

ПРЕДИКТОРИ ЯКОСТІ ЖИТТЯ УКРАЇНСЬКОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Юлія Павлова¹, Іванна Боднар², Петро Петрица³, Тетяна Синиця⁴, Ганна Жара⁵

¹доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри теорії і методики фізичної культури Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського, Львів, Україна, pavlova.j.o@gmail.com

²доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського, Львів, Україна, ivannabodnar@ukr.net

³кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання та реабілітації Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, Тернопіль, Україна, petrytsa@tnpu.edu.ua

⁴кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри хореографії і танцювальних видів спорту Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», Полтава, Україна, sinicata@ukr.net

⁵доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, Чернігів, Україна, zhannafarm@gmail.com

Вступ. Російське вторгнення в Україну супроводжується жахливими втратами серед цивільного населення – на березень 2023 року загинуло 8 173 цивільних осіб, ще понад 13 тис. поранено. Понад 14,5 млн українців виїхали з країни після 24 лютого, і 7,7 млн зареєстровано в країнах Європи як одержувачів тимчасового захисту. За попередніми оцінками Міністерства здоров'я України через війну понад 15 млн українців будуть мати проблеми з здоров'ям та наступне десятиліття потребуватимуть допомоги [3] як результат ментального виснаження, травм та жорстокості російських військовослужбовців.

Війни становлять суттєву загрозу здоров'ю цивільного населення, вони підсилюють уже наявні у популяції ознаки нездоров'я. У групі ризику перебувають особи, які зазнали воєнних дій на першій лінії фронту, показники здоров'я відрізняються залежно від близькості до зони війни чи безпосередньої участі у ній. Суттєвий вплив можуть мати також деякі демографічні чинники, такі як стать, проживання в міській місцевості, наявність дітей або людей похилого віку в сім'ї та проживання на території, окупованій російськими військами [4]. З одного боку вплив кумулятивних травматичних подій і втрат призводить до надзвичайно високого ризику дистресу. Серед довгострокових наслідків війни – знецінення, погіршення професійного та соціального функціонування, проблеми зі здоров'ям, зниження якості життя та психічні розлади. З іншого боку незважаючи на травматичні події ми отримуємо новий досвід та навчаємося новому, а відповідно повертаємося до життя з новими перспективами та цінністю, вмінням долати труднощі [2]. Відповідно, і резиліентність, і посттравматичний ріст пов'язані з благополуччям людини.

У нашому дослідженні ми зосереджуємося на пошуку предикторів суб'єктивного благополуччя молодих людей у час війни. Ми акцентуємо увагу на задоволеності власним життям, що є когнітивною частиною суб'єктивного благополуччя та є оцінкою індивідом якості свого життя на основі особистого унікального набору критеріїв [1]. Ми припускаємо, що молоді люди з різних регіонів України мають різний досвід війни, і, відповідно, задоволеність життям визнають не лише індивідуальні, але й контекстуальні параметри.

Дослідження виконане в рамках наукового проекту «Young Ukrainians' Experiences and Perspectives of the Russia-Ukraine War. A Mixed-Methods Investigation on How to Promote Resilience and Sustainable Peacebuilding», що отримав Small Grant Award від Дивізіону 48 «The Society for the Study of Peace, Conflict & Violence» Американської психологічної асоціації [5].

Методи дослідження. Проведено соціологічне опитування (грудень 2022 – лютий 2023), у анкетуванні взяли участь 593 студенти віком $18,90 \pm 2,35$ років. Серед респондентів 10,3 % відзначили, що мають досвід життя в умовах окупації, 13,6 % перебували на території України де проходили контактні військові бої, 31,5 % змінили місце проживання або навчання через війну. Для дослідження проведено переклад і адаптацію стандартизованих методик для визначення рівня задоволеності життям («Satisfaction with life scale»), надії (Herth Hope Index), оптимізму («Life

orientation test»), посттравматичного росту («Post traumatic growth inventory»), резилієнтності («Brief Resilient Coping Scale») та копінг-стратегій («Brief COPE»). Дані аналізували з використанням описової статистики та регресійного аналізу.

Результати дослідження. Серед опитаних 56,3 % мали високий рівень задоволеності життям, 60,8 % мали середній або високий рівень оптимізму, 58,7 % мали середній або високий рівень посттравматичного зростання, для 60,5 % характерний середній або високий рівень резилієнтності. Незначна частина респондентів (11,3 %) мали вищі шанси на помірну або важку безнадійність. Життя в окупації було суттєво пов'язане із задоволеністю життям ($\chi^2(1) = 9,42$, $p < 0,01$, $\phi = 0,125$), тоді як активні бойові дії в місці проживання не були значущими для задоволеності життям.

Жінки мали достовірно вищі рівні задоволеності життям та посттравматичного зростання, порівняно з чоловіками. Водночас стосовно рівня надії, оптимізму, стійкості та поширеності копінг-стратегій відмінностей у осіб різної статі не виявлено.

За результатами регресійного аналізу серед достовірних предикторів задоволеності життям були стать, життя в окупації, рівні надії, оптимізму та особистого посттравматичного росту, резилієнтність та окремі копінг-стратегії (самовідволікання і пошук емоційної підтримки). Отримана модель пояснювала 42,8% від загальної дисперсії ($R = 0,654$, $R^2 = 0,428$, $F(13, 579) = 33,4$, $p < 0,001$).

Висновки. Наше дослідження є одним з перших, яке зосереджено не лише на негативних аспектах травми, а дозволяє глибше зрозуміти вплив війни на благополуччя населення України, зокрема молоді. Незважаючи на зниження суб'єктивного благополуччя, більшість респондентів мали високий або помірний рівень посттравматичного росту або стійкості. Можна виокремити два типи предикторів благополуччя студентської молоді у час війни – індивідуальні (наприклад, оптимізм, надія, резилієнтність, посттравматичне зростання) і контекстуальні (життя в окупації). Виявлені відмінності у рівнях посттравматичного зростання чоловіків і жінок можуть бути наслідком ряду соціальних змін, що відбулися в країні внаслідок війни. Це також сприяє зміні поглядів на роль і можливості жінки в українському суспільстві, а також на її місце в майбутній відбудові країни.

Джерела та література

1. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*. 1999. Vol. 125. № 2. P. 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
2. Fino, E., Mema, D., & Russo, P. M. (2020). War trauma exposed refugees and posttraumatic stress disorder: The moderating role of trait resilience. *Journal of Psychosomatic Research*. 2020, Vol. 129, 109905. <https://doi.org/10.1016/J.JPSYCHORES.2019.109905>
3. The Ministry of Economy of Ukraine. (2022, December 9). Ukraine Will Build an Effective System of Providing Psychological Assistance to Preserve the Mental Health of the Nation. URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/v-ukraini-pobuduiut-efektyvnu-systemu-nadannia-psykholohichnoi-dopomohy-zarady-zberezhenia-mentalnoho-zdorovia-natsii>
4. Xu, W., Pavlova, I., Chen, X., Petrytsa, P., Graf-Vlachy, L., & Zhang, S. X. Mental health symptoms and coping strategies among Ukrainians during the Russia-Ukraine war in March 2022. *International Journal of Social Psychiatry*. 2023. <https://doi.org/10.1177/00207640221143919>
5. Young Ukrainians' Experiences and Perspectives of the Russia-Ukraine War a Mixed-Methods Investigation on How to Promote Resilience and Sustainable Peacebuilding. *Int. Psychol. Bull.* 2022. Vol. 27, № 1. URL: <https://div52.net/ipb-2023-27-1/>