

УДК 364-1:305-055.2:159.9

О.І. Кудерміна¹, Д.О. Слурденко², О.М. Шпортун³, Н.Й. Білоножко⁴,
Є.А. Іванченко⁴

Соціальні та психологічні проблеми жінок із числа внутрішньо переміщених осіб

¹Національна академія внутрішніх справ, м. Київ, Україна

²Національна академія Національної гвардії України, м. Харків

³КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти», Україна

⁴Військова академія, м. Одеса, Україна

Ukrainian Journal Health of Woman. 2026. 3(184): 126-136; doi: 10.15574/HW.2026.3(184).126136

For citation: Kudermyna OI, Slurdenko DO, Shportun OM, Bilonozhko NI, Ivanchenko EA. (2026). Social and psychological problems of internally displaced women. Ukrainian Journal Health of Woman. 3(184): 126-136. doi: 10.15574/HW.2026.3(184).126136

Мета — провести теоретичний аналіз наукових джерел, що характеризують соціальні і психологічні проблеми, з якими стикаються жінки з числа внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в умовах воєнного стану.

Психологічні та соціальні проблеми жінок із числа ВПО безпосередньо пов'язані з масштабним вимушеним переміщенням населення, спричиненим повномасштабною збройною агресією проти України. Найбільш чисельною і вразливою групою серед мігрантів є жінки різних вікових категорій. Найбільша частка проблем жінок із числа ВПО залежить від примусової евакуації, втрати майна, руйнації звичного устрою. Усе це запускає тривалі деструктивні зміни, що негативно позначаються на життєдіяльності та внутрішньому стані особистості жінок. Серед проблем жінок із числа ВПО наявні гендерні чинники; соціальні труднощі; розрив усталених міжособистісних; гостра житлова нестабільність; безробіття і втрата професійного статусу. Часто існує необхідність догляду за близькими, тому жінки змушені погоджуватися на низькооплачувану працю, а це запускає процес особистісної девальвації. Психологічні проблеми наявні через те, що жінки-переселенки тривалий час перебувають у стані хронічного стресу (психіка функціонує в режимі «бойової готовності» та виснажує адаптаційні ресурси). Це призводить до тотального емоційного вигорання і формування постійної безпорадності та втрати віри в можливість контролювати майбутнє. У цієї категорії жінок наявна тенденція до пригнічення емоцій для збереження зовнішньої сили та високої чутливості до повторного травмування через різні тригери.

Для подолання цього кола вразливості необхідна система підтримки. Вона має поєднувати інструменти класичної соціальної роботи (ви-плати, соціальна і юридична допомога), а також гнучкість у неформальних підходах, спрямованих на відновлення психоемоційного потенціалу особистості жінки.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Ключові слова: внутрішньо переміщені особи, жінки-переселенки, соціальна адаптація, психологічна травма, хронічний стрес, житлова нестабільність, професійна девальвація, тривожність, емоційне вигорання, соціальна робота.

Social and psychological problems of internally displaced women

O.I. Kudermyna¹, D.O. Slurdenko², O.M. Shportun³, N.I. Bilonozhko⁴, Ie.A. Ivanchenko⁴

¹National academy of internal affairs, Kyiv, Ukraine

²National Academy of National Guard of Ukraine, Kharkiv

³PHEE «Vinnytsia Academy of Continuing Education», Ukraine

⁴Military Academy (Odesa), Ukraine

Aim — to conduct a theoretical analysis of scientific sources that characterize the social and psychological problems faced by women among internally displaced persons in martial law.

Psychological and social problems of women IDPs are directly related to the large-scale forced displacement of the population caused by full-scale armed aggression against Ukraine. The most numerous and vulnerable group among migrants are women of different age categories. The largest share of the problems of women IDPs depends on forced evacuation, loss of property, destruction of the usual order. All this triggers long-term destructive changes that negatively affect the vital activity and internal state of women's personalities. Among the problems of women IDPs are gender factors; social difficulties; breakdown of established interpersonal relationships; acute housing instability; unemployment and loss of professional status. There is often a need to care for loved ones, so women are forced to accept low-paid work, which triggers the process of personal devaluation. Psychological problems exist due to the fact that displaced women are in a state of chronic stress for a long time (the psyche functions in the «combat readiness» mode and depletes adaptive resources). This leads to total emotional burnout and the formation of constant helplessness and loss of faith in the ability to control the future. This category of women has a tendency to suppress emotions in order to maintain external strength and high sensitivity to re-traumatization through various triggers.

To overcome this circle of vulnerability, a support system is necessary. It should combine the tools of classical social work (payments, social and legal assistance), as well as flexibility in informal approaches aimed at restoring the psycho-emotional potential of the woman's personality.

The authors declare no conflict of interest.

Keywords: internally displaced persons, displaced women, social adaptation, psychological trauma, chronic stress, housing instability, professional devaluation, anxiety, emotional burnout, social work.

Вступ

Соціальні та психологічні проблеми, з якими стикаються жінки з числа внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в умовах воєнного стану, залежать від сучасного розвитку українського суспільства під час повномасштабної військової агресії, окупації територій і масової примусової міграції мільйонів громадян. Найбільш численною і вразливою категорією серед переміщених осіб є жінки. Ця категорія населення через війну та пережиті потрясіння втратила власні домівки, засоби до існування, звичний соціокультурний простір і водночас професійний статус. Усе це підкреслює критичну потребу в дослідженні питань їхньої адаптації до нових умов проживання в соціумі.

Соціальні та психологічні проблеми, з якими стикаються жінки з числа ВПО, ускладнюються тим, що вимушене переселення є не швидким явищем, а стає тривалим і багаторівневим процесом кризи. Ця криза супроводжується негативними змінами в гендерних ролях. Жінки, які потрапляють у незнайомі спільноти, часто опиняються в ситуаціях, коли самотійно змушені організовувати життєзабезпечення власних родин. Водночас вони також шукають способи заробітку, піклуються про дітей і літніх родичів. Зазвичай у цьому процесі вони не отримують підтримки чи допомоги.

Щодо соціальних проблем, з якими стикаються жінки з числа ВПО, то ними є: нестабільність проживання через відсутність житла і фінансової допомоги, безробіття чи необхідність працювати за низьку платню (що є втратою професійного потенціалу), а також складнощі бюрократичного характеру та приховане упередження з боку громад, у які жінки переїхали. Це призводить до соціальної ізоляції та маргіналізації жінок із числа ВПО.

Психологічними проблемами, з якими стикаються жінки з числа ВПО, є хронічний стрес від постійного відчуття небезпеки, гостре відчуття втрати дому (як елемента власної ідентичності), тривожності, депресивних настроїв, емоційного вигорання і явища безпорадності. Проте психологічно негативним явищем є тенденція до придушення власних негативних емоцій заради підтримання близьких. Цей факт заважає звертатися по професійну допомогу і часто призводить до розвитку психосоматичних розладів у жінок різного віку.

Психоемоційні проблеми пов'язані із соціальною дезадаптацією. А водночас внутрішня висна-

женість жінок значно ускладнює інтеграцію в нове середовище. Щодо сучасної системи підтримки, то вона частіше орієнтована на економічну допомогу. Тобто ігноруються психологічні травми жінок із числа ВПО. Існує нагальна потреба в комплексному підході до вивчення та вирішення соціальних і психологічних проблем жінок із числа ВПО. Слід розробити ефективні адаптаційні моделі соціальної і психологічної підтримки цієї категорії жінок. Це важливо для одночасного відновлення як соціального статусу жінок, так і їхнього емоційного і ментального благополуччя.

Сучасні дослідження обґрунтовують теоретичне підґрунтя для вивчення правового статусу вимушеної міграції; аналізують конкретні соціально-економічні проблеми переселенок, їхню фінансову скруту, визначають роль громадського сектору в наданні допомоги; аналізують наявність бар'єрів при працевлаштуванні, пов'язану з ними кризу професійної ідентичності; характеризують деструктивний вплив низького фінансового стану на загальну траєкторію соціальної адаптації й професійну девальвацію жінок із числа ВПО в приймаючих громадах; аналізують структуру психоемоційного спектру наслідків примусового переміщення (на когнітивному і фізіологічному рівнях); висвітлюють деструктивні зміни психічного здоров'я через економічну нестабільність та інші.

Вимушене переселення жінок є не як одноразова подія, а як цілісний і тривалий процес життєвих змін, що трансформує всі сфери життєдіяльності жінок ВПО. Саме тому необхідним є гендерно орієнтований аналіз цієї проблеми через призму жіночого досвіду та вимушеної перебудови соціальних ролей жінок-переселенок.

Саме тому актуальними стають результати соціологічних і психологічних моніторингов, а також структурно-функціональний аналіз моделей допомоги на рівні диференціації соціальної роботи на класичну державну і некласичну неформальну. Це забезпечить інтегрований підхід, спрямований на одночасне розв'язання матеріальних і побутових проблем жінок із числа ВПО, та водночас сприятиме відновленню внутрішніх психоемоційних ресурсів жінок-переселенок.

Результатом неспровокованої військової агресії російської федерації проти України є те, що наша держава опинилася серед десяти країн світу з найбільшою кількістю ВПО. Це є масштабним вимушеним рухом населення, що має значні на-

слідки для країни. А як наслідок, жінки з числа ВПО стикаються з численними проблемами економічного, соціально-психологічного і правового характеру. Жінки з числа ВПО є специфічною категорією вимушених мігрантів, які часто прирівнюються до статусу біженців. Це забезпечує їм право на міжнародний захист у приймаючій країні або на території тієї країни, де жінки проживали до початку воєнних дій [13].

Повномасштабна війна в Україні спричинила глибокі соціальні зміни, що особливо впливають на життя жінок із числа ВПО. Процес вимушеного переміщення, втрачене житло, робота та звичні соціальні зв'язки суттєво збільшують їхню вразливість і ускладнюють процес інтеграції в нові приймаючі громади. Саме процес вимушеного переміщення змушує жінок брати на себе повну відповідальність за догляд за дітьми, літніми або хворими членами сім'ї. Цей процес стає додатковим тягарем і зводить до мінімуму їхні шанси знайти роботу чи реалізувати себе в професійному плані на новому місці проживання.

М. Жінчин констатує, що жінки становлять найбільшу категорію населення серед ВПО. Та саме вони мають найгостріші труднощі (фінансову нестабільність, безробіття, психологічне виснаження, підвищені ризики зумовленого гендерними факторами насильства). Ще важливим фактом є те, що понад 80% із категорії внутрішньо переміщених жінок перебувають у стані серйозної фінансової скрути. Це означає, що фінансів, які має жінка, вистачає лише на задоволення базових потреб усієї сім'ї [22].

Соціальні і психологічні проблеми жінок, які належать до числа ВПО, вирізняється складністю і багатогранністю. Серед цих проблем – наслідки вимушеного переміщення, трансформації у всіх аспектах їхнього повсякденного життя, а головне – це змушене залишення місця постійного проживання. Наслідком цього процесу є втрата матеріальної, соціальної і психологічної стабільності. Це супроводжується позбавленням житла, професійної діяльності, звичного соціального середовища і побутової стабільності. Але найбільш, від чого страждають жінки з числа ВПО, – це втрата відчуття безпеки і контролю над життєвими обставинами власними та їхніх родин. У процесі внутрішнього переміщення виникає потреба перебудови усталених ролей і форм самореалізації жінок цієї категорії. Саме тому внутрішнє переміщення жінок різного віку слід розглядати не

як одиничну подію, а як тривалий процес їхніх життєвих змін, що впливає на соціальне функціонування та психоемоційний стан жінок із числа ВПО у довгостроковій перспективі.

Гендерний аспект внутрішнього переміщення осіб важливий для дослідження, бо саме жінки мають основну відповідальність за всі напрями життєзабезпечення (виховання дітей, догляд за літніми батьками, організацію побуту сім'ї, пошук житла, оформлення документів, взаємодію з державними органами, процес адаптації в новому середовищі). У цьому контексті жінки не тільки переживають власну психологічну травму, але й виконують роль підтримки для інших членів сім'ї. Це значно збільшує рівні навантаження (фізичного, емоційного), яке поглиблюється в ситуаціях як соціальної, так і економічної нестабільності. Майже завжди жінки з числа ВПО стають ключовими постатями процесу адаптації сімей до нових умов життя. Проте ця категорія жінок частіше залишається без належної зовнішньої допомоги і підтримки в соціальному, економічному і психологічному плані.

S. Sukiasyan зі співавт. вважають, що наявність психологічних проблем жінок із числа ВПО залежить від того, що вимушене переміщення створює сприятливий ґрунт для розвитку депресій, тривожних розладів і посттравматичних стресових розладів. Зазначені стани посилюються негативними фінансовими аспектами (безробіттям, недостатнім рівнем доходів, економічною нестабільністю). Усе це ускладнює процес адаптації жінок до нових умов життя і водночас негативно впливає на загальний рівень психоемоційного здоров'я [19].

Соціальні проблеми, з якими стикаються жінки з числа ВПО, виникають одразу після вимушеного залишення ними рідного місця проживання. Зазвичай ці проблеми мають хронічний характер. Ключова проблема – процес руйнації звичного соціального середовища, а воно є найважливішим компонентом життя жінок зазначеної категорії. Це й проживання, робота, здобуття освіти, виховання дітей, створення міжособистісних зв'язків і відчуття себе частиною громади. А процес переміщення призводить до радикального розриву з попереднім устроєм життя. Через це втрачаються соціальні зв'язки, знайомі маршрути, усталені форми комунікацій. Для жінок із числа ВПО це є особливо травматичним, оскільки всі види соціальної взаємодії стають джерелом емоційної підтримки, обміну інформацією, допо-

моги в догляді за дітьми та відчуттям інтегрованості в соціум, де вони проживають.

Л. Гуляєва вважає, що однією з найгостріших соціальних проблем є житлова нестабільність. Після вимушеного переселення жінкам іноді доводиться самостійно обирати місце тимчасового (або тривалого) проживання. У більшості житло, що надається виявляється або занадто дорогим, або взагалі непридатним (за своїми характеристиками), або навіть є небезпечним для мешкання сімей ВПО. Для родин із дітьми ситуація є ще складнішою, бо для цієї категорії житло має водночас стати й притулком, й забезпечувати елементарні умови для освітнього процесу, дозвілля, догляду за дітьми та ще й мати хоча б мінімальний рівень приватності. Така залежність від орендованих приміщень додає жінкам із числа ВПО відчуття невизначеності і соціальної вразливості. Саме тому ця категорія жінок стикається з ускладненнями в плануванні майбутнього, а також часто має загальне почуття невпевненості на новому місці проживання як для себе, так і для своїх близьких. Крім того, постійно потрібно економити кошти, а через це адаптація до нових обставин життя і ризик чергового переїзду перетворюються на джерела подальшого постійного стресу і ще більшого психологічного напруження [8].

Л. Гуляєва наголошує на існуванні ще однієї суттєвої соціальної проблеми, що постає перед жінками з числа ВПО. Такою проблемою є забезпечення працевлаштування і досягнення економічної автономії кожною жінкою. Втрата місця роботи після вимушеного переїзду для цієї категорії жінок пов'язана зі скороченням рівня доходів та із втратою професійної ідентичності, соціального статусу, налагоджених професійних зв'язків і відчуття власної значущості. Нове середовище проживання ускладнює пошук роботи через обмежену кількість вакансій. А доступні робочі місця часто не відповідають наявному професійному досвіду цієї категорії жінок. Проте жінки з числа ВПО мають необхідність термінового отримання доходів. Це пов'язано передусім із доглядом за дітьми. Тобто умови воєнного стану в Україні негативно впливають на професійну реалізацію жінок зазначеної категорії [8]. Погоджуємося з цією тезою. Вважаємо, що через вимушене переселення багато жінок змушені погоджуватися на низькооплачувану, тимчасову або фізично складну роботу, яка не відповідає їхньому рівню освіти і професійному досвіду.

Л. Гуляєва, А. Олійник доводять, що така ситуація провокує економічні труднощі та водночас створює відчуття соціальної девальвації. Жінки з числа ВПО з втратою професійної самореалізації часто мають відчуття того, що здобута кваліфікація, багаторічний трудовий досвід і зусилля втрачають свою вагу і вже не є потрібними. Підрив впевненості жінок із числа ВПО у власній професійній значущості і потенціалі значно загострюють проблему соціальної інтеграції цієї категорії жінок у нових умовах проживання. Комплексний вплив цих чинників негативно впливає на їхнє економічне становище і соціальну адаптацію в приймаючих громадах [9].

Ще однією соціальною проблемою жінок із числа ВПО є забезпечення доступу до базових послуг для ВПО різних категорій. Процес переміщення змусив багатьох жінок повторно оформлювати документи різного роду, звертатися до органів соціального захисту, відновлювати довідки, отримувати соціальні виплати, вирішувати проблему медичного обслуговування, забезпечення освітою дітей і різних видів адміністративної реєстрації. А це, своєю чергою, є процесом, що супроводжується значними бюрократичними труднощами, великими чергами, браком адекватної інформації, необхідністю звертатися до різних інстанцій і витратами значного часу та емоційних ресурсів. Для жінок із числа ВПО, які мають фізичне або психологічне виснаження або мають самостійно виховувати дітей, такі складнощі можуть стати практично неподоланими. Щодо роботи соціальних інституцій, то вони виявляються не завжди готовими оперативно адаптуватися до специфічних потреб жінок-переселенок. А це створює ситуації, коли гарантована формально допомога виявляється малодоступною на практиці в соціальних інституціях. У результаті посилюється відчуття безпорадності, ізоляції та недовіри до системи соціальної підтримки на державному рівні.

Соціальна робота з жінками з числа ВПО є вкрай делікатною сферою. Ця сфера потребує всебічного розуміння складного комплексу психологічних, правових і побутових проблем, які мають ВПО, змушені залишити свої домівки через війну, окупацію чи інші кризові події. Рівень психоемоційного стресу, втрата контролю над власним життям, відчуття втрати і невизначеності стають типовими для більшості жінок із числа ВПО. Це суттєво впливає на здатність цієї категорії населення самостійно вирішувати питання

життєзабезпечення (пошук житла, роботи, відновлення документів, встановлення нових соціальних зв'язків). У цьому контексті соціальні працівники мають виконувати не тільки традиційні підтримуючі функції, але й виступати як своєрідні «навігатори», що спрямовують жінок із числа ВПО в нових обставинах, допомагаючи їм віднайти стабільність, відновити почуття гідності та інтегруватися в нове середовище в приймаючій громаді.

Н. Шиліна констатує, що сьогодні вже наявні зрушення в організації соціальної допомоги жінкам із числа ВПО. Зокрема, вже йде процес встановлення координації дій на рівні гуманітарних штабів у кожному регіоні країни і державних структур за активної участі обласних військових адміністрацій. Налагоджений процес співпраці між міжнародними та державними організаціями і волонтерським сектором. Вивчаються потреби осіб із числа ВПО (застосовуються інструменти цифрової комунікації: чат-боти, телефони гарячої лінії та соціальні мережі). Важливим є те, що реалізуються ініціативи для прийому заявок на забезпечення життєво важливими ліками (інсулін, препарати для лікування хронічних хвороб), організоване забезпечення харчовими продуктами. Соціальні працівники активно спілкуються з ВПО для оперативного реагування на їхні потреби в повсякденному житті в приймаючих громадах [18].

Однією з соціальних проблем сьогодення залишається інтеграція жінок із числа ВПО в нові (приймаючі) громади. Для зазначеної категорії жінок це незнайоме середовище, у якому вони часто почуваються ізольованими, не мають соціальних зв'язків, недостатньо обізнані в місцевих правилах взаємодії. Саме тому такі жінки часто не відчують себе частиною нової громади. Вони починають змушено будувати взаємини практично з нуля. Ситуація ускладнюється тим, що місцеве населення іноді ставиться до жінок із числа ВПО упереджено або намагається тримати дистанцію. Це особливо відчувається, коли йдеться про конкуренцію за житло, робочі місця, доступ до соціальних послуг чи закладів освіти. Навіть за відсутності прямої дискримінації жінки з числа ВПО можуть переживати відчуття чужорідності, тимчасовості й непотрібності, що часто заважає подальшому влаштуванню в приймаючій громаді. Найбільше це відчуття мають матері, які мають одночасно долати власні труднощі інтеграції й допомагати дітям адаптуватися до нового

оточуючого та освітнього середовища, що часто супроводжується додатковими емоційними та соціальними викликами.

Важливим фактом є те, що вимушене переміщення іноді змінює структуру сім'ї. У ситуаціях, коли чоловіки залишаються в зоні бойових дій, мобілізовані до війська або працюють в іншому місті, жінка вимушено бере на себе роль єдиного координатора родинного життя. Вона відповідає за вирішення побутових проблем, процес організації сімейних рутин, вирішення матеріальних і соціальних проблем, а також забезпечує емоційну стабільність. Постійне навантаження і відсутність підтримки (або можливості для відпочинку) створює психологічний тиск – відчуття, що все залежить лише від неї, змушує жінку приховувати втому, слабкість чи емоційний дискомфорт. Наслідками цього дисбалансу стає перекладання вирішення всіх кризових ситуацій саме на жінку, а це стає основою поглиблення соціальної нерівності і підвищує її вразливість як особистості кожного дня.

А. Перепелиця, О. Опанасюк доводять, що психологічні проблеми, з якими стикаються жінки з числа ВПО, не менш важливі за соціальні аспекти їхнього життя. Тобто психологічні проблеми безпосередньо впливають на здатність адаптуватися до нових умов, приймати зважені рішення, звертатися по допомогу і відновлювати внутрішню рівновагу в повсякденному житті [17]. Ця теза підтверджує, що першочерговою психологічною проблемою для зазначеної категорії жінок є стрес. У ситуації воєнних дій і вимушеної міграції стрес набуває хронічного характеру – жінки з числа ВПО тривалий час перебувають в атмосфері тривоги, невизначеності та постійної потреби адаптації до нових викликів у приймаючій громаді.

О. Чайковська, Т. Ганін наголошують, що особливістю жіночого досвіду вимушеного переміщення є те, що навіть після залишення небезпечної зони психіка залишається в стані «бойової готовності». Жінки постійно очікують на нові загрози, а це не дає змоги повноцінно розслабитися або знайти стабільність у повсякденному житті. Це призводить до накопичення хронічного напруження. Воно поступово виснажує нервову систему і може провокувати тривожні розлади, депресивні стани та інші психологічні проблеми. Ці психологічні проблеми потребують системної підтримки та роблять акцент на необхідності розвитку спеціалізованих програм психологічної допомоги для жінок із числа ВПО [4]. Ця теза підтверджує на-

явність психологічних чинників тривожності та депресивних тенденцій у жінок із числа ВПО.

О. Когут стверджує, що жінки-переселенки іноді стикаються з такими психологічними проблемами, як виснаження, тривожні розлади, а також підвищені ризики насильства й дискримінації. Соціальна ізоляція, втрата звичних контактів і надмірне навантаження через відповідальність за догляд за дітьми і літніми родичами значно ускладнюють процес адаптації в нових приймаючих громадах. А це, своєю чергою, посилює рівень стресу. Науковець стверджує, що серед проблем, з якими стикаються сім'ї жінок із числа ВПО, наявні найбільш загрозливі (постійні нав'язливі думки та спогади, неконтрольовані емоційні реакції, напруженість у взаєминах із близькими та глибоке почуття провини перед членами родини) [10].

С. Чорний спрямовує наукові розвідки на вивчення нейропсихофізіологічних аспектів тривожності. Також вчений наголошує, що слід враховувати процес кореляції між тривожними характеристиками особистості (особливо в жінок) і зменшенням потужності частотних компонентів електроенцефалограми (ЕЕГ). С. Чорним з'ясовано, що ці особливості безпосередньо пов'язані з функціональною активністю лобних, скроневих, тім'яних і центральних зон кори головного мозку. Дослідження характеристик ЕЕГ-потенціалів, що виникають у відповідь на подразники та асоційовані з когнітивною діяльністю, доводять наявність специфічних реакцій осіб (у т.ч. жінок-переселенок) із підвищеним рівнем тривожності [5]. Вчений також констатує, що хоча їхня реакція виникає швидше за інших, обробка інформації при цьому займає більше часу. Приєднуємося до цього твердження щодо специфічних реакцій жінок із числа ВПО із підвищеним рівнем тривожності на різні подразники.

І. Блохіна пропонує розглядати причини виникнення тривоги як явище з кількох взаємопов'язаних позицій (через поведінкові прояви, механізми психологічного захисту, вплив попереднього життєвого досвіду, специфічну фізіологічну реакцію організму). Вона вважає, що тривожність можна характеризувати як багатовимірний процес, що включає когнітивні й афективні компоненти та водночас актуалізується в ситуаціях, які суб'єктивно (кожною жінкою з числа ВПО) сприймаються як потенційно загрозливі [3]. Вважаємо, що цю тезу слід брати до

уваги в подальших дослідженнях соціальних і психологічних проблем жінок із числа ВПО.

Н. Бігун стверджує, що депресію слід розглядати не тільки як емоційний розлад, але і як специфічний когнітивний стан. Науковець стверджує, що в такому стані через вплив психотравмуючих чинників активізуються дисфункціональні когнітивні схеми (згідно з працями А. Бека, це когнітивна тріада депресії). Щодо цієї тріади, то вона складається з трьох ключових компонентів. Перший – негативне сприйняття себе, коли особистість відчуває власну безпорадність і неспроможність до продуктивної діяльності. Другий – песимістичне ставлення до зовнішнього світу, унаслідок чого будь-яка взаємодія сприймається через призму невдач і негативного досвіду (сьогодення оцінюється переважно в похмурому світлі). Третій – проявляється в песимістичних очікуваннях щодо майбутнього, яке видається безперспективним і позбавленим можливості позитивних змін для кожної жінки [1].

М. Варій характеризує депресію як особливий психологічний захисний механізм, що відіграє ключову роль у забезпеченні внутрішньої інтеграції та підтриманні психічної рівноваги в умовах життєвої кризи. Відповідно до наукових розвідок вченого, переживання смутку є природною емоційною реакцією на втрату значущого об'єкта, а це, своєю чергою, має адаптивний характер і слугує засобом опанування травматичного досвіду як чоловіками, так і жінками. Щодо випадків, коли особистість виявляється неспроможною прийняти втрату, а страх перед нею набуває патологічного вираження, то це може призводити до серйозних психічних розладів як у чоловіків, так і в жінок. Слід зважати, що в складних обставинах активізуються психологічні захисні механізми (через специфічне когнітивно-афективне перероблення емоцій інтенсивне відчуття печалі витісняється зі свідомості, трансформуючись у стани емоційної спустошеності, апатії та байдужості). Ці стани виявляються у формі депресивної симптоматики [20]. Вважаємо, що таку тезу слід враховувати в процесі вирішення соціальних і психологічних проблем жінок із числа ВПО.

Н. Бігун констатує, що депресивні розлади (особливо в жінок) розвиваються під впливом несприятливих соціальних обставин. Основними чинниками науковець вважає проблеми у вихованні в сім'ї (надмірне опікування чи недостатня увага, завищені очікування, фізичні покарання,

авторитарний стиль виховання, непослідовність у вимогах і відсутність єдності між батьками). Значний вплив також мають сімейні дисфункції (конфлікти, розрив емоційного зв'язку, розлучення та складнощі в спілкуванні з батьками). Щодо психотравмуючих чинників, що призводять до депресивних розладів, то ними вважаються серйозні хвороби чи втрата близьких, розлука з батьками і брак материнської турботи. Процес соціальної дезадаптації додатково посилюється через конфлікти й відчуття ізоляції як жінок, так і інших членів родини. Стресогенну роль відіграють матеріальні труднощі й соціально-економічна нестабільність. Вони провокують тривогу й почуття невизначеності [2]. Погоджуємося з цією тезою.

Психологічні проблеми, що спричиняють тривогу і депресивні настрої серед жінок із числа ВПО, мають складну структуру, яка охоплює соціальні, особистісні, когнітивні та емоційні складові. Найбільш гострою для їхнього психологічного благополуччя стає переживання втрати. Вимушене переселення зазвичай асоціюється із втратою дому, але дім – це не тільки фізичне місце проживання, але й простір пам'яті, емоційної захищеності, частина особистої історії, джерело сімейних цінностей, усталений ритм життя та емоційні прив'язаності. Якщо жінка вимушено залишає власний дім, вона часто відчуває руйнівну втрату частини власного життєвого світу.

Е. Михлюк, І. Логовський доводять, що вимушене переміщення сприймається як глибокий травматичний досвід, який супроводжується почуттями смутку, туги, внутрішньої пустоти, болючими спогадами та усвідомленням безповоротності змін у житті кожної жінки. Це посилюється з розривом соціальних зв'язків, віддаленням від близьких або тривожною невизначеністю щодо їхньої долі [14]. Ця теза підтверджує, що через вимушене переміщення емоційне здоров'я жінок може зазнати ще більшого впливу і погіршення.

О. Котух вважає, що вагомою психологічною проблемою є тривожність, яка впливає на різні аспекти життя. Це проявляється в постійному відчутті загрози, надмірній чутливості до інформаційних подразників, неможливості розслабитися, розладах сну, підвищеній дратівливості, труднощах із концентрацією уваги, а також у фізичних реакціях на стрес. Жінка з числа ВПО може не спати ночами через найменший шурхіт, постійно хвилюватися за власних дітей, очікувати нових втрат і перебувати в стані готовності до ворогів,

навіть якщо реальна загроза відсутня. Тривожний стан поступово стає системним і перестає бути тимчасовою реакцією. Організм жінки ніби застрягає в режимі тривоги, що призводить до виснаження адаптивних ресурсів щодня. У результаті жінка з числа ВПО втрачає не лише здатність до повноцінного відпочинку, але й відчуває постійне внутрішнє напруження навіть під час виконання звичайних повсякденних справ [11].

Однією з ключових психологічних проблем, що особливо гостро переживають жінки, є відчуття провини. Це відчуття часто виникає через неспроможність уберегти дітей, забезпечити їм звичний спосіб життя або підтримати необхідний рівень стабільності. Жінки з числа ВПО можуть звинувачувати себе за те, що не змогли передбачити певні події, не змогли захистити сім'ю від вимушеного переїзду або створити безпечні умови для життя. Такі переживання найбільш притаманні тим, хто звик асоціювати себе з роллю дбайливої матері та основної опори сім'ї.

М. Кудінова, Д. Кожанова констатують, що почуття провини часто тягне за собою знецінення власної значущості, посилення внутрішньої самокритики, ігнорування власних потреб і небажання шукати підтримки. У результаті жінка починає вважати, що її труднощі не мають значення порівняно з проблемами членів сім'ї, поступово відмовляючись від права бути вразливою і отримувати допомогу з будь-якого приводу [12].

Емоційне вигорання є поширеною проблемою серед жінок, особливо тих, що опинилися в умовах вимушеного переміщення. Це явище виникає як результат тривалого перебування в стані постійного стресу, коли слід вирішувати безліч проблем одночасно, не маючи часу на відновлення, підтримку чи відчуття стабільності. Жінки з числа ВПО частіше за інші категорії жінок стикаються з таким виснаженням через вимоги, пов'язані з пошуком житла, фінансів і роботи, доглядом за дітьми, взаємодією з державними органами, адаптацією до нових умов і підтримкою власного емоційного здоров'я. Зовнішніми проявами вигорання можуть стати байдужість, зниження активності, хронічна втома, апатія, дратівливість або нестабільність емоцій. У такому стані жінкам важко залишатися енергійними, радіти життю, планувати чи навіть виконувати щоденні справи. Емоційне виснаження загрожує тим, що послаблює здатність до самоконтролю і суттєво знижує можливість адаптуватися до нових обставин життя в приймаючих громадах.

Психологічне благополуччя жінок із числа ВПО значною мірою залежить від їхнього відчуття контролю над власним життям. Умови воєнного стану та вимушене переміщення часто повністю руйнують усталені життєві плани та перспективи на майбутнє кожної жінки. Жінки-переселенки більше не впевнені в тому, де будуть завтра, чи зможуть забезпечити сім'ю, чи матимуть роботу і чи буде її родина перебувати в безпеці. Невизначеність породжує глибоке відчуття безсилля і втрати контролю. У психологічному аспекті це дуже небезпечно, оскільки призводить до того, що жінки перестають сприймати себе як активних учасниць життя і починають бачити себе лише пасивним об'єктом обставин. Щодо найскладніших випадків – це може перетворитися на стан постійної безпорадності, коли жінка втрачає віру у власну здатність змінити ситуацію. Це робить її не такою ініціативною, як раніше. Переважає пасивність, водночас жінка не схильна звертатися по будь-яку підтримку.

І. Грузинська стверджує, що особливої уваги потребує феномен емоційного пригнічення, що проявляється в поведінці багатьох жінок, які переживали кризові ситуації або вимушене переселення. Частіше за інші категорії жіноцтва вони намагаються приховати власний біль, страх чи відчай, керуються переконанням про необхідність демонструвати силу для підтримання дітей або уникнення навантаження інших членів родини своїми емоційними переживаннями [6]. Це важлива психологічна проблема емоційного реагування жінок із числа ВПО на стресові ситуації в умовах воєнного стану.

О. Завгородня, О. Краєва наголошують на тому, що ця стратегія тільки здається проявом стійкості, але фактично сприяє накопиченню непрожитих жіночою емоцій. Якщо відсутнє здорове вираження цих емоцій, то з часом відбувається їхня трансформація у внутрішню напругу. А це може проявлятися через соматичні симптоми, підвищену дратівливість, намагання плакати щодня чи схильність до самоізоляції. Зовнішньо зібрана жінка з числа ВПО часто може перебувати в стані глибокої емоційної і фізичної виснаженості. Замовчування жінками-переселенками власних переживань значно знижує можливість отримання необхідної психологічної допомоги. Це стає критично важливим чинником для підтримки емоційного благополуччя жінок із числа ВПО [21].

Також наявна висока чутливість багатьох жінок із числа ВПО до повторного травмування. Це по-

мітно під час контакту з новинами про воєнні дії, сигналами повітряної тривоги, розмовами про небезпеки і ризики, проблемами розлуки або вимушеним переміщенням самих жінок чи їхніх близьких. Вищезазначені тригери часто провокують потужні емоційні реакції, які свідчать про те, що травматичний досвід не завершується із самим актом евакуації чи виїзду з небезпечної території, а залишається активною складовою психологічного стану кожної жінки-переселенки. У разі відсутності необхідної підтримки цієї категорії жінок існує ризик посилення цих реакцій і переходу їх у хронічний стан психологічного неблагополуччя, що може погіршувати стан здоров'я жінок із числа ВПО. А відтак у роботі з жінками-переселенками слід враховувати не лише об'єктивні зовнішні життєві обставини, але й більш глибокі наслідки їхніх травматичних переживань, що можуть впливати на емоційну рівновагу та психічне здоров'я кожної жінки такої категорії.

Соціальні та психологічні проблеми, з якими стикаються жінки з числа ВПО, сьогодні вважаються комплексним явищем. Ці проблеми нерозривно пов'язані між собою. Психологи, психотерапевти, сімейні лікарі, соціальні працівники мають знати про взаємозалежний цикл вразливості зазначеної категорії жінок. Соціальна нестабільність, відсутність постійного житла, втрата роботи, недостатнє фінансове забезпечення та обмежений доступ до необхідних послуг значно посилюють почуття тривоги, страху, вини, емоційного напруження та виснаження кожної жінки з числа ВПО. Своєю чергою, психологічні проблеми негативно впливають на здатність жінок-переселенок шукати допомогу, налагоджувати контакти із соціальними установами, будувати нові соціальні зв'язки та активно захищати власні права і членів родин. Підтримка жінок із числа ВПО не може бути вузько спрямованою винятково на матеріальні чи психологічні аспекти, а має бути багатовимірною, системною і спрямованою на усунення соціальної нестабільності одночасно з відновленням внутрішніх психоемоційних ресурсів кожної жінки зазначеної категорії.

Тобто жінки з числа ВПО належать до однієї з найбільш уразливих категорій населення під час умов воєнного стану. Їхні соціальні проблеми включають нестабільність житлових умов, безробіття, обмежений доступ до базових послуг, соціальну ізоляцію та надмірну доглядову відповідальність за дітьми і літніми членами родини.

Психологічні проблеми додають до цього відчуття тривожності, переживання через утрату, хронічний стрес, емоційне вигорання, відчуття втрати контролю над власним життям і схильність до приховування внутрішнього болю на постійній основі. Також існує тісний взаємозв'язок цих двох груп проблем. Зазначений факт зумовлює забезпечення системного підходу у вирішенні проблем жінок із числа ВПО з боку фахівців соціальної та медичної сфери.

С. Грищенко, обґрунтовуючи процес самовдосконалення особистості, доводить, що формування здатності до саморегуляції емоційного стану допомагає жінкам значно поліпшити власні позиції в прийнятті рішень (відносно життєвих і професійних перспектив). А цей факт, своєю чергою, дає змогу відновити контроль над власним життям кожної жінки з числа ВПО [7]. Важливо спиратися на цю тезу в подальших дослідженнях соціальних і психологічних проблем жінок із числа ВПО.

М. Нестеренко констатує, що сьогодні запроваджено дві ключові форми соціальної роботи з ВПО: класичну і некласичну (або неформальну) [15]. Такий розподіл має сприяти кращому розумінню як базового рівня соціальної підтримки, так і індивідуалізованих видів підтримки цієї категорії жінок, що потребують врахування психологічних та емоційних потреб жінок-переселенок. Класична соціальна робота передбачає надання стандартного набору соціальних послуг, встановлених державою (оформлення статусу ВПО, допомога в забезпеченні тимчасовим житлом, соціальні виплати, юридичні послуги, підтримка у працевлаштуванні, медичне забезпечення і задоволення інших базових потреб). Вищезазначені послуги базуються на нормативно-правових актах і реалізуються державними органами соціального захисту, територіальними громадами та іншими відповідними установами. Особливістю такої форми (класичної соціальної роботи) є її уніфікованість – вона не надає індивідуальних послуг на постійній основі, але гарантує мінімальний рівень допомоги кожній жінці, яка опинилася в складних життєвих обставинах через вимушене переміщення.

Некласична (або неформальна) соціальна робота має більш гнучкий характер і передбачає активну участь недержавних організацій, волонтерських об'єднань, благодійних фондів, психологів, соціальних педагогів, соціальних працівників,

а іноді – релігійних чи громадських установ. Ці механізми базуються на індивідуальних стратегіях адаптації, реабілітаційних програмах і соціально-психологічних методиках у психологічній та соціальній роботі. В. Педоренко обґрунтовує, що основною метою таких підходів є поглиблене розкриття потреб кожної особи, підтримання її емоційного стану, формування впевненості у власних силах і створенні нових соціальних зв'язків. Ця діяльність зазвичай є довготривалою (консультування, групова терапія, арт-терапія, коучинг, культурні, освітні та професійні проекти соціальної інтеграції) [16]. Вважаємо, що така форма соціальної роботи може ефективніше допомагати жінкам із числа ВПО в подоланні психологічних і соціальних проблем.

Неформальна соціальна робота часто відіграє важливу роль у встановленні довірчих стосунків між жінками з числа ВПО і соціумом. Жінки-переселенки втрачають не лише дім, але й відчуття стабільності і безпеки. Саме тому жінки з числа ВПО потребують залучення як рівноправні учасниці соціальних процесів у житті суспільства. А соціум, своєю чергою, має визнати їхній унікальний досвід і забезпечити право жінок-переселенок на повагу та увагу.

Дослідження соціальних і психологічних проблем жінок із числа ВПО потребує ефективнішого розв'язання таких проблем. Сьогодні це мають бути не тільки матеріальні дотації, але й запровадження використання некласичних і гнучких моделей супроводу жінок із числа ВПО.

Висновки

Соціальні та психологічні проблеми жінок із числа ВПО як наслідки примусової міграції мають складну багатовимірну структуру, у якій зовнішні життєві обставини перебувають у взаємозв'язку з внутрішнім станом особистості жінок цієї категорії. Процес вимушеного переселення є не одним фактом евакуації. Це тривала криза для кожної жінки з числа ВПО. Відбувається руйнація первинного мікросоціуму, що позбавляє жінок звичних підтримуючих мереж і каналів міжособистісної взаємодії. Це змушує жінок із числа ВПО будувати соціальні зв'язки з нуля в умовах латентної відчуженості (упередженості) з боку приймаючих територіальних громад.

Серед соціальних і матеріальних проблем найбільш вагомими стають перманентна житлова нестабільність і глибока фінансова скрута. Щодо

втрата роботи та попереднього професійного статусу, то ця проблема провокує кризу ідентичності (дефіцит відповідних вакансій, необхідність одноосібно доглядати за дітьми, непрацездатними родичами). Через це жінки змушені погоджуватися на низькооплачувану некваліфіковану працю, а це запускає процес особистісної девальвації жінки. Наявні серйозні бюрократичні бар'єри під час взаємодії з державними інституціями. Процес отримання формально гарантованої державою допомоги перетворює на додаткове джерело стресу жінок-переселенок.

Психологічні проблеми жінок із числа ВПО виявляються не менш руйнівними для цієї категорії жінок. У період військових дій і вимушеного переселення психіка жінок-переселенок тривало перебуває в режимі підвищеної пильності та бойової готовності, що призводить до виснаження адаптивних ресурсів нервової системи, а також до розвитку стійких тривожних і депресивних станів. Кожна жінка болісно переживає втрату дому. Така проблема доповнюється деструктивним почуттям провини за неспроможність забезпечити членам сім'ї стабільність. Це призводить до емоційного вигорання жінок із числа ВПО. Жінки цієї категорії схильні до штучного пригнічення болю

і прагнення демонструвати уявну силу для підтримання близьких. Цей процес накопичує непрожиті емоції у внутрішню напругу та соматичні симптоми, що створює ситуації, через які підвищуються ризики повторного травмування через зовнішні тригери. Матеріальна і побутова невлаштованість безпосередньо генерує внутрішні кризи. Психологічні проблеми позбавляють жінок із числа ВПО сил для ефективної інтеграції в суспільство на новому місці проживання. Ефективніше розв'язання цієї проблеми потребує відходу від уніфікованих матеріальних дотацій на користь синергетичних програм підтримки жінок із числа ВПО. Оптимальним інструментом вважаються некласичні, гнучкі моделі супроводу жінок із числа ВПО за участю громадського і волонтерського секторів. Таке поєднання спроможне цілеспрямовано працювати з травматичним досвідом і синхронно відновлювати й соціальний статус, й психологічну рівновагу жінок із числа ВПО.

Перспективи подальших наукових досліджень вбачаємо у визначенні спроможності жінок із числа ВПО сприяти саморегуляції емоційного стану.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

References/Література

- Bihun NI. (2009). Psykholohichni umovy osobystisnoho rozvytku pidlitkiv z depresyvnymy rozladamy. Dysertatsiia ... kand. psykol. nauk: 19.00.07. Kamianets-Podilskyi: 265. [Бігун НІ. (2009). Психологічні умови особистісного розвитку підлітків з депресивними розладами. Дисертація ... канд. психол. наук: 19.00.07. Кам'янець-Подільський: 265.]. URL: <https://enpuir.udu.edu.ua/entities/publication/5907a63e-91d8-4d73-90fd-974586214be3>.
- Bihun NI. (2011). Psykholohichni zasoby formuvannia osobystisnoi zakhyshchenosti shchodo dii depresohennykh faktoriv. Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu im. I. Ohienka. Kamianets-Podilsk. 3: 3-7. [Бігун НІ. (2011). Психологічні засоби формування особистісної захищеності щодо дії депресогенних факторів. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету ім. І. Огієнка. Кам'янець-Подільськ. 3: 3-7.]. URL: <https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/505794cd-2c00-4591-9c96-dd72861e115f/content>.
- Blokhina IO. (2021). Psykholohichni prychny vynyknennia tryvozhnosti u studentiv. Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu: 82-86. [Блохіна ІО. (2021). Психологічні причини виникнення тривожності у студентів. Науковий вісник Ужгородського національного університету: 82-86.]. URL: <https://ela.kpi.ua/items/3764fac3-5fef-4f5c-9734-1f30f99df98a>.
- Chaikovska OM, Hanin TA. (2026). Psykholohichni chynnnyky tryvozhnosti ta depresyvykh tendentsii u zhinok z chysla vnutrishno peremishchenykh osib. The IV International scientific and practical conference «Modern technologies and society: impact and future challenges», January 26-28, 2026. Sofia, Bulgaria: 170-172. [Чайковська ОМ, Ганін ТА. (2026). Психологічні чинники тривожності та депресивних тенденцій у жінок із числа внутрішньо переміщених осіб. The IV International scientific and practical conference «Modern technologies and society: impact and future challenges», January 26-28, 2026. Sofia, Bulgaria: 170-172.]. URL: <https://eu-conf.com/wp-content/uploads/2025/12/MODERN-TECHNOLOGIES-AND-SOCIETY-IMPACT-AND-FUTURE-CHALLENGES.pdf#page=171>.
- Chorny SV. (2007). Neiro- ta psykhofiziologichni analiz stanu tryvozhnosti u liudyny. Avtoreferat dysertatsii ... kand. bioloh. nauk: 03.00.13. Simferopol: 21. [Чорний СВ. (2007). Нейро- та психофізіологічний аналіз стану тривожності у людини. Автореферат дисертації ... канд. біолог. наук: 03.00.13. Сімферополь: 21.]. URL: <https://irbis-nbuv.gov.ua/publ/REF-0000240976>.
- Hruzynska I. (2022). Problema emotsiinoho reahuvannia na stresovi situatsii v umovakh voiennoho stanu. Visnyk natsionalnoho aviatsiinoho universytetu. seriia: pedahohika. psykholohiia. 21; 2: 4-9. [Грузинська І. (2022). Проблема емоційного реагування на стресові ситуації в умовах воєнного стану. Вісник національного авіаційного університету. серія: педагогіка. психологія. 21; 2: 4-9.]. URL: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/59158>.
- Hryshchenko SV. (2019). Samovdoskonalennia osobystosti. Monohrafiia. Chernihiv, Vydavnytstvo «Desna Polihraf»: 192. [Грищенко СВ. (2019). Самовдосконалення особистості. Монографія. Чернігів, Видавництво «Десна Поліграф»: 192.].
- Huliaieva LP. (2023). Vplyv viiny na zainiatist zhinok-vnutrishno peremishchenykh osib v Ukraini. Ekonomika ta suspilstvo. 51.

- [Гуляева ЛП. (2023). Вплив війни на зайнятість жінок-внутрішньо переміщених осіб в Україні. Економіка та суспільство. 51]. <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2023-51-33>.
9. Huliaeva LP, Oliinyk AA. (2023). Finansovy stan zhinok-vnutrishno peremishchenykh osib v Ukraini. Problemy suchasnykh transformatsii. Seriya: ekonomika ta upravlinnia: 8. [Гуляева ЛП, Олійник АА. (2023). Фінансовий стан жінок-внутрішньо переміщених осіб в Україні. Проблеми сучасних трансформацій. Серія: економіка та управління: 8]. <https://doi.org/10.54929/2786-5738-2023-8-08-03>.
10. Kohut OO. (2025). Psykholohichne blahopoluchchia vnutrishno peremishchenykh osib. Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu: Seriya: Psykholohiia. 2: 127-134. [Когут ОО. (2025). Психологічне благополуччя внутрішньо переміщених осіб. Науковий вісник Ужгородського національного університету: Серія: Психологія. 2: 127-134]. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2025.2.23>.
11. Kotukh OV. (2023). Psykholohichne blahopoluchchia vnutrishno peremishchenoi osoby: adaptatsiia ta intehtatsiia v novu hromadu. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriya: Psykholohichni nauky. 1: 56-61. [Котух ОВ. (2023). Психологічне благополуччя внутрішньо переміщеної особи: адаптація та інтеграція в нову громаду. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 1: 56-61]. URL: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1289>.
12. Kudanova M, Kozhanova D. (2024). Psykholohichni osoblyvosti vnutrishno peremishchenykh osib: teoretychnyi analiz problemy. Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi Akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia. 2(63): 17-24. [Куданова М, Кожанова Д. (2024). Психологічні особливості внутрішньо переміщених осіб: теоретичний аналіз проблеми. Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія. 2(63): 17-24]. URL: <https://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/3982>.
13. Lohvynova MO. (2019). Vnutrishno peremishcheni osoby yak katehoriia vymushenykh mihrantiv: poniattia ta oznaky. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. 11: 44-50. [Логвинова МО. (2019). Внутрішньо переміщені особи як категорія вимушених мігрантів: поняття та ознаки. Науковий вісник Херсонського державного університету. 11: 44-50]. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ksuhsgs_2019_11_8.
14. Mykhliuk E, Lohovskiy I. (2024). Psykholohichni osoblyvosti zhytistiikosti vnutrishno peremishchenykh osib. Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii. Kharkiv. NUTsZU. 1(7): 105-117. [Михлюк Е, Логовський І. (2024). Психологічні особливості життєстійкості внутрішньо переміщених осіб. Проблеми екстремальної та кризової психології. Харків. НУЦЗУ. 1(7): 105-117]. URL: <https://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/20259>.
15. Nesterenko MO. (2021). Rol osobystisnykh resursiv u adaptatsii vymushenykh pereselentsiv do novykh umov zhyttia. Naukovyi zhurnal Humanitarni studii: istoriia ta pedahohika. 1(01): 200-202. [Нестеренко МО. (2021). Роль особистісних ресурсів у адаптації вимушених переселенців до нових умов життя. Науковий журнал Гуманітарні студії: історія та педагогіка. 1(01): 200-202]. URL: <http://naukskf.wunu.edu.ua/index.php/npsgf/article/view/171>.
16. Pedorenko VM. (2022). Osoblyvosti psykhoemotsiinoho stanu pereselentsiv v umovakh inshoi krainy (na prykladi Nimechchyny). Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Psykholohiia. 5: 5-10. [Педоренко ВМ. (2022). Особливості психоемоційного стану переселенців в умовах іншої країни (на прикладі Німеччини). Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. 5: 5-10]. URL: <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/157>.
17. Perepelytsia AV, Opanasiuk Olu. (2024). Psykholohichni travmy ta trudnoshchi adaptatsii yak sotsialno-psykholohichni problemy vnutrishno peremishchenykh osib. Slobozhanskyi naukovyi visnyk. seriya: psykholohiia. 1: 148-151. [Перепелиця АВ, Опанасюк ОО. (2024). Психологічні травми та труднощі адаптації як соціально-психологічні проблеми внутрішньо переміщених осіб. Слобожанський науковий вісник. серія: психологія. 1: 148-151]. <https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.26>.
18. Shylyna Nle. (2023). Problema emotsiinoho stanu bizhentsiv ta poselentsiv za umov viiskoho konfliktu v Ukraini na prykladi studentiv 5 kursu. Vcheni zapysky TNU imeni VI. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia. 34(73); 2: 30-36. [Шилина НЄ. (2023). Проблема емоційного стану біженців та поселенців за умов військового конфлікту в Україні на прикладі студентів 5 курсу. Вчені записки ТНУ імені ВІ. Вернадського. Серія: Психологія. 34(73); 2: 30-36]. URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/2_2023/6.pdf.
19. Sukiasyan SG, Ghazaryan AA, Petrosyan MG, Harutyunyan AM, Danielyan SS. (2024). The Mental Health of Refugees and Forcibly Displaced Persons. Journal of Mental Health Research. 5; 4: 78-92. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11839216/>.
20. Varii MI. (2008). Psykholohiia osobystosti. Navchalnyi posibnyk. Kyiv: Tsent uchbovoi literatury: 592. [Варій МІ. (2008). Психологія особистості. Навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури: 592.]. URL: <https://psychologdcp.in.ua/wp-content/uploads/2019/10/biblioteka/file7.pdf>.
21. Zavhorodnia O, Kraieva O. (2023). Psykholohichni problemy osib, vymusheno peremishchenykh vnaslidok rosiiskoi ahresii. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy. 3; 73: 2-9. [Завгородня О, Краєва О. (2023). Психологічні проблеми осіб, вимушено переміщених внаслідок російської агресії. Вісник Національного університету оборони України. 3; 73: 2-9]. URL: <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/276921/274320>.
22. Zhinchyn MV. (2025). Problemy ta potreby vnutrishno peremishchenykh zhinok u konteksti viiny: rol hromadskykh ta blahodiinykh orhanizatsii. Psykholohiia ta sotsialna robota. 2: 44-51. [Жінчин МВ. (2025). Проблеми та потреби внутрішньо переміщених жінок у контексті війни: роль громадських та благодійних організацій. Психологія та соціальна робота. 2: 44-51]. <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.2.4>.

Відомості про авторів:

Кудерміна Олена Іванівна – д.психол.н., проф., проф. каф. юридичної психології Національної академії внутрішніх справ, Адреса: м. Київ, Солом'янська площа, 1. <https://orcid.org/0000-0002-4959-7413>.

Слурденко Дмитро Олександрович – д.філос. з психології, доц., доц. каф. психології та педагогіки Національної академії Національної гвардії України. Адреса: м. Харків, майдан Захисників України, 3. <https://orcid.org/0000-0001-8080-7805>.

Шпортун Оксана Миколаївна – д.психол.н., проф., зав. каф. психології КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти». Адреса: м. Вінниця, вул. Грушевського, 13. <https://orcid.org/0000-0001-8186-406X>.

Білоножко Наталія Йосипівна – здобувач PhD, викладач каф. гуманітарних та соціально-економічних дисциплін військової академії (Одеса). Адреса: м. Одеса, вул. Фонтанська дорога, 4. <https://orcid.org/0009-0000-2682-2174>.

Іванченко Євгенія Анатоліївна – д.лед.н., проф., проф. каф. фундаментальних наук військової академії (Одеса). Адреса: м. Одеса, вул. Фонтанська дорога, 4. <https://orcid.org/0000-0003-3071-0938>.

Стаття надійшла до редакції 23.01.2026 р.; прийнята до друку 01.06.2026 р.