

Міністерство освіти і науки України
Національний університет «Києво-Могилянська академія»
Факультет соціальних наук та соціальних технологій
Кафедра психології та педагогіки

Кваліфікаційна робота

освітній ступінь – бакалавр

на тему: **"Чинники прийняття рішення про невиїзд із зони бойових дій
мирними мешканцями України"**

Виконала: студентка 4-го року навчання
Спеціальності
053 Психологія

Фіалковська Наталія Павлівна

Керівник Чернобровкін В.М.,
доктор психологічних наук, професор

Рецензент _____

Кваліфікаційна робота захищена
з оцінкою _____

Секретар ЕК _____

«____» _____ 2023 р

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. Теоретичні основи дослідження проблеми прийняття рішень про невиїзд із зони бойових дій мирними мешканцями України.	6
1.1. Прийняття рішень як психологічна проблема.	6
1.2. Особливості прийняття рішень в екстремальних ситуаціях.	15
1.3. Специфіка прийняття рішення цивільними громадянами про невиїзд із зони бойових дій.	20
Висновки до першого розділу	24
РОЗДІЛ 2. Емпіричне дослідження чинників прийняття рішення про невиїзд із зони бойових дій мирними мешканцями України.	25
2.1. Організація та методи дослідження чинників прийняття рішення про невиїзд із зони бойових дій мирними мешканцями України.	25
2.2. Результати емпіричного дослідження чинників прийняття рішення про невиїзд із зони бойових дій мирними мешканцями України.	30
Висновки до другого розділу.	41
РОЗДІЛ 3. Рекомендації для підвищення психологічних ресурсів цивільного населення України, що прийняло рішення про невиїзд із зони бойових дій.	42
3.1. Рекомендації для цивільного населення, що прийняло рішення про невиїзд із зони бойових дій.	43
3.2. Рекомендації для волонтерів, психологів та військових, які працюють з цивільним населенням в зонах бойових дій.	44
Висновки до третього розділу.	46
ВИСНОВКИ	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	49
ДОДАТКИ	54

ВСТУП

Однією з найбільших трагедій в історії України стала російська збройна агресія проти нашої країни, що розпочалась 24 лютого 2022 року. Фактично, війна в Україні продовжується з 2014 року (9 років), з часу, коли Росія анексувала Крим та розгорнула військову акцію на сході України.

Війна завжди є катастрофою для країни через знищення виробничої та соціальної інфраструктури, значні економічні втрати, розрив сімей, руйнування домівок. Крім того, війна спричиняє згубний вплив на ментальне здоров'я не лише окремої людини, що потрапила у ситуацію збройного конфлікту, але й нації в цілому, формуючи негативні поведінкові патерни мислення та поведінки. Потужний стрес та переживання травм під час військових дій, тортури, насильство, ув'язнення можуть мати довгострокові наслідки для психічного здоров'я. Бомбардування, окупація, відсутність доступу до води, їжі та медичного обслуговування призводить до смертей, голоду та хвороб. За даними Управління Верховного комісара ООН із прав людини, внаслідок повномасштабного вторгнення російської федерації в Україну, за період з 24 лютого 2022 року до 7 травня 2023 року в нашій державі зафіксовано 23,6 тис. випадків загибелі, або поранення цивільних осіб, в тому числі 8,8 тис. загиблих (488 дітей) та 14,8 тис поранених (742 дітей) [5]. І це лише підтверженні дані із офіційних джерел: велика кількість людей вважаються такими що зникли безвісті, частина загиблих досі неідентифікована.

Одним з найбільш актуальних питань серед низки проблем, що постали перед мирними мешканцями України, які опинилися в зоні бойових дій, є прийняття рішення про те, чи виїжджати з місця постійного проживання, що потрапило в зону збройного конфлікту, чи лишатися дома, але ризикувати здоров'ям та життям. Не зважаючи на загрози, що межують зі смертю, частина мирного населення приймало та досі приймає незаперечне рішення лишатися у своїх домівках, що знаходяться в зоні масованих обстрілів. Люди свідомо

відмовляються від евакуації, піддаючи небезпеці своє життя та життя своїх рідних. І якщо рішення про невиїзд із зони бойових дій – це особиста відповідальність кожного дорослого мешканця, то діти самі про себе подбати не можуть, тому у разі прийняття рішення батьками не покидати дім, що розташована в зоні бойових дій, дорослі власноруч наражають дітей на небезпеку.

На сьогоднішній день, на підставі постанови Кабінету міністрів України від 7 березня 2023 року №209, з метою захисту молодого покоління України, яке перебуває у зоні бойових дій, введена обов'язкова евакуація дітей із небезпечних територій в примусовий спосіб, що на законодавчому рівні не допускає відмову батьків, або осіб, які їх замінюють¹ [18].

Слід зазначити, що відповідно до пункту 19 статті 3 Закону України «Про правовий режим» «військове командування разом із військовими адміністраціями (у разі їх утворення) можуть самостійно або із залученням органів виконавчої влади», здійснювати евакуацію населення «із зон збройних конфліктів (з районів можливих бойових дій) у безпечні райони». Проте слід зазначити, що така евакуація проводиться «в межах тимчасових обмежень конституційних прав і свобод людини і громадянина» [4], тобто державні органи не мають дієвих інструментів, аби сприяти переміщенню дорослого населення в умовно безпечніші регіони, оскільки примусова евакуація у цьому випадку розглядатиметься, як порушення статті 33 Конституції України, яка гарантує свободу пересування та вільний вибір місця проживання [7].

За оцінками Управління верховного комісара ООН у справах біженців через війну російської федерації проти України біженцями та ВПО стали близько 12-13 млн. людей [29], проте наразі значна кількість українців продовжує лишатись в межах небезпечних територій. За словами рятувальників та поліцейських, що дають інтерв'ю ЗМІ, найважче під час евакуації – переконати людей виїхати з небезпечних зон.

¹ На момент написання роботи примусова евакуація дітей передбачена лише з Бахмуту.

Наша робота спрямована саме на те, щоб дослідити чинники, які спонукають людей приймати карколомні рішення та наражати на небезпеку себе та своїх близьких.

Значимість проблеми дослідження визначається тим, що повномасштабне збройне вторгнення російської федерації в Україну триває, час його завершення лишається невизначеним. І, не зважаючи на те, що більшість регіонів України не належать до зони активних бойових дій, проте, жоден куточок України не захищений від ймовірних атак з боку країни-агресорки та знаходиться під терористичною загрозою. Мирні мешканці продовжують жити на тимчасово окупованих територіях, в зонах, які перебувають в оточенні та в зонах активних бойових дій. Вплив чинників прийняття рішення, які спонукають мирних мешканців лишатися на таких територіях, зумовлюють отримання ними негативного, вітально небезпечного, травмуючого досвіду. Таким чином, заслуговує на увагу виявлення та визначення мотивів та чинників, що впливають на рішення громадян про невиїзд із такої місцевості, що, в свою чергу, сприятиме розробці стратегій гуманітарної та психологічної підтримки людей, які прийняли рішення не покидати своїх помешкань, що розташовані в зоні бойових дій.

Проблема прийняття рішень є актуальною для вивчення в різних галузях науки, в тому числі і в психології, тому дослідженню зазначеного питання приділяли увагу зарубіжні вчені (А. Адлер, В. Джеймс, Д. Канеман, Д. Келлі, К. Левін, Р. Мей, Г. Саймон, Р. Талер, А. Тверські, З. Фрейд, Б. Шварц, К. Юнг); радянські науковці (К.О. Альбуханова-Славська, П.К. Анохін, Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, С.Л. Рубинштейн) та вітчизняні дослідники (І.Р. Петровська, Л.В. Помиткіна, В.В. Редько, В.М. Чернобровкін).

Отже, актуальність проблеми та недостатнє вивчення чинників прийняття рішень про невиїзд мирних мешканців із зони бойових дій, зумовили вибір теми нашої бакалаврської роботи: "Чинники прийняття рішення про невиїзд із зони бойових дій мирними мешканцями України".

Об'єкт дослідження - процес прийняття рішень.

Предмет дослідження – чинники, які спонукають мирних мешканців приймати рішення щодо невиїзду з зони бойових дій.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити чинники прийняття рішень про невиїзд мирних мешканців України із зони бойових дій та сформулювати рекомендації, які сприятимуть розробці стратегій психологічної підтримки людей, що лишилися під час війни в своїх помешканнях, розташованих на небезпечних територіях.

Згідно з метою дослідження нами було поставлено такі **основні завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз процесів прийняття рішення, в тому числі особливостей прийняття рішень в екстремальних та кризових ситуаціях, а також специфіку прийняття рішень цивільними в умовах війни, визначити чинники, якими керуються особи під час прийняття рішень.
2. Емпірично дослідити та виявити основні чинники прийняття рішень мирними мешканцями України про невиїзд із зони бойових дій.
3. Розробити психологічні рекомендації цивільним громадянам, що лишилися в зоні бойових дій, а також волонтерам, психологам та військовим, які працюють з мирними мешканцями.

Методи дослідження. Під час проведення дослідження застосовувались **теоретичні методи**: аналіз наукових джерел, порівняння, систематизація та узагальнення наукових теорій, підходів та концепцій; **та емпіричні методи**: метод інтерв'ю, контент аналіз, анкетування, психодіагностичний опитник.

Наукова новизна дослідження полягає в доповненні відомостей про особливості прийняття рішень мирними мешканцями України про невиїзд із зони бойових дій та визначенні основних чинників такого рішення.

Практичне значення роботи полягає в розробці психологічних рекомендацій для мирних мешканців, волонтерів, військових, які працюють з цивільними громадянами, що лишилися в зоні бойових дій.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЧИННИКІВ ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ ПРО НЕВИЇЗД ІЗ ЗОНИ БОЙОВИХ ДІЙ МИРНИМИ МЕШКАНЦЯМИ УКРАЇНИ.

1.1. Прийняття рішень як психологічна проблема.

Процес прийняття рішень відіграє одну з ключових ролей, як в повсякденному, побутовому житті людини, так і в діяльній та соціальній сферах. Все наше життя – це прийняття рішення, адже свідомо діяльність особистості, її активність та поведінка ґрунтується на засадах обміркованих рішень. Те, в який спосіб людина реалізовуватиме прийняте рішення, яке спрямування воно матиме, залежить не лише від розуміння та оцінки ситуації, що в якій приймається рішення, але й від особистісних характеристик людини (в тому числі здоров'я), від наявних ресурсів, цінностей та переконань, від кінцевої мети, впливу емоцій та стресу, інтуїції, попереднього досвіду, тощо.

Феномену прийняття рішень, як здатності вибирати між двома або більше альтернативами приділяли увагу ще філософи різних епох. Так, Платон, ставив акцент на значенні розуму в прийнятті мудрих рішень, Аристотель пропонував розглядати прийняття рішення крізь призму фроне́зису², який сприяє збалансуванню моральних та раціональних аспектів. Іммануїл Кант відкидав рішення, прийняті на основі «здорового глузду» та акцентував, що основною категорією при прийнятті рішення є моральні ідеї [24]. В свою чергу, Фрідріх Ніцше зауважував³, що сильна людина має бути вільною від моральних обов'язків суспільства, вона росте та розвивається, роблячи вибір виходячи з індивідуального виміру рішень, які можуть відрізнятися від загальноприйнятих очікувань суспільства та ґрунтуватися на «волі до влади». За словами А. Маслоу один і той самий поведінковий акт (який фактично є наслідком імплементації

² Фроне́зис - практична мудрість, або знання про належні цілі життя. Термін введений Аристотелем для розмежування теоретичного та практичного знання [32].

³ Слід зазначити, що Ф. Ніцше в своїх роздумах не вказував прямо на категорію «прийняття рішень», проте його філософія пропонує ряд принципів та чинників, що можуть бути застосовані до цього процесу.

прийнятого рішення) можуть мати різні мотиви, що, в свою чергу, зумовлені відмінними чинниками [12].

Проблему прийняття рішень розглядав Г.С. Сковорода, який не прийняв чернецтво, оскільки розумів, що це призведе його до втрати свободи – його найціннішого скарбу в житті. Він зауважував, що людина весь час приймає рішення та обирає між матеріальним та духовним, між волею та несвободою [21].

На сьогоднішній день проблемі прийняття рішень приділяють увагу вчені різних галузей науки. Феномен прийняття рішення розглядається в таких сферах, як математика, фізика, юриспруденція, соціологія, менеджмент та організаційні науки, психологія, що свідчить про багатоаспектність теорій, що розробляються з даної теми та варіативність отриманих результатів. Отже, проблема «прийняття рішень» є міждисциплінарною, а здатність до прийняття рішень в тому чи іншому напрямку впливає на ефективність вирішення задач, створення нових життєвих стратегій, що сприяють адаптації особистості до бурхливих та часто непередбачуваних змін, які відбуваються у сучасному суспільстві.

Варто зауважити, що саме психологія, посідає одне з найвагоміших місць серед галузей науки, що займаються дослідженням питань, які описуються в нашій роботі, адже *проблема прийняття рішень, як суб'єктивний вибір особистості*, максимально виразно виявляє її специфічні особливості, здібності і перспективи, здійснюючи вплив на зміну різних ситуацій, утворюючи відповідну життєву позицію, формуючи вибір оптимального шляху змін та розвитку [20].

На нашу думку, до перелічених аспектів слід додати, що результати прийняття рішень істотно впливають на стан фізичного та психологічного здоров'я, а їх адекватність, відповідно, залежить від фізичного та психологічного стану особи, що приймає рішення та може чинити вітальний вплив на людину.

В психологічній літературі процес прийняття рішення аналізується в контексті різноманітних теорій та підходів, які висвітлюють дане питання з огляду управлінського підходу, психології творчості, особливостей мислення,

діяльності та особистості з урахування екзистенціальної складової [23].

В психологічній науці процес прийняття рішення вважається «центральною на всіх рівнях переробки інформації та психічної регуляції в системі цілеспрямованої діяльності» [14].

Крім того, в психологічному словнику, *прийняття рішення* визначають як *вольовий акт, який генерує послідовність дій, що, в свою чергу, ведуть до досягнення мети на основі перетворення початкової інформації в ситуації невизначеності [14].*

Дії людини зумовлені безпосередньо мотивом, або системою мотивів, яка формує світогляд особистості (інтереси, переконання ідеї, тощо). Тому у звичайних ситуаціях людина, що вже має визначений світогляд, буде діяти відповідно до тих принципів, які не суперечать її світорозумінню. Проте, слід зважати, що в житті людина достатньо часто потрапляє в умови невизначених ситуацій і саме тут, прийняття рішень переростає у достатньо складну психологічну проблему [8]. Саме такою ситуацією є війна.

В психології феномен «*прийняття рішення*» розглядається у наступних смислових контекстах:

- 1) як *результат* певних виборів (поштовх до дії, в залежності від здійсненого вибору) [6];
- 2) як *безпосередньо процес*, що спонукає до певного результату, який включає в себе підготовку, прийняття рішення та його реалізацію [6; 17].

В психологічному словнику Американської психологічної асоціації термін «*прийняття рішень*» визначається, як когнітивний процес вибору між двома чи більше альтернативами, починаючи від відносно простого (наприклад, замовлення їжі в ресторані) до складного (наприклад, вибір партнера) [27].

Проте, процес прийняття рішень, як психологічна проблема більш багатогранний, оскільки містить в собі ряд складних компонентів, що втілюються у різних вимірах [7; 20]:

- **когнітивний (інтелектуальний, раціональний)** – полягає у проведенні аналізу та оцінки ситуації (визначенні проблеми), продукуванні нових ідей, формуванні можливих альтернатив рішення (ідентифікації альтернатив), оцінці альтернатив, виборі рішення та його імплементації;
- **емоційний** – зважає на роль емоцій у прийнятті рішень, враховуючи емоційні перекручення (реакції на втрати та здобутки, страх перед відмовою);
- **мотиваційний** – враховує вплив мотивації на прийняття рішення та мотиваційні фактори, такі як зовнішня і внутрішня мотивація, цілі та очікування, винагорода й покарання;
- **особистісні характеристики** включають *стилі прийняття рішення* (аналітичний, інтуїтивний, системний, імпульсивний), *індивідуальні відмінності* (особистісні якості, попередній досвід, соціально-культурний контекст, цінності);
- **психічний фактор** – стосується рівня взаємодії всіх психічних процесів;
- **психологічний** – пов'язаний з антиципацією та прогностичними здібностями, спрямованістю на проблему, резильєнтністю, тощо;
- **фізіологічний аспект**, який полягає у стані здоров'я, способі життя, наявності чи відсутності шкідливих звичок;
- **психофізіологічний** свідчить про витривалість та силу нервової системи, рівень фізичної втоми, нервово-психічне та інформаційне перенавантаження.

На нашу думку, цей перелік слід доповнити **економічним фактором**, оскільки в ситуації, що розглядається в нашій роботі, одним з чинників прийняття рішення про невиїзд із зони бойових дій мирними мешканцями став чинник відсутності фінансових ресурсів.

Вище перелічені фактори (чинники), можна розділити дві категорії:

1. *Об'єктивні чинники*, що впливають на процес прийняття рішення. Не залежать від особи, що приймає рішення та являють собою певну інформацію, яку людині вдається дізнатись про зовнішнє середовище.
2. *Суб'єктивні фактори* пов'язані перш за все із адекватністю сприйняття людиною, що приймає рішення об'єктивного стану середовища. До цих факторів можна віднести індивідуальні особистісні властивості кожної людини, які складаються із психічних процесів, станів та властивостей.

Наводимо деякі теорії прийняття рішень:

1. Теорія обмеженої раціональності Г. Саймона. Зазначена наукова концепція стверджує, що люди в переважній більшості схильні приймати іраціональні рішення, оскільки на противагу того, щоб обирати з максимально можливих варіантів, віддається перевага «відносно доброму» рішення, яке на даний момент відповідає їх потребам, що зумовлене певними когнітивними, часовими та інформаційними обмеженнями. Крім того, Г. Саймон зазначав, що повністю раціональні рішення приймати занадто складно через обмеженість зазначених ресурсів, особливо у випадку, коли проблема виявляється занадто. До розвитку зазначеної теорії долучились А. Рубінштейн, Е. Цанг, Х.Діксон, Г.Гігеренцер [36].
2. Теорія передбачуваної ірраціональності Дена Аріелі запевняє, що прийняття рішень людиною зазвичай далекі від ідеалів стандартної економічної теорії

раціональності, оскільки люди схильні робити систематичні помилки, які можливо передбачити. Він зауважує, що ірраціональна поведінка часто є систематичною та повторюваною, тому її можна передбачити, проте, на жаль, в більшості випадків поведінка людини зумовлена емоційними та нелогічними діями, а рішення, які приймаються в результаті таких дій протирічать та шкодять власним інтересам [15].

3. Теорія перспектив, або перспектив А. Тверські та Д. Канемана, яка представляє поведінку людини в умовах невизначеності. Автори зазначеної теорії стверджують, що кожен допустимий результат має певну цінність (позитивну, або негативну) та ймовірність виникнення, які людина визначає суб'єктивним чином. Теорія перспектив розкриває тенденцію осіб, що приймають рішення надміру оцінювати мало вірогідні альтернативи, і, навпаки, — недооцінювати високо вірогідні. Це призводить до того, що в ризикованих ситуаціях людська поведінка виходить за межі раціональної, що суперечить прогнозам, зробленим на основі традиційної економічної теорії.
4. Теорія каяття Д. Белла, Г. Лумзі та Р. Сагдієва, в основі якої лежить наявність контрфакту. Ця теорія розглядає факт, що в певних випадках людина оцінює характер прийняти нею рішень з огляду на те, що могло б статися, якби вона зробила інший вибір. В такій ситуації люди часто відчують каяття, або жаль за невірно прийняте рішення, крім того, коли рішення приймаються без впевненості, люди передбачають зазначені почуття і схильні жаліти про здійснене, ніж за свою бездіяльність [15].

Основні підходи, які застосовуються для вивчення процесу прийняття рішень вважається нормативний та поведінковий підходи. Щодо нормативного підходу. Такі науковці, як Р. Абельсон, А. Леві та ін., вважають, що прийняття рішень - це процес, що складається з послідовних, логічно обґрунтованих кроків

і дій, які ведуть до вибору найкращих цілей і способів їх досягнення. Цей науковий погляд сильно корелює з основними принципами теорії "раціонального вибору» і виходить з розуміння людини як раціональної істоти, яка здатна самостійно формувати найкращі і найбільш ефективні рішення. В процесуальному контексті прийняття рішень визначається як послідовність дій, що тісно зв'язують оцінку проблеми, вибір рішення і очікуваний позитивний результат. На думку ряду науковців (Б. Ланге, В. Садовський), в даному випадку математичні моделі та дослідження операцій вважаються ключовими інструментами для забезпечення цього процесу [35].

З іншої сторони, Г. Саймон пропонує поведінковий підхід до інтерпретації прийняття рішень, який базується на ідеї, що цілі людини в реальному житті настільки складні, що їх неможливо описати за допомогою кількісних або якісних методів. Крім того, людина стикається з більшою кількістю можливих рішень, ніж вона може врахувати, і її варіанти виконання обраних цілей ще більш недоступні. Таким чином, прийняття рішень виступає як унікальний механізм взаємодії особи, яка формує програму своїх дій в постійно змінних обставинах.

Л. Планкет і Г. Хейл підкреслюють, що прийняття рішень - це ситуаційний процес, в якому цілі, методи та інші його компоненти постійно змінюються, що залежить від зміни умов існування даної проблеми, що є актуальним до теми нашої роботи [35].

У реальному житті, зазвичай, використовується комбінований підхід, який об'єднує переваги обох моделей, включаючи використання не тільки якісних методів опису ситуації, але й інструментів для кількісного аналізу. Однак навіть у цьому випадку сполучення елементів нормативного та поведінкового підходів є унікальним в кожній *окремій ситуації*, що, по суті, це виключає можливість стандартизації або алгоритмізації процесу прийняття рішень в загальному контексті [35].

Варто відзначити, що ситуації, в яких реалізується процес прийняття рішень, містять ряд структурних елементів, а саме: проблемна ситуація, особа, що приймає рішення, мета прийняття рішення, обмеження, що виникають під час

прийняття рішення, елементи зовнішнього середовища, що впливають на прийняття рішення [10].

Прийняття рішень відбувається в певному часовому інтервалі, саме тому ми розглядаємо «прийняття рішення», як процес. Зазначений процес розпочинається з появи проблемної ситуації і закінчується вибором рішення (найкращого, оптимального способу дій) для усунення цієї проблемної ситуації [15].

Безпосередньо процес прийняття рішення реалізується в кілька етапів, основні з яких:

1. Виявлення проблеми, або постановка проблеми;
2. Висування гіпотез (можливих альтернативних рішень);
3. Вибір однієї з гіпотез.
4. Безпосередньо прийняття рішення.

Пропонуємо вважати проблемою, або проблемною ситуацією певну розбіжність, яка виникає між метою, яку потрібно досягти в процесі прийняття рішення та реальною ситуацією.

1.2. Особливості прийняття рішень в екстремальних ситуаціях.

Отже, люди щоденно вимушені приймати безліч рішень, які тим чи іншим чином впливають на різні сфери життя: фізичне та ментальне здоров'я, особистісні стосунки (родинні та в соціумі), кар'єру, відпочинок і хобі, навчання та самовдосконалення, тощо. Аналіз ситуацій прийняття рішень в екстремальних обставинах заслуговує на велику увагу, оскільки такі умови можуть викликати значні зміни в психологічному стані людини. Це може призвести до порушення відповідності важливості, перегляду попередньо встановлених оцінок, спотворення реальності та логічності мислення, а також до збільшення емоційної відповіді.

Екстремальні ситуації є такими, що виходять за рамки попереднього життєвого досвіду і змушують людину приймати значущі рішення в умовах невизначеності та обмеженого часу. Вважається, що екстремальні ситуації можуть носити як негативний так і позитивний характер та поділяються на катастрофічні та некатастрофічні. В нашому випадку робимо акцент на катастрофічність екстремальної ситуації, оскільки вона є небажаною, деструктивною та насильницькою. Таку ситуацію за можливості краще попередити, але у випадку, коли вона виникла, необхідно її негайно ліквідувати та усунути негативні наслідки [37].

О.М. Корнев пропонує наступне визначення феномену екстремальної ситуації – це «така ситуація, що характеризується певною взаємодією зовнішніх та внутрішніх чинників, що сприяють, або перешкоджають здатності особистості подолати її» [9].

До *зовнішніх чинників* автор відносить брак часу (обмеженість у часі); занадто складні для подолання обставини; ризик для життя та здоров'я людини; добрий збіг обставин, що дає можливість подолати ситуацію; швидкоплинність ситуації та обставин; відсутність підтримки – ці чинники визначаються ситуацією та є об'єктивними. В той же час варто враховувати внутрішні

чинники, що свідчать про певний стан та можливості особистості: розуміння власного безсилля; усвідомлення небезпеки для власного життя та здоров'я; невизначеність ситуації, що утворює проблему пошуку найприйнятнішого рішення; внутрішній конфлікт між «хочу» та «можу»; невпевненість у власних силах; психічна перевантаженість [9].

Головними ознаками екстремальної ситуації є [37]:

1. Неочікуваність, глобальність, непередбачуваність.
2. Обмеженість у часі;
3. Неможливість протистояти, відсутність, або складність вибору;
4. Фатальність, або поворотність (ситуація, в якій людина вже ніколи не буде такою, якою вона була до цієї екстремальної події, така ситуація ділить життя на «до та після»);
5. Властивість вражати (приголомшувати), що призводить до трансформації світоглядних установок.

Крім того, вважаємо за потрібне зазначити, що поняття екстремальної ситуації містить в собі наступні складові [37]:

1. Стимульність (стається мобілізація сил особистості на подолання проблеми);
2. Реактивність (ймовірність ризику перетворення адаптивних реакцій у дезадаптивні);
3. Індивідуальність (відбуваються інтерпретації та оцінки ситуації, як небезпечної);
4. Інтерактивність та транзактність (відбувається взаємний вплив екстремальних та індивідуальних факторів).

Екстремальне середовище особливе тим, що висуває високі вимоги до фізіологічних, емоційних, когнітивних та/або соціальних ресурсів індивіда. Знаходження в екстремальному середовищі істотно впливає на тіло та психіку людини, що, у свою чергу, ініціює складні когнітивні та емоційні стратегії реагування, в тому числі на процес прийняття рішень. Продуктивність у різних типах екстремальних середовищ може мати деякі оптимальні характеристики, але конкретні середовища також можуть мати унікальні характеристики. Наприклад, перебування в холодному та ізольованому середовищі антарктичної експедиції може призвести до надзвичайної соціальної та сенсорної депривації, тоді як *вплив військових бойових дій* може призвести до *надзвичайного сенсорного перевантаження* [33].

Саме в умовах сенсорного перенавантаження опинились мирні мешканці України під час повномасштабного збройного вторгнення росії.

Оптимальна продуктивність людини в екстремальній ситуації може бути визначена як ступінь досягнення індивідами бажаного результату при виконанні цілеспрямованих завдань. Важливо відзначити, що в середовищі, яке не викликає значних фізичних або психологічних навантажень, аналогічне завдання не завжди вважається складним і може бути виконано адекватно особами із середніми здібностями. Навпаки, людині може бути дуже важко виконувати те саме завдання в екстремальних умовах. Екстремальне середовище може зробити виконання конкретних завдань набагато складнішим. Схожа ситуація складається у разі необхідності прийняття рішення в екстремальних умовах [33].

На сьогоднішній день доступна обмежена кількісна інформація про погіршення психічних та психологічних станів людини та пов'язані з цим фізіологічні зміни, які відбуваються під час коротких, але інтенсивних періодів гострого впливу інтенсивних множинних стресорів. Сучасні люди рідко піддаються такому поєднанню сильних стресових факторів, за винятком надзвичайних ситуацій або війни, і за таких обставин наукові дослідження зазвичай неможливі [30].

Ми розглянули дослідження військовослужбовців під час напружених бойових курсів, здійснене Р.К. Opstad⁴ (Норвегія), в яких продемонстровано, що у здорових молодих людей, які потрапляють у ситуацію постійної високої активності, нервово-психічної напруги та депривації сну відбуваються значні поведінкові та гормональні зміни, включаючи коливання настрою та працездатності.

Haslam (1984) також досліджував вплив гострих стресових факторів на когнітивну та фізичну працездатність солдатів і спостерігав, що когнітивна працездатність і настрої, але не фізична працездатність, швидко погіршувалися.

Попередні дослідження військових [33] показали, що вплив екстремального середовища може відбитися на когнітивних показниках, що пов'язані з логічними міркуваннями, навчанням, пам'яттю, пильністю та часом реакції. Наприклад, в екстремальних умовах, пов'язаних із військовою підготовкою, досліджувані продемонстрували зниження когнітивних здібностей порівняно з початковим рівнем у кожному аспекті оцінюваної когнітивної функції. Відбулось порушення часу реакції, пильності. Крім того, постраждали такі вищі функції мозку, як пам'ять і міркування, знизилась ефективність навчання. При чому, ступінь цих вражень був більшим, ніж враження, які зазвичай викликані алкогольною інтоксикацією, лікуванням седативними препаратами або клінічною гіпоглікемією. Цікаво, що ці досвідчені військові когорта не показали очікуваного підвищення рівня кортизолу, який зазвичай використовується як міра стресу, в результаті впливу екстремальних умов. Таким чином, когнітивна деградація може відбуватися в екстремальних умовах навіть за нормального рівня кортизолу та ймовірно нормального рівня стресу [33].

Під час екстремальних ситуацій виявлено наступні психофізіологічні реакції [25]:

- емоційні (тривога, страх, паніка, ейфорія);

⁴ Norwegian Defence Research Establishment, Kjeller, Norway

- активаційні (від високого – стан збудження, до низького – сум, апатія);
- тонічні (бадьорість, монотонність, пересичення, стан «нічної психіки», сонливість, втома, перевтома)
- тензійні (напруга, стартова напруга, стан емоційного вирішення, фрустрації, стресові етапи, стан сенсорного голоду);
- тимчасові (відображають тривожність, стійкість станів);
- полярність станів (знак стану, що описується – позитивне, або несприятливе, негативне).

За результатами останніх соціально-психологічних досліджень встановлено, що суттєвим фактором, що впливає на прийняття ризикованих рішень є вік людини. У віці 25-40 років серйозні рішення приймаються швидко та часто, виходячи з першого враження, в той час, як особи 45-60 років більш повільно, зважено та обґрунтовано підходять до вирішення важливих та критичних питань, максимально оцінюючи всю наявну інформацію [20].

Вважаємо за потрібне зазначити, що під час екстремальних ситуацій в процесі прийняття рішень мирними мешканцями України про невиїзд із зони бойових дій, потрібно дотримуватись ряду наступних правил [34]:

1. При прийнятті рішення обирати такі, які сприяють зниженню ризику;
2. Знаходитись в постійній готовності та максимально адекватно реагувати на ситуацію;
3. Під час вибору дії та бездіяльності, обирати дію;
4. Раціонально розподіляти час;
5. Радитися з людьми, що навколо;
6. Оцінювати ситуацію, з урахування всіх можливих варіантів її розвитку;
7. Вже прийняті рішення потрібно постійно перевіряти та уточнювати;
8. При потребі потрібно бути готовим змінювати рішення.

1.3 Специфіка прийняття рішення цивільними громадянами про невіїзд із зони бойових дій.

Війна створює екстремальні обставини, які виходять за межі звичайного досвіду людини та створює небезпеку для її життя, здоров'я та благополуччя [22].

Індивідуальне прийняття рішень цивільними громадянами під час насильницьких дій має величезні політичні, економічні та психологічні наслідки, але залишається недостатньо вивченим та погано зрозумілим [31].

В умовах нестабільності та невизначеності подій, що обтяжені обмеженістю в часі, дуже складно обрати абсолютно правильні рішення. В таких умовах включається безліч зовнішніх та внутрішніх чинників, які не можливо врахувати у повному обсязі.

Цивільне населення вимушене приймати рішення щодо стратегій свого виживання під час інтенсивного, несподіваного насильства. При цьому, одні тікають від агресії, інші відбиваються, пристосовуються або ховаються, тобто мирні мешканці індивідуально приймають рішення щодо вибору певних власних стратегій поведінки, в пріоритеті яких є власне виживання [31].

Milliff Aidan пропонує використовувати для пояснення прийняття рішення про вибір стратегії поведінки під час агресії по відношенню до цивільного населення SAT (Situational Appraisal Theory)⁵ – теорію оцінки ситуації. Ситуаційні оцінки являють собою підстави для обґрунтування прийняття рішень під час зовнішньої агресії високої інтенсивності [31].

Автор теорії виділив два чинники, які зазвичай враховують цивільні під час прийняття рішень в умовах небезпеки [31]:

⁵ Ця теорія була розроблена після вбивства Індіри Ганді, як аналіз реакцій населення на подальші політичні заворушення.

- 1) *Оцінка контролю загрози* - відчуття того, наскільки людина, що приймає рішення, контролює загрози;
- 2) *Оцінка передбачуваності (антиципації)*, як тип судження про невизначеність, - відчуття того, наскільки є передбачуваним розвиток загрози.

Ці дві категорії дають можливість пояснити вибір, який люди роблять у пошуках безпеки. Висока оцінка контролю ситуації спонукає людей до стратегій, які включають *«наближення» до джерела загрози*. Висока оцінка передбачуваності змушує людей віддавати *перевагу стратегіям моніторингу ризику* замість поведінки, яка зменшує небезпеку, але значною мірою руйнує їх життя. Отже, люди, які оцінюють загрози, як передбачувані та контрольовані часто лишаються на місці та адаптуються. Люди, які оцінюють (сприймають) свою ситуацію як *неконтрольовану чи передбачувану, швидше за все втечуть від насильства*; коли люди відчують, що контролюють ситуацію, але мають низьку передбачуваність її наслідків, вони намагаються боротися. Люди, які оцінюють загрози як неконтрольовані, але передбачувані, швидше за все, приймуть стратегії переховування [31].

Під час прийняття рішення людина має оцінювати наскільки контрольованим і передбачуваним є насильницьке середовище, адже оцінка контролю та передбачуваності впливає на вибір рішення. Люди, які віддають перевагу *«низькому» контролю над загрозами*, часто намагаються уникнути загроз, а не зіткнутись з ними. Люди, які сприймають *«низьку» передбачуваність розвитку загроз*, віддають перевагу більш руйнівним стратегіям над помірними варіантами моніторингу ризику. Оцінки пояснюють варіації поведінки навіть після врахування індивідуальних демографічних і конфліктних характеристик, а також враховують зміни стратегії виживання з часом [31].

Наприклад, люди можуть обирати агресивні *стратегії «бою»*, тобто мобілізацію в офіційні збройні групи (це найбільш поширена бойова стратегія), але бойові дії також включають менш організований насильницький опір, наприклад: приєднання до місцевих патрулів пильності, охорона житла чи

фізичний опір нападникам (загони територіальної оборони). Крім того, цивільні мешканці, що потрапили в зону бойового конфлікту, можуть обирати *стратегії ухилення, «втечі»*. Найбільш кардинальний приклад «втечі» – міжнародне переміщення, або еміграція. Проте «втеча» може відбуватися і в межах країни (внутрішнє переміщення осіб). В даному випадку, класифікація переміщення здійснюється з огляду на те, що воно не обмежене періодом у кілька годин, або днів. Цивільні громадяни, які рятуються від збройної агресії зазвичай змінюють місце свого постійного проживання на більш тривалий період. Мирні мешканці можуть *можуть застосовувати стратегії уникнення на місці*, які можна визначити, як *«переховування»*. При чому, якщо питанням еміграції, переміщення всередині країни приділяється достатньо уваги, то стратегія *«переховування»* вивчена менше. Концепція «переховування» може виражатися у сенсі «незалучення». Наприклад, піти в ліс, щоб сховатися під час нападу, змінити маршрути подорожей або позбутися видимих етнічних і релігійних ідентифікаторів, щоб злитися з натовпом. Нарешті, люди можуть вибирати стратегії подолання, які визначаються, як *«взаємодія з джерелами загрози»*, щоб впоратися з небезпекою на місці. Такі стратегії передбачають співпрацю з агресорами/джерелами загроз, ведення переговорів або навмисне ігнорування насильницьких погроз [31].

Війна – це ціла сукупність «гострих інтенсивних і хронічних стресових ситуацій низької інтенсивності». Знаходження в ситуації війни потребує перш за все потужної психологічної мобілізації для адаптації до надзвичайних ситуацій, які є результатом знищення міст та інфраструктури, загибелі людей, матеріальних втрат, порушення звичної життєдіяльності. Крім того, для тих мешканців України, що були, або знаходяться в окупації, або проживають на територіях, де велись, або ведуться активні бойові дії, або ракетні атаки, для військових, членів їх родин, вимушених переселенців війна може стати гіперекстремальною ситуацією [22].

Отже прийняття рішення цивільним населенням під час війни відрізняються рядом специфічних особливостей, які віддзеркалюють складний

контекст такої ситуації, а саме: *екстремальні обставини* (збройна агресія створює гіперекстремальні умови за яких люди потребують швидкого прийняття рішення, оскільки від цього залежить їх життя), *недостатність часу та інформації* (в таких умовах інформація зазвичай неповна, не точно, або маніпулятивних, що, в свою чергу, може призвести до рішень, які базуються на неточних передумовах, або невірному розуміння ситуації), *ризик та невизначеність* (поняття рішення в умовах ризику та невизначеності може вплинути на оцінку наслідків різних варіантів дій, іноді зумовлюючи вибір менш оптимальних стратегій, груповий тиск), *вплив оточення* (соціальний тиск може відіграти значну роль через значущість впливу місцевих громад, родини або друзів під час прийняття рішення), *зміна цінностей* (під час війни можуть змінитися цінності через високу потреба в безпеці, виживанні та захисту близьких).

Висновки до першого розділу.

Процес прийняття рішень є важливим психологічним явищем, яке впливає на дії і життя людини в цілому. Деякі особи можуть ефективно приймати рішення, враховуючи усі наявні фактори та потенційні наслідки, в той час як інші можуть зіткнутися з викликами та проблемами, такими як невизначеність, відсутність мотивації, або ж недостатність часу для прийняття рішення, різноманітними психологічними та психічними аспектами.

Під час проведення теоретичного дослідження нами встановлено ряд чинників, що можуть впливати на процес прийняття рішення, в тому числі, когнітивний (інтелектуальний, раціональний), емоційний, мотиваційний, особистісні характеристики, психічний фактор, психологічний, фізіологічний аспект, психофізіологічний та економічний.

Всі ці чинники можуть як позитивно вплинути на процес прийняття рішення, так і призвести до невдалого вибору, який матиме негативні наслідки не лише на побутовому рівні, але й вплине на все життя та здоров'я осіб, що приймають рішення.

Прийняття рішень в екстремальних ситуаціях має особливо важливе значення, оскільки воно вимагає швидкості прийняття рішень зазвичай в стресовому стані з урахуванням високого рівня невизначеності та ризику та обмеження у часі, тому використання стратегій прийняття рішень, які зазвичай використовуються в стабільних умовах, в екстремальній ситуації можуть не працювати.

Крім того, ми з'ясували, що в наукових джерелах описано ряд стратегій, які використовують мирні мешканці під час реагування на загрози, що виникають в ситуації насильницьких агресій. Вибір тієї чи іншої стратегії зумовлені наступними чинниками: *«оцінка контролю загрози»* та *«оцінка передбачуваності (антиципації) ситуації»*.

Розділ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЧИННИКІВ ПРИЙНЯТТЯ РІШЕННЯ ПРО НЕВИЌЗД ІЗ ЗОНИ БОЙОВИХ ДІЙ МИРНИМИ МЕШКАНЦЯМИ УКРАЌНИ.

2.1. Організація та методи дослідження чинників прийняття рішення про невіїзд із зони бойових дій мирними мешканцями України.

Вибірку дослідження склали 114 осіб, з них 100 жінок та 14 чоловіків. З них 107 містян і 7 респондентів, що проживають в сільській місцевості. Вік досліджуваних коливався в межах від 18 до 85 років (Рис. 2.1).

З початком війни, кожен громадянин України опинився в ситуації глибокого внутрішнього конфлікту через суперечливі почуття та серйозну проблему вибору: чи лишатися дома чи залишати свій дім та шукати безпечне місце для себе та своїх близьких, чи чергувати на блокпостах та допомагати волонтерам чи перебувати до закінчення небезпеки в укриттях, чекати на покращення ситуації, або евакуюватися.

Маємо наголосити, що в умовах нестабільності та непередбачуваності подій, надто складно зрозуміти, яке саме рішення виявиться правильним, оскільки проблема полягає у значущій кількості зовнішніх та внутрішніх факторів, які потрібно враховувати під час прийняття вітально важливого рішення. До таких факторів можемо віднести і необхідність створення безпеки для своїх близьких (при чому фактор безпеки для людей похилого віку і для дітей відрізняються), і складність розуміння своїх патріотичних почуттів та значення себе в такій небезпечній та невизначеній ситуації і боротьба із ненавистю до окупантів, які зруйнували плин звичайного життя та плани на майбутнє, наявність чи відсутність ресурсів

Для дослідження чинників прийняття рішення про невіїзд із зони бойових дій мирними мешканцями України ми провели ряд інтерв'ю, в тому числі по телефону, у переписці телефонних додатків Viber та Telegram; контент-аналіз; анкетування; також використали методикау «Бостонський тест на

стресостійкість». Крім того, виходячи із результатів проведення бесід, в одному із розділів анкети, спираючись на ієрархічну систему потреб людини, розроблену А. Маслоу, запропонували респондентам проранжувати потреби за ступенем значимості.

Перед проведенням опитування, задля виявлення специфіки досліджуваної проблеми, а також заради визначення напрямку формування питань для анкетування та уникнення суб'єктивізму [11] під час складання анкети, ми провели ряд інтерв'ю з людьми різних статей та вікових груп. Зауважимо, що розмови проводились з людьми із різною освітою, соціальним статусом, сімейним станом, тощо.

Інтерв'ю (Додаток 1) проводились з дослідницькою метою, одноразово та в індивідуальній і груповій формах та вільному форматі. Вибір нами вільного формату інтерв'ю зумовлений тим, що саме цей метод зазвичай використовується на перших етапах проведення психологічного дослідження.

До того ж вільний формат інтерв'ю забезпечував гнучкість процедури, давав змогу змінювати спрямованість бесіди з урахуванням індивідуальних особливостей респондентів. І не зважаючи на те, що дана форма проведення інтерв'ю має недолік через можливі проблеми у співставленні отриманих результатів, проте, водночас, вона сприяє респондентам у формулюванні та висловленні думок [2]. Останнє стало актуальним з огляду на делікатність та складність проблеми, що досліджувалась.

Окрім процедурних питань, що використовувались для оптимізації процесу інтерв'ю, ми застосовували тематичні питання, що належать безпосередньо до теми дослідження: поцікавились ставленням респондентів до патріотичних аспектів, що стосуються досліджуваної теми, звернулися із запитаннями стосовно основних потреб, які стали важливими після початку війни, вносили тему для обговорення стосовно служби близьких родичів в лавах ЗСУ, або ТРО, просили пояснити свій емоційний стан, виявляли цікавість стосовно стану фізичного та психологічного здоров'я, способу життя, зловживання алкоголем та тютюнопалінням та інші.

Всі питання інтерв'ю були відкритими, та включали в себе: питання, що дають можливість отримати фактичну інформацію (демографічні питання, інформація про минулий досвід); питання, які дозволили почути суб'єктивні думки респондентів, в тому числі, ставлення до ситуації, до себе та інших, мотиви поведінки; питання, які з'ясовують емоційні реакції [2].

З метою обробки проведених інтерв'ю був використаний контент-аналіз для з'ясування основних тенденцій та [3]омірностей, що зафіксовані в отриманій інформації. Специфіка нашого контент-аналізу носить атрибутивний характер та полягає у дослідженні частоти повторювання певних тверджень, думок та повідомлень.

Метод контент-аналізу, як формалізований метод у вивченні документів та текстів різного формату, почали застосовувати в журналістиці наприкінці XIX початку XX сторіччя. Популяризація його, як повноцінної методики сталася лише у 30-х роках XX ст. [11]. З часом квантифікація (кількісне вираження якісних ознак) розвинулася не лише до об'єднання в смислові групи частин тексту, а й до підрахунку кількості слів у тексті (А. Болдуїн, 1942 р.). А наприкінці 50-х років 20 сторіччя Ч. Осгуд запропонував використовувати в контент-аналізі методику «зв'язаності символів⁶», що, в свою чергу, дозволило у подальшому застосовувати у роботі з отриманим якісним матеріалом, кореляційний аналіз та факторні методи [2].

В цілому, метод контент-аналізу базується на принципі повторення смислових та формальних елементів у документах (нашому випадку у інтерв'ю). Зазвичай його застосовують у разі наявності достатньої кількості матеріалу, що аналізується через необхідність забезпечення статистичної вірогідності

В нашій роботі метод інтерв'ю, як і контент-аналіз відігравали допоміжну роль.

⁶ Розробка принципу співставлення в матрицях не випадкових, пов'язаних між собою елементів змісту.

Контент-аналіз ми провели за допомогою спрощеного способу виміру, де питома вага кожної опорної категорії визначається за формулою [11]:

$$K = \frac{\text{Кількість одиниць аналізу, що фіксують опорну категорію}}{\text{Загальна кількість одиниць аналізу}}$$

За результатами контент аналізу нами було складено анкету для проведення опитування респондентів (Додаток 3), яка містить 6 розділів:

1. Звернення до респондентів. Пояснення змісту дослідження, що нами проводиться. Інформація щодо конфіденційності опитування. Контакти для зворотного зв'язку із дослідником.
2. Збір демографічних даних: вік, стать, освіта, питання щодо зайнятості, наявності певної власності.
3. Збір даних щодо особливостей стану справ в родинах на початку війни, інформація щодо причин невиїзду із небезпечних територій.
4. Інформація щодо ранжування потреб під час війни. Дані щодо емоцій, які переживали респонденти. Факти про фізичне та психологічне здоров'я респондентів.
5. Бостонський тест на стресостійкість.
6. Пропозиція поділитись будь-яким особистим досвідом, який прийшлося пережити під час війни.

В середньому проходження анкети розраховане на 15 хвилин.

Більш докладно питання анкети розкриті в Додатку 3.

Разом з інтерв'ю та контент-аналізу нами було використано «Бостонський тест на стресостійкість». Зазначений тест розроблений науковцями Медичного центру Університету Бостона. Він складається з 20 питань, аналіз відповідей на які, дозволяє визначити рівень стресостійкості учасників дослідження. Отримані на питання бали сумуються та з результатів відповідей віднімається 20.

Якщо респондент набрав менше 10 балів, його можна охарактеризувати як такого, що має *високу стресостійкість*. Коли кількість балів знаходиться в межах від 11 до 30 – це свідчить про *середній рівень стресостійкості*, який відповідає адекватному рівню напруженого життя активної людини. Якщо підсумкове число більше, ніж 30 балів, можемо говорити про підвищену чутливість до стресових ситуацій та їх істотний вплив на життя досліджуваного. У цьому випадку говоримо про *низьку стресостійкість*. Більше 50 балів вказує на високу вразливість до стресу та *дуже низький рівень стресостійкості* [26].

2.2. Результати емпіричного дослідження чинників прийняття рішення про невиїзд із зони бойових дій мирними мешканцями України.

Розподіл респондентів за віком відображено на рисунку 2.1

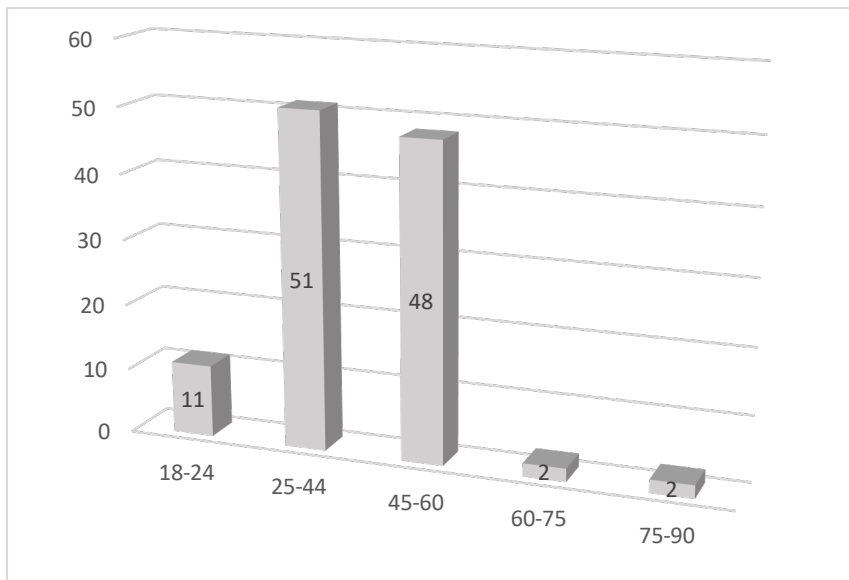


Рис. 2.1. Розподіл респондентів за віком.

Найбільшу питому вагу у вибірці мають люди молодого (51%) та середнього віку⁷ (48%).

Досліджувані проживають переважно в Києві та Київській області (Рис.2.2), проте з проблемою невиїзду із зони бойових дій зіткнулися і мешканці інших регіонів, які також брали участь в опитуванні.

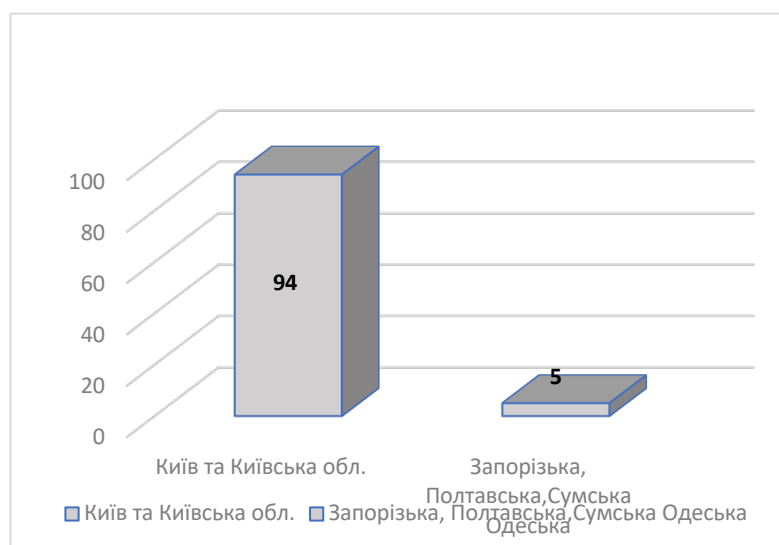


Рис. 2.2 Регіони проживання респондентів

⁷ Вікова періодизація згідно стандартів ВООЗ.

Серед 99 респондентів 84,9% мають вищу освіту, 15,1% - середню спеціальну. 62,6% респондентів мають неповнолітніх дітей (90 неповнолітніх дітей лишилися з батьками в зоні бойових дій).

Наше емпіричне дослідження проводилось, в першу чергу, з метою виявлення чинників, на підставі яких, мирні мешканці України приймали рішення про невіїзд із зони бойових дій на початку повномасштабного збройного вторгнення російської федерації в Україну.

За даними дослідження «Правовий захист постраждалих від воєнних злочинів росії», яке проводилось в лютому 2023 року, з початку повномасштабного вторгнення 72% українців не змінювали місце свого проживання [16].

Вважаємо за потрібне зазначити, що для багатьох респондентів, участь у інтерв'ю та проходження анкетування виявилось тригерною темою. Після завершення анкетування, люди ініціювали зворотній зв'язок через месенджери, або телефонні дзвінки, доповнювали та уточнювали свої відповіді. Не зважаючи на те, що теми, які піднімалися в інтерв'ю, спричиняли неприємні та болісні спогади, респонденти в своїй більшості добре йшли на контакт.

Наше дослідження розпочалось з проведення індивідуального пілотажного інтерв'ю (Додаток 1), що дозволило у подальшому відкоригувати перелік можливих питань до респондентів.

Наступним кроком стало проведення інтерв'ю з однією розширеною родиною з 6 осіб (Додаток 2). В цьому випадку інтерв'ю виявилось груповою процедурою. Участь у ньому брали всі члени зазначеної родини, не враховуючи малолітніх дітей. Вік осіб, що в цілому брали участь в інтерв'ю становив від 36 до 60 років.

Перед початком інтерв'ю, ми пояснювали респондентам мету бесіди із зауваженням, що розмова є конфіденційною. Крім того, ми просили дозволу фіксувати в ході проведення інтерв'ю значущі аспекти, аби уникнути викривлення інформації під час її обробки та інтерпретації. Відмов не було.

Нами проведено 5 інтерв'ю: з одним респондентом індивідуальне, з 4 респондентами – групове.

За результатами інтерв'ювання здійснено контент-аналіз (Додаток 2), який дозволив виділити 8 смислових категорій аналізу, з урахуванням яких, ми сформуваємо анкету для проведення основного дослідження.

Темою контекст-аналізу є дослідження смислових категорій, що транслювали респонденти під час проведення інтерв'ю щодо причин їх невізду із зони бойових дій. Вибірка – особи від 36 до 60 років. Завдання – визначити базові смислові категорії проведених інтерв'ю для формулювання питань анкетування.

Результати контент-аналізу (Додаток 2) дозволили виділити 8 смислових категорій аналізу (Таблиця 2.1.), які були використані нами при складанні анкети.

Таблиця 2.1.

Результати контент-аналізу

№	Смислова категорія	Питома вага, %
1.	Потреби	23,8
2.	Емоційні складові, почуття	16,3
3.	Сімейні обставини	15,0
4.	Фізичне та психічне здоров'я	13,8
5.	Вживання алкоголю та паління	10,0
6.	Питання еміграції та родичі за кордоном	8,8
7.	Зайнятість	6,3
8.	Служба в лавах армії	6,3

Найбільшу питому вагу 23,8% серед визначених смислових категорій посіли потреби, які включали себе, перш за все потребу в безпеці, підтримці близьких, потребу в тому, щоб діти не чули звуків війни, фізіологічні потреби. Потреба у підтримці близьких стала одним із чинників невізду із зони бойових

дій, про що також свідчить значна питома вага у виявлених смислових категоріях при контент-аналізі смислової групи «сімейні обставини» (15%). Ця категорія включала міркування респондентів про сімейні обстави, які склалися на початку війни, про ставлення до дітей та батьків, друзів, а також до домашніх тварин.

Ще однією значущою категорією, яка складає 16,3% стала категорія, що описує емоційні складові та почуття. При чому, емоційні елементи, окрім вираження страху та стресу, включили в себе ставлення до країни агресора. Про проблеми фізичного та психічного здоров'я зазначено в 13,8% контенту, що аналізувався.

Крім того, респонденти приділяли неабияку увагу питанню вживання алкоголю та тютюнопаління для «зняття стресу» (10,0% контенту). Одна з респонденток в інтерв'ю зазначила «... скажу Вам по секрету, на початку війни перед сном випивали трохи якогось алкоголю, щоб хоч трішки відпочити. Да і зараз стали частіше вживати алкоголь. Як на мене, то келих вина увечері менш шкідливий, ніж заспокійливі ліки, а напругаж накопичується».

Також в інтерв'ю піднімалися питання еміграції (8,8%), яка є однією із стратегій поведінки мирних мешканців під час порятунку від збройної агресії, зайнятості (збереження, або втрати місця роботи – 6,3%) та служби в лавах ЗСУ та ТРО – 6,3%. В інтерв'ю, респондентка зазначила «... (мова про племінницю, яка лишилась з респонденткою під час війни в той час, як), ... мама дівчини з молодшою сестрою виїхали до Чехії та планують там залишитись, а племінниця не хоче. І я ніколи не хотіла емігрувати». Інша респондентка дуже емоційно висловились щодо еміграції: «Ні я не хочу емігрувати. І не хочу, щоб діти їхали (сміється). Кому ми там потрібні».

За результатами контент-аналізу нами було складено анкету для проведення основного опитування респондентів (Додаток 3), яка містить 6 розділів.

В результаті опитування ми встановили ряд чинників невийїзду мирними мешканцями України із зони бойових дій, які зазначені в Таблиці 2.2.

Чинники невиїзду мирних мешканців із зони бойових дій.

№	Чинники	Питома вага, %, n=114
1.	Небажання лишати свою домівку	40,3
2.	Патріотичні погляди	26,3
3.	Бажання підтримати близьких родичів, які не хотіли покидати домівку	22,8
4.	Необхідність доглядати за домашнім господарством	8,8
5.	Служба близьких в ЗСУ або ТРО	6,1
6.	Фінансова неспроможність	5,2

Отже, провідним чинником, що зумовив рішення не виїжджати із зони бойових дій став чинник «Небажання лишати свою домівку», його зазначили 40,3% респондентів. При чому, якщо частина опитуваних разом із зазначеним чинником, вказує і інші причини (необхідність доглядати за домашнім господарством, бажання підтримати родичів, які не захотіли виїжджати, міркування про те, що вважають своє місце проживання безпечним місцем, слабку фінансову спроможність, наявність місця роботи), в той час, як 12,3% керуються тільки «небажанням лишати свою домівку» (нижче наведено нашу думку стосовно значимості цього чинника для респондентів).

26,3% опитуваних, вказали, що основним чинником, що зумовив їх рішення лишатися на небезпечній території стали «патріотичні погляди». При чому «в чистому вигляді» (без посилення на інші чинники) фактор «патріотичних поглядів» зазначило лише 2,6% респондентів, при чому це були респонденти, які не включали у свої відповіді інформацію про бажання служити

в лавах ЗСУ, або ТРО та не зазначали, як чинник невиїзду із зони бойових дій службу близьких.

Про «бажання підтримати близьких родичів, які не хотіли покидати свою домівку», як чинник, що зумовив невиїзд з небезпечної зони, зазначили 22,8% респондентів. Також, про «необхідність доглядати за домашнім господарством», як чинник невиїзду, службу близьких в лавах армії та фінансову неспроможність зазначили 8,8%, 6,1% та 5,2% відповідно.

Група опитуваних, яка відмітила, що не змогла виїхати через фінансову неспроможність, вказувала цей чинник, не як окремий, а в сукупності із іншими. Одна людина зазначила, що чинником невиїзду стала необхідність доглядати за тяжко хворим, проте крім цього аспекту вона вказала ряд інших факторів, в тому числі і фінансовий, які не дозволили їй виїхати в більш безпечне місце.

Хочемо відмітити, що під час спілкування з респондентами нами зафіксоване непоодинокє вживання фаталістичних лексичних оборотів, які транслюються через паремії⁸, а також через нові усталені обороти, що увійшли у вживання з початком військової агресії росії.

Наводимо приклади деяких висловлювань:

1. «Кому судилося повіситись, не втопиться»;
2. «Чому бути тому не минути»;
3. «Доля карає й вельможного, й неможного»;
4. «Нам нічого втрачати»;
5. «Куди судьба пошле, туди і доленька поверне»;
6. «Доля не обирає, вона приходить»;
7. «Від смерті не втечеш»;
8. «Якщо на роду написано загинути, то що вже вдієш»;
9. «Якби знав, де впав»;

⁸ Паремія – «знання, збірник життєвих правил, принципів і норм, створених для передачі з покоління в покоління». Паремії виноують комунікативну та когнітивну функцію та висловлюються у приказках, прислів'ях та фразеологічних оборотах [13].

10. «Та якось буде»;
11. «Якби знав, де впав»;
12. «Біда як схоче, то і на гладкій дорозі здибає».

Крім того, вважаємо за необхідне підкреслити, що за час повномасштабного вторгнення росії в Україну серед мирних мешканців з'явився оборот «Прилетить, так прилетить». Під час опитування його зазначили 13,1% респондентів.

На думку Т. П'ятківської існування паремій, що піднімають питання долі, свідчить про фаталістичні погляди українців, які полягають у вірі в незрозумілі сили, про залежність долі від зовнішніх обставин. Зазначені погляди є однією з ознак українського етносу. Крім того, авторка відмічає, що така ситуація спричинена емоційністю та чуттєвістю українців, а не раціональним осмисленням дійсності [19].

В той же час, Майкл Буравий, професор університету Берклі, зазначає, що «фаталізм, властивий українцям, виправдовує бездіяльність [1].

Отже, 25,3% респондентів, під час прийняття рішення про невиїзд із зони бойових дій, використовували фаталістичні стратегії прийняття рішення, тобто ми можемо виділити як окремий чинник в прийнятті рішення про невиїзд із зони бойових дій – фаталістичне світосприйняття респондентів.

Євген Головаха - директор Інституту соціології НАН України, в інтерв'ю від 26 травня 2023 року інтернет-виданню «Український тиждень» зазначив, що «до війни фаталістами були 57% відсотків українців, а тепер – лише 27%» [3].

Лишаючись дома під час небезпеки, респонденти неодноразово висловлювали наступні фрази: «У рідному домі і стіни допомагають», «У своєму домі і стіни гріють», «Всюди добре, а дома найліпше», «В гостях добре, а дома краще», «Київ найбезпечніше місто в Україні», «Мій дім – моя фортеця», «Старі дерева не пересаджують», «Якого біса я повинна полишати свою землю?» (7,0%).

Аспект небажання лишати свою домівку через призму паремій, які стосуються дому, можна розглядати як зв'язок між місцем проживання та

ідентичністю людини, що в свою чергу забезпечує психологічне благополуччя. Наприклад, Н. Easthope аналізує поняття «відчуття місця» і «вкоріненості», з яких «вкоріненість» полягає у бажанні перебування дома неусвідомлено, нереклексивно, в той час, як «відчуття місця» - це результат свідомих зусиль та формується в результаті соціально-культурної інтерпретації світу навколо людини. «Відчуття місця» вважається природним, іноді його називають територіальним інстинктом, який розглядається, як один з аспектів інстинкту виживання [28].

Враховуючи вищевикладене, з врахуванням результатів нашого дослідження, можемо виділити, як чинник прийняття рішення про невиїзд «відчуття місця» та «вкоріненість», оскільки 46,5% респондентів зазначили, що не покидали свого постійного місця проживання, яке опинилось в зоні бойових дій, через «Небажання лишати свою домівку». При чому можемо зазначити, що для 12,1% респондента, які вказали про «Небажання лишати свою домівку» без обґрунтувань характерний саме чинник «вкоріненості», як неусвідомленої прив'язаності до місця, в той час, як 34,3% обґрунтували небажання виїзду іншими факторами, що зумовлені в першу чергу родинними зв'язками, страхом невідомості, далекої та, ймовірно, небезпечної дороги, переконанням, що в Україні на момент початку війни не було небезпечних місць, впевненістю, що українці нікому не потрібні, відсутністю інформації про можливі шляхи виїзду, оскільки сусідні території були окуповані

За результатами дослідження, вважаємо за необхідне ввести, чинник, що полягає у фаталістичному світосприйнятті, та, відповідно має вплив на під час процес прийняття рішення, як фактор, що формує фаталістичні стратегії прийняття рішень мирними мешканцями. Крім того, слід врахувати чинники «вкоріненості» та «відчуття місця». Останні два можуть розглядатися, як складові «патріотизму», а можуть не включати патріотичні почуття.

З урахуванням того, що під час інтерв'ю, респонденти неодноразово наголошували у різних формах про постійний страх та відчуття небезпеки, у 4 розділі анкети, спираючись на ієрархічну систему потреб людини, розроблену А.

Маслоу [12], ми запропонували респондентам проранжувати потреби за ступенем значимості. В результаті проведеної роботи, ми емпірично підтвердили, що в ситуації війни базовою потребою 90,9% респондентів стала «потреба в безпеці». На друге місце перемістились «фізіологічні потреби респондентів» (76,7%), третє місце посіли «потреби в пізнанні та розумінні» (40,4%) через необхідність орієнтуватись в ситуації, що складається.

Крім того, в ході дослідження ми виявили, що 46% мирних мешканців, що прийняли рішення про невиїзд із зони бойових дій стикнулись з «проблемою вагонетки», що ускладнила прийняття рішень про можливий виїзд із небезпечних територій з огляду на морально-етичну складову через складність знаходження компромісу під час вибору, на основі того, які жертви є «прийнятними» в даній ситуації. Основна проблема полягала у неможливості здійснити вибір між бажанням допомогти батькам похилого віку, або близьким, які не бажали виїжджати із небезпечної території та необхідністю рятувати неповнолітніх дітей.

За результатами аналізу Бостонського тесту на стресостійкість ми виявили, що 55,6% респондентів мають середню стресостійкість, тобто опір, який чинять досліджувані відповідає адекватному рівню напруженого життя активної людини, 44,4% мають низький рівень стресостійкості, що свідчить про проблеми, які виникають у людини у разі необхідності протидіяти стресам, що, в свою чергу призводить до негативних наслідків у фізичному та психічному здоров'ї та впливає на різні сфери життєдіяльності людини.

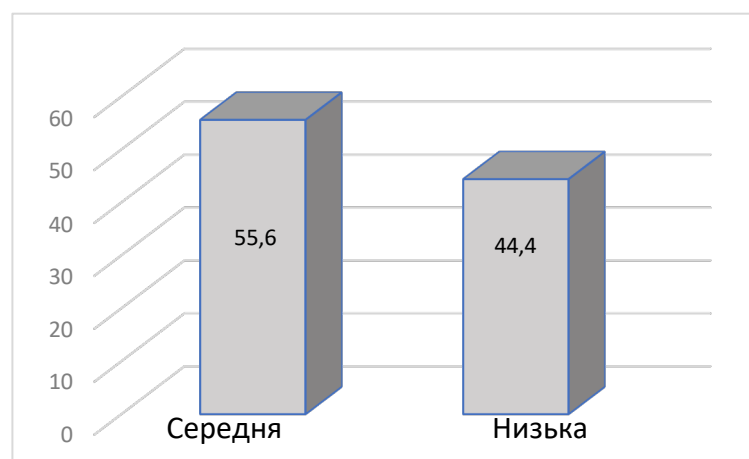


Рис. 2.3 Рівень стресостійкості респондентів (у %, n=114).

Результати аналізу «Бостонського тесту на стресостійкість» свідчать, що рівень стресостійкості респондентів не вплинув на їх рішення про невіїзд із зони бойових дій, оскільки не залежно від того, який рівень стресу мали опитувані, було прийнято рішення лишатися в небезпечній зоні.

Як зазначено вище, низький рівень стресостійкості з часом призводить до негативних наслідків у фізичному та психічному здоров'ї. Враховуючи, що 44,4% опитуваних мають низький рівень стресостійкості, в підтвердження вищезначених фактів можемо вважати результати аналізу даних, отриманих за допомогою анкетування (при чому про негативний вплив на фізичне та психічне здоров'я зазначали не лише люди із низькою стресостійкістю, а й цивільні із її середнім рівнем): 60,5% респондентів вважають, що за час війни погіршилось їх фізичне здоров'я, в той час як погіршення психологічного здоров'я помітили 70,2% респондентів.

Таблиця 2.3.

Основні проблеми, зазначені респондентами, пов'язані із погіршенням психічного та психологічного здоров'я.

№	Проблема	Питома вага у виборці, %, n = 114
1.	Різні прояви порушення сну	64,0
	Низький рівень енергії або її відсутність	57,0
	Відчуття незвичної розгубленості, забудькуватості, розлюченості, смутку, занепокоєння чи страху	34,3
2.	Порушення харчування	32,5
	Відчуття апатії та неважливості всього	32,5
	Відчуття безпорадності та безнадії	29,0
	Сильні перепади настрою	23,3
	Понаднормове куріння, або вживання алкоголю	16,7
	Уникнення спілкування з близькими	14,9

	Неможливість виконувати щоденні завдання, такі як піклування про своїх дітей, робота чи навчання	13,3
	Повторювані прояви агресії у спілкуванні з рідними та друзями	9,6
	Безпричинні больові відчуття в тілі	8,0

Так, з таблиці 2.3. видно що, однією із нагальних проблем, що постала перед мирними мешканцями, що лишились на небезпечних територіях, це надмірне вживання алкоголю та паління, до яких вони вдаються «для зняття стресу». Всі учасники інтерв'ю наголосили на зазначеній проблемі, а майже 20% респондентів вказали на існування такої проблеми.

Висновки до другого розділу.

В другому розділі нашої роботи було проведено дослідження, спрямоване на виявлення чинників прийняття рішень мирними мешканцями України про невиїзд із зони бойових дій, а також вплив ситуації війни на аспекти психічного та психологічного здоров'я цивільних громадян.

Для проведення емпіричного дослідження нами використано наступні методи: інтерв'ю, контент-аналіз, анкетування та методика «Бостонський тест на стресостійкість».

Так, за допомогою інтерв'ю та подальшого контент-аналізу ми змогли виділити вісім смислових категорій, на основі яких склали анкету для опитування. Аналіз анкетування дозволив емпірично встановити наступні чинники прийняття рішення про невиїзд мирними мешканцями України із зони бойових дій: небажання лишати свою домівку, патріотичні погляди, бажання підтримки близьких родичів, які не хотіли покидати домівку, необхідність доглядати за домашнім господарством, служба близьких в ЗСУ та ТРО, фінансова неспроможність, фаталістичне світосприйняття.

Крім того, розглянуто «вкоріненість» та «відчуття місця», як аспекти, що пояснюють чинник «небажання лишати свою домівку».

Виходячи із результатів анкетування ми статистично підтвердили, що основною потребою під час війни для мирних мешканців становить безпека.

Встановлено, що під час прийняття рішень вагома частина респондентів зіткнулась з «проблемою вагонетки», як проявом морально-етичного вибору.

Крім того, ми з'ясували, що фактор стресостійкості не вплинув на рішення мирних мешканців щодо прийняття рішення про невиїзд із небезпечних територій.

РОЗДІЛ 3. РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕСУРСІВ ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ, ЩО ПРИЙНЯЛО РІШЕННЯ ПРО НЕВИЇЗД ІЗ ЗОНИ БОЙОВИХ ДІЙ.

Наразі ситуація війни є частиною повсякденного життя українців. Подолання складних та трагічних подій вимагає від громадян неабияких психологічних ресурсів, тому людям, що опинилися в непростих умовах сьогодення потрібно знати елементарні способи самопомоги та взаємодопомоги своїм близьким для збереження життя і здоров'я, а волонтерам, психологам та військовим необхідно орієнтуватися у напрямках надання допомоги цивільним громадянам, що лишилися в зоні бойових дій.

Зважаючи на вищезазначене, ми розробили ряд рекомендацій як мирним мешканцям так і людям, що їм допомагають. Зазначені поради стануть у нагоді для збереження внутрішніх ресурсів громадян з метою зарадити собі, підтримати рідних та близьких, а також сприяють запобіганню вигорання представників волонтерського руху, психологів та військових, що надають допомогу цивільним громадянам у зонах бойових дій.

3.1. Рекомендації для цивільного населення, що прийняло рішення про невиїзд із зони бойових дій:

1. Емпатійне ставлення по відношенню до близьких, які лишились в зоні бойових дій.
2. Спостереження за актуальною інформацією про поточну ситуацію.
3. Вчитися стратегіям управління стресом нешкідливими для здоров'я способами.
4. Ознайомитись із методами першої психологічної та першої домедичної допомоги.
5. Співпрацювати з місцевими спільнотами для отримання актуальної інформації про ситуацію.
6. Уважно та спокійно ставитись до дітей та осіб літнього віку.
7. Турбуватися про власне повсякденне благополуччя (по можливості приділяти достатню увагу сну, якісно харчуватись, не зловживати алкоголем та тютюнопалінням).
8. Мати план евакуації, який може бути необхідний у разі зміни ситуації.
9. Тримати контакт із сусідами, родичами та близькими, що живуть неподалік від вас.

3.2. Рекомендації для волонтерів, психологів та військових, які працюють із цивільним населенням в зонах бойових дій.

1. Емпатійне ставлення до громадян, які лишилися в зоні бойових дій.
2. Надання мирним мешканцям актуальної інформації про поточну ситуацію.
3. Проведення роз'яснювальних процедур стосовно можливого виїзду із небезпечних зон.
4. Враховуючи, що цивільні особи, які перебувають в зоні збройного конфлікту часто зазнають стрес високого рівня, важливо навчити їх дієвим стратегіям управління стресом, для уникнення долаття стресу шкідливими для здоров'я способами.
5. Необхідною складовою допомоги може стати пояснення методів першої психологічної допомоги та першої домедичної допомоги.
6. Волонтери та психологи мають співпрацювати з місцевими спільнотами, через те, що представники місцевих громад мають авторитет серед місцевих мешканців та можуть мати вплив на прийняття ними конструктивного рішення.
7. Особливу увагу варто приділяти дітям, батькам, які мають неповнолітніх дітей та особам літнього віку.
8. Волонтери мають роз'яснювати мирним мешканцям про необхідність турботи про їх власне благополуччя, а також турбуватись про власний психологічний стан для уникнення професійного вигорання.
9. При роботі із цивільними громадянами люди допоміжних професій мають дотримуватись конфіденційності та етики, а також з повагою ставитись до тих, хто потребує допомоги.
10. Важливим елементом є допомога у розробці плану евакуації, що може бути необхідна у разі зміни ситуації.
11. Волонтери мають пояснювати мешканцям, що лишилися в зоні бойових дій, про необхідність спілкування та інформування близьких

про стан справ, які виїхали на більш безпечні території, а також про підтримання комунікації із сусідами та близькими, що проживають поруч.

Висновки до третього розділу

За результатами теоретичної та емпіричної частин нами розроблено ряд рекомендацій для мирних мешканців України, що лишились в зоні бойових дій, з метою підвищення їх психологічних ресурсів. Крім того, нами підготовлені рекомендації для волонтерів, військових та психологів, які працюють з цивільним населенням, що досі знаходиться на небезпечних територіях.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження дозволило виконати поставлені на початку роботи завдання. В ході дослідження ми:

1. Здійснили теоретичний аналіз процесів прийняття рішення, в тому числі, особливостей прийняття рішень в екстремальних та кризових ситуаціях; На основі аналізу теоретичних джерел нами було встановлено, що прийняття рішень може бути зумовлено наступними чинниками: когнітивним (інтелектуальним, раціональним), емоційним, мотиваційним, фізіологічним, психічним, психологічним, психофізіологічним та економічним, а також включати вплив особистісних характеристик. Ми з'ясували, що прийняття рішень в екстремальних ситуаціях вимагає від людей, які знаходяться зазвичай в стресовому стані, швидкості прийняття рішень з урахуванням високого рівня невизначеності, ризику та обмеження у часі, тому використання стратегій прийняття рішень, які зазвичай використовуються в стабільних умовах, в екстремальній ситуації можуть не працювати. Крім того, ми встановили, що в умовах військової агресії під час врахування чинників прийняття рішень доцільно брати до уваги такі фактори, як «оцінка контролю загрози» та «оцінка передбачуваності (антиципації) ситуації».
2. Емпірично дослідили та виявили наступні чинники прийняття рішень мирними мешканцями України про невиїзд із зони бойових дій: небажання лишати свою домівку, патріотичні погляди, бажання підтримки близьких родичів, які не хотіли покидати домівку, необхідність доглядати за домашнім господарством, служба близьких в ЗСУ та ТРО, фінансова неспроможність, фаталістичне світосприйняття. Крім того, ми розглянули «вкоріненість» та «відчуття місця», як аспекти, що пояснюють чинник «небажання лишати свою домівку», статистично підтвердили, що основною потребою людей під час війни є потреба у безпеці, а також виявили, що при прийнятті рішень про невиїзд із небезпечних територій,

цивільні мешканці зіткнулися із проблемою морально-етичного вибору. За результатами дослідження встановлено, що фактор стресостійкості не вплинув на рішення мирних мешканців що невиїзду із зони бойових дій.

3. Розробили рекомендації для підвищення психологічних ресурсів цивільному населенню, волонтерам, військовим та психологам, які співпрацюють з мирними мешканцями в зонах бойових дій.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми прийняття рішення мирними мешканцями України про невиїзд із зони бойових дій.

Перспективи подальших наукових досліджень ми вбачаємо в розробці та впровадженні програм підтримки для цивільного населення, що лишилися в зоні бойових дій з метою підвищення психологічних ресурсів мирних громадян.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Безп'ятчук Ж. Майкл Буравой: «Фаталізм, властивий українцям, виправдовує бездіяльність» [Електронний ресурс] / Ж. Безп'ятчук // Інтернет видання: "Український тиждень". – 2011. – Режим доступу до ресурсу: <https://tyzhden.ua/majkl-buravoj-fatalizm-vlastyvyj-ukraintsiam-vypravdovuiе-bezdialnist/>.
2. Галян І. М. Психодіагностика. / І. М. Галян. – Київ: Академвидав, 2009. – 464 с. – (Навчальне видання). – ("Альма-матер").
3. Головаха Є. І. «До війни фаталістами були 57% українців, а тепер – лише 27%» [Електронний ресурс] / Є. І. Головаха // Український тиждень. – 2023. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.youtube.com/watch?v=aQFug220A98&t=65s>.
4. Закон України "Про правовий режим воєнного стану" [Електронний ресурс]. – 2015. – Режим доступу до ресурсу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/389-19#n47>.
5. Звіт Управління верховного комісара ООН із прав людини про втати серед цивільних осіб [Електронний ресурс]. – 2023. – Режим доступу до ресурсу: <https://ukraine.un.org/sites/default/files/2023-05/Ukraine%20-%20civilian%20casualty%20update%20as%20of%207%20May%202023%20UKR.pdf>.
6. Кияшко Д. Ю. Особенности принятия решений специалистами помогающих профессий. [Електронний ресурс] / Д. Ю. Кияшко, Е. Н. Кравцова // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України.. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: https://lib.iitta.gov.ua/722840/1/27_8.pdf.
7. Конституція України [Електронний ресурс]. – 1996. – Режим доступу до ресурсу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/254к/96-вр#Text>.
8. Короход Я. Д. Психологічні чинники прийняття рішень [Електронний ресурс] / Ясмiна Джанiвна Короход // Psychological journal, v. 6, i. 3. – 2020. –

Режим доступу до ресурсу:

<https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/issue/view/35>.

9. Корнев О. М. Екстремальна ситуація: сутність, зміст та рівні подолання. [Електронний ресурс] / О. М. Корнев – Режим доступу до ресурсу: <https://nuczu.edu.ua/sciencearchive/ProblemsOfExtremeAndCrisisPsychology/vol11/10.pdf>.
10. Кушлик-Дивульська О. І. Основні теорії прийняття рішень. Навчальний посібник. [Електронний ресурс] / О. І. Кушлик-Дивульська, Б. Р. Кушлик // НТУУ "КПІ". – 2014. – Режим доступу до ресурсу: <https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/6917/1/13-14-055.pdf>.
11. Лук'янова Л.Б. Контент – аналіз як психолого-педагогічна процедура [Електронний ресурс] / Л. Б. Лук'янова // Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини / гол. ред.: Мартинюк М. Т. – Умань : ПП Жовтий, 2010. – Ч. 4. – С. 149-157. – Режим доступу : http://udpu.org.ua/files/fahovi_vydannya/univer/2010_4.pdf
12. Маслоу А. Мотивация и личность. [Електронний ресурс] / пер. Татлыбаевой; терминолог. Правка В. Данченка. – К.: PSYLIB, 2004 – Режим доступу до ресурсу: <https://psylib.org.ua/books/masla01/index.htm>.
13. Музика М. В. Паремія, як одиниця мовної свідомості людини (на матеріалі асоціативного експерименту) [Електронний ресурс] / М. В. Музика – Режим доступу до ресурсу: https://www.academia.edu/36270576/ПАРЕМІЯ_ЯК_ОДИНИЦЯ_МОВНОЇ_С_ВІДОМОСТІ_ЛЮДИНИ_docx.
14. Петровский А. В. Психологический словарь. [Електронний ресурс] / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский // "Политиздат". – 1990. – Режим доступу до ресурсу: <https://hum.edu-lib.com/szbrannoe/psihologicheskiiy-slovar-pod-red-a-v-petrovskogo-onlayn>.
15. Петровська І. Логічні концепції процесу прийняття рішень. [Електронний ресурс] / Інга Петровська // Вісник Львівського університету. Серія

- психологічні науки. – 2021. – Режим доступу до ресурсу: http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/9_2021/27.pdf.
16. Після початку повномасштабного вторгнення РФ 24 лютого 2022 року 72% українців не залишали межі країни. [Електронний ресурс] / v off // Укрінформ: мультимедійна платформа іномовлення України. – 2023. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3670400-pid-cas-vijni-ne-viizdzali-z-kraini-72-ukrainciv.html>.
17. Помиткіна Л. В. Прийняття рішення як фактор стресової ситуації для суб'єкта праці в особливих умовах діяльності. [Електронний ресурс]/ Л.В.Помиткіна – Режим доступу до ресурсу: <https://er.nau.edu.ua/bitstream/NAU/49111/2/Помиткіна%202.pdf>.
18. Про внесення змін до постанов Кабінету Міністрів України від 30 жовтня 2013 р. № 841 і від 29 липня 2022 р. № 854/ Постанова Кабінету Міністрів України від 7 березня 2023 року №209 [Електронний ресурс]. – 2023. – Режим доступу до ресурсу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/209-2023-п#n10>.
19. П'ятківська Т. Концепти Української ментальності в мовному дискурсі паремій [Електронний ресурс] / Т. П'ятківська // Рідний край.2014.№1 (30). – 2004. – Режим доступу до ресурсу: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/4069/1/22.pdf>.
20. Сергієнко Н. П. Особливості прийняття рішень працівниками екстренної служби ДСНС. [Електронний ресурс] / Н. П. Сергієнко // Фаховий збірник наукових праць «Теорія і практика сучасної психології» № 2/2020.;№ 2/2020. Видавничий дім «Гельветика» 69002, м. Запоріжжя. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/11320/1/2_2020.pdf.
21. Сковорода Г. Повне зібрання творів: у 2-х т. – К.: Наукова думка, 1973.- Т.1. – 532 с.; - Т.2. – 576 с.
22. Царенко Л. Г. Екстремальна ситуація: адаптивні реакції виживання та творча адаптація в світлі теорії Стівена Порджеса [Електронний ресурс] / Л. Г.

- Царенко – Режим доступу до ресурсу:
https://lib.iitta.gov.ua/733162/1/Царенко_стаття_22_2.pdf.
23. Чернобровкін В.М. Психологія прийняття педагогічних рішень. – Луганськ: Альма-матер, 2006. – 432 с.
24. Шалагінов Б. Б. І. Кант: мислитель, естетик, мораліст (Матеріали до лекції) [Електронний ресурс] / Б. Б. Шалагінов // Київ: Видавничий дім "КМ Академія". – 2005. – Режим доступу до ресурсу:
<https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/4e443ce3-380f-4f6b-9a16-fa8495e51c0b/content>.
25. Шинкаренко І. О. Психологічні рекомендації працівнику Національної поліції під час дій в екстремальних умовах : наук.-метод. рекомендації [Електронний ресурс] / І. О. Шинкаренко // ДДУВС. – 2020. – Режим доступу до ресурсу:
<https://er.dduvs.in.ua/bitstream/123456789/5743/1/Екстремальні%20ситуації%28навчально-практичні%20рекомендації%29.pdf>.
26. Щербатих Ю. В. Психология стресса и методы коррекции. (Серия "Учебное пособие") [Електронний ресурс] / Ю. В. Щербатих // ЗАО Издательский дом "Питер". – 2006. – Режим доступу до ресурсу:
https://www.phantastike.com/practic_psychology/stress_sh/html/.
27. APA Dictionary of Psychology [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://dictionary.apa.org/decision-making>.
28. Easthope Н. A Place Called Home [Електронний ресурс] / Hazel Easthope // Housing, Theory and Society. – 2004. – Режим доступу до ресурсу:
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14036090410021360>.
29. Interfax-Україна [Електронний ресурс]. – 2022. – Режим доступу до ресурсу:
<https://interfax.com.ua/news/general/844695.html>.
30. Lieberman H.R. Severe decrements in cognition function and mood induced by sleep loss, heat, dehydration, and undernutrition during simulated combat

- [Электронний ресурс] / [H. R. Lieberman, G. P. Bathalon, C. M. Falco та ін.] // *Biological Psychiatry* 57(4), 422-429. – 2005. – Режим доступу до ресурсу: <https://sci-hub.se/10.1016/j.biopsych.2004.11.014>.
31. Milliff A. Making Sense, Making Choices: How Civilians Choose Survival Strategies during Violence [Электронний ресурс] / Aidan Milliff. – 2023. – Режим доступу до ресурсу: https://aidanmilliff.com/media/Milliff_JMP.pdf.
 32. Oxfordreference.com [Электронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.oxfordreference.com/display/10.1093/oi/authority.20110803100324917;jsessionid=50B9B02670975DA2C9E5C3360F5818D4>.
 33. Paulus M.P. A neuroscience approach to optimizing brain resources for human performance in extreme environments. [Электронний ресурс] / [M. P. Paulus, E. G. Potterat, M. K. Taylor та ін.] // *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 33.. – 2009. – Режим доступу до ресурсу: <https://sci-hub.se/10.1016/j.neubiorev.2009.05.003>.
 34. <https://studfile.net/preview/5648309/page:9/>
 35. https://studies.in.ua/poltichn_tehnologyi/2734-ponyattya-ta-osnovn-pdhodi-do-priynyattya-rshen.html
 36. <https://uk.warbletoncouncil.org/teoria-racionalidad-limitada-herbert-simon-7662>
 37. <http://weblib.pp.ua/ponyattya-ekstremalna-situatsiya-psihologiya-ekstremalnih-situatsiy.html>

Пілотажне інтерв'ю.

Респондентка. Жінка. Н. 46 років. Юрист.

Інтерв'юер (І.): Добрий день, мене звати Наталія. Я провожу дослідження для кваліфікаційної роботи і попрошу Вас відповісти на кілька запитань. Вся інформація, яку я отримаю від Вас залишиться конфіденційною. Чи згодні Ви трішки поспілкуватися зі мною?

Н: Зрозуміла Вас. Давайте поспілкуємось. Мене попередили про зміст нашої розмови і я готова поділитися з Вами своїм досвідом. На скільки я розумію, Вас цікавить, чому на початку війни я не виїхала з Києва?

І: Вірно.

Н: Рішення про те, що залишусь у рідному місті прийняла одразу. Адже, той, кому судилося повіситись, не втопиться. Звичайно, було дуже страшно. Але всередині жило стільки люті та презирства по відношенню до країни-агресорки, що здавалось, що сама ця лють здатна перемогти найпотужніші армії світу. А ще було трішки соромно за людей, які тікали, особливо за дуже заможних громадян

(Пані Н. зупинилася і багатозначно подивилася на дослідника).

І: Пані Н., Ви самостійно прийняли рішення залишитись у Києві?

Н: Ну чому самостійно. З чоловіком порадилися. До того ж, у нас жила тоді і живе племінниця, дитина навчається в Грінченка на музичному відділенні. Ніхто ж не знав, як все складатиметься. Сподівались, що весь той жах швидко мине і дитина знову може ходити на заняття.

І: А чому з Вами живе племінниця?

Н: Племінниця родом із Сумів, в 2021 році тільки вступила на навчання. Оскільки у нас з чоловіком своїх дітей немає, а місця в квартирі багато, то

вирішили, що вона житиме у нас і спокійно навчатиметься. Дівчинка ніжна і не хотілось, щоб вона оселилась в гуртожитку. До речі, мама дівчини, з молодшою сестрою виїхали до Чехії та планують там залишитись, а племінниця не хоче. І я ніколи не хотіла емігрувати.

I: Дякую за відповідь. Пані Н., дозвольте поставити Вам пару стандартних запитань.

Н: Ставте.

I: Скільки Вам років?

Н: 46 і чоловіку 46, ми однокласники.

I: Яка у Вас освіта?

Н: Вища юридична.

I: Ви працюєте зараз?

Н: Зараз я на фрилансі. Працювала на початку війни у достатньо крупній юридичній компанії (давно працювала), але згодом вона закрилась за невідомих для мене причин, тому шукаю роботу собі самостійно. Хоча іноді рада тому, що маю багато вільного часу.

I: Чоловік Ваш служить?

Н: Ні. Він не служить ні в ЗСУ ні в ТРО. Так трапилось, що з близького оточення немає нікого, хто пішов в лави армії.

I: Ваші батьки живуть з Вами?

Н: Ні. Тато помер не за довго до війни, а мама живе в селі сумської області. Вона навіть трохи побула під окупацією, але, Слава Богу, все обійшлося. Я ж кажу, чому бути, тому не минути. Гукала маму до себе, але вона зразу виїхати не могла, а потім село звільнили... Да і город у неї там, кури, коти собаки.. Вона не може господарство своє покинути. Я не наполягаю, оскільки старі люди не люблять змін.

I: А Ви до мами часто їздите?

Н: Коли не було війни, то їздили до мами раз на 3 тижні, але зараз, на жаль, бачимось рідко. За останній рік лише двічі.

I: Дозвольте, пані Н., повернутися до питання невиїзду із Києва.

Н: Так, будь ласка.

І: Пробачте за таке делікатне запитання, але дозвольте поцікавитись чи мали ви фінансову можливість, щоб виїхати на початку війни аби створити собі безпечні умови. І чи мали можливість взяти з собою племінницю?

Н: Звичайно могла. Я завжди добре заробляла. До війни ми часто виїжджали за кордон. Я мала фінансову можливість виїхати і забрати з собою племінницю, проте знову і знову буду повторювати, що біда як схоче, то й на гладкій дорозі здибає. Ще забула Вам сказати, що виїхала моя близька подруга, вона вивозила свою доньку, яка мала вступати на навчання в Польщі. Подруга залишила дома 5 котів, попросила, щоб я доглянула. Хіба могла я їй відмовити. Потім ми підібрали ще 2 котика. І доглядали за сімома.

І: Ви забрали котиків до себе додому?

Н: Ні. Ми разом переїхали жити до моєї подруги в квартиру.

І: Квартира подруги в Києві?

Н: Так. На лівому березі.

І: Вам напевне було складно?

Н: Можливо комусь і складно, але для мене, на той час, догляд за тваринами замінював заспокійливі, хоча, скажу Вам по секрету, на початку війни перед сном випивали трохи якогось алкоголю, щоб хоч трішки відпочити. Да і зараз стали частіше вживати алкоголь. Як на мене, то келих вина увечері менш шкідливий, ніж заспокійливі ліки, а напруга накопичується. Спортом я не займаюсь, хоча тримаю себе у формі та слідкую за вагою.

І: Пані Н., скажіть, а як ви ставитесь до патріотизму?

Н: Для мене патріотизм як раз і полягає в тому, щоб бути дома, підтримувати, як можу, близьких та допомагати тваринам.

І: Які, на Вашу думку, найважливіші потреби були на початку війни?

Н: Вважаю, що, в цілому, ці потреби не дуже й то змінились, принаймні основні. Нам всім, в першу чергу, необхідна потреба в безпеці, потім у воді, їжі та сні. Звичайно, що довго без їжі не протягнеш. Безпека-безпекою, проте вона, напевне, на рівні із потребою в їжі та воді. На окупованих територіях та на

територіях, де точилися бої, люди стояли в черзі за водою та хлібом. А як інакше.

I: Пані Н., як Ви вважаєте, чи погіршилось Ваше здоров'я з початком війни?

Н: Наче ні, принаймні я цього не відчуваю, але стало багато напруження, тривоги, сон став поганим, з настроєм щось не те. Раніше я любила жартувати та сміятися, зараз стримуюсь, адже війна. Перестали розважатися.

I: А що із сном?

Н: Засинаю швидко, але протягом ночі прокидаюсь як мінімум три рази навіть коли немає атак.

I: Дякую, пані Н., за спілкування. А могли б Ви ще щось розповісти, чого не згадували протягом нашого спілкування.

Н: Сказати хочу одне. Потрібно вірити в краще і воно обов'язково станеться. (Посміхається)

I: Дякую, пані Наталіє, Ви мені дуже допомогли.

Н: Звертайтеся.

Інтерв'ю з членами розширеної родини.

Спілкування відбулось зі всіма членами розширеної родини (окрім неповнолітніх дітей), до складу якої входить старше покоління (чоловік та жінка), їх дочка та її чоловік.

Респонденти:

Жінка. Л. 60 років.

Чоловік. В.М. 60 років.

Жінка. О. 36 років.

Чоловік. В.Л. 42 роки.

Інтерв'юер (І.): Добрий день, мене звати Наталія. Я провожу дослідження для кваліфікаційної роботи і попрошу Вас відповісти на кілька запитань. Вся інформація, яку я отримаю від Вас залишиться конфіденційною. Чи згодні Ви трішки поспілкуватися зі мною?

Респонденти переглянулися між собою та покивали, або підтвердили словами про свою готовність.

І: Буду ставити Вам питання. Попрошу, щоб відповідали зразу старші члени родини, а потім молодші.

І: Скільки Вам років? (Звертаємось до старшої жінки)

Л: 60.

І: Яка у Вас освіта?

Л: Середня спеціальна.

І: Ви заміжня?

Л: Так.

І: Маєте дітей?

Л: Маю. Дві дочки?

І: Скільки Вашим донькам років?

Л: 36 та 40.

І: Пане В., скільки Вам років?

В. М.: Мені теж 60. Зразу Вам скажу, що на пенсії. Я колишній пожежник. Зараз займаюсь тільки домашнім господарством. Город та інше.

О: Мені 36. Я повар в дитячому садочку.

В.Л.: Мені 42 і я охоронець на одному великому підприємстві.

І: Пані Л. та пане В.М., Ваші проживають з Вами?

Л: Можна я розповім? (звертається до чоловіка). Старша ні. Старша донька 10 років тому вийшла заміж за турка та переїхала жити до Туреччини. А молодша, можна сказати, що з нами живе. Вона донька має свою родину (чоловіка, двох синів 15 та 9 років) та свою квартиру в нашому ж селі. Проте фактично весь час проводить у нас з чоловіком. Її діти, мої онуки, часто лишаються ночувати і ми ведем спільне господарство: город, кури, свині.

О: Мама правильно говорить, що дома ми практично не живем (сміється). І крім основної роботи ще допомагаємо людям готуватися до різних подій та готуємо їм їжу на стіл. Тому працюємо практично без вихідних, особливо влітку.

В.Л.: Навіть не знаю на кому я одружився (сміється), бо ми дійсно весь вільний час проводимо у батьків моєї дружини.

І: А Ви не думали виїжджати?

Л: А куди виїжджати, якщо у нас тут все життя? Кому і де ми потрібні. До того ж у О чоловіка пішов в ТРО. Я пропонувала, щоб хоча б вона виїхала кудись, хоч на Західну, з дітьми, але вона сказала, що не поїде нікуди, бо чоловіка не покине. То ми тут і лишилися. Я ж не можу покинути свою дитину. А нам з чоловіком то що... Життя майже прожили.. Крім дітей особливо і втратити нічого, бо все , що робимо, то для них. Взагалі, я росіянка, з Брянської області, в 18 років приїхала в Київську область працювати та тут і залишилась, заміж вийшла, дітей народила. Байдуже, що я росіянка. Україна – це мій дім. Ми он в сховищі українські пісні наспівували да Шевченка читали на початку війни.

В.Л.: Я просив дружину виїхати, поки допомагаю боронити рідне село, та вона не погодилась. У мене і батьки тут живуть, тож покинути все і втекти, то не для мене.

О: А як я можу тебе покинути? Як, коли ти у небезпеці? І куди їхати, як воно кругом таке? А на вокзалах бачив, що робиться?

В.Л.: А чим би ти змогла мені допомогти?

О.: Я була поруч, бо ти ж моя родина. І бачиш, як вийшло. Добре, що разом лишилися. Підтримували один одного. Я он з мамою їсти тобі з хлопцями готувала, Ви стояли на варті. І то добре, що все добре тоді було, хоча воно ще й досі не скінчилося і хтозна як буде. І досі переживаю і за тебе і за дітей, ну і за батьків звичайно. Але виїхати просто не можу. Краще всім разом бути. Так спокійніше.

І: Пані О., а ви сказали, що хлопцям їжу готували. Яким хлопцям?

Л: Можна я розповім, я працюю, Слава Богу. Працюю разом із донькою поваром в дитячому садочку. І спеціальність маю кулінарну. Коли почалася війна, ми з дівчатами готували обіди для хлопців, які служать в територіальній обороні, а коли трохи бахкати заспокоїлось, то для всього села тушонку закривали. А ще, на початку війни група добровольців готувала сховище для всього села. Я керувала цим процесом. Знаєте, люди різні. Хтось з повагою, а хтось прийшов відсидів ніч, горілки попив, закусив, сміття покидав і пішов додому. Та що вже з ними зробиш. Вони ж люди, їм страшно, хоча і поводять себе іноді, гірше за свиней.

В.М.: Ойййй... Та й не кажи.. Ми гуртом безпеку організували, а сусіди наче з дикого краю повтікали... Тьху...

І: Ви сказали, що сховище готували для односельців, а самі ви до сховища ходили?

О.: Спускалися тільки 1-й тиждень від початку війни, а потім перестали, хоч і страшно було. Але ж намучились ми в тому сховищі. Це погреб. Він маленький. Нас там набилось аж 15 чоловік і 2 великі собаки. Тісно з цих 15 чоловік п'ятеро дітей. Було тісно і холодно. Одна жіночка, що сиділа з нами, була після операції. І хлопчина теж після хірургічного втручання. Хлопцю взагалі не можна було застудитися. В наших околицях добре Гурко тіло, бо поруч аеропорт. А ще через наше село танки проходили. Це наші, але все одно було страшно. Перші тижні ми практично не спали. І взагалі з цих 15 людей, 13 жили в будинку у моїх батьків. Фактично чотири родини. Гуртом не так страшно. Ми готували на всіх їсти по черзі, хтось дивився за меншими дітьми, хтось прибирав, хтось слухав новини і нам розповідав, і всі один одного заспокоювали. Ми панікували від кожного звуку, часто отримували інформацію невідомо звідки, що наприклад зараз на село буде напад, або планується бомбардування. Вже нічого не хотілось. Таку ненависть відчували до кацапів, хоч і мама моя росіянка, але вона вже швидше корінна Українка і мову знає.

I: Пані О., а що ви відчували на початку війни в цілому і по відношенню до ситуації до окупантів..

Л: Було дуже страшно, як сказала О.. Дивує, як в наш час люди таке можуть натворити. На стільки гнівилася на тих тварюк. Я їх просто зневажаю. А ще чомусь всередині було ніяково, відчувала себе винною, що не можу допомогти більше, ніж роблю.

I: Пане В.М., а ви що на це скажете?

В.М.: А що тут говорити. Щоб вони повиздихали, тварі.

В.Л.: Я не міг не піти в ТРО, бо це соромно, коли чоловік не боронить свою землю.

I: В.М., а Ви вмовляли свою доньку виїхати з дітьми?

В.М.: Та хіба її вмовиш. Вперта. Та ми майже зразу вирішили лишитися разом. Якщо на роду написано загинути, то разом. Не дай Боже, тьху-тьху, бо дітям ще жити та жити.

I: Під час війни виїжджали кудись? Назвемо це- у відпустку?

В.Л.: Батьки О. їздили у санаторій, бо війна війною, а спина болять.

I: Скажіть, будь ласка, а з початком війни чи почав хтось з Вас частіше вживати алкоголь?

Л: (Сміється). Як би не алкоголь, ми б вже напевне здохли. А так хоч спати можна. Напрацюєшся за день, новин наслухаєшся жахливих новин, аж голова кругом і серце болить. На вечерю обов'язково всі п'ємо. На нерви легше. Он тільки О. зараз перестала пити, бо таке у неї з тиском робиться. Думаю, що мікроінсульт був. Аж крапельниці ставили.

В.Л.: Коли війна почалася, повитягували значки. Ми тією великою компанією на початку війни двічі на день їли. І обов'язково по 3 чарки випивали. Я ось курити став більше, і друг мій одну за одною тягне. Навіть наші дружини палити стали.

В.М.: Та таке. Я ж он не п'ю. Діабет.

О.: Бо ви, тату, своє вже випили (Сміється).

I: А що було важливіше, коли війна почалася: заховатися чи дітей нагодувати?

В один голос, наперебій: О: Заховати дітей так, щоб не попали вибухи. Л.: Яке там їсти, коли над головою бахає. Звичайно, що ми тікали та ховались. Їжу недоварену на плиті кидали. Зараз наче трохи звикли, але все одно моторошно, як сирена волає. Хочеться заховатися, щоб не чути. В.М.: Хотілось, щоб діти того не чули та не бачили. В.Л.: Безпека важлива. А у погребі завжди баночка знайдеться консервів (сміється). Жінки у нас хазяйновиті да і тесть нічогенький.

І: І ще одне питання для пані Л. да і для Всіх Вас. Пані Л. Зазначила, що старша донька за кордоном живе вже багато років. Чи не виникало у Вас бажання емігрувати?

О.: Нііііі... Ні я не хочу емігрувати. І не хочу, щоб діти їхали (сміється). Кому ми там потрібні. А ти як, В.Л.

В.Л.: Я про це ніколи взагалі не думав.

Л.: Яка еміграція. Ви що смієтесь?

В.М.: Чужа сторона то добре, але дома краще.

І: Дякую Вам за розмову. Якщо раптом згадаєте ще щось цікаве, телефонуйте мені, послухаю Вас.

Інтерв'ю проходило в неформальній обстановці. Респонденти досить емоційно поводитися та реагували на наші питання. Попросили, щоб розповіла їм, як було у інших людей.

Результати контент-аналізу


Респонденти	Емоційні складові, почуття	Сімейні обставини, мотиви	Питання еміграції та родичі за кордоном	Служба в лавах армії	Зайнятість	Фізичне та психічне здоров'я	Вживання алкоголю та тютюнопаління	Потреби
Н.	Звичайно, було дуже страшно. А ще було трішки соромно за людей, які тікали, особливо за дуже заможних громадян (2)	Ну чому самостійно. З чоловіком порадились. До того ж, у нас жила тоді і живе племінниця, дитина навчається в Грінченка на музичному відділенні. Ніхто ж не знав, як все складатиметься. Сподівались, що весь той жах швидко мине і дитина знову може ходити на заняття. Ще забула Вам сказати, що виїхала моя близька подруга, вона вивозила свою доньку, яка мала вступати на навчання в Польщі. Подруга залишила дома 5 котів, попросила, щоб я доглянула. Хіба могла я їй відмовити. (4)	Мама дівчини з молодшою сестрою виїхали до Чехії та планують там залишитись, а племінниця не хоче. І я ніколи не хотіла емігрувати. (2)	Він не служить ні в ЗСУ ні в ТРО. Так трапилось, що з близького оточення немає нікого, хто пішов в лави армії. (1)	Зараз я на фрилансі. Тобто працюю, коли є запит і коли хочу. Працювала на початку війни у достатньо крупній юридичній компанії (давню працювала), але згодом вона закрилась за невідомих для мене причин, тому шукаю роботу собі самостійно. Хоча іноді рада тому, що маю багато вільного часу. (1)	Стало багато напруження, тривоги, сон став поганим, з настроєм щось не те. (4)	Скажу Вам по секрету, на початку війни перед сном випивали трохи якогось алкоголю, щоб хоч трішки відпочити. Да і зараз стали частіше вживати алкоголь. Як на мене, то келих вина увечері менш шкідливий, ніж заспокійливі ліки, а напруга накопичується. (1)	Нам всім, в першу чергу, необхідна потреба в безпеці, потім у воді, їжі та сні. Звичайно, що довго без їжі не протягнеш. Безпека-безпекою, проте вона, напевне, на рівні із потребою в їжі та воді. На окупованих територіях та на територіях, де точилися бої, люди стояли в черзі за водою та хлібом. А як інакше. (7)
Л.	Та що вже з ними зробиш. Вони ж люди, їм страшно, хоча і поведять себе іноді, гірше за свиней. Було дуже страшно, як сказала О.. Дивує, як в наш час люди таке можуть натворити. На стільки гнівилася на тих тварюк. Я їх просто зневажаю. А ще чомусь всередині було ніяково, відчувала себе винною, що не можу допомогти більше, ніж роблю. (5)	Я пропонувала, щоб хоча б вона виїхала кудись, хоч на Західну, з дітьми, але вона сказала, що не поїде нікуди, бо чоловіка не покине. То ми тут і лишилися. Я ж не можу покинути свою дитину. А нам з чоловіком то що... Життя майже прожили.. А куди виїжджати, якщо у нас тут все життя? Кому і де ми потрібні. (3)	Яка еміграція. Ви що смієтесь? (1)	До того ж у О чоловіка пішов в ТРО. (1)	Працюю разом із донькою поваром в дитячому садочку. І спеціальність маю кулінарну. (1)	Напрацюєшся за день, новин наслухаєшся жахливих новин, аж голова кругом і серце болить. На вечерю обов'язково всі п'ємо. На нерви легше. Он тільки О. зараз перестала пити, бо таке у неї з тиском робиться. Думаю, що мікроінсулт був. Аж крапельниці ставили. (5)	Як би не алкоголь, ми б вже напевне здохли. А так хоч спати можна. Напрацюєшся за день, новин наслухаєшся жахливих новин, аж голова кругом і серце болить. На вечерю обов'язково всі п'ємо. На нерви легше. (2)	Яке там їсти, коли над головою бахає. Звичайно, що ми тікали та ховались. Їжу недоварену на плиті кидали. Зараз наче трохи звикли, але все одно моторошно, як сирена волає. Хочеться заховатися, щоб не чути. (5)

Респонденти	Емоційні складові, почуття	Сімейні обставини, мотиви	Питання еміграції та родичі за кордоном	Служба в лавах армії	Зайнятість	Фізичне та психічне здоров'я	Вживання алкоголю та тютюнопаління	Потреби
В.М.	А що тут говорити. Щоб вони повиздихали, тварі. Ненавиджу. (2)	Та хіба її вмовиш. Вперта. Та ми майже зразу вирішили лишитися разом. (2)	Чужа сторона то добре, але дома краще. (1)	Зять в ТРО. (1)	Зразу Вам скажу, що на пенсії. Я колишній пожежник. (1)	Діабет. (1)	Я не п'ю. (1)	Ми гуртом безпеку організували, а сусіди наче з дикого краю повтікали... Хотілось, щоб діти того не чули та не бачили. (1)
О.	Спускалися тільки 1-й тиждень від початку війни, а потім перестали, хоч і страшно було. Це наші, але все одно було страшно. Гуртом не так страшно. (3)	Я була поруч, бо ти ж моя родина. (1)	Нііііі... Ні я не хочу. І не хочу, щоб діти їхали (сміється). Кому ми там потрібні. (2)	Я он з мамою їсти тобі з хлопцями готувала, Ви стояли на варті. (1)	Я повар в дитячому садочку. (1)	Про О. розповіла мати. Перші тижні ми практично не спали. (1)	Он тільки О. зараз перестала пити, бо таке у неї з тиском робиться. (1)	А як я можу тебе покинути? Як, коли ти у небезпеці? І куди їхати, як воно кругом таке? А на вокзалах бачив, що робиться? Заховати дітей так, щоб не попали вибухи. (4)
В.Л.	Я не міг не піти в ТРО, бо це соромно, коли чоловік не боронить свою землю. (1)	Я просив дружину виїхати, поки допомагаю боронити рідне село, та вона не погодилась. У мене і батьки тут живуть, тож покинути все і втекти, то не для мене. (2)	Я про виїзд із своєї країни ніколи взагалі не думав. (1)	Я не міг не піти в ТРО, бо це соромно, коли чоловік не боронить свою землю. (1)	Охоронець на одному великому підприємстві. (1)		Коли війна почалася, повитягували заначки. Ми тією великою компанією на початку війни двічі на день їли. І обов'язково по 3 чарки випивали. Я ось курити став більше, і друг мій одну за одною тягне. Навіть наші дружини палити стали. (3)	Безпека важлива. А у погребі завжди баночка знайдеться консервів (сміється). Жінки у нас хазяйновиті да і тесть нічогенький. (2)
Кількість одиниць аналізу, що фіксують дану категорію	13	12	7	5	5	11	8	19
Загальна кількість одиниць аналізу	80	80	80	80	80	80	80	80
Питома вага	16,3	15,0	8,8	6,3	6,3	13,8	10,0	23,8

Анкета, запропонована до заповнення в гугл формах

Раздел 1 из 6

Рішення про невиїзд із зони бойвих дій під час війни. Разом ми непереможні!



Мене звати Наталія, я студентка 4 курсу спеціальності "Психологія" в Києво-Могилянській академії і ця гугл форма присвячена дослідженню для моєї кваліфікаційної роботи.

Наразі я проваю вивчення причин невиїзду мирних мешканців України із зони бойових дій.

Тобто, якщо на початку війни Ви прийняли рішення лишитися на місці свого постійного проживання, або, за певних причин перемістилися в межах України, але зупинилися на територіях, де теж відбувались активні бойові дії (бомбардування, обстріли, окупація), буду дуже вдячна, якщо надасте відповіді на ряд питань.

Вся інформація, яка збирається, буде використана лише у загальному форматі та в наукових цілях.
Всі ваші відповіді залишаться конфіденційними!!!

Опитування розраховане на 15 хвилин.

Ми можете припинити відповідати на питання на будь-якому етапі

Завчасно дякую за участь в опитуванні!!!

Якщо під час чи після проходження опитування у вас виникнуть питання, можете скontaktувати зі мною в телеграмі: @fialkowska_phototherapist, або за номером телефону +380 67 526 30 31. Можете звертатись до мене із зауваженнями та пропозиціями.

Раздел 2 из 6

Заголовок раздела (необязательно) ✕ ⋮

Описание (необязательно)

Ваші ініціали *

Краткий ответ

Ваша стать * ⋮

Жінка

Чоловік

Другое...

Ваш вік

Краткий ответ

Місце проживання *

Місто

Село

Другое...

Область проживання *

Краткий ответ

Район проживання

Краткий ответ

Сімейний стан на момент початку війни. *

Одружений (Заміжня)

Розлучений (Розлучена)

Другое...

Освіта *

- Середня
- Середня спеціальна
- Вища
- Другое...

Рід занять (на момент початку війни) *

- Студент
- Працюю
- Тимчасово не працюю
- Пенсіонер (пенсіонерка)
- Другое...

Чи втратили Ви роботу через війну? *

- Так
- Ні
- Другое...

Чи мали Ви на початку війни домашнє господарство (земля, худоба, тощо)?

- Так
- Ні
- Другое...

Чи втратили Ви під час війни домашнє господарство?

- Так
- Ні
- Другое...

Раздел 3 из 6

Новый раздел ✕ ⋮

Описание (необязательно)

Чи маєте Ви дітей?

Так

Ні

Вкажіть кількість дітей.

Краткий ответ _____

Вкажіть вік дітей (на момент початку війни)

0-17

18-25

25 і старше

Ваші діти проживали з Вами на момент початку війни?

Так

Ні

Другое...

Чи виїхали Ваші діти у безпечне місце на початку війни?

Так

Ні

Другое...

Чи маєте Ви батьків похилого віку, що проживають з Вами? *

Так

Ні

Другое...

Чи виїхали Ви на початку війни зі свого постійного місця проживання? *

- Так
- Ні

Якщо Ви виїхали на початку війни із свого постійного місця проживання, чи опинились *
на повністю безпечній території?

- Так
- Ні
- Другое...

Якщо Ви не виїхали зі свого постійного місця проживання на початку війни, назвіть основні
причини невиїзду?

- Фінансова неспроможність
- Патріотичні погляди
- Небажання лишати свою домівку
- Необхідність доглядати за домашнім господарством
- Необхідність доглядати за батьками похилого віку
- Необхідність доглядати за тяжко хворими
- Окупація
- Бажання підтримати близьких родичів, які не хотіли покидати домівку
- Другое...

Якщо Ви виїхали із свого постійного проживання, але все одно опинились на небезпечній
території, назвіть основну причину, чому лишилися в небезпеці.

Развернутый ответ _____

Чи планували Ви до війни емігрувати? *

- Так
- Ні
- Другое...

Чи маєте Ви близьких родичів за кордоном? *

- Так
- Ні
- Другое...

Чи була у Вас необхідність на початку війни доглядати за батьками похилого віку? *

- Так
- Ні
- Другое...

Під час прийняття рішення про виїзд чи невиїзд із зони бойових дій чи зіткнулись Ви з проблемою вибору між необхідністю підтримати Ваших батьків (інших близьких людей), які не хотіли виїжджати, та потребою рятувати власних дітей?

- Так
- Ні
- Другое...

Якщо так, то які Ваші батьки (або близькі) наводили аргументи, аби лишитися на постійному місці проживання?

Развернутый ответ

Чи була у Вас необхідність на початку війни доглядати за хворими близькими або знайомими? *

- Так
- Ні
- Другое...

Чи проходили Ви на початку війни лікування, що не дало можливість виїхати із небезпечної зони? *

- Так
- Ні
- Другое...

Чи пішов хтось з Ваших близьких на початку війни служити в ТРО, або ЗСУ?

- ТРО
- ЗСУ
- Ніхто не пішов служити
- Другое...

Чи служба Ваших близьких в ЗСУ чи ТРО стала основною причиною Вашого невиїзду?

- Так
- Ні
- Другое...

После раздела 3 Перейти к следующему разделу ▼

Раздел 5 из 6

Бостонський тест на стресостійкість



Необхідно відповісти на запитання, виходячи з того, наскільки часто ці твердження вірні для вас.

Відповідати слід на всі пункти, навіть якщо це твердження до вас взагалі не стосується.

1. Ви їсте приймні одну гарячу страву на день. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

Раздел 4 из 6

Нам важливо знати Ваші потреби!



Описание (необязательно)

Які потреби під час війни стали для Вас найважливішими? Розташуйте запропоновані у * порядку від **найбільш суттєвої для Вас до менш суттєвої потреби**. (1 - найважливіше, 2 менш важливе і т.д... 7 - найменш важливе)

	1	2	3	4	5	6	7
Фізіологі...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Потреби ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Потреба ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Потреба ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Потреба ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Естетичні...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Потреби ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Які емоції ви переживали на початку війни. Розташуйте запропоновані від найбільш * суттєвої до найменш суттєвої для Вас. (1 - найсуттєвіша, 2 менш суттєва і т.д... 8 - найменш важлива)

	1	2	3	4	5	6	7	8
Гнів	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Сум	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Відраза	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Страх	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Презирс...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Сором	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Провина	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Здивува...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

На Вашу думку, чи погіршилось Ваше фізичне здоров'я через війну? *

- Так
- Ні
- Другое...

На Вашу думку, чи погіршилось Ваше психологічне здоров'я через війну? *

- Так
- Ні
- Другое...

Чи відчуваєте Ви наступні проблеми з початком війни? Можливі кілька відповідей.

- порушення сну: тривалий сон протягом доби або навпаки неможливість заснути
- порушення харчування: надмірне вживання їжі або відсутність бажання їсти
- уникнення спілкування з близькими
- повторювані прояви агресії у спілкуванні з рідними та друзями
- низький рівень енергії або її відсутність, відмова від звичних активностей
- відчуття апатії та неважливості всього
- безпричинні больові відчуття в тілі
- відчуття безпорадності чи безнадії
- понаднормоване куріння, або вживання алкоголю
- відчуття незвичної розгубленості, забудькуватості, розлюченості, смутку, занепокоєння чи стра...
- сильні перепади настрою
- нав'язливі негативні думки про те, щоб заподіяти шкоду собі чи іншим
- віра в речі, що не відповідають дійсності
- неможливість виконувати щоденні завдання, такі як піклування про своїх дітей, робота чи навч...
- Другое...

После раздела 4 Перейти к следующему разделу



Раздел 5 из 6

Бостонський тест на стресостійкість

Необхідно відповісти на запитання, виходячи з того, наскільки часто ці твердження вірні для вас.

Відповідати слід на всі пункти, навіть якщо це твердження до вас взагалі не стосується.

1. Ви їсте приймні одну гарячу страву на день. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

2. Ви спите принаймні 7-8 годин чотири рази на тиждень. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

3. Ви постійно відчуваєте любов інших та віддаєте свою взамін. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

4. В межах 50 кілометрів у Вас є хоча б одна людина, на яку Ви можете покластися. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

5. Ви робите фізичне навантаження до поту хоча б раз на тиждень. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

6. Ви викурюєте менше половини пачки сигарет на день. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

7. За тиждень Ви вживаєте не більше 5 чарок міцних алкогольних напоїв. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

8. Ваша вага відповідає вашому зросту: зріст (см) - вага (кг) = 100+ - 10 (кг) *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

9. Ваш дохід повністю задовольняє Ваші основні потреби. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

10. Ваш підтримує Ваша віра. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

11. Ви регулярно займаєтесь суспільною діяльністю. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

12. У Вас багато друзів та знайомих. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

13. У Вас є один або два друга, яким Ви повністю довіряєте. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

14. Ви здорові. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

15. Ви можете відкрито висловити свої почуття, коли Ви сердиті чи схвильовані будь-чим. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

16. Ви регулярно обговорюєте з людьми, з якими живете, Ваші домашні проблеми. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

17. Ви робите щось лише заради жартів хоча б раз на тиждень, або смієтесь три рази на * тиждень.

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

18. Ви можете організувати Ваш час ефективно. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

19. За день Ви вживаєте не більше трьох чашок кави, чаю, або інших напоїв, які містять * кофеїн.

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

20. Ви маєте трохи часу для себе протягом кожного дня. *

- Завжди
- Часто
- Іноді
- Майже ніколи
- Ніколи

После раздела 5 [Перейти к следующему разделу](#)

Раздел 6 из 6

Історія



Описание (необязательно)

Буду щиро вдячна, якщо хочете та можете поділитися будь-яким особистим досвідом, який Вам прийшлося пережити на початку війни. Не обов'язково для відповіді, але вітається ❤️
❤️!!!

Развернутый ответ