

ЗВІТ

про виконану роботу над проектом «Вплив досвіду війни на здоров'я українців: основні стресори та психосоціальні чинники резистентності стресу під час повномасштабного вторгнення» в межах дослідницьких проектів з коштів Фонду (ендаументу) проєктів МБФВКМА для розвитку науки, інновацій та наукової освіти в НаУКМА (Фонду (ендаументу) «Наука») (02/2024-04/2024 року)

доц. Мальцевої К.С.

Виконаний проєкт являє собою кількісне дослідження стресорів, пов'язаних із війною, і психосоціальних чинників, які допомагають мінімізувати вплив таких стресорів на здоров'я українців під час повномасштабного вторгнення. Проблематика дослідження стосується когнітивного виміру стресу, зокрема доступних індивідам психосоціальних ресурсів, що змінюють сприйняття міри загрозовості ситуацій, зменшуючи рівень суб'єктивного стресу (англ. *perceived stress*), і таким чином дозволяють опиратися деструктивному впливу травматичного досвіду війни на інтенсивність стресової реакції та, через неї, на показники психічного та фізичного здоров'я. Основні напрямки роботи проєкту включають:

(1) виокремлення основних стресорів, пов'язаних з війною, що мають травматичний характер та можуть мати деструктивні наслідки для психічного та фізичного здоров'я українців прямо чи опосередковано;

(2) вимірювання диференційованого впливу об'єктивно пережитого стресу (англ. *stress exposure*) та сприйняття стресу (англ. *perceived stress*) на показники здоров'я та соціальну перцепцію українців (включаючи їхню оцінку згуртованості, довіри, якості стосунків між людьми тощо, які можуть впливати на рівень стресу);

(3) вимірювання диференційованого впливу об'єктивно пережитого стресу (англ. *stress exposure*) та сприйняття стресу (англ. *perceived stress*) на здоров'я українців, які залишилися в країні, та які евакуювалися у більш безпечні регіони; та

(4) виокремлення соціально-психологічних чинників, які допомагають протистояти деструктивним впливам стресу на здоров'я під час повномасштабного вторгнення.

Мета проєкту полягала в поясненні впливу суб'єктивного та об'єктивного стресу на показники здоров'я, і формулюванні механізму цього впливу в умовах війни.

Для реалізації мети проєкту було передбачено виконання таких **завдань**:

(1) розробити дослідницький інструмент (анкету), щоб виокремити, описати та класифікувати основні стресори, пов'язані з війною, що мають деструктивні наслідки для психічного та фізичного здоров'я прямо чи опосередковано; завдання виконано повністю.

(2) Створити метрики для оцінки впливу об'єктивного та суб'єктивного стресу на показники здоров'я українців; завдання виконано повністю.

(3) Перевірити, яким чином і якою мірою зустріч із стресорами, пов'язаними з війною, впливає на світогляд українців, передусім на їхнє почуття згуртованості, міру ідентифікації з групою, сприйняття соціальної підтримки та спільності цінностей; завдання виконано і розроблено напрями для наступного дослідження.

(4) Перевірити, яким чином об'єктивний стрес (травматичний досвід), рівень суб'єктивного стресу та соціальна підтримка впливають на показники самооцінки здоров'я у вибірці; завдання виконано і розроблено напрями для подальшого дослідження.

(5) Виміряти диференційований прямий та опосередкований вплив об'єктивного та суб'єктивного стресу на здоров'я українців, які залишилися в країні та які евакуювалися у більш безпечні регіони; аналіз даних триває для уточнення ефектів.

(6) Виокремити соціально-психологічні чинники, які допомагають протистояти деструктивним впливам стресу у наслідках для здоров'я під час повномасштабного вторгнення; завдання виконано і розроблено напрями для подальшого дослідження.

Для розробки дослідницької програми було опрацьовано нову літературу з проблематики, а також проведено роботу над спеціально-орієнтованою літературою.

Згідно графіку, за звітний період було виконано наступні форми запланованої емпіричної роботи. В межах плану, робота над дослідницьким проектом розпочалася 1 лютого 2024 р. Перед цим у січні 2024 р. було проведено підготовчий етап для початку емпіричної роботи. На стартовому етапі проекту було розроблено дослідницьку стратегію та у відповідності визначено ключові стратегічні цілі та вузлові моменти у їх досягненні. Згідно цих рішень було розплановано послідовність дій на наступні тижні та розписано план збору даних із етапами аналізу та можливих покращень інструменту для подальших проектів з тематики. На момент написання звіту було розроблено дослідницьку програму, сформовано три анкети, з яких адміністровано дві анкети і за їх допомогою здійснено збір даних по двох вибірках (N=310 та N=251). У результаті було створено два масиви первинних даних, які є наразі проаналізовані. Отримані для проекту дані пройшли чистку та перевірку якості по обох масивах (тест split-half $r=1,0$), і були перекодовані для роботи у SPSS/Excel. Результати аналізу готуються до друку і частково представлені у цьому звіті.

Подальший збір даних з акцентом на взаємодії змінних родинного SES в дитинстві, стресу упродовж життя та психологічних показників під час повномасштабного вторгнення заплановано найближчим часом. Наразі готується до запуску третя з розроблених анкет, яка має відповідний фокус (Соціальні умови дитинства, стрес упродовж життя та психосоціальні ресурси українців під час повномасштабного вторгнення). Анкета містить 207 змінних.

Дослідження 1. Цінності та сплавлення ідентичності з групою (*Identity fusion*) під час війни

Для збору даних було розроблено анкету, яка складалася з таких блоків: особисті цінності (77 запитань), колективні цінності (47 запитань), сприйняття подібності респондента до інших українців (1 запитання), сприйняття респондентом зміни культурних цінностей в Україні через війну (1 запитання), сприйняття респондентом зміни самих українців через війну (1 запитання), контрольний список стресових подій (для оцінки пережитих стресових епізодів, 23 запитання¹), шкала сприйняття стресу (11 запитань), шкала депресії (21 запитання), шкала процвітання (8 запитань), шкала осмисленості життя (Sense of coherence, 13 запитань), шкала самопожертви (3 запитання), шкала сплавлення індивідуальної та групової ідентичностей (7 запитань), три окремих запитання, що вимірювали оптимістичне ставлення до життя, і демографічний блок (38 запитань). Загальна кількість змінних в анкеті становила 256 (включаючи відкриті запитання, які супроводжували деякі шкали для отримання коментарів респондентів у вигляді якісних (текстових) даних (N=5)). Всі запитання в шкалах, крім клінічної шкали депресії, мали формат Лікерта і використовували віяло відповідей від 1 до 4.

В результаті адміністрування гугл-форми було отримано відповіді від 342 осіб (див. Дослідження 1 у Додатках). Після чистки та перевірки якості даних в аналізі брали участь 310 респондентів (62% жінки, вік респондентів від 16 до 77 років) із повними наборами відповідей та відсутністю ідентичних відповідей в межах окремих блоків.

¹ З яких 18 стосувалися стресових подій і 5 стосувалися досвіду вимушеної міграції, якщо такий досвід мав місце.

Після виконання процедур, необхідних для перед-аналізу даних, було здійснено аналіз середніх тенденцій (обчислені середнє, стандартне відхилення та мода) для усіх змінних; середні потім було просортовано (здійснено ранжування) для усіх змінних, крім демографічних. Для всіх шкал (n=6) було обчислено альфи Кронбаха та утворено кумулятивні індекси: депресії (BDI-I $\alpha=0,890$), психологічного процвітання (Diener's Flourishing scale $\alpha=0,829$), сплавлення індивідуальної та групової ідентичностей (Identity Fusion, $\alpha=0,895$), самопожертви ($\alpha=0,774$) та почуття послідовності (Sense of Coherence, $\alpha=0,774$). Всі шкали мають високу чи достатньо високу внутрішню послідовність і можуть застосовуватись для подальших аналітичних процедур. Індекс пережитого стресу шкалою не є, а являє собою контрольний список подій, які, за висновками попередніх досліджень, мають травматичний потенціал і здатні впливати на фізичне чи психічне здоров'я індивідів. Оскільки внутрішня кореляція між їхніми складниками не може очікуватись за визначенням, альфи Кронбаха для цієї метрики не наводяться.

Всі метрики було скорельовано із самозвітними метриками здоров'я та самопочуття (вираженими як окремі змінні) для перевірки наявності асоціацій між ними та силу/напрямок цих асоціацій. Результати конвергентної валідності представлено у Таблиці 1.

Таблиця 1. Кореляції метрик

Correlations of metrics													
	Quality of Life	Perceived similarity with others	Perceived cultural values change	Perceived change in people	Stress exposure index	Identity Fusion Index	Self-sacrifice scale	LACK of Sense of coherence Index	Perceived Stress index	BDI Index	Flourishing Index	OPT-1 Цей світ - хороше місце.	OPT-2 Я люблю життя.
Quality of Life	1	-0,090	0,065	-0,073	-0,011	-,115*	-,178*	-,216*	-,203*	-,205*	,286**	,231**	,135*
Perceived similarity with others	-0,090	1	0,065	,165**	0,009	,363**	,230**	-0,075	-0,006	-0,087	,140*	,163*	,159*
Perceived cultural values change	0,065	0,065	1	,486**	0,074	0,108	0,020	0,102	,140*	0,107	-0,025	-0,079	-0,052
Perceived change in people	-0,073	,165**	,486**	1	0,043	,241**	,154*	0,102	,135*	0,093	0,052	0,032	0,002
Stress exposure index	-0,011	0,009	0,074	0,043	1	,187**	0,086	0,067	0,077	,185**	0,029	-0,103	-0,092
Identity Fusion Index	-,115*	,363**	0,108	,241**	,187**	1	,382**	-,124*	-0,006	0,047	,330**	,151**	,172**
Self-sacrifice scale	-,178*	,230**	0,020	,154*	0,086	,382**	1	0,004	-0,006	-0,060	,242**	0,091	,129*
LACK of Sense of coherence Index	-,216*	-0,075	0,102	0,102	0,067	-,124*	0,004	1	,667**	,552**	-,454**	-,346**	-,305**
Perceived Stress index	-,203*	-0,006	,140*	,135*	0,077	-0,006	-0,006	,667**	1	,571**	-,422**	-,381**	-,355**
BDI Index	-,205*	-0,087	0,107	0,093	,185**	0,047	-0,060	,552**	,571**	1	-,525**	-,365**	-,462**
Flourishing Index	,286**	,140*	-0,025	0,052	0,029	,330**	,242**	-,454**	-,422**	-,525**	1	,481**	,557**
OPT-1 Цей світ - хороше місце.	,231**	,163*	-0,079	0,032	-0,103	,151**	0,091	-,346**	-,381**	-,365**	,481**	1	,579**
OPT-2 Я люблю життя.	,135*	,159*	-0,052	0,002	-0,092	,172**	,129*	-,305**	-,355**	-,462**	,557**	,579**	1
OPT-3 У своїй більшості люди за своєю природою є добрі і заслуговують довіри.	,154*	,219**	0,039	,139*	-0,022	,298**	0,095	-,262**	-,253**	-,217**	,462**	,573**	,504**

*. Корреляція значима на рівні 0,05 (двухстороння).

** . Корреляція значима на рівні 0,01 (двухстороння).

Поширеність та інтенсивність стресорів

З поміж опитаних респондентів, крім одного (респондентка жіночої статі, що виїхав в Польщу перед початком війни і зазначив нуль стресових подій), всі учасники опитування мали досвід перелічених у списку стресових подій, зазначаючи від 3 до 16 подій як такі, з якими респондент безпосередньо зіткнувся. Це вказує на кластерний характер зустрічей зі стресом під час війни. За своїм характером пережиті стресори формують три дистинктивні категорії, які демонструють помітну градацію. Зокрема, більшість людей відзначали, що переживали такі події, як сирени тривоги, повітряні атаки ракетами чи дронами, бомбосховища, почуття провини за свій недостатньо активний внесок у захист України та вказували, що включалися в волонтерську роботу. Наступна категорія стресорів була пов'язана із досвідами перебування прифронтових зонах (артобстріл, перебої із харчуванням, матеріальні втрати та втрати близьких на фронті). Найінтенсивніші (травматичні) стресори були найменш поширені (Рис. 1, Таблиця 2).

Рис. 1. Превалентність стресових подій у вибірці



Таблиця 2. Проранжовані пережиті стресові події

Пережиті стресові події	кількість людей у вибірці, які їх зазначили
чули сирени повітряної тривоги два рази чи більше	302
перебували в Україні 24 лютого 2022 р.	298
були свідками ракетних атак чи атак дронів	265
мали обмежений доступ до інтернету/мобільного зв'язку чи не мали його взагалі	254
переміщалися у бомбосховище, підвал тощо	247
мали Ви почуття провини, що робите недостатньо для захисту/перемоги України	237
мають друзів, які беруть участь у бойових діях?	231
брали участь у волонтерській діяльності під час повномасштабного вторгнення	225
втратили родичів/друзів, які загинули на фронті	117
мають членів сім'ї, які беруть участь у бойових діях	101
ставали свідками артобстрілу	101
мають родичів, які перебували/перебувають на окупованих територіях	98
мали обмежений доступ до продуктів харчування	90
житло/ житло близьких було зруйноване	88
втратили родичів/друзів, які були цивільними і загинули внаслідок війни	47
мали обмежений доступ до питної води	39
перебували/перебувають на окупованих територіях	22
були учасником бойових дій (ЗСУ, ТРО, медики, добровольці тощо)	21

Цінності індивідуального та колективного рівнів: ступінь узгодженості

Індивідуальні (персональні) цінності є більш універсальні, тому, тому, очікувано, вони мали більш високий консенсус серед респондентів (середня кореляція 0,26), ніж культурні цінності (середня кореляція яких становила 0,19). Результати аналізу принципів компонент наведено на Рис. 2 та 3

Рис. 2. Аналіз консенсусу індивідуальних цінностей

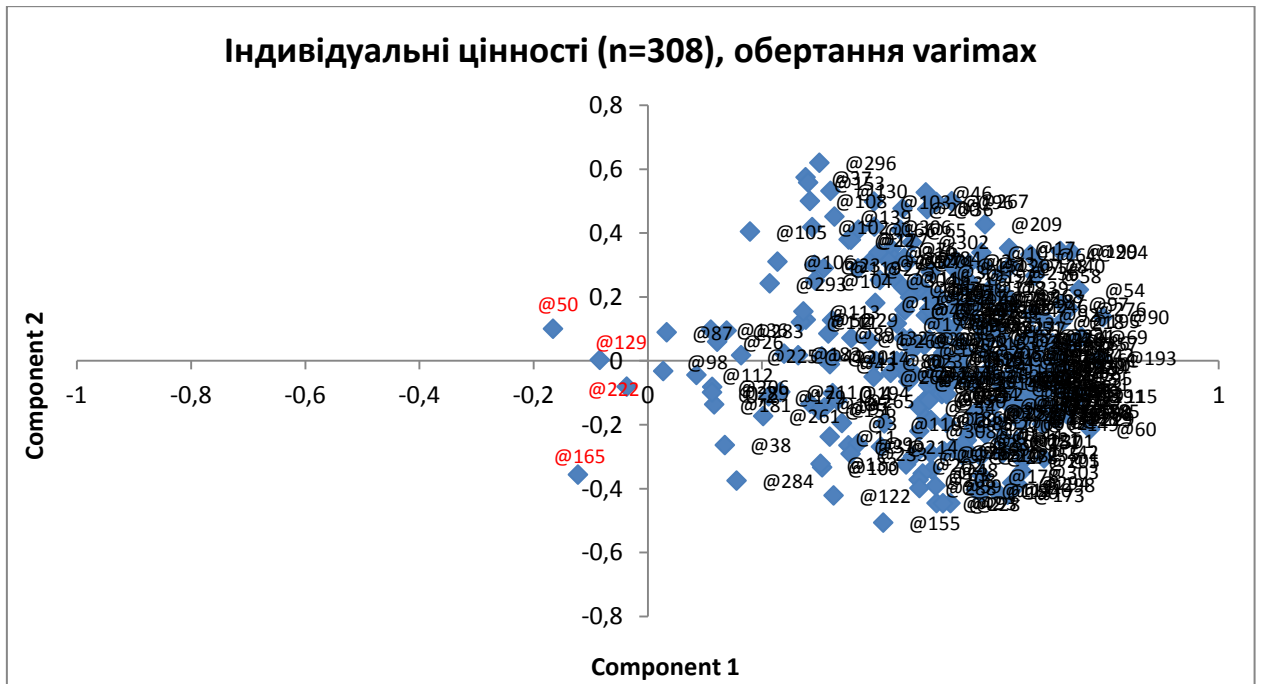
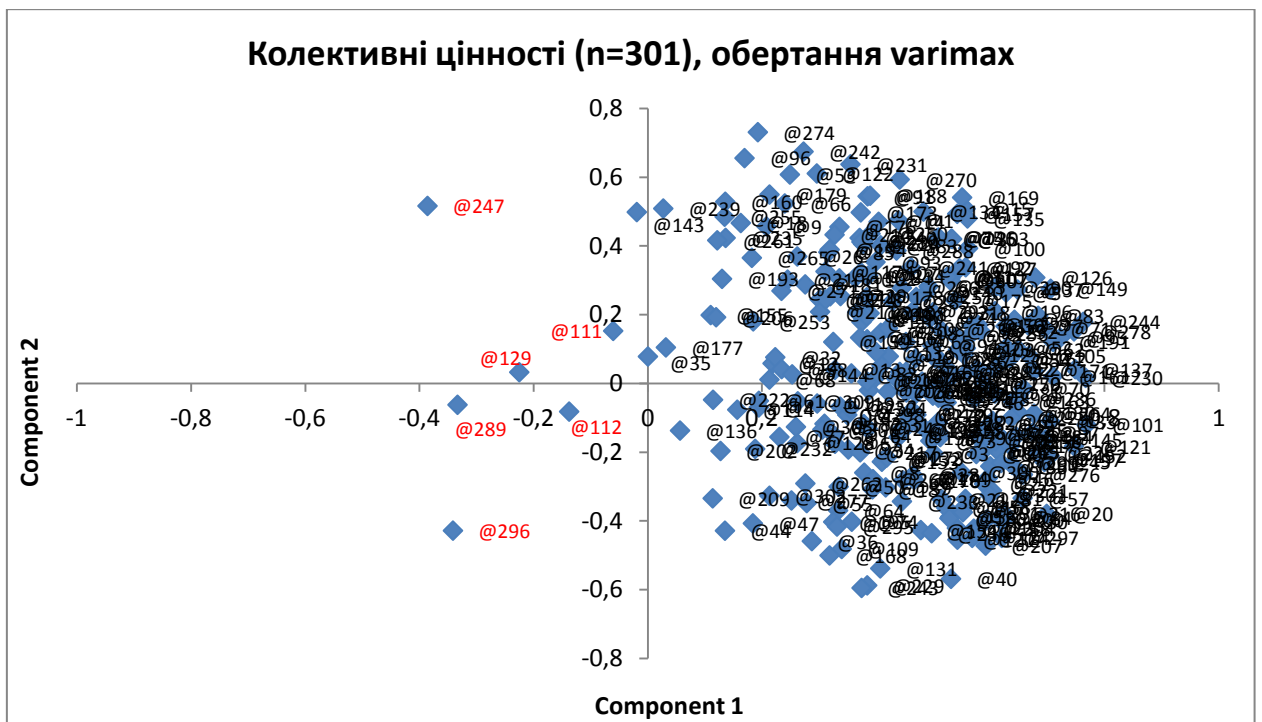


Рис. 2. Аналіз консенсусу колективних цінностей



Перегукуючись з цим результатом, майже три чверті учасників вважають себе подібним до решти українців; більшість учасників також вбачають зміни у культурних цінностях українців та переважна більшість вважає, що українці самі змінилися з початку вторгнення (Рис. 3-5).

Рис.3 Сприйняття власної схожості з іншими українцями



Рис. 4 Сприйняття змін в українських цінностях

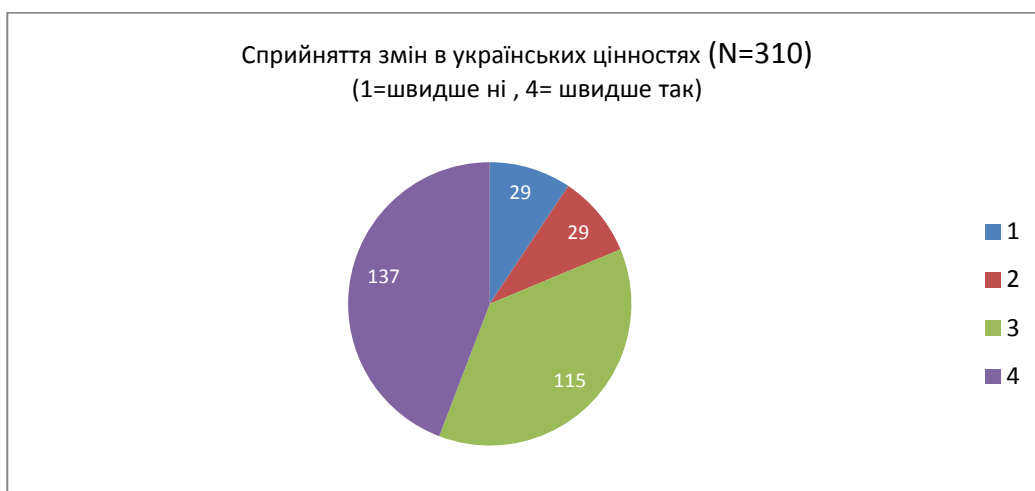


Рис.5 Сприйняття змін в людях в Україні



У подальшому аналізі з застосуванням регресійних моделей було виявлено, що індивіди, чиї персональні цінності більш точно вписувались в «усереднені», узагальнені цінності індивідів у вибірці, також були схильні підтримувати твердження, що вказували на їхню готовність до самопожертви заради групи ($\beta=0,125$, $p\leq 0,05$), і вони також вказували, що українці змінилися під час війни ($\beta=0,171$, $p\leq 0,05$). Індивіди, чиї особисті цінності були більш конгруентні із усередненим груповим профілем, також звітували про кращі показники здоров'я під час війни ($\beta=0,183$, $p\leq 0,001$).

Колективні цінності мали подібний вектор впливу, але характеризувалися більш потужними ефектами. Зокрема, індивіди, чия підтримка колективних цінностей вписувалася в загальний патерн по вибірці, також були схильні вважати себе подібними до решти українців ($\beta=0,157$, $p\leq 0,05$) та стверджувати, що українці змінилися під час війни ($\beta=0,226$, $p\leq 0,05$).

Індивіди, які були більш схильними до самопожертви заради групи, також вбачали більш високу подібність між самим собою та рештою українців ($\beta=0,230$, $p\leq 0,000$) та вважали, що українців дуже змінила війна ($\beta=0,154$, $p\leq 0,05$).

Сплавлення індивідуальної ідентичності з колективною, хоча не мало зв'язків із цінностями колективного чи персонального типу, тим не менш виступало предиктором більш високого сприйняття подібності себе з рештою українців ($\beta=0,363$, $p\leq 0,000$) та більш вираженого сприйняття того, що українців змінила війна ($\beta=0,241$, $p\leq 0,05$). Індивіди, які демонструють сплавлення індивідуальної та колективної ідентичності також схильні стверджувати, що більшість людей за своєю природою є хорошими людьми ($\beta=0,298$, $p\leq 0,001$). Ці зв'язки виявились найбільш потужними у масиві.

Регресійний аналіз

Стрес У дослідженні вимірювалися об'єктивний та суб'єктивний рівні стресу, що постає у контексті збройного конфлікту. Об'єктивний стрес вимірювався за допомогою контрольного списку стресових подій, які можуть зустрічатися під час війни (на основі опублікованих досліджень психічного здоров'я під час конфліктів). Суб'єктивний вимірювався як перцепція стресогенності доквілля респондента за допомогою скороченої шкали перцепції стресу Ш. Коена (Cohen et al., 1983). Таким чином, в інструменті було дві метрики для оцінки індивідуального рівня стресу. Оскільки у епідеміологічних дослідженнях вплив суб'єктивного стресу на здоров'я постає як більш потужний чинник, порівняно із об'єктивно пережитим стресом, цей зв'язок перевірявся у першу чергу. Результати проведеного дослідження підтверджують, що у вибірці перцепція стресу суттєво позначалася на погіршених самооцінках здоров'я та самозвітах стосовно самопочуття респондентів (статистично-значущий прямий зв'язок), тим часом як об'єктивно пережиті події такого впливу не мали (Табл. 3).

Слід зазначити, що хоча індекс пережитих подій не демонстрував прямого впливу на здоров'я, він виступав предиктором депресії ($\beta=0,185$, $p\leq 0,001$), яка, у свою чергу, типово впливає на показники здоров'я, що вказує на можливість опосередкованих зв'язків між пережитим стресом та наслідками у здоров'ї. У той же час вплив суб'єктивного стресу був у кілька разів вищий на рівні $\beta=0,571$ ($p\leq 0,000$) (Таблиця 3).

У свою чергу, високий рівень перцепції стресу деструктивно позначався на почутті послідовності (тобто відчутті логіки у всьому, що відбувається), знижував рівень процвітання, якості життя та оптимістичного світосприйняття, тим самим демонструючи руйнівні наслідки для позитивного психічного здоров'я та психосоціальних ресурсів у учасників дослідження (Таблиця 3).

Таблиця 3. Регресійний аналіз (прості лінійні регресії)

	1st factor IND values	1st factor COL values	Індекс сп. Індекс саг	Сприйняття власної схожості з рештою українців	Сприйняття культурних змін в Україні	Сприйняття змін в українцях	Індекс пережитих стресових подій	Сприйняття пережитого стресу	Брак відчуття послідовн ості	BDI Index (депресія)	Якість життя	Процвітання	Самооцінка здоров'я	Самопочуття
1st factor IND values			0,125*			0,171**				-0,103 (p=0,072)		0,096 (p=0,093)	0,183**	0,106 (p=0,064)
1st factor COL values				0,157*		0,226***	0,101 (p=0,079)		-0,139*					
Індекс сплавлення ідентичності			0,382***	0,363***	0,108 (p=0,056)	0,241***	0,187*		-0,124*		-0,115*	0,330***		
Індекс самопожертви	0,125*		0,382***	0,230***		0,154*					-0,178**	0,242***	0,149*	
Індекс пережитих стресових подій		-0,101 (p=0,079)	0,187**							0,185**				
Сприйняття пережитого стресу					0,140**	0,135**			0,667***	0,571***	-0,203***	-0,422***	-0,251***	-0,277***
Брак відчуття послідовності		-0,139*	-0,124*	0,102 (p=0,074)	0,102 (p=0,072)			0,667***	0,552***	-0,126***	-0,454***	-0,454***	-0,141*	-0,257***
BDI Index (депресія)	-0,103 (p=0,072)				0,107 (p=0,059)		0,185**	0,571***	0,552***	-0,205***	-0,205***	-0,525***	-0,328***	-0,430***
Процвітання	0,096 (p=0,093)		0,330***	0,242***	0,140*			-0,422***	-0,454***	-0,525***	0,286***		0,271***	0,256***
Якість життя			-0,115*	-0,178**				-0,203***	-0,216***	-0,205***		0,286***	0,160*	0,117*
Оптимізм-1 (Цей світ - хороше місце)	-0,129*		0,151*	0,116*				-0,381***	-0,346***	-0,365***	0,231***	0,481***	0,184***	0,203***
Оптимізм-2 (Я люблю життя)			0,172*	0,129*	0,159*			-0,355***	-0,305***	-0,462***	0,135*	0,557***	0,224***	0,199***
Оптимізм-3 (Більшість людей варті довіри)			0,298***	0,219***		0,139*		-0,253***	-0,262***	-0,217***	0,154*	0,462***	0,198***	0,152*

У своїх зв'язках із метриками здоров'я, високий рівень перцепції стресу негативно впливав як на самооцінки здоров'я, так і на самопочуття респондентів (Таблиця 3). Вплив на самопочуття був дещо більш потужним, однак обидва ефекти мали однаково високий рівень статистичної значущості.

Депресія Загалом депресія є потужним предиктором поганого здоров'я і в епідеміологічних дослідженнях розглядається як предиктор негативних наслідків у здоров'ї. У вибірці метрика депресії, відповідно до очікувань, мала серію негативних ефектів у сфері фізичного і емоційного добробуту, особливо вражаючи якість життя та самопочуття (Таблиця 3). Брак відчуття послідовності та логіки у всьому, що відбувається навколо, мала подібний патерн негативних ефектів, однак дещо меншу потужність, (Таблиця 3).

Ресурси стресостійкості Протидію депресивному афекту і високому сприйняттю стресу складало оптимістичне світосприйняття; всі три метрики оптимізму мали зворотній патерн зв'язків із наслідками у сфері фізичного та психічного здоров'я, порівняно із стресом (Таблиця 3). Це вказує на важливу роль оптимізму під час випробувань, з якими зіштовхують індивіди під час війни. Особливо цікаво знахідкою є більш високий рівень оптимізму у тих респондентів, які мали виражене сплавлення індивідуальної ідентичності із колективною (Таблиця 3), що підтримує висловлене в літературі припущення про зиски сплавлення ідентичності для психічного здоров'я під час криз.

Дослідження 2. Стрес та різні виміри психічного здоров'я українців під час повномасштабного вторгнення

Для збору даних було розроблено анкету, яка складалася з таких блоків: контрольний список стресових подій (для оцінки пережитих стресових епізодів, 23 запитання²), шкала сприйняття стресу (11 запитань), сприйняття подібності респондента до інших українців (1 запитання), сприйняття респондентом зміни культурних цінностей в Україні через війну (1 запитання), шкала депресії (21 запитання), шкала процвітання (8 запитань), шкала осмисленості життя (Sense of coherence, 13 запитань), три окремих запитання, що вимірювали оптимістичне ставлення до життя, і демографічний блок (41 запитання). Загальна кількість змінних в анкеті становила 146 (включаючи відкриті запитання, які супроводжували деякі шкали для отримання коментарів респондентів у вигляді якісних (текстових) даних (N=5)). Всі запитання в шкалах, крім клінічної шкали депресії, мали формат Лікерта і використовували віяло відповідей від 1 до 4.

В результаті адміністрування гугл-форми було отримано відповіді від 254 осіб (72,8% жінки, 24,8% чоловіки, 6 індивідів ідентифікувались як інше; вік респондентів варіювався від 16 до 63 років) (див. Дослідження 2 у Додатках). Після чистки та перевірки якості даних в аналізі брали участь 251 респондент із повними наборами відповідей та відсутністю ідентичних відповідей в межах окремих блоків.

Після виконання процедур, необхідних для перед-аналізу даних, для всіх шкал (n=6) було обчислено альфи Кронбаха та утворено кумулятивні індекси: депресії (BDI-I $\alpha=0,899$), психологічного процвітання (Diener's Flourishing scale $\alpha=0,847$), тривожності ($\alpha=0,824$), осмисленості життя (Eudaemonia scale $\alpha=0,892$) та почуття послідовності (Sense of Coherence, $\alpha=0,728$). Всі шкали мають високу чи достатньо високу внутрішню

² З яких 18 стосувалися стресових подій і 5 стосувалися досвіду вимушеної міграції, якщо такий досвід мав місце.

послідовність і можуть застосовуватись для подальших аналітичних процедур. Індекс пережитого стресу не є шкалою, а являє собою контрольний список подій, які, за висновками попередніх досліджень, мають травматичний потенціал і здатні впливати на фізичне чи психічне здоров'я індивідів. Оскільки внутрішня кореляція між їхніми складниками не може очікуватись за визначенням, альфи Кронбаха для цієї метрики не наводяться.

Всі метрики було потім скорельовано із самозвітними метриками оптимізму, здоров'я та самопочуття (вираженими як окремі змінні) для перевірки наявності асоціацій між ними та силу/напрямок цих асоціацій (Таблиця 4).

Для кожної з метрик було проведено серію лінійних та множинних регресій (контролюючи вік та стать) з метриками здоров'я (самооцінка стану здоров'я та самооцінка типового самопочуття) та стресостійкості (оптимістичне світосприйняття), в яких психологічні шкали виступали незалежними змінними. У Таблиці 3 наведено узагальнення з регресійного аналізу. За попередніми висновками, основні тенденції у площині деструктивної ролі перцепції стресу у формуванні депресивних симптомів, впливу депресії на погіршення здоров'я та ролі оптимізму як складової ресурсу стресостійкості, що спостерігаються в українській вибірці, мають результати, подібні до зарубіжних соціально-епідеміологічних досліджень. Основні результати регресійного аналізу стисло сформульовано нижче у Таблиці 5.

Стрес Основними предикторами сприйняття високого рівня стресу виступали наявність депресивної симптоматики, виражена тривожність, а також жіноча стать (Таблиця 5). Всі ці показники впливають на рівень інтенсивності суб'єктивного стресу в кілька разів сильніше, ніж фактично пережиті події. У відповідності до опублікованих раніше даних, такі риси, як оптимізм та осмисленість життя знижують сприйняття високої інтенсивності стресу.

Стрес та самооцінки здоров'я та самопочуття Як і в попередньому дослідженні, фактичні пережиті стресові події мали менший вплив на самооцінки здоров'я та самопочуття респондентів, ніж сприйняття високого рівня стресу. Це звертає увагу на важливість когнітивного виміру стресу в процесі впливу стресу на здоров'я. Однак найбільш потужним предиктором погіршення здоров'я у вибірці була депресивна симптоматика (Таблиця 5).

Депресія Загалом найбільш потужними предикторами депресії у вибірці виступала тривожність, а основним буфером проти неї – відчуття осмисленості життя та оптимізм. Важливими виглядає зв'язки між депресією, інтенсивним переживанням стресу, тривожністю та втратою відчуття того, що те, що відбувається навколо, має логічний сенс і послідовність. Цей концептуальний вузол потребує подальшого дослідження в контексті збройного конфлікту, але також і в мирний час. Також додавали до ймовірності розвинути депресію під час війни жіноча стать та юний вік.

Позитивне психічне здоров'я Психологічне процвітання (позитивне психічне здоров'я) та якість життя спостерігалися у тих опитаних, хто звітував про відчуття осмисленості та цілі у своєму житті, а також у оптимістів. Хоча ці чинники не гарантували кращих результатів у площині наслідків для здоров'я безпосередньо, вони впливали на проміжні конструкти (як-от зменшували відчуття інтенсивності стресу та відчуття логіки у тому, що відбувається), і тим самим можуть опосередковано сприяти кращим результатам у галузі самопочуття. Цей аспект потребує емпіричної перевірки.

Таблиця 4. Кореляції метрик (кореляції Пірсона)

	Кореляції									
	Stress exposure index	Perceived stress index	Sense of coherence index	Anxiety index	Meaning in life index	BDI I index	Flourishing index	Quality of life (var)	Як Ви оцінюєте свій нинішній стан здоров'я загалом?	Зазвичай що з наступного найкраще описує Ваш стан самопочуття?
Кореляція Пірсона										
Stress exposure index	1									
Perceived stress index	,137 [*]	1								
Sense of coherence index	,215 ^{**}	,657 ^{**}	1							
Anxiety index	0,029	,628 ^{**}	,535 ^{**}	1						
Meaning in life index	0,026	-,468 ^{**}	-,529 ^{**}	-,288 ^{**}	1					
BDI I index	,167 ^{**}	,666 ^{**}	,685 ^{**}	,457 ^{**}	-,648 ^{**}	1				
Flourishing index	0,048	-,541 ^{**}	-,577 ^{**}	-,383 ^{**}	,809 ^{**}	-,696 ^{**}	1			
Quality of life (var)	-,180 ^{**}	-,269 ^{**}	-,341 ^{**}	-0,006	,395 ^{**}	-,395 ^{**}	,392 ^{**}	1		
Як Ви оцінюєте свій нинішній стан здоров'я загалом?	-,176 ^{**}	-,338 ^{**}	-,300 ^{**}	-,124 [*]	,242 ^{**}	-,386 ^{**}	,328 ^{**}	,319 ^{**}	1	
Зазвичай що з наступного найкраще описує Ваш стан самопочуття?	-,169 ^{**}	-,396 ^{**}	-,335 ^{**}	-,257 ^{**}	,296 ^{**}	-,437 ^{**}	,358 ^{**}	,363 ^{**}	,591 ^{**}	1

*. Кореляція значуща на рівні 0,05 (двостороння).

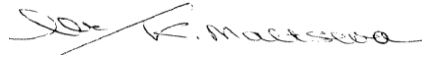
** . Кореляція значуща на рівні 0,01 (двостороння).

Таблиця 5. Підсумки множинних регресій

	Сприйняття стресу (індекс)	Adj R2	Брак відчуття послідовно- сті	Adj R2	BDI-I (Індекс депресії)	Adj R2	Тривожні- сть (індекс)	Adj R2	Якість життя (var)	Adj R2	Процвітання (індекс)	Adj R2	Осмысле- ність життя (індекс)	Adj R2	ОПТ-1 (var)	Adj R2	ОПТ-2 (var)	Adj R2	ОПТ- 3(var)	Adj R2	Самооцінка здоров'я (var)	Adj R2	Самопочуття (var)	Adj R2	
Індекс передитих стресових подій	0,132*		0,225***		0,173**		0,032		-0,172**													-0,174**		-0,167**	
Вік	-0,137*	0,14	-0,204**	0,1	-0,214**	0,1	-0,202**	0,15	0,04	0,03											0,01	0,021	0,01	0,02	
Стать	0,315***		0,105		0,143*		0,303***		-0,077												-0,043		-0,043		
Сприйняття стресу (індекс)			0,668***		0,662***		0,559***		-0,336***		-0,573***		-0,523***		-0,204**	-0,385***	-0,180**				-0,408***		-0,446***		
Вік			-0,103*	0,44	-0,117	0,45	-0,128*	0,42	-0,132*	0,09	0,139*	0,3	0,111*	0,26	0,278***	0,12	0,224***	0,19	0,217**	0,07	-0,107	0,136	-0,069	0,16	
Стать			0,097		-0,06		0,125*		0,102		0,180**		0,227***		0,099	0,183**	0,07				0,122		0,091		
Брак відчуття послідовності (індекс)	0,612***				0,653***		0,473***		-0,386***		-0,562***		-0,530***		-0,247***	-0,414***	-0,192*				-0,337***		-0,365***		
Вік	-0,013	0,48			-0,079	0,47	-0,110*	0,36	-0,162*	0,14	0,107*	0,3	0,078	0,29	0,258***	0,14	0,196**	0,22	0,204	0,08	-0,118	0,099	-0,079	0,11	
Стать	0,250***				0,077		0,250***		0,039		0,061		0,121*		0,062	0,108	0,034				0,03		-0,011		
BDI-I (індекс депресії)	0,618***		0,666***				0,380***		-0,454***		-0,697***		0,668***		-0,246***	-0,538***	-0,186**				-0,437***		-0,470***		
Вік	-0,004	0,48	-0,054	0,46			-0,123*	0,28	-0,180**	0,19	0,102*	0,5	0,043	0,44	0,254***	0,14	0,165**	0,33	0,203**	0,08	-0,143*	0,169	-0,107	0,2	
Стать	0,228***		0,016				0,247***		0,064		0,072		0,161**		0,071	0,142**	0,04				0,058		0,019		
Тривожність (індекс)	0,573***		0,528***		0,413***						-0,389***		-0,307***		-0,144*	-0,177**	-0,061				-0,165*		-0,292***		
Вік	-0,014	0,41	-0,083	0,29	-0,119*	0,21					0,136*	0,2	0,117	0,10	0,275***	0,1	0,238***	0,09	0,228**	0,05	-0,087	0,014	-0,070	0,06	
Стать	0,148*		-0,046		0,026						0,113		0,152*		0,077	0,113	0,030				0,041		0,036		
Осмысленість (індекс)	-0,466***		-0,515***		-0,637***		-0,267***		0,430***		0,799***				0,328***	0,617***	0,207***				0,262***		0,311***		
Вік	-0,046	0,34	-0,078	0,31	-0,089	0,46	-0,152*	0,22	-0,165**	0,18	0,071	0,7			0,246***	0,18	0,164**	0,44	0,203**	0,09	-0,101	0,058	-0,067	0,09	
Стать	0,350***		0,148*		0,191*		0,321***		-0,031		-0,052				0,014	0,023	0,000				-0,025		-0,071		
Оптимізм-1 (Цей світ - хороше місце)	-0,194**		-0,255***		-0,251***		-0,133*		0,240***		0,396***		0,349***										0,154*		
Вік	-0,070	0,16	-0,111	0,11	-0,126*	0,12	-0,159*	0,16	-0,162*	0,05	0,093	0,2	0,072	0,13									0,059	0,01	
Стать	0,329***		0,126*		0,162**		0,310***		-0,014		-0,018		0,047										-0,058		
Оптимізм-2 (Я люблю життя)	-0,358***		-0,420***		-0,535***		-0,156*		0,310***		0,609***		0,645***									0,280***		0,356***	
Вік	-0,031	0,25	-0,014	0,21	-0,056	0,33	-0,161**	0,17	-0,174*	0,09	0,046	0,4	0,002	0,41								-0,131*	0,064	-0,109	0,11
Стать	0,344***		0,143*		0,185**		0,315***		-0,024		-0,041		0,020									-0,026		-0,074	
Оптимізм-3 (Більшість людей варті довіри)	-0,165*		-0,192**		-0,182**		-0,055		0,139*		0,327***		0,213**										0,129*		
Вік	-0,089	0,15	-0,143*	0,08	-0,159*	0,1	-0,187**	0,15	-0,122	0,01	0,135*	0,1	0,127*	0,06									-0,043	0,01	
Стать	0,325***		0,120*		0,156*		0,306***		0,09		-0,009		0,056										-0,054		

З огляду на те, що з часів другої світової війни це перший крупний збройний наземний конфлікт в європейському регіоні і вплив війни на здоров'я європейців відтоді не досліджувався (дані концентруються переважно на близькосхідних регіонах тощо), збір цих даних характеризується науковою новизною і є теоретично та методологічно важливим не лише для українських соціальних наук, але і для світової наукової спільноти.

17/05/2024



Мальцева К.С.

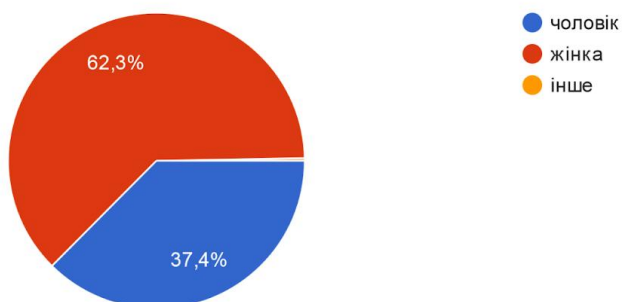
завідувач кафедри соціології,
керівник проекту

Додатки

Дослідження 1. Цінності та сплавлення ідентичності з групою (*Identity fusion*) під час війни

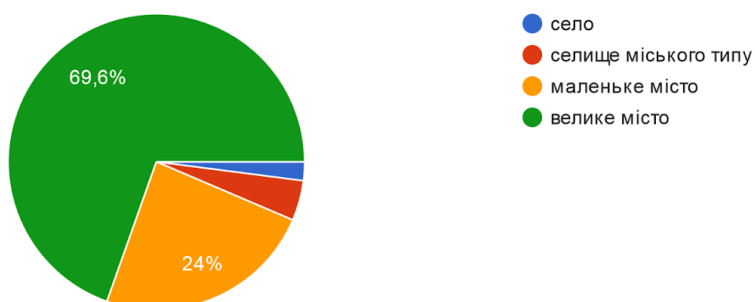
Вкажіть, будь ласка, Вашу стать?

342 ответа



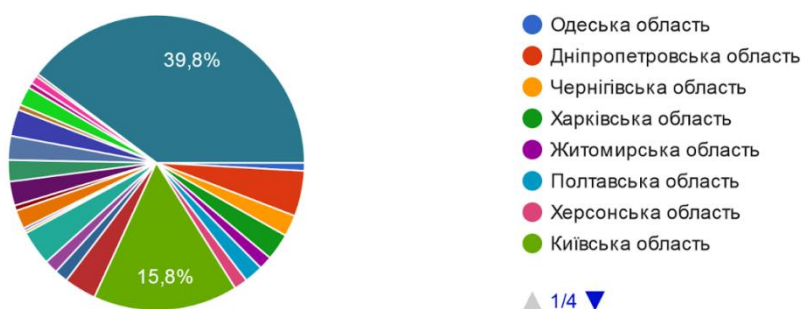
Звідки Ви?

342 ответа



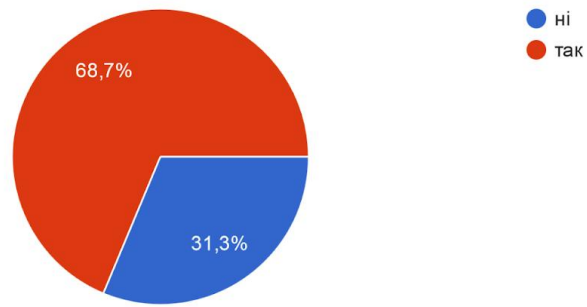
Звідки Ви (будь ласка, вкажіть регіон)?

342 ответа



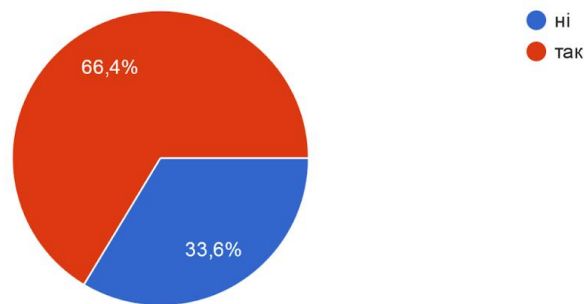
Чи у Вас є брати чи сестри?

342 ответа



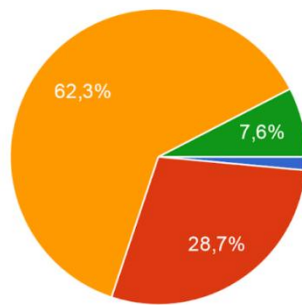
Чи Ви зараз працюєте?

342 ответа



Яке твердження найбільше відповідає фінансовому становищу Вашої родини нині?

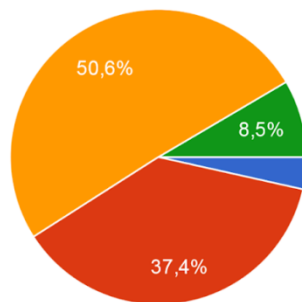
342 ответа



- Нам не вистачає грошей навіть на їжу, ми маємо борги.
- Нам вистачає грошей на їжу, але купувати одяг вже важко.
- Ми можемо дозволити собі купувати деякі коштовні речі (такі як телевізор або холодильник).
- Ми можемо дозволити собі купити все, що захочемо.

Яке твердження найбільше відповідало фінансовому становищу Вашої родини, коли Ви були маленькі?

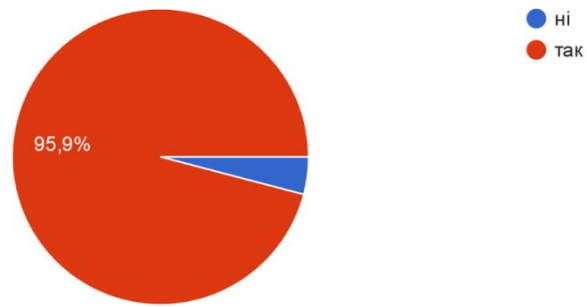
342 ответа



- Нам не вистачало грошей навіть на їжу, ми мали борги.
- Нам вистачало грошей на їжу, але купувати одяг вже було важко.
- Ми могли дозволити собі купувати деякі коштовні речі (такі як телевізор або холодильник).
- Ми могли дозволити собі купити все, що захочемо.

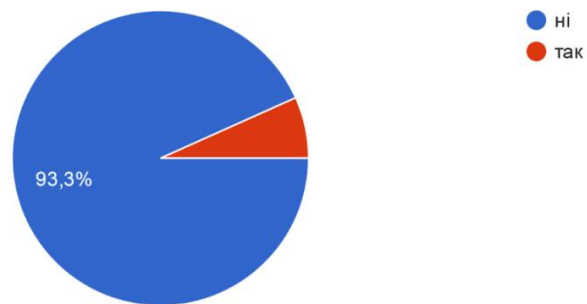
Коли розпочалася повномасштабна війна 24 лютого 2022 р., чи Ви перебували в Україні?

342 ответа



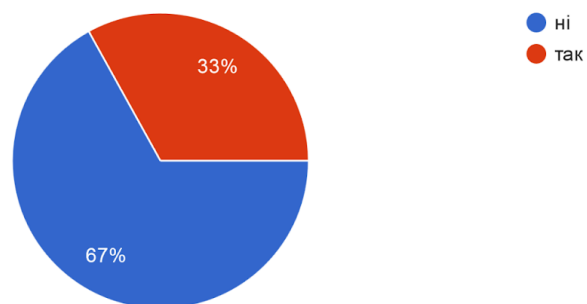
Чи Ви були учасником бойових дій (ЗСУ, ТРО, медики, добровольці тощо)?

342 ответа



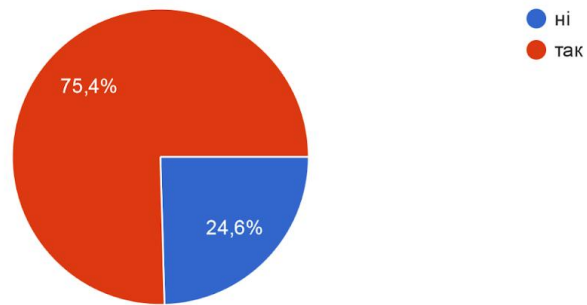
Чи Ви маєте членів сім'ї, які беруть участь у бойових діях?

342 ответа



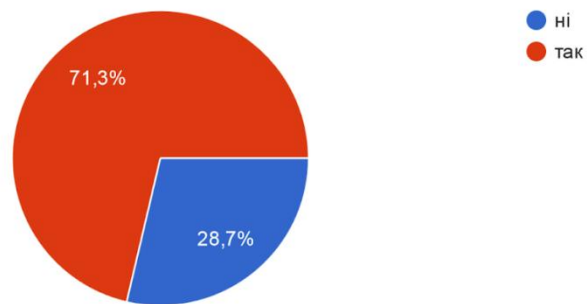
Чи Ви маєте друзів, які беруть участь у бойових діях?

342 ответа



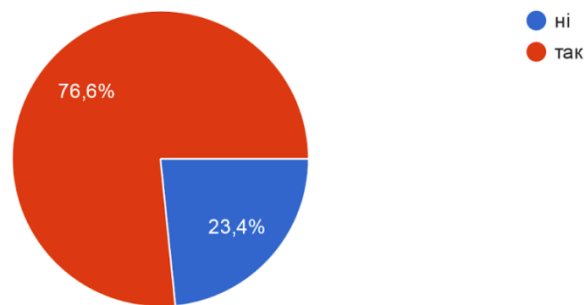
Чи Ви брали участь у волонтерській діяльності під час повномасштабного вторгнення?

342 ответа



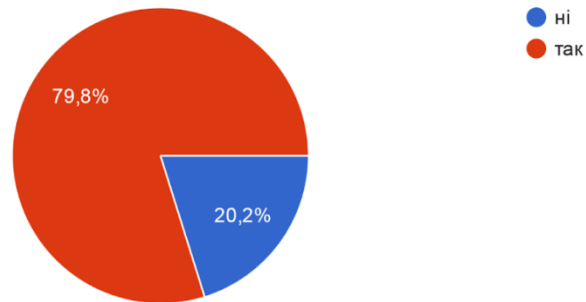
Чи мали Ви почуття провини, що робите недостатньо для захисту/перемоги України?

342 ответа



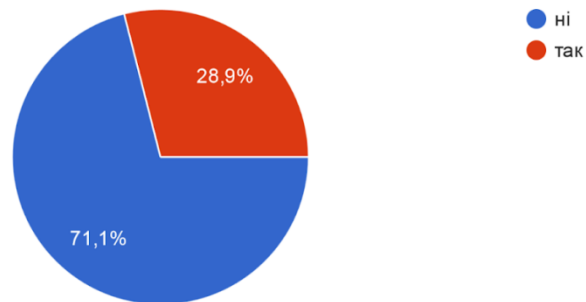
Чи змушені Ви були в якийсь момент між лютим 2022 р. та зараз переміщатися у пошуках більш безпечного місця перебування (бомбосховище, підвал, метро)?

342 ответа



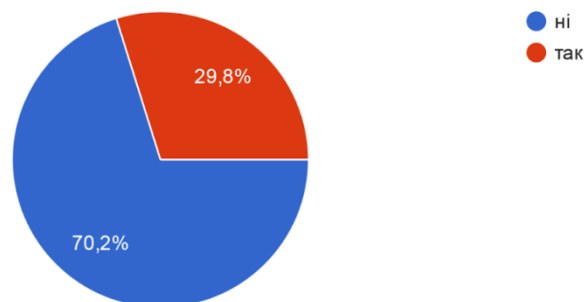
Чи Ваше житло або житло Ваших близьких було пошкоджене/зруйноване внаслідок бойових дій ?

342 ответа



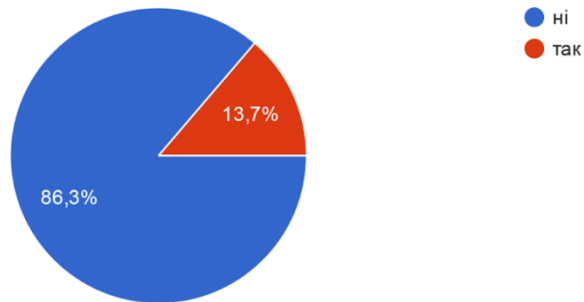
Чи були періоди часу між лютим 2022 р. та зараз, коли Ви мали обмежений доступ до продуктів харчування чи не мали його взагалі?

342 ответа



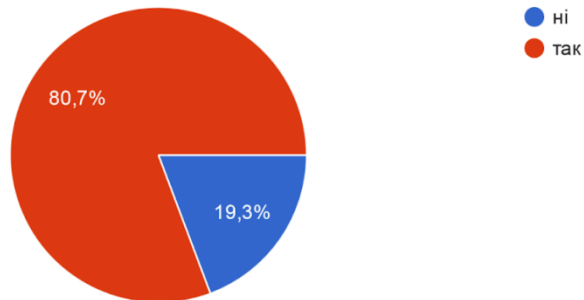
Чи були періоди часу між лютим 2022 р. та зараз, коли Ви мали обмежений доступ до питної води чи не мали його взагалі?

342 ответа



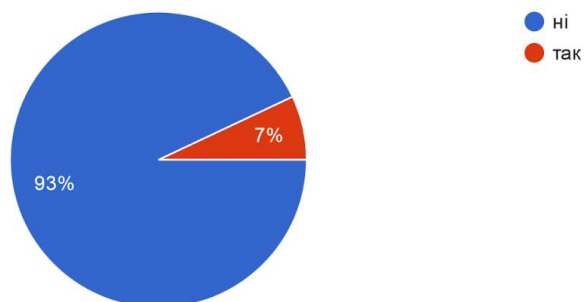
Чи були періоди часу між лютим 2022 р. та зараз, коли Ви мали обмежений доступ до інтернету/мобільного зв'язку чи не мали його взагалі?

342 ответа



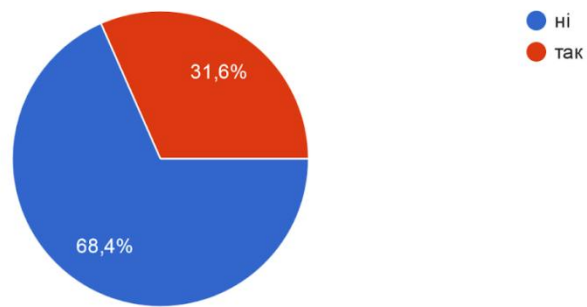
Чи Ви перебували/перебуваєте на окупованих територіях?

342 ответа



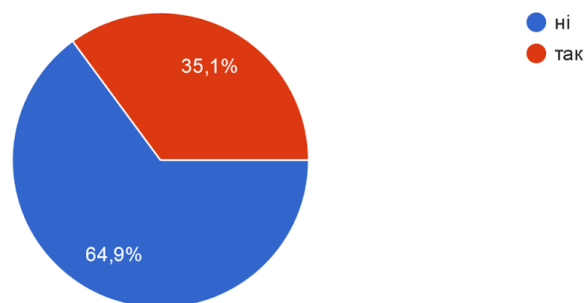
Чи Ваші родичі перебували/перебувають на окупованих територіях?

342 ответа



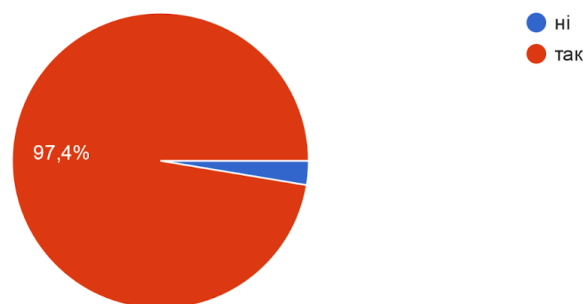
Чи з лютого 2022 р. Ви ставали свідками артобстрілу?

342 ответа



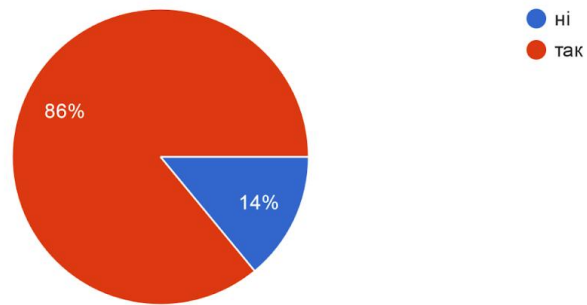
Чи з лютого 2022 р. Ви чули сирени повітряної тривоги два рази чи більше?

342 ответа



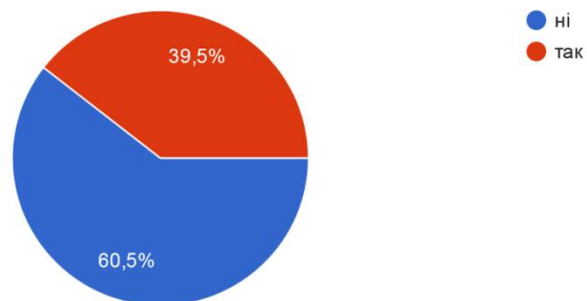
Чи з лютого 2022 р. Ви були свідками ракетних атак чи атак дронів?

342 ответа



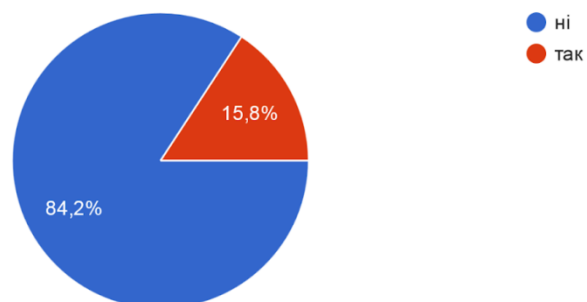
Чи з лютого 2022 р. Ви втратили родичів/друзів, які загинули на фронті?

342 ответа



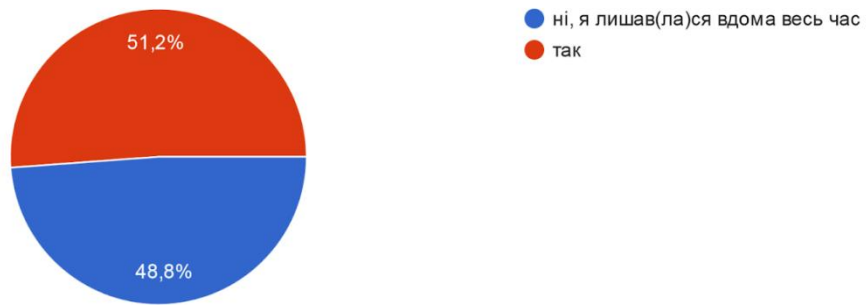
Чи з лютого 2022 р. Ви втратили родичів/друзів, які були цивільними і загинули внаслідок війни?

342 ответа



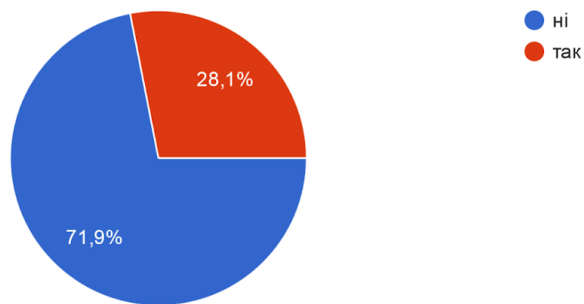
Чи через воєнні дії Ви були вимушені виїхати в більш безпечні регіони України?

342 ответа



Чи Ви виїхали в більш безпечні регіони за межі України?

342 ответа



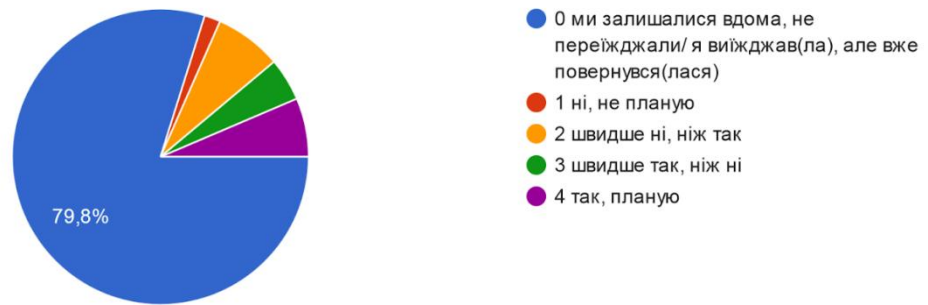
Якщо Ви виїхали за межі України: Чи Вам подобається на новому місці?

342 ответа



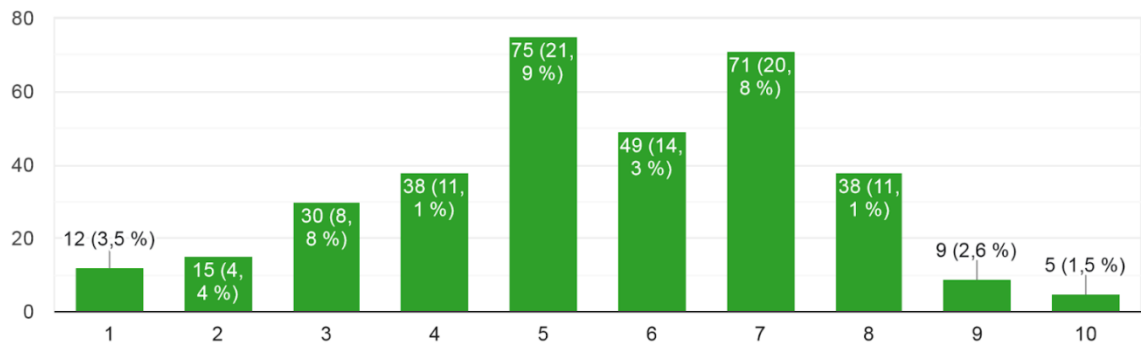
Якщо Ви переїхали під час війни: Чи Ви плануєте повертатися додому?

342 ответа



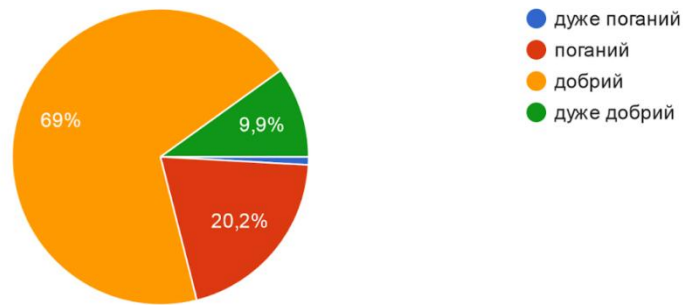
На шкалі від 1 до 10, де 1 - це найгірше життя, яке Ви могли собі уявити, і 10 - найкраще життя, яке Ви могли уявити, як би Ви оцінили, в...ій шкалі Ви зараз знаходитесь у Вашому житті?

342 ответа



Як Ви оцінюєте свій нинішній стан здоров'я загалом?

342 ответа



Зазвичай що з наступного найкраще описує Ваш стан самопочуття?

342 ответа



Дослідження 2. Стрес та різні виміри психічного здоров'я українців під час повномасштабного вторгнення

Вкажіть, будь ласка, Вашу стать?

		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні	1	63	24,8	25,4	25,4
	2	185	72,8	74,6	100,0
	Усього	248	97,6	100,0	
Пропущені	Немає відповіді	6	2,4		
Усього		254	100,0		

Вкажіть, будь ласка, скільки Вам повних років?

		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні	16	4	1,6	1,6	1,6
	17	56	22,0	22,2	23,8
	18	70	27,6	27,8	51,6
	19	24	9,4	9,5	61,1
	20	6	2,4	2,4	63,5
	21	4	1,6	1,6	65,1
	22	5	2,0	2,0	67,1
	23	15	5,9	6,0	73,0
	24	4	1,6	1,6	74,6
	25	2	,8	,8	75,4
	26	1	,4	,4	75,8
	27	5	2,0	2,0	77,8
	28	5	2,0	2,0	79,8
	29	1	,4	,4	80,2
	30	2	,8	,8	81,0
	31	2	,8	,8	81,7
	32	3	1,2	1,2	82,9
	33	2	,8	,8	83,7
	34	3	1,2	1,2	84,9
	35	4	1,6	1,6	86,5
	36	1	,4	,4	86,9
	37	1	,4	,4	87,3
	38	2	,8	,8	88,1
39	1	,4	,4	88,5	
40	2	,8	,8	89,3	
41	2	,8	,8	90,1	
42	3	1,2	1,2	91,3	
43	3	1,2	1,2	92,5	

	44	4	1,6	1,6	94,0
	45	2	,8	,8	94,8
	47	3	1,2	1,2	96,0
	48	4	1,6	1,6	97,6
	49	3	1,2	1,2	98,8
	51	2	,8	,8	99,6
	63	1	,4	,4	100,0
	Усього	252	99,2	100,0	
Пропущені	Системні	2	,8		
Усього		254	100,0		

Чи Ви зараз працевлаштовані?

		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні	0	150	59,1	59,8	59,8
	1	101	39,8	40,2	100,0
	Усього	251	98,8	100,0	
Пропущені	Системні	3	1,2		
Усього		254	100,0		

Яке твердження найбільше відповідає фінансовому становищу Вашої родини нині?

		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні	1	1	,4	,4	,4
	2	66	26,0	26,3	26,7
	3	160	63,0	63,7	90,4
	4	24	9,4	9,6	100,0
	Усього	251	98,8	100,0	
Пропущені	Системні	3	1,2		
Усього		254	100,0		

Яке твердження найбільше відповідало фінансовому становищу Вашої родини, коли Ви були маленькі?

		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні	1	13	5,1	5,2	5,2
	2	64	25,2	25,5	30,7
	3	148	58,3	59,0	89,6
	4	26	10,2	10,4	100,0
	Усього	251	98,8	100,0	
Пропущені	Системні	3	1,2		
Усього		254	100,0		

Чи наразі у Вас є фінансові заощадження на майбутнє?

		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні	1	46	18,1	18,3	18,3
	2	81	31,9	32,3	50,6
	3	82	32,3	32,7	83,3
	4	42	16,5	16,7	100,0
	Усього	251	98,8	100,0	
Пропущенные	Системні	3	1,2		
Усього		254	100,0		

Ваше соціальне положення, на Вашу думку:

		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні	1	21	8,3	8,4	8,4
	2	64	25,2	25,5	33,9
	3	110	43,3	43,8	77,7
	4	56	22,0	22,3	100,0
	Усього	251	98,8	100,0	
Пропущені	Системні	3	1,2		
Усього		254	100,0		

Соціальне положення Ваших батьків, на Вашу думку:

		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні	1	29	11,4	11,6	11,6
	2	76	29,9	30,3	41,8
	3	105	41,3	41,8	83,7
	4	41	16,1	16,3	100,0
	Усього	251	98,8	100,0	
Пропущені	Системні	3	1,2		
Усього		254	100,0		

Як Ви оцінюєте свій нинішній стан здоров'я загалом?

		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні	2	62	24,4	24,7	24,7
	3	174	68,5	69,3	94,0
	4	15	5,9	6,0	100,0
	Усього	251	98,8	100,0	
Пропущені	Системні	3	1,2		
Усього		254	100,0		

На шкалі від 1 до 10, де 1 - це найгірше життя, яке Ви могли собі уявити, і 10 - найкраще життя, яке Ви могли уявити, як би Ви оцінили, в якій точці на цій шкалі Ви зараз знаходитесь у Вашому житті?

		Частота	Відсоток	Валідний відсоток	Накопичений відсоток
Валідні	1	4	1,6	1,6	1,6
	2	7	2,8	2,8	4,4
	3	17	6,7	6,8	11,2
	4	37	14,6	14,7	25,9
	5	59	23,2	23,5	49,4
	6	39	15,4	15,5	64,9
	7	50	19,7	19,9	84,9
	8	23	9,1	9,2	94,0
	9	10	3,9	4,0	98,0
	10	5	2,0	2,0	100,0
	Усього		251	98,8	100,0
Пропущенні	Системні	3	1,2		
Усього		254	100,0		