

Таким чином, збереження психічного здоров'я працівників сектору безпеки в умовах воєнного стану є комплексним завданням, що вимагає поєднання індивідуальних і колективних стратегій, професійної психологічної підготовки, постійної психопрофілактики та державної політики у сфері ментального добробуту.

Список використаних джерел

1. Пророк Н., Царенко Л., Бойко С. Адаптація, дезадаптація, розлади адаптації: питання термінології. *Грааль науки*. 2021. № 9. С. 373–381. DOI: 10.36074/grail-of-science.22.10.2021.66.
2. Halych M. Y. The psychotraumatic impact of war as a factor of changes in the personality of a security and defense sector employee. *Habitus*. 2025. Vol. 2, no. 72. P. 87–90. URL: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.72.2.16> (date of access: 28.10.2025).

Ірина Гаман,

аспірант кафедри юридичної психології
Національної академії внутрішніх справ

ЕМОЦІЙНІ ПЕРЕЖИВАННЯ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ ТИМЧАСОВО ПЕРЕМІЩЕНИМИ УКРАЇНСЬКИМИ ЖІНКАМИ

За даними ВООЗ із числа осіб, які стали учасниками збройних конфліктів і пережили травматичні ситуації, 10 % людей матимуть серйозні проблеми з психічним здоров'ям та ще 10 % зазнають різних порушень внутрішньої рівноваги та повноцінного функціонування. Серед останніх відзначаються такі емоційні стани як тривога, депресія, стрес, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), які найбільше проявляються серед жінок.

За даними досліджень 78 % жінок демонструють симптоми ПТСР різного ступеня тяжкості, спричинені війною і її наслідками [4]. При цьому у жінок, які залишилися на прифронтових територіях, виявлено найвищий рівень стресу, депресії та тривожності, а у тих, що виїхали за кордон,

переважають труднощі адаптації, які провокують середній рівень депресії та високий рівень стресу [2].

Емоційний профіль депресії у переміщених жінок включає ідеї самозвинувачення, власної малоцінності, провини, підвищеної вразливості, що є наслідком пережитих травматичних подій війни [3]. Такі жінки демонструють зниження саморегуляції та потребують формування психологічної культури [1]. Це дозволяє стверджувати, що зважаючи на триваючу війну в Україні постає необхідність вивчення того, яким чином війна вплинула на емоційний стан жінок і чи існують розбіжності в проявах наслідків травматичних подій у тимчасово переселених жінок в межах України та закордон. Такі результати дозволять спланувати корекційну роботу із формування психологічної культури жінок, розвитку їх емоційної стабільності та саморегуляції.

Нами проведено дослідження протягом 2023–2025 років, у якому взяли участь 138 жінок у віці від 18 до 44 років. Респондентів поділено на дві групи: внутрішньо переміщені жінки (ВПЖ), які є клієнтами територіальних центрів соціального обслуговування м. Києва у кількості 71 особа та зовнішньо переміщені жінки (ЗПЖ) у складі 67 осіб.

З метою діагностики використано: авторську анкету оцінки воєнних подій та ставлення до них українськими тимчасово переміщеними жінками; шкалу базових переконань Р. Янова-Бульман, шкалу депресії А. Бека, методику самооцінки психічних станів Г. Айзенка, опитувальник «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» К. Кіза (в адаптації Е. Носенко та А. Четверик-Бурчак).

У ході дослідження виявлено, що в обох групах жінок переважає дуже високий рівень стресу внаслідок воєнних дій (рис. 1). Це показує, що військові дії є травматичним чинником для усіх жінок, не залежно від місця перебування.

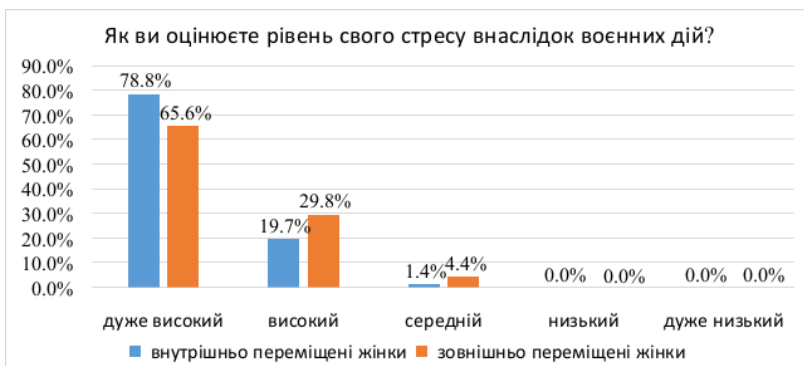


Рис. 1. Порівняння оцінки рівня стресу внутрішньо та зовнішньо переміщеними жінками

Отримані результати демонструють, що майже 45 % зовнішньо переміщених жінок не мають ознак депресії взагалі, 46 % мають ознаки легкої депресії і лише 8,9 % мають помірну депресію. В той час як бачимо переважання помірної депресії у внутрішньо переміщених жінок (29,5 %), легкої депресії у 39,4 % та відсутність депресії у 30,9 % жінок (рис. 2).

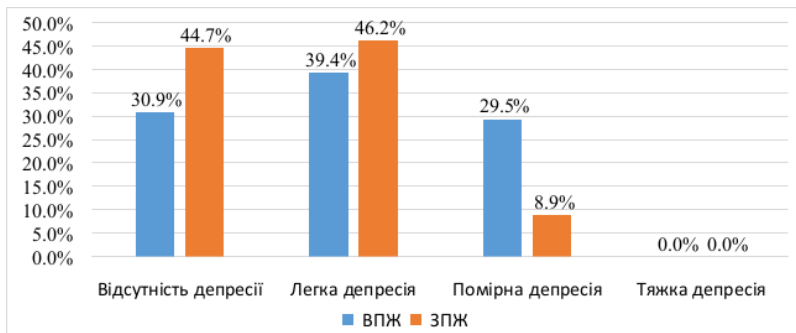


Рис. 2. Порівняння рівнів депресії внутрішньо та зовнішньо переміщених жінок

Результати свідчать про те, що внутрішньо переміщені жінки демонструють вищі показники депресії, ніж зовнішньо переміщені жінки. Такі наслідки травматичного впливу війни негативно позначаються на самопочутті жінок і їх життєздатності.

Нами встановлено, що внутрішньо переміщені жінки мають майже однакові показники тривожності і фрустрації, проте у них значно вищі середні значення агресивності та ригідності порівняно із зовнішньо переміщеними жінками (рис. 3). Це свідчить про те, що жінки обох груп однаково стривожені через війну і військові дії, переживають неможливість отримати заплановане і втрату близьких. Але у тих жінок, які залишились в країні виражені агресивність та ригідність як наслідок постійної загрози і неможливості її подолати.

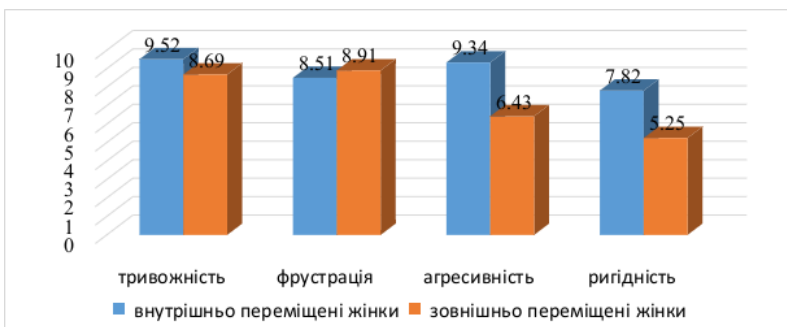


Рис. 3. Порівняння показників вираженості дисфоричних переживань внутрішньо та зовнішньо переміщених жінок

Отже, проведене дослідження дозволило встановити, що війна є травматичним чинником для більшості жінок і призводить до виникнення таких емоційних наслідків як стрес, депресія, тривожність, фрустрація, агресивність та ригідність.

Порівняння показників емоційних переживань між внутрішньо та зовнішньо переміщеними жінками показало, що в обох групах виражені негативні переживання щодо війни та воєнних наслідків, проте у групі внутрішньо переміщених жінок дещо вищі значення стресу та депресії, що супроводжуються агресією та ригідністю мислення. Тобто війна провокує цілий спектр негативних емоційних переживань, які порушують нормальний розвиток та внутрішню рівновагу жінок. На фоні негативних емоційних переживань може знижуватись саморегуляція і виникає потреба у формуванні психологічної культури як засобу покращення емоційного стану.

Список використаних джерел

1. Греса Н. В. Специфіка саморегуляції жінок в умовах війни. *Особистість, суспільство, закон* : тези доп. учасників Міжнар. психолог. форуму / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Нац. акад. прав. наук України. Харків : ХНУВС, 2025. С. 59–62.

2. Малина О., Грабар К. Психологічні особливості відчуття якості життя українських жінок в умовах воєнного часу. *Journal of Modern Psychology*. 2025. С. 49–57.

3. Немченко А. Гендерна специфіка клініко-психопатологічної картини афективних розладів в сучасних умовах. *Медицина сьогодні і завтра*. 2025. № 94 (1). С. 63–74.

4. Проданюк Ф. М., Вятоха І. Ю., Бегас І. В. Посттравматичний стресовий розлад у жінок: ретроспектива психологічних теорій та сучасна клінічна оцінка в умовах воєнних дій. *Габітус*. 2025. Вип. 73. С. 61–67.

Олександр Дульський,

здобувач кафедри юридичної психології
Національної академії внутрішніх справ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ АДВОКАТА В ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ

Воєнний стан в Україні створює нові соціально-психологічні виклики для адвокатської спільноти. У ситуації постійної невизначеності, психологічного навантаження, інформаційних ризиків та трансформації умов комунікації (у тому числі дистанційної), зростає значення комунікативної компетентності як професійної якості адвоката. Адвокат не лише забезпечує правовий захист, а й виконує роль медіатора, комунікатора, психологічного посередника між клієнтом, суспільством і правовими інституціями. Ефективна комунікація є ключовим чинником довіри та професійної стійкості. Комунікативна компетентність адвоката в умовах воєнного стану є комплексом психологічних і професійних якостей, які забезпечують ефективну взаємодію з клієнтом і правовими інституціями в екстремальних умовах. Психологічна складова –