

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-549-5-6>

## RESEARCH ON THE MENTAL HEALTH OF UKRAINIAN YOUTH DURING THE WAR

## ДОСЛІДЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ УКРАЇНИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

**Sadova-Chuba Z. T.**

*Candidate of Medical Sciences,  
Associate Professor at the Department  
of Anesthesiology and Intensive Care  
Danylo Halytsky Lviv National Medical  
University  
Lviv, Ukraine*

**Садова-Чуба З. Т.**

*кандидатка медичних наук,  
доцентка кафедри анестезіології  
та інтенсивної терапії  
Львівський національний медичний  
університет імені Данила Галицького  
м. Львів, Україна*

**Hrushkovska D. T.**

*Candidate of Medical Sciences,  
Associate Professor at the Department  
of Organization and Economics  
of Pharmacy  
Danylo Halytsky Lviv National Medical  
University  
Lviv, Ukraine*

**Грушковська Д. Т.**

*кандидатка медичних наук,  
доцентка кафедри організації  
і економіки фармації  
Львівський національний медичний  
університет імені Данила Галицького  
м. Львів, Україна*

**Vasyliv M. S.**

*Assistant at the Department of  
Anesthesiology and Intensive Care  
Danylo Halytsky Lviv National Medical  
University  
Lviv, Ukraine*

**Василів М. С.**

*асистентка кафедри анестезіології  
та інтенсивної терапії  
Львівський національний медичний  
університет імені Данила Галицького  
м. Львів, Україна*

Згідно ВООЗ, ментальне здоров'я – це стан щастя та добробуту, в якому людина реалізує свої творчі здібності, може протистояти життєвим стресам, продуктивно працювати та робити внесок у суспільне життя і є головною складовою якості життя індивідуума і суспільства в цілому [1, 3]. Величезний потік негативної інформації, активні бойові дії, хвилювання за рідних, які перебувають на війні, втрата контролю за життям – далеко неповний перелік стресових чинників, які впливають на психологічний та фізичний стан українців [4].

Нами було проведено анонімне анкетне опитування з метою оцінки ментального здоров'я молоді під час війни. Опитування проводилось за допомогою анкети, створеної за допомогою Google Form та

розповсюджена через соціальні мережі, такі як Telegram, Viber та Facebook у період з листопада 2023 року до лютого 2024 року.

Анкета складалася з трьох частин. Першу частину анкети формували питання про загальні дані респондента (його вік, стать, зайнятість, освіта, місце проживання). Друга частина містить відомості про стан психічного здоров'я респондента (закриті питання з двома варіантами відповідей). Третя частина складається з питань з розгорнутими відповідями, а також альтернативний варіант відповіді, який дає можливість респонденту висловити власну позицію (напівзакриті питання). Питання та відповіді пронумеровані у єдиній цифровій системі. Для формування частини анкети, що стосується психічного стану респондента ми застосували коротку шкалу тривоги, депресії та ПТСР [2, 5, 6].

Під час проведеного в ході дослідження анкетного опитування нами було опрацьовано 107 анкет від респондентів.

Серед респондентів переважали жінки 77%, більше половини опитаних 21–24 роки (61,7%), більше половини респондентів мають вищу освіту (64%), більша частина респондентів на час опитування знаходилася на території України (89%). В результаті опитування щодо загального психічного стану встановлено, що в більшій частині респондентів є психологічні проблеми. Чверть опитаних відзначили випадки панічного страху (панічної атаки). Це може свідчити про вплив зовнішніх факторів (повітряні тривоги, звуки вибухів, хвилювання про своїх близьких і інші чинники впливу спричинені війною).

Три чверті респондентів відзначили наявність в них роздратування і поганого настрою (73%) та постійне напруження (нездатність розслабитися) (60%), неухильність, погане зосередження уваги (78%) та відчуття пригніченості і підвищеної стомлюваності (62%), що свідчить про наявність стресу та напруги в їхньому житті, а також про наявності певних психологічних розладів. Під час стресових ситуацій велика частка респондентів відчуває фізіологічні та емоційні реакції свого організму (рис. 1). Більша частина опитаних (78%) приймають заспокійливі препарати. Враховуючи ці результати, важливо, щоб особи, які приймають рецептурні препарати або препарати, що впливають на нервову систему, робили це під медичним наглядом.

Лише п'ята частина опитаних зазначила, що зверталась за психологічною допомогою до спеціаліста, і тільки десята частина планує звернутися до фахівця про допомогу, що може вказувати на недостатню усвідомленість про психологічне благополуччя та можливість недооцінки важливості професійної підтримки у вирішенні психологічних проблем.



**Рис. 1. Палітра симптомів респондентів в стресових ситуаціях**

Такий аналіз може стати підґрунтям для подальших досліджень або розробки програм з психологічної підтримки та освіти, спрямованих на підвищення рівня свідомості та допомоги в управлінні емоціями та стресом.

#### Література:

1. World Health Organization. Mental health, 2017. URL: [https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab\\_2](https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_2)
2. Slaba O, Sadova-Chuba Z, Hrushkovska D, Hurka O. Comparative analysis of the quality of life of women who left the territory of Ukraine during the ongoing Russia – Ukraine war and women who stayed at their homes. *Wiad Lek.* 2024;77(1):42–46. doi: 10.36740/WLek202401106. PMID: 38431806.
3. Henderson D.F., Qvick T.L. A century of stress: Stress theories and preventive management in a global context. *Organizational Psychology.* 2015. Vol. 5 (3). P. 10–25.
4. Comprehensive Mental Health Action Plan 2013–2030. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240031029>
5. Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet.* 2020. V. 396. P. 1204–1222. URL: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30925-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30925-9)
6. Агаєв Н. А., Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В., Ткаченко В. В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців : методичний посібник. К. : НДЦ ГП ЗСУ, 2016. С. 135.