

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
УПРАВЛІННЯ МОЛОДІ ТА СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ВІЙСЬКОВОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЗАХІДНОЇ ПАРАНИ (БРАЗИЛІЯ)
ЛИТОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я
НАСЕЛЕННЯ «СПОРТ ДЛЯ ВСІХ»

ПРОБЛЕМИ АКТИВІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ



Матеріали XIV Міжнародної
науково-практичної конференції
(10–11 травня 2024 року)

За загальною редакцією Любові ЧЕХОВСЬКОЇ

Львів
ЛДУФК ім. Івана Боберського
2024

fizycznej na organizm człowieka. *Rehabilitation and Recreation*. 2022. № 12. С. 98–106.

3. Global recommendations on physical activity for health. Geneva : World Health Organization, 2010. 58 p.

4. Ogonowska-Słodownik A., Kosmol A., Morgulec-Adamowicz N. Aktywność fizyczna, skład ciała i sprawność funkcjonalna kobiet powyżej 60 roku życia uczestniczących w zorganizowanej aktywności fizycznej. *Gerontologia Polska*. 2016. № 24. S. 102–108.

5. Павлова Ю., Виноградський Б., Шеремета С. Вплив силових навантажень на якість життя і фізичне здоров'я. *Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини*, м. Львів, 13–15 квітня 2016 р. Львів, 2016. Вип. 20, т. 4. С. 103–109.

UDC 612.013:159.942-054.73

**JAKOŚĆ ŻYCIA I STAN PSYCHO-EMOCJONALNY
Kobiet w okresie wczesnej dorosłości,
jako osób wewnętrznie przemieszczonych**

Olena Andrieieva, Anna Hakman, Anna Volosiuk

*Narodowy Uniwersytet Wychowania Fizycznego i Sportu Ukrainy,
Kijów, Ukraina*

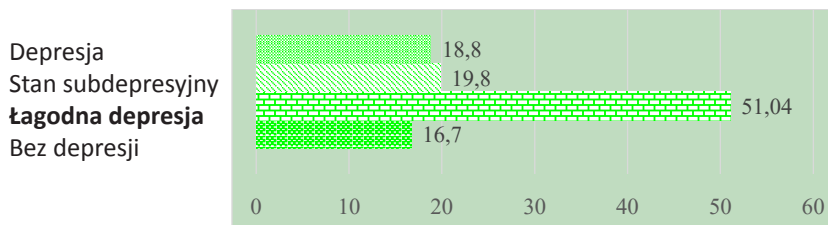
Wstęp. Pełnowymiarowa inwazja Federacji Rosyjskiej na Ukrainę w dniu 24 lutego 2022 r. i ciągle ostrzały całego jej terytorium wywołały największą migrację ludności od czasu uzyskania niepodległości. Na początku marca 2022 r. odnotowano migrację około 3,5 miliona osób, które zostały zmuszone do opuszczenia swoich domów w poszukiwaniu bezpieczeństwa, ochrony i pomocy [5]. Większość z nich otrzymała status osób wewnętrznie przesiedlonych (ang. IDP – internally displaced person, ukr. ВПО) [1]. Wydarzenia, które spowodowały migrację, utratę bliskich, zmianę miejsca zamieszkania, adaptację do

nowych warunków doprowadziły do zaburzeń związanych ze stresem pourazowym, stresu, chorób psychosomatycznych, innych urazów psychofizjologicznych i wpłynęły na ich zdrowie i jakość życia [4]. Wszystko to wywołało przewlekłe, somatyczne choroby społeczeństwa. Warto zauważyć, że problem związany z oczekiwaniem długości i jakości życia jest również bardzo dotkliwy. Indywidualne postrzeganie zdrowia jest wyrażane przez pojęcie jakości życia związanej ze zdrowiem [2]. Głównie osoby wewnątrznie przesiedlone najczęściej cierpią na depresję, gdyż opuścili tereny objęte działaniami wojennymi, znajdowali się w centrum konfliktu zbrojnego, byli świadkami brutalnych wydarzeń i doświadczyli licznych wstrząsów psychicznych [3].

Celem badania jest określenie poziomu jakości życia i depresji u kobiet w okresie wczesnej dorosłości, jako osób wewnątrznie przemieszczonych. W naszej opinii są one kategorią wyjątkowo podatną na depresję spośród osób wewnątrznie przemieszczonych, w kontekście wojny ukraińsko-rosyjskiej.

Do osiągnięcia celu badawczego wykorzystano komplementarny zestaw metod, a mianowicie: analizę teoretyczną i systematyzację badań naukowych nad stanem psychofizycznym osób wewnątrznie przemieszczonych i ich jakości życia; metody socjologiczne oraz metody obliczeń statystycznych.

Wyniki badań i ich omówienie. Po określeniu poziomu depresji u wewnątrznie przemieszczonych kobiet w okresie wczesnej dorosłości (ocenianego za pomocą skali Becka) stwierdziliśmy, że większość respondentek ma łagodny poziom depresji (51,04%). 19,8% osób ma umiarkowany poziom depresji (stan subdepresyjny), co jest niepokojące, ponieważ ich stan ma tendencję do depresji. 18,8% uczestniczek badania wykazało wysoki poziom depresji. Zatem ponad połowa uczestniczek badania ma łagodny poziom depresji. Badania wskazują, że częstość występowania objawów depresyjnych wśród tej kategorii kobiet jest wysoki (ryc. 1).



Ryc. 1. Poziom depresji wśród kobiet w okresie wczesnej dorosłości, jako osób wewnątrznie przemieszczonych (n=96), %

Oceniliśmy również poziom jakości życia wśród przesiedlonych kobiet w pierwszym okresie ich dorosłego życia za pomocą kwestionariusza SF-36: 45,8% (prawie połowa) respondentek wskazało średni poziom jakości życia (od 40 do 60 punktów). Tylko jedna ankietowana spośród wszystkich badanych wskazała wysoki poziom.

Analizując komponenty jakości życia, łączny wynik komponentu fizycznego wynosi 42,59. Wskazuje to na średni poziom. Dla celów dalszych rozważań przy opracowywaniu programów korekcyjnych i działań mających na celu poprawę jakości życia, warto zwrócić uwagę na te komponenty, które uzyskały niższe wyniki: stan zdrowia (42,33958) i aktywność fizyczna (42,23958).

O niższym poziomie jakości życia świadczą również wyniki komponentu psychologicznego: aktywność społeczna (43,70833333 pkt) i witalność (43,5625 pkt).

Wnioski. Określono poziom depresji u kobiet wewnątrznie przemieszczonych w okresie wczesnej dorosłości. Większość z nich ma łagodny poziom depresji (51,04%), umiarkowany poziom stwierdzono u 19,8% respondentek, a wysoki u 18,8%. Wyniki te wskazują że bardzo ważnym jest zwracanie uwagi na zdrowie psychiczne osób wewnątrznie przemieszczonych. Zaleca się zapewnienie im wsparcia psychologicznego i dostępu do pomocy

психосоціальної в цілю поліпшення якості життя poprzez zaangażowanie в активність фізичну.

Бадання wykazало, że ponad połowa respondentów ma średni poziom jakości życia, jednak jego elementy, takie jak активність фізична і ogólny stan zdrowia, wymagają szczególnej uwagi і wskazują на потребу opracowania programów korekcyjnych і środków mających на цілю jego poprawę.

Wyniki te stanowią podstawę do dalszych badań і opracowania programów interwencyjnych в цілю poprawy stanu psycho-emocjonalnego і ogólnej jakości życia tej kategorii społeczeństwa.

Пісьмиенство

1. Міжнародна організація з міграції. URL: <https://ukraine.iom.int/uk/dani-ta-resursy>

2. Павлова Ю., Боднар І., Петрица П., Синиця Т., Жара Г. Предиктори якості життя української студентської молоді під час війни. *Фізична активність і якість життя людини : зб. тез доп. VII Міжнар. наук.-практ. конф.* (8 черв. 2023 р.) / уклад.: А. В. Цьось, С. Я. Индика. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. С. 7–8.

3. Bielikova N., Indyka S., Tsos A., Vashchuk L. Quality of Life in War-Affected Population. *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*. 2022. N 1(57). P. 3–9. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2022-01-03-09>

4. Ji-Hyun Kang, Moon-Jeong Kim. Factors influencing the health-related quality of life in Korean menopausal women: a cross-sectional study based on the theory of unpleasant symptoms. *Korean Journal of Women Health Nursing*. 2022. N 28(2). P. 100.

5. United Nations. URL: <https://www.un.org/site-search/?query=2022>