО, які проживають у місцях тимчасового проживання**

Враховуючи отримані дані, які підтверджують гіпотезу дослідження і свідчать про певні особливості психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб в залежності від місця проживання, були розроблені наступні рекомендації щодо поліпшення психоемоційного стану переселенців, які проживають у місцях тимчасового проживання.

Внутрішньо переміщених осіб, які проживають в місцях тимчасового проживання характеризують високий рівень агресивності, високий рівень реактивної тривожності, низька опірність стресу, а відповідно і високий рівень стресу.

Відповідно до цих показників розроблені рекомендації включають ряд психосоціальних інтервенцій, які реалізуються на I та II рівнях піраміди інтервенцій. I рівень надання допомоги передбачає психосоціальну підтримку на рівні громади, II рівень підтримки передбачає підтримку та проведення заходів на рівні конкретних груп, об'єднаних за певним критерієм.

Рекомендації включають наступні компоненти:

1. Оптимізація місць тимчасового проживання з урахуванням необхідності забезпечення приватності для кожного проживаючого.

Загальною проблемою для всіх місць тимчасового проживання є спільне проживання. Необхідність проживати на невеликій території великої кількості людей є фактором який порушує як фізичні так і психологічні кордони, а порушення

кордонів, в свою чергу, призводить до посилення агресивної поведінки та побутового насильства.

Акцент треба зробити на розселені внутрішньо переміщених осіб відповідно до сімейних зв'язків та статевої і вікової належності, при цьому місця загального користування мають бути обладнані для зручного користування багатьма людьми.

Окрім цього, корисним впровадженням є проведення аудитів безпеки, які зосереджені не тільки на виявленні побутових проблем колективних поселень, а і на постійному моніторингу психологічного комфорту проживання.

2. Психосоціальна підтримка внутрішньо переміщених осіб має здійснюватися комплексно, з орієнтацією на стабілізацію та активізацію власних ресурсів особистості. Процес щодо поліпшення психоемоційного стану має впроваджуватись на постійній основі, з певною регулярністю. Для внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання має бути доступна якісна, професійна та безкоштовна психологічна допомога.

3. В програму поліпшення психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання, необхідно включити заходи з інтеграції їх в нове середовище.

Ці заходи є необхідними для стабілізації психоемоційного стану, враховуючи складнощі адаптаційного процесу та важливість входження в нову соціокультурну реальність для психічного здоров'я особистості.

4. Психоедукація внутрішньо переміщених осіб та представників приймаючої громади, які опікуються даними центрами колективного проживання може включати наступні пункти, які узагальнено представлені в таблиці 3. 5 «Заходи психосоціальної підтримки внутрішньо переміщених, які проживають в місцях тимчасового проживання».

Таблиця 3.5

Заходи психосоціальної підтримки внутрішньо переміщених, які проживають в місцях тимчасового проживання

Напрямок	Заходи	Тематика	Ресурси
Зниження агресивності	Просвітницькі заходи  Інформаційні сесії  Тренінги  Воркшопи	Види та форми насильства; Ідентифікація насильства; Алгоритм повідомлення про випадки насильства; Причини виникнення агресивної поведінки; Екологічні способи вираження агресії; Конфлікти та їх вирішення; Навички саморегуляції емоцій; Встановлення власних кордонів.	Фахівці соц. захисту населення; Відповідальні за протидію домашньому насильству громаді; Фахівці центру надання соціальних послуг; Фахівці з центрів життєстійкості; Фахівці з ГО, БФ.
Зниження тривожності Формування стресостій- Кості	Групова робота  Індивідуальні консультації	Арт-терапевтичні заходи; Стабілізаційні вправи; Навчання навичкам самопіклування; Групова робота про програмі від МОЗ України «Самодопомога +»; Індивідуальні консультуванн про програмі від МОЗ України «Управління проблемами +»	Психологи центрів надання соціальних послуг; Психологи центрів життєстійкості Психологи ГО, БФ Фасилітатори «Самодопомога +» та «УП+»

Вважаємо, що ці рекомендації, при їх впровадженні здатні в значній мірі покращити психоемоційний стан внутрішньо переміщених осіб.

## Висновки до третього розділу

Емпіричне дослідження, результати якого представлені в третьому розділі, було спрямоване на виявлення особливостей психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб в залежності від місця їх проживання.

Були виявлені статистично значущі відмінності в рівнях агресії між респондентами двох вибірок. Встановлено, що рівень фізичної, вербальної та опосередкованої агресії значно вищий серед внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання, порівняно з тими, хто проживає у приватному житлі. Це може бути пов'язано з емоційною нестабільністю, невизначеністю та стресом, що супроводжують життя в умовах тимчасового проживання. Індекс агресивності також вказує на загальну підвищену агресивність респондентів першої вибірки, що підтверджує гіпотезу про зв'язок нестабільних житлових умов зі зростанням агресивної поведінки.

Дослідження рівня реактивної тривожності показало, що внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового перебування, мають значно вищий рівень тривожності, ніж ті, хто проживає у приватному житлі. Високий рівень тривожності серед респондентів першої вибірки може бути зумовлений нестабільністю житлових умов, невизначеністю та потребою постійної адаптації. Стабільні умови приватного житла сприяють зниженню рівня тривожності та покращують емоційний стан, що вказує на важливість забезпечення стабільності для покращення психоемоційного стану.

Аналіз рівня стресостійкості показав, що внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового проживання, мають значно нижчий рівень стресостійкості порівняно з тими, хто проживає у приватному житлі. Це свідчить про підвищену вразливість до стресу, що виникає через нестабільні житлові умови, відсутність безпеки та постійне відчуття невизначеності. З іншого боку, приватне

житло створює більш сприятливі умови для адаптації, що допомагає підвищити рівень стресостійкості та знизити рівень тривожності.

На основі результатів дослідження розроблено рекомендації щодо покращення психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання. Вони включають необхідність оптимізації житлових умов, психосоціальну підтримку для стабілізації емоційного стану та програми інтеграції внутрішньо переміщених осіб в нове середовище. Важливими є заходи з психоедукації, формування стресостійкості, а також соціальної підтримки, що сприятиме зниженню агресивності, тривожності та покращенню загальної адаптації. Ці рекомендації мають на меті забезпечення стійкості та покращення психологічного здоров'я внутрішньо переміщених осіб.

## ВИСНОВКИ

1. Проаналізовано та узагальнено теоретичні джерела щодо психологічних особливостей внутрішньо переміщених осіб. Розглянуто основні напрямки вивчення психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, проаналізовані та узагальнені дослідження агресивності, тривожності та стресостійкості переселенців, а також особливостей їх адаптації до нових умов проживання. Встановлено, що високий рівень агресивності і тривожності, а також низький рівень стресостійкості є характерними рисами, що негативно впливають на загальний психоемоційний стан внутрішньо переміщених осіб та їх адаптацію до нових умов проживання. Такі чинники як: невизначеність, тривога, травматичний досвід, соціальна ізоляція, матеріальні труднощі суттєво ускладнюють процес адаптації внутрішньо переміщених осіб.

2. Вивчення рівня агресивності у внутрішньо переміщених осіб показало, що ті, внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового проживання мають значно вищий загальний рівень агресії ніж ті внутрішньо переміщені особи, які проживають у приватному житлі. Виявлено статистично значущі відмінності між результатами двох вибірок. Це, ймовірно, пов'язано з емоційною нестабільністю, відчуттям небезпеки, а також відсутністю стабільності, що породжує напруження і ворожість. Внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового проживання часто демонструють фізичну та вербальну агресію, яка може проявлятися як форма реакції на постійне відчуття загрози і невизначеності.

3. Дослідження рівня тривожності у внутрішньо переміщених осіб в залежності від місця їх проживання показало, що рівень реактивної тривожності значно вищий серед внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового перебування. Це може бути зумовлено невизначеністю житлових умов, потребою постійної адаптації та страхом перед майбутнім. Високий рівень

тривожності відображає низьку життєву стабільність та необхідність постійно перебувати у готовності до змін. Внутрішньо переміщені особи, що мають стабільніші умови проживання, демонструють значно нижчий рівень тривожності, що свідчить про позитивний вплив приватного житла на психоемоційний стан.

4. Виявлено рівень стресостійкості внутрішньо переміщених осіб. Отримані дані показали що, рівень стресостійкості серед внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання, значно нижчий порівняно з тими, хто живе у приватному житлі. У респондентів першої вибірки було встановлені сильні кореляції між рівнем агресивності та стресостійкістю. Низький рівень стресостійкості є наслідком постійного перебування у стані невизначеності, страху і вразливості до зовнішніх стресових факторів. Стабільне житло забезпечує більш сприятливі умови для адаптації, підвищує стійкість до стресу та сприяє кращій емоційній стабільності, що підтверджується отриманими результатами.

5. Розроблено рекомендації щодо покращення психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового перебування. Акцент був зроблений на важливості оптимізації житлових умов, що включає створення стабільних та безпечних місць проживання, на необхідності психосоціальної підтримки, яка включає індивідуальне та групове консультування для зниження рівня тривожності та агресивності, а також на обов'язковості запровадження програм інтеграції, що сприяють соціальній адаптації.

6. Гіпотеза дослідження, яка передбачала, що психоемоційний стан внутрішньо переміщених осіб залежить від їхнього місця проживання, була підтверджена емпіричними даними. Зокрема, внутрішньо переміщені особи, які проживають у місцях тимчасового проживання, демонструють значно вищий рівень агресії, тривожності та низьку стресостійкість порівняно з тими, хто проживає у приватному житлі. Це свідчить про вплив житлових умов на психоемоційний стан та адаптацію внутрішньо переміщених осіб.

Отже, результати дослідження свідчать про важливість створення стабільних житлових умов для внутрішньо переміщених осіб як засобу забезпечення їх психоемоційного благополуччя.

Перспективи подальших досліджень: аналіз ефективності психосоціальної підтримки для зниження рівня тривожності та агресії серед внутрішньо переміщених осіб, які проживають у місцях тимчасового проживання; розвиток адаптаційних стратегій; вивчення захисних факторів, які сприяють підвищенню стресостійкості.

Ці дослідження допоможуть розробити ефективніші заходи для підтримки психоемоційного здоров'я внутрішньо переміщених осіб та їх успішної інтеграції в нове середовище.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бандурко В., Кришталь М. Особливості психічних станів у внутрішньо переміщених осіб. Наука про цивільний захист як шлях становлення молодих вчених / Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції курсантів, студентів, ад'юнктів (аспірантів). – Черкаси: Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України, 2023. С. 295-297. URL: [репозит.pdf](#) (дата звернення 17.09.2024)
2. Блінова, О. Є. Соціально-психологічні засади адаптації вимушених мігрантів [Текст] / О. Є. Блінова // Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – К. : Талком, 2016. – Том IX: Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія. – Вип. 9. – С. 58-66. URL: [Блінова\\_24.pdf](#) (дата звернення 12.05.2024)
3. Галієва О. М. Теоретичний аналіз поняття «тривожність». *Теорія і практика сучасної психології* : збірник наукових праць / за редакцією В.В. Зарицької. Класичний приватний університет, 2018. № 6. С. 107-110. URL: [https://www.researchgate.net/publication/337901388\\_TEORETICNIJ\\_ANALIZ\\_PONATTA\\_TRIVOZNIST](https://www.researchgate.net/publication/337901388_TEORETICNIJ_ANALIZ_PONATTA_TRIVOZNIST) (дата звернення 20.04.2024)
4. Гуменюк Л. Й., Бреус А.О. Соціально-психологічна адаптація вимушених переселенців в Україні. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна : 2017. Випуск 2. С. 108-122. URL: [Lviv State University of Internal Affairs Institutional Repository \(LvSUIAIR\): Соціально-психологічна адаптація вимушених переселенців в Україні \(lvduvs.edu.ua\)](#) (дата звернення 13.04.2024)
5. Деякі питання функціонування місць тимчасового проживання внутрішньо переміщених осіб : Постанова Кабінету Міністрів України № 930 від.

- 01.09.2023 р. : станом на 20.02.2014 р. URL: [Деякі питання функціонування міс... | від 01.09.2023 № 930 \(rada.gov.ua\)](#) (дата звернення 20.06.2024)
6. Домненко А.В., Сергієнко Н.П., Особливості емоційних станів вимушених переселенців // Сучасний стан розвитку екстремальної та кризової психології: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції X.: НУЦЗУ, 2017. – 326 с. – С. 87-90 URL: [УДК 159](#) (дата звернення 23.07.2024)
7. Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб» : Закон України № 1706-VII від 20.10.2014 р. : станом на 20.06.2024 р. URL [Про забезпечення прав і сво... | від 20.10.2014 № 1706-VII](#) (дата звернення 20.06.2024)
8. Іщук О. В., Лукасевич О. А. Соціально-психологічні особливості адаптації внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованих територій України. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Н.Ф. Шевченко, М.Г. Ткалич. Запоріжжя: ЗНУ, 2019. № 1 (15). С. 53-59 URL: [Microsoft Word - ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ.docx \(donnu.edu.ua\)](#) (дата звернення 14.09.2024)
9. Кердивар В. Психологічні особливості агресивності у внутрішньо переміщених осіб зі східних областей України. *Проблеми екстремальної та кризової психології* : 2021. № 2;2. С. 19-26. URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/13954> (дата звернення 11.06.2024)
10. Кердивар В.В. Поглиблений психологічний аналіз вразливих категорій внутрішньо переміщених осіб. *Науковий вісник ХДУ* : Серія психологічні науки. : 2019. №1. С. 217-222 URL: [Перегляд ПОГЛИБЛЕНИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ВРАЗЛИВИХ КАТЕГОРІЙ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ \(kspu.edu\)](#) (дата звернення 11.06.2024)
11. Кобець О., Микитчак А. Посттравматичні стресові стани та ресурси подолання стресу у вимушених переселенців. *Психологічний журнал* : 2024. № 12. С.

- 124-129. URL: [Посттравматичні стресові стани та ресурси подолання стресу у вимушених переселенців | Психологічний журнал \(udpu.edu.ua\)](#) (дата звернення 18.07.2024)
12. Коваль Г.Ш. Особливості впливу тривожності на поведінку в конфліктних ситуаціях у вимушених переселенців. Трансформація фінансової системи та обліку в умовах інноваційної локалізації національної економіки: Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Одеса, 25-26 жовтня 2018 року) – Одеса: «Друкарський дім», 208. – 280 с. – С. 196-197 URL: [Збірник-Конференції-ОТЕІ-25-26.10.2018-.doc.pdf](#) (дата звернення 21.08.2024)
13. Кравцов Д.Р. Аналіз теоретичних досліджень поняття «стресостійкість». Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України: тези доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції. м. Харків, 5 квітня 2019 р. С. 236-238. URL: [content](#) (дата звернення 23.07.2024)
- 14.Крючкова Ю.В. Особливості стресостійкості та використання копінг-стратегій студентами внутрішньо переміщеними і виїхавшими за кордон України. XII International scientific and practical conference «Scientific Theories and Practices as an Engine of Modern Development» (February 28 – March 1, 2024) Bratislava, Slovakia, International Scientific Unity. 2024. 304 p. С.257-261. URL: [Scientific theories and practices as an engine of modern development.pdf](#) (дата звернення 16.08.2024)
- 15.Кудінова М., Кожанова Д. Психологічні особливості внутрішньо переміщених осіб: теоретичний аналіз проблеми. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*, (2 (63), 17-24. URL: <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.2.2> (дата звернення 24.10.2024)
16. Леонова І. М. Теоретичний аналіз проблеми соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців в Україні. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015 №4 (29). С. 94-100

17. Липецька А. С. Особливості суб'єктивного добробуту переміщених осіб. *Теорія і практика сучасної психології* : збірник наукових праць / за редакцією В.В. Зарицької. Класичний приватний університет, 2019. № 3. Т. 1. С. 72-76. URL: [15.pdf \(kpu.zp.ua\)](#) (дата звернення 13.08.2024)
18. Логвінова М.О. Внутрішньо переміщені особи як категорія вимушених мігрантів: поняття та ознаки. *Науковий вісник . Серія Географічні науки* : 2019. № 11. С. 44-50. URL: [ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНІ ОСОБИ ЯК КАТЕГОРІЯ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ: ПОНЯТТЯ ТА ОЗНАКИ | Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Географічні науки» \(ksru.edu\)](#) (дата звернення 17.08.2024)
19. Методика оцінки стресостійкості та соціальної адаптації Холмса та Раге. StudFiles, 2019. URL: <https://studfile.net/preview/9937517/page:5/> (дата звернення: 05.03.2024).
20. Могильова Н.М. Особливості психічного здоров'я та психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб у умовах війни: досвід України. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2023. Випуск 2. С. 81-85. URL: [ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УМОВАХ ВІЙНИ: ДОСВІД УКРАЇНИ | Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права \(chasopys-ppr.dp.ua\)](#) (дата звернення 12.05.2024)
21. Музиченко І.В. Вимушені переселенці: проблема соціально-психологічної адаптації. *Освіта та розвиток обдарованої особистості* : 2016. № 9. С. 18-21. URL: [06.pdf \(iod.gov.ua\)](#) (дата звернення 10.07.2024)
22. Науменко Н. Наукові підходи вивчення психічних станів у фаховій літературі. *Вчені записки Університету «КРОК»*, (3(71), 184–192. URL: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-71-184-192> (дата звернення 21.07.2024)
23. Нечитайло І.С. Особливості проявів агресивності чоловіків та жінок у різних вікових групах: дослідження структурних компонентів. *Перспективи та*

- інновації науки. - 2024. - № 4(38). - С. 977-991 URL: <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/20883> (дата звернення 27.09.2024)
24. Педоренко, В. М. Особливості психоемоційного стану переселенців в умовах іншої країни (на прикладі Німеччини). *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, (5), 5-10. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.5.1> (дата звернення 01.10.2024)
25. Песоцька, Ю. (2022). Соціальна реабілітація та соціальна адаптація внутрішньо переміщених осіб. *Social Work and Education*, Vol. 9, No. 1. pp. 89-99. DOI: 10.25128/2520-6230.22.1.7 URL: <https://orcid.org/0000-0002-8028-7878> (дата звернення 24.08.2024)
26. Поджинська О.О., Ятищук А.А. Психологічна адаптація вимушених переселенців за кордоном. *Габітус. Соціальна психологія. Юридична психологія*. 2023. Випуск 23. С. 192 – 196.  
URL: <https://doi.org/10.32782/2663-5208> (дата звернення 29.09.2024)
27. Прохоренко О.С., Коняєва Л.Д. Особливості стресостійкості до психотравмуючих ситуацій в українських біженців. In: *The 4 th International scientific and practical conference “Innovations and prospects in modern science” (April 10-12, 2023) SSPG Publish, Stockholm, Sweden. 2023. 456 p. 2023. p. 297.*  
URL: <https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2023/04/INNOVATIONS-AND-PROSPECTS-IN-MODERN-SCIENCE-10-12.04.23.pdf#page=297>  
(дата звернення 26.10.2024)
28. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник [Текст] / [уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище]. – Вид. 2-ге, виправл. – Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. – 616 с. : іл. С. 82-85.
29. Ришко Г.М. Основні методологічні теорії та підходи вивчення стресостійкості особисті. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, II(10), Issue: 20, 2014С. 139-142. URL: [Rishko-G.M.-The-main-methodological-approaches-and-theories-stress-the-study-of-personality.pdf \(seanewdim.com\)](https://seanewdim.com/Rishko-G.M.-The-main-methodological-approaches-and-theories-stress-the-study-of-personality.pdf) (дата звернення 19.10.2024)

- 30.Рогів Е.І Система роботи психолога з дітьми різного віку. Підручники для студентів онлайн. URL: [Система роботи психолога з дітьми різного віку - Підручники для студентів онлайн](#) (дата звернення 26.05.2024)
- 31.Семікіна О.Є., Федченко В.Ю., Явдак І.О., Череднякова О.С., Волкова С.О. Особливості емоційного стану у внутрішньо переміщених осіб. *Психіатрія, неврологія та медична психологія* : 2020. № 13. С. 23-28. URL: <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2020-13-03> (дата звернення 16.09.2024)
- 32.Сердюк, А. "Психологічні особливості тривожності людей різного віку." *ОСВІТА І НАУКА* 1 (2021). URL: <https://e-journals.udu.edu.ua/index.php/on/article/download/569/486> (дата звернення 25.07.2024)
- 33.Спринська З.В. Психологічні особливості внутрішньо переміщених осіб. *Теорія і практика сучасної психології* : збірник наукових праць / за редакцією В.В. Зарицької. Класичний приватний університет, 2018. № 6. С. 50-56. URL: [Спринська З.В. Психологічні... - Google Академія](#) (дата звернення 14.07.2024)
- 34.Топоренко Г.С. Особливості емоційної сфери переселенців в Україні. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)* : 2023. № 13. С. 586-597. URL: [https://www.researchgate.net/publication/374339780\\_OSOBLIVOSTI\\_EMOCIJNO\\_I\\_SFERI\\_PERESELENCIV\\_V\\_UKRAINI](https://www.researchgate.net/publication/374339780_OSOBLIVOSTI_EMOCIJNO_I_SFERI_PERESELENCIV_V_UKRAINI) (дата звернення 13.09.2024)
- 35.Трофимчук, В. В. "Теоретичний аналіз феномену агресивність особистості." *Проблеми сучасної психології* 1 (2018): 184-188. URL: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe) (дата звернення 13.07.2024)
- 36.Трубавіна І. М. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа ведення випадку в соціальній роботі з ними / І. М. Трубавіна // Гібридна війна на Сході України в міждисциплінарному вимірі: витоки, реалії, перспективи реінтеграції : зб. наук. пр. / Держ. закл. "Луган. нац. ун-т ім. Т. Шевченка ; [за заг. ред. В. С. Курило, С. В. Савченко, О. Л. Караман]. – Старобільськ : ДЗ

- «ЛНУ ім. Т. Шевченка», 2017. – С. 320–342. URL: <http://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/1222>  
(дата звернення 25.06.2024)
37. Шиліна Н. Є. Проблема емоційного стану біженців та переселенців за умов військового конфлікту в Україні на прикладі студентів 5 курсу. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія : Психологія. Том 34 (73). №2. 2023. URL: [View of PSYCHOLOGICAL HEALTH AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE INDIVIDUAL AS A COMPONENT OF SATISFACTION WITH LIFE | PSYCHOLOGICAL JOURNAL \(apsijournal.com\)](#) (дата звернення 12.09.2024)
38. Шпак М.М., Багрій М. В. Стресостійкість працівників сфери торгівлі як чинник їх конкурентоспроможності. 2022. URL: [https://scholar.google.fi/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=uk&user=NOfsFzkAAAAJ&citation\\_for\\_view=NOfsFzkAAAAJ:JV2RwH3\\_ST0C](https://scholar.google.fi/citations?view_op=view_citation&hl=uk&user=NOfsFzkAAAAJ&citation_for_view=NOfsFzkAAAAJ:JV2RwH3_ST0C)  
(дата звернення 23.09.2024)
39. Psychological and environmental factors influencing resilience among Ukrainian refugees and internally displaced persons: a systematic review of coping strategies and risk and protective factors Damiano Rizzi<sup>1,2,3</sup> \*, Giulia Ciuffo<sup>3,4</sup> , Marta Landoni<sup>4</sup> , Matteo Mangiagalli<sup>1,5</sup> and Chiara Ionio<sup>3,4</sup> URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology#editorial-board>
40. Siriwardhana Chesmal, Shirwa Sheik, Bayard Roberts, Robert Stewart. A systematic review of resilience and mental health outcomes of conflict-driven adult forced migrants. Conflict and Health 2014, URL: <http://www.conflictandhealth.com/content/8/1/1> (дата звернення 27.10.2014)
41. Ukraine Collective Site Monitoring: Round 13, June - July 2024. UNHCR. URL: [Ukraine | CCCM Cluster](#) (дата звернення 23.10.2024)

## АНОТАЦІЯ

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню особливостей психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб в залежності від місця їх проживання. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, який складається з 41 найменування та додатків. Робота містить 5 таблиць та 11 малюнків.

У першому розділі представлений аналіз теоретичних джерел щодо особливостей психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб та особливостей їх адаптаційного процесу. У другому розділі представлена характеристика вибірки дослідження, а також представлений опис методів дослідження. У третьому розділі узагальнені результати емпіричного дослідження та описані виявлені відмінності у психоемоційному стані між внутрішньо переміщених осіб, які проживають в місцях тимчасового проживання та внутрішньо переміщених осіб, які проживають у приватному житлі.

**Ключові слова:** внутрішньо переміщені особи, психоемоційний стан, тривожність, агресивність, стресостійкість, адаптація, місце тимчасового проживання.

## ANNOTATION

The qualification work is devoted to the study of the peculiarities of the psycho-emotional state of internally displaced persons depending on their place of residence. The work consists of an introduction, three chapters, conclusions, a list of references consisting of 41 titles and appendices. The paper contains 5 tables and 11 figures.

The first section presents an analysis of theoretical sources on the peculiarities of the psycho-emotional state of internally displaced persons and the peculiarities of their adaptation process. The second section describes the characteristics of the study sample and presents a description of the research

methods. The third section summarizes the results of the empirical study and describes the differences in the psycho-emotional state between internally displaced persons living in temporary housing and internally displaced persons living in private housing.

**Keywords:** internally displaced persons, psycho-emotional state, anxiety, aggressiveness, stress resistance, adaptation, place of temporary residence.