

УДК 159.96



У. Б. Михайлишин



А. В. Стаднік

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ТА ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ЖИТТЯМ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УМОВАХ ВІЙНИ

Михайлишин Уляна Богданівна,

доктор психологічних наук, професор,

<https://orcid.org/0000-0002-0225-8115>, e-mail: myb69@ukr.net,

ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

Стаднік Анатолій Володимирович,

кандидат медичних наук, доцент,

<https://orcid.org/0000-0002-1472-4224>, e-mail: stav1963@ukr.net,

ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

Анотація. Проаналізовано особливості впливу війни на внутрішньо переміщених осіб за допомогою методик DASS-21 та SWLS. Визначено, що для них є характерним суттєво вищий рівень депресії та тривоги, особливо серед жінок. Тоді як чоловіки мали високі показники стресу. З'ясовано, що вимушена зміна місця проживання під час війни призводить до значного збільшення крайньої незадоволеності своїм життям.

Ключові слова: внутрішньо переміщені особи; депресія, тривога; стрес, задоволеність життям; психологічна підтримка.

Вступ

Війна, яка триває в Україні майже 4 роки, вплинула на соціально-психологічний стан кожного громадянина. Люди зіткнулися з тим, що треба рятувати життя своє та своїх близьких, треба лишати домівки, їхати в більш безпечне місце та переживати втрати близьких, своїх осель та звичного способу життя. Агресивні військові дії, обстріли цивільних об'єктів і помешкань спонукають цивільне населення до вимушеної міграції. Люди стають біженцями, що виїхали з місць постійного проживання в безпечні регіони України та країни ЄС, або не залишають власних домівок. Зокрема, за даними Міністерства соціальної політики, сім'ї та єдності, станом на 1 листопада 2025 р. в Україні було офіційно зареєстровано близько 4,59 мільйона внутрішньо переміщених осіб (IDP, 2025). Крім того, біля 4 років повномасштабної війни та 11 років вторгнення в Україну мали глибокий вплив на психічне здоров'я населення. Згідно з останньою оцінкою Всесвітньої організації охорони здоров'я, проблеми психічного здоров'я турбують близько 46 % українців (WHO, 2025).

Побоювання смерті, тривожність, переживання за своїх близьких, вимушене переселення на безпечні території – усе це негативно впливає на психічний стан населення. Перебування у складних соціально-економічних і психологічно-побутових умовах війни призводить до психічної травматизації, порушення психічного здоров'я та впливає на задоволеність життям (Melnyk et al., 2024).

Мета дослідження – виявити особливості психологічного стану та задоволеності життям внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в умовах війни.

Матеріали та методи дослідження

Дослідження проведено серед студентів та працівників Ужгородського національного університету віком від 18 до 50 років у жовтні 2025 р. Усі досліджувані були розподілені на 2 групи:

– група 1 у кількості 88 осіб, що вимушено змінили місце мешкання (ВПО) на інші регіони під час війни; серед них – 21 (24,14 %) чоловік та 67 (77,01 %) жінок;

– група 2 (контрольна) в кількості 82 осіб, що не залишали звичних місць проживання під час війни; серед них – 17 (20,73 %) чоловіків та 65 (79,27 %) жінок.

У зв'язку з війною в Україні дослідження проводилося розміщенням психологічних методик на платформі Google-forms для потенційних учасників.

Для вирішення мети дослідження нами було використано такі методи. Збір даних про особливості психологічного стану проводився за допомогою методики Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21). Методика DASS-21 – це коротка форма DASS (21 питання), призначена для вимірювання негативних емоційних станів депресії, тривоги та стресу. Шкала депресії оцінює дисфорію, безнадію, знецінення життя, самоприниження, відсутність інтересу, залученості, ангедонію та інертність. Шкала тривоги оцінює вегетативне збудження, ефекти скелетних м'язів, ситуативну тривогу та суб'єктивне переживання тривожного афекту. Шкала стресу чутлива до рівня хронічного неспецифічного збудження. Вона оцінює труднощі з розслабленням, нервові збудження, здатність легко засмучуватися, збуджуватися, дратівливість, надмірну реактивність і нетерплячість. Респондентів просять за 4-бальною шкалою оцінити, якою мірою вони відчували кожен стан протягом останнього тижня. Бали за депресію, тривогу та стрес обчислюються через підсумовування балів за відповідними пунктами. DASS 21 дає змогу провести швидке та ефективне оцінювання рівня психологічного дистресу та його складових. Він широко використовуються в наукових і клінічних дослідженнях (Мельник & Стаднік, 2023b).

Задоволеність життям оцінювалася за шкалою Satisfaction with Life Scale (SWLS). Шкала SWLS призначена для вимірювання глобальних когнітивних суджень щодо задоволеності своїм життям. Вона зазвичай вимагає від респондента лише близько однієї хвилини часу, коли він відповідає на запитання за шкалою Лайкерта. Запитання відкриті для інтерпретації, що робить цю шкалу придатною для дорослих з різним досвідом. Вона найбільш пристосовна для використання в неклінічних популяціях (Стаднік & Мельник, 2023).

Статистичний аналіз отриманого матеріалу проводився за допомогою програми Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), версія 26.0.

Результати

Дослідження особливостей психологічного стану проводилося за допомогою опитувальника Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21), який дає змогу оцінити рівні депресії, тривоги та стресу. Прояви загальних показників (середній бал) депресії, тривоги і стресу серед досліджуваних груп в умовах війни наведено нижче (рисунок 1).



Рисунок 1 – Прояви загальних показників (середній бал) тривоги, депресії і стресу серед досліджуваних груп в умовах війни

Для групи 1 досліджуваних (ВПО) характерні високі середні бали за шкалами «Депресія» та «Тривога» (12,43 та 11,94 бала відповідно). Це свідчить про посилення невротичних симптомів серед досліджуваних на фоні затягування війни в Україні, що проявляється у формі зростання скарг на поганий настрій, низьку самооцінку, песимізм, апатію, млявість, швидку втомлюваність, постійну невдоволеність та безнадію. Суттєво менші показники за шкалами «Депресія» та «Тривога» (10,74 та 10,02 бала відповідно) для досліджуваних групи 2 свідчать про їхню кращу адаптованість до умов сьогодення. Показники за шкалою «Стрес» практично не відрізняються в усіх групах, що говорить про однаковий рівень гострого стресу серед досліджуваних. Потрібно зазначити, що для жінок групи 1 характерні високі показники за шкалами «Депресія» та «Тривога» (13,41 та 12,64 бала відповідно), що пояснюється їхньою більшою емоційною чутливістю до умов невизначеності військово-гуманітарної ситуації в Україні. Це проявлялося у вигляді зростання безпорадності, невизначеності, безпомічності, безсилля, незахищеності, самотності, передчуття невдачі та неможливості прийняти рішення. А для чоловіків груп 1 та 2 більш характерні високі середні бали за шкалою «Стрес» (12,37 та 12,18 бала відповідно), що пов'язано з наявністю в них гострих психогеній.

Подальшу деталізацію проявів депресії серед досліджуваних груп в умовах війни наведено нижче (рисунок 2).

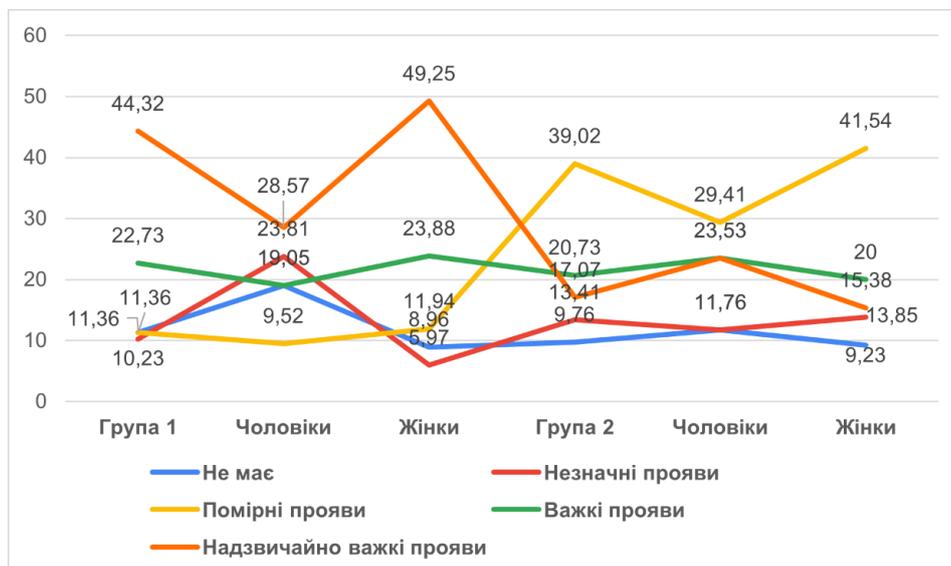


Рисунок 2 – Прояви депресії серед досліджуваних груп в умовах війни (%)

Як бачимо, профіль депресії серед досліджуваних групи 1 (ВПО) має певні особливості. Найбільшими є показники надзвичайно важких (44,32 %) та важких (22,94 %) проявів депресії. У той час як відсутність проявів, незначні та помірні прояви депресії були значно меншими (11,36, 10,23 та 11,36 % відповідно). що свідчить про їхнє значне психогенне навантаження, незважаючи на перебування в безпечному місці. Серед досліджуваних групи 2 (не залишали звичних місць проживання) показники надзвичайно важких проявів депресії були у 2,5 раза меншими (17,07 %). Помірні прояви депресії є найбільшими для цієї групи (39,02 %), а важкі, незначні прояви депресії мають помірні показники (20,73 та 13,41 % відповідно). Це свідчить про достатню адаптованість до умов війни цієї групи досліджуваних.

Гендерними особливостями прояву депресії були такі. Відсутність симптомів депресії найбільше серед усіх гендерних груп спостерігалася у чоловіків групи 1 (19,05 %). Це може свідчити про можливу наявність у них прихованої депресії, яка проявляється у зловживанні психоактивними речовинами, сомато-вегетативними порушеннями та девіантною поведінкою. Крім того, нами виявлено, що прояви надзвичайно важкої депресії у жінок групи 1 (49,25 %) були максимальними серед усіх гендерних груп. Це говорить про наявність у них значної психічної дезадаптації.

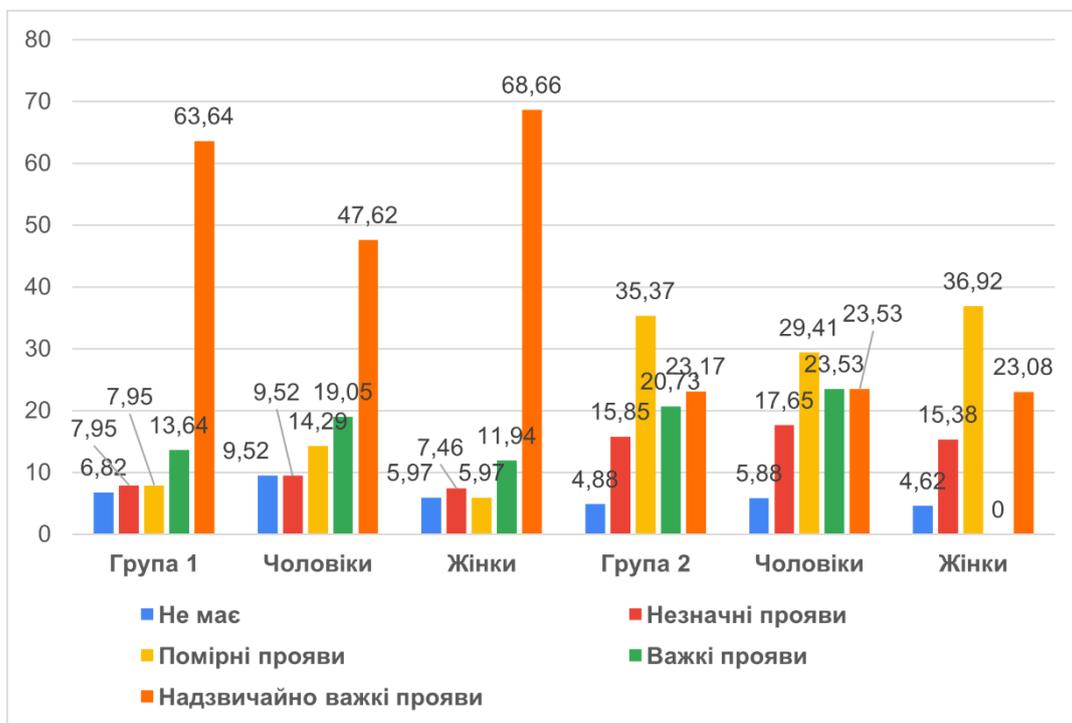


Рисунок 3 – Прояви тривоги серед досліджуваних груп в умовах війни (%)

Вивчення проявів тривоги серед досліджуваних груп в умовах війни (рисунок 3) показало, що для представників групи 2 (не змінювали місця проживання) відсутність тривожних симптомів спостерігалася у 4,88 % осіб, незначні – у 15,85 %, важкі – у 20,73 %, надзвичайно важкі – у 23,17 % осіб, а помірний рівень тривоги був найвищим для цієї групи досліджуваних (35,37 %). Серед досліджуваних групи 1 (ВПО) найвищими були показники важкої та надзвичайно важкої тривоги (13,64 та 63,64 % відповідно), що свідчить про значне погіршення їхнього психологічного стану, наявність невротичних розладів та дезадаптації. Це проявлялося у вигляді скарг на прискорене серцебиття, біль за грудиною, часте дихання, підвищене потовиділення, тремтіння, слабкість, втому, запаморочення, часте сечовиділення та проблеми зі сном.

Потрібно зазначити, що за результатами гендерного дослідження нами отримано найбільші показники надзвичайно важких проявів тривоги серед жінок групи 1 (68,66 %), що значно більше, ніж у чоловіків групи 1 (47,62 %). У групі 2 досліджуваних нами виявлено найбільші показники помірної тривоги у чоловіків і жінок обох груп (29,41 та 36,92% відповідно), що свідчить про їхню помірну дезадаптацію. Важкі та надзвичайно важкі прояви тривоги серед чоловіків та жінок не мають значущої різниці.

Дослідження за шкалою «Стрес» серед осіб групи 1 (ВПО) показали (рисунок 4), що відсутність стресу спостерігалася у 35,23 % осіб; незначні – у 7,95 %, помірні – у 20,45 %; важкі – у 14,77 % та надзвичайно важкі прояви були у 21,59 % осіб. У досліджуваних групи 2 прояви стресу були трохи нижче. Незначні прояви стресу спостерігалися у 8,54 % осіб, помірні – у 52,44 %, важкі – у 9,76 % та надзвичайно важкі прояви були у 7,32 % осіб. Це свідчить про певну стабілізацію проявів гострого стресу серед досліджуваних групи 2 в умовах війни.

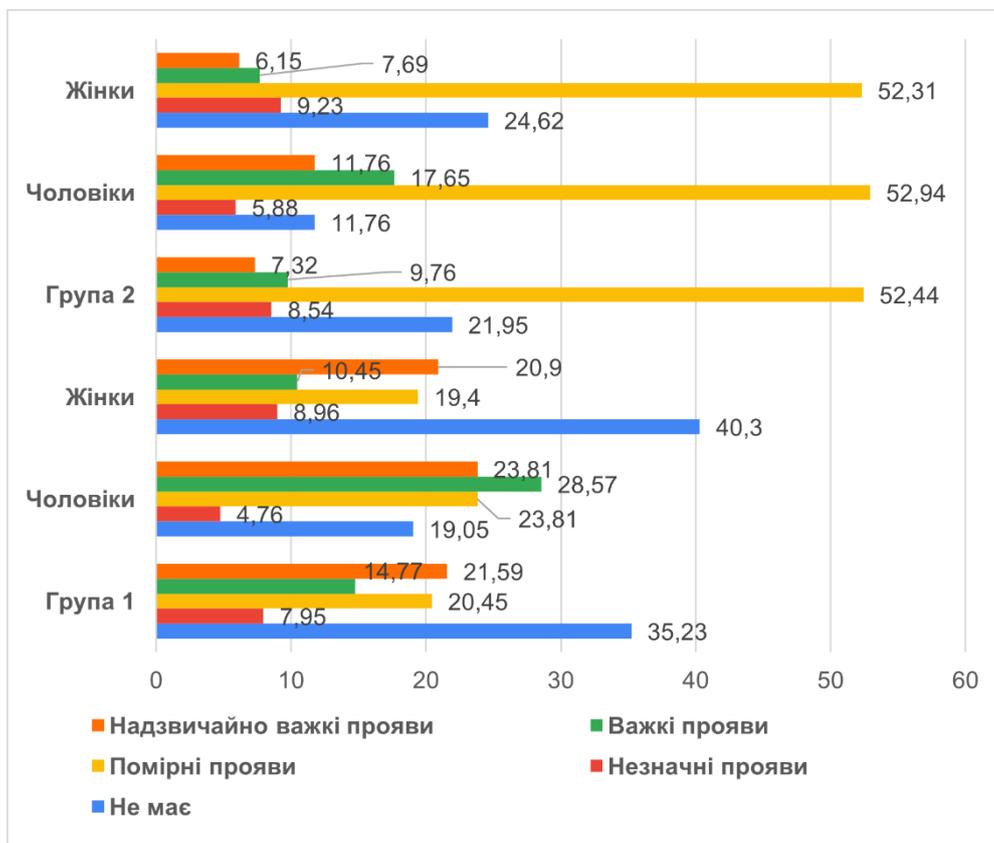


Рисунок 4 – Прояви стресу серед досліджуваних груп в умовах війни (%)

Гендерними особливостями є високі важкі та надзвичайно важкі прояви стресу серед чоловіків груп 1 (28,57 і 23,81 % відповідно) і 2 (17,65 і 11,76 % відповідно), що суттєво вище аналогічних показників серед жінок (10,45, 20,90 та 7,69, 6,15 % відповідно). Цей факт свідчить про гірші адаптаційні можливості досліджуваних чоловіків до стресу.

Таким чином, вимушена зміна місця проживання під час війни призводить до збільшення проявів депресії та тривоги. Так, середні бали за шкалами «Депресія» та «Тривога» досліджуваних групи 1 (12,43 та 11,94 бала відповідно) були вище, ніж у досліджуваних групи 2 (10,74 та 10,02 бала відповідно), що не змінювали місце проживання під час війни. Гендерними особливостями дослідження є високі показники серед ВПО-жінок (група 1) за шкалами «Депресія» та «Тривога» (середній бал – 13,41 та 12,64 бала відповідно), що пояснюється їхньою більшою емоційною чутливістю до умов невизначеності військово-гуманітарної ситуації в Україні. Для чоловіків усіх груп характерні високі середні бали за

шкалою «Стрес» (12,43 та 12,06 бала відповідно), що свідчить про наявність у них гострих психогеній. Причинами цього, на нашу думку, є втрата контролю над ситуацією та своїм життям; складність адаптації до нового життя, що підсилюється розмитістю особистої ідентичності, тугою втрати місця проживання. Усе це істотно впливає на інтеграційні можливості особистості та подовжує її перебування у фазі хронічного стресу.

Подальше дослідження щодо задоволеності життям (рисунок 5) показало такі результати.

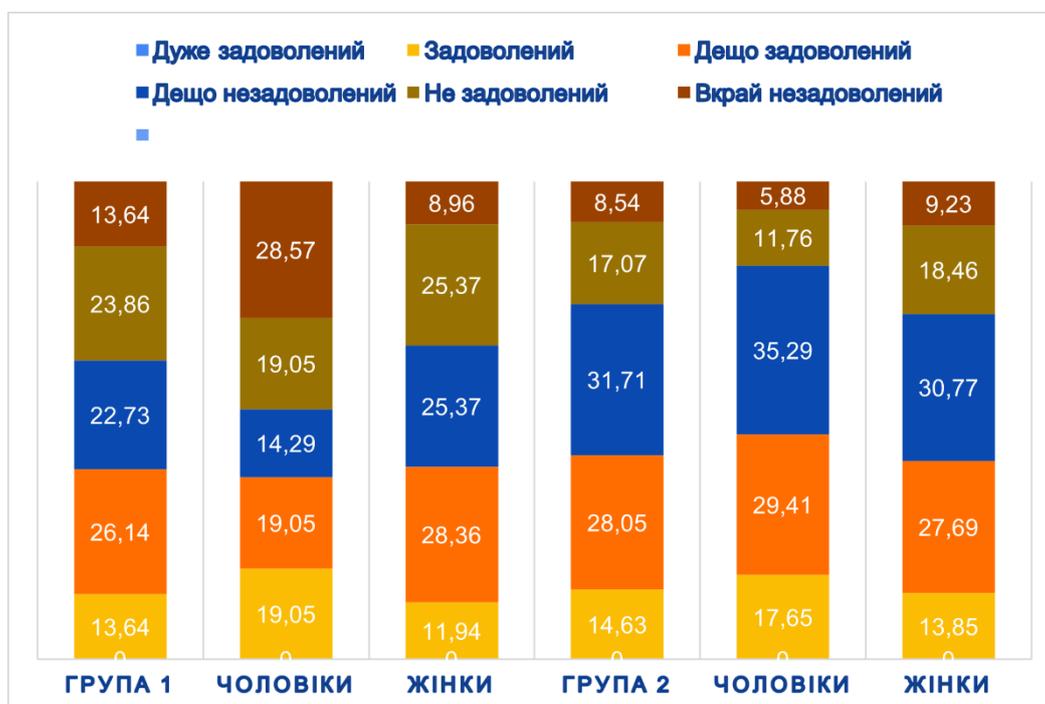


Рисунок 5 – Задоволеність життям серед досліджуваних груп в умовах війни (%)

Як бачимо, серед досліджуваних групи 1 (ВПО) показники крайньої незадоволеності (13,64 %) та незадоволеності (23,86 %) своїм життям майже на 1/3 вищі, ніж серед досліджуваних групи 2 (8,54 та 17,07 % відповідно). Це супроводжується частими і різкими змінами настрою, зайвою тривогою, напруженістю, пригніченістю і навіть психосоматичними проблемами. Потрібно зазначити, що дуже задоволених своїм життям нами не знайдено в усіх досліджуваних групах. Це свідчить про сильний негативний вплив війни на психоемоційний стан населення. Показники задоволеності своїм життям серед досліджуваних груп 1 і 2 (13,64 та 14,63 % відповідно) не мають статистично значущих відмінностей.

Гендерними особливостями дослідження був показник крайньої незадоволеності своїм життям чоловіків групи 1 (28,57 %), що є максимальним серед усіх груп та вищим, ніж у жінок групи 1 (8,96 %), майже у 3 рази. Це говорить про їхню вкрай низьку оцінку свого здоров'я, міжособистісних стосунків, фінансового становища, можливостей особистого розвитку та досягнення цілей. Потрібно зазначити, що задоволеність своїм життям серед чоловіків груп 1 і 2 (19,05 і 17,65 % відповідно) більше, ніж у жінок (11,84 і 13,85 % відповідно), що говорить про їхнє краще суб'єктивне відчуття щастя та благополуччя.

Таким чином, вимушена зміна місця проживання під час війни призводить до збільшення крайньої незадоволеності та незадоволеності своїм життям майже на 1/3. Причинами цього, на нашу думку, є погіршення психологічного стану ВПО (збільшення тривоги та депресії) на фоні узагальненої картини навколишнього: затягування війни в Україні, обстріли, тривале вимкнення світла, перебої з опаленням тощо. Це проявляється у низькій самооцінці, песимізмі, апатії, млявості, швидкій втомлюваності та безнадії.

Обговорення

Проведені дослідження показали, що депресія, тривога та стрес є широко розповсюдженими в середовищі студентів та інших категорій населення України під час війни (Стаднік та ін., 2024; Melnyk et al., 2024; Mykhaylyshyn et al., 2024). Це обумовлено необхідністю змінювати звичний образ життя, переживати втрати (близьких, домівок, роботи, здоров'я тощо), агресивні військові дії, обстріли цивільних об'єктів і помешкань (Мельник, Прокопенко, та Стаднік, 2015; Mykhaylyshyn et al., 2024; Pypenko, Stadnik, Melnyk, & Mykhaylyshyn, 2023). Вивчення стану тривоги та депресії серед молоді під час війни в Україні показали, що студенти-біженці мають вищі показники прояву депресії, ніж студенти-ВПО та ті, хто не змінював місце проживання (Шиліна, 2023).

Вивчення стану психічного здоров'я в інших країнах показало схожі тенденції. Так, дослідження іракських біженців у США показало, що поширеність емоційного стресу, тривоги та депресії серед них становила приблизно 50 %, а 31 % мали ризик посттравматичного стресового розладу (Taylor et al., 2014). Аналіз проявів депресії серед дорослих біженців і небіженців у віці 45–85 років, проведений канадськими вченими, з'ясував, що поширеність її була вищою серед іммігрантів-біженців (22,1 %), ніж серед іммігрантів, які не є біженцями (16,6 %), та громадян Канади (15,2 %) (Lin et al., 2020).

Проведені емпіричні дослідження свідчать про погіршення емоційного здоров'я серед мігрантів та ВПО, що пов'язано з певною дискримінацією їх у повсякденному житті, а також сприйняттям дискримінації на роботі та в побуті (Agudelo-Suárez et al., 2009). Також на мігрантів впливають додаткові стресогенні чинники, як то: нестабільність, менш приваблива робота, дискримінація, пов'язана з можливими мовними та етнічними обмеженнями, низький соціально-економічний статус тощо (Марута, Панько, Явдак, Семікіна, та Стаднік, 2002; Jasinskaja-Lahti, Liebkind, & Perhoniemi, 2007). Кілька досліджень виявили, що поширеність симптомів депресії та тривоги серед ВПО у 2–5 разів вища, ніж у загальній популяції (Kang, Ha, & Eun, 2012; Melnyk et al., 2024; Stadnik, Mykhaylyshyn, Wasilewski, & Pypenko, 2025).

Проведені нами дослідження показали, що перебування ВПО навіть у безпечних умовах є стресогенним чинником. Вони мають суттєво вищий рівень депресії та тривоги. Так, середні бали за шкалами «Депресія» та «Тривога» (12,43 та 11,94 бала відповідно) досліджуваних групи 1 були вище, ніж у досліджуваних групи 2 (10,74 та 10,02 бала відповідно), що не змінювали місце проживання. Це проявлялося в посиленні невротичних симптомів у вигляді зростання скарг на поганий настрій, низьку самооцінку, песимізм, апатію, швидку втомлюваність, песимізм та безнадію.

Подальший аналіз підходів вчених щодо задоволеності життям показав, що це досить складне поняття, яке відображає безліч різних напрямів сприйняття свого особистого життя. Задоволеність життям може залежати від багатьох чинників, таких як особиста безпека, здоров'я, сім'я, робота, сприйняття обставин, свобода вибору тощо. Тому складно надати однозначне визначення цьому поняттю (Alborz, 2017; Arnout, 2023).

Так, згідно з поглядами P. Bovier, E. Chamot, & T. Perneger (2004), психологічне задоволення описане як досягнення приємних переживань і уникнення негативних. E. Greimel et al. (2016) вважали, що задоволеність життям – це суб'єктивна оцінка якості тих чи інших об'єктів, умов життя й діяльності, життя загалом, відносин із людьми, самих людей, у тому числі й самого себе. Високим ступенем задоволеності життям є щастя. Отже, аналіз наукової літератури дав змогу дійти висновку, що задоволеність життям залежить від багатьох зовнішніх та внутрішніх чинників. А війна є потужним чинником, що негативно впливає на психологічне благополуччя людей (Stadnik, Melnyk, Mykhaylyshyn, & de Matos, 2023; Melnyk, Stadnik, Mykhaylyshyn, & Pypenko, 2025).

Наші дослідження підтверджують цю думку і показують, що війна негативно впливає на психологічний стан населення та знижує рівень задоволеності життям. Особливо це стосується ВПО. Так, вимушена зміна місця проживання під час війни призводить до збільшення крайньої

незадоволеності та незадоволеності своїм життям майже на 1/3. Особи з низьким рівнем задоволеності життя найбільше страждають від військових дій в Україні, що супроводжується психоемоційною лабільністю, тривогою, пригніченістю та психосоматичними розладами. У них можлива наявність комплексу неповноцінності (Melnyk, Stadnik, Mykhaylyshyn, & Rypenko, 2025). На нашу думку, необхідною є психологічна підтримка таких людей щодо задоволеності життям. Це має стосунок, передусім, до вміння набувати навички позитивного мислення в кожному моменті свого життя.

Висновки

Отже, тривала війна в Україні суттєво впливає на психічний стан кожного її громадянина. Проведені нами дослідження показали, що вимушена зміна місця проживання під час війни є сильним стресогенним чинником. У зв'язку із цим є очевидним, що ВПО мають суттєво вищий рівень депресії та тривоги. Так, середні бали за шкалами «Депресія» та «Тривога» досліджуваних групи 1 (ВПО) (12,43 та 11,94 бала відповідно) були вище, ніж у досліджуваних групи 2 (10,74 та 10,02 бала відповідно), що не змінювали місце проживання під час війни. Це проявлялося зростанням скарг на поганий настрій, низьку самооцінку, песимізм, апатію, швидку втомлюваність та безнадію. Гендерними особливостями дослідження є високі показники середнього бала депресії та тривоги серед жінок групи 1 (ВПО) (13,41 та 12,64 бала відповідно), що пояснюється їхньою більшою емоційною чутливістю до умов невизначеності військово-гуманітарної ситуації в Україні. Для чоловіків усіх груп характерні високі середні бали за шкалою «Стрес» (12,37 та 12,18 бала відповідно), що свідчить про наявність у них гострих психогеній, пов'язаних із невпевненістю в майбутньому та нестачею коштів.

Подальше дослідження показало, що війна негативно впливає на психологічний стан населення та суттєво знижує рівень задоволеності життям. У нашому дослідженні не було виявлено осіб, дуже задоволених своїм життям. Водночас вимушена зміна місця проживання під час війни призводить до збільшення крайньої незадоволеності та незадоволеності своїм життям майже на 1/3, що супроводжується частими і різкими змінами в настроях, зайвою депресією, тривогою та напруженістю, пригніченістю та психосоматичними розладами. Тому є нагальна потреба в ефективній психологічній підтримці цих людей. Це має стосунок, насамперед, до вміння набувати навички покращення психічного здоров'я та добробуту, яке охоплює турботу про себе та стратегії самовдосконалення. Вони містять такі техніки, як дихальні вправи, фізична активність, усвідомлення «тут і зараз», налагодження режиму сну та харчування, а також пошук позитивних емоцій та соціальної підтримки..

Список використаних джерел

- Марута, Н. О., Панько, Т. В., Явдак, І. О., Семікіна, О. Є., & Стаднік, А. В. (2002). Показник якості життя у хворих на афективні розлади та його динаміка в процесі лікування. *Український вісник психоневрології*, 10, 113–114
- Мельник, Ю. Б., Прокопенко, Ю. О., & Стаднік, А. В. (2015). Можливості педагогічної логістики і нові нейробіологічні підходи. *Актуальні питання освіти і науки: матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції*. Харків: ХОГОКЗ. 127–130. <https://doi.org/10.26697/9789669726056.2015.127>
- Мельник, Ю. Б., & Стаднік, А. В. (2023a). *Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки: методичний посібник*. Харків: ХОГОКЗ. <https://doi.org/10.26697/melnyk.stadnik.6.2023>
- Мельник, Ю. Б., & Стаднік, А. В. (2023b). *Шкала депресії, тривоги та стресу: методичний посібник*. Харків: ХОГОКЗ. <https://doi.org/10.26697/sri.krpoch/melnyk.stadnik.4.2023>
- Стаднік, А. В., Ващенко, І. В., & Мельник, Ю. Б. (2024). *Актуальні питання психології управління: навчальний посібник*. Харків: ХОГОКЗ.

<https://doi.org/10.26697/sri.krpochn/stadnik.vashchenko.melnyk.2024>

Стадник, А. В., & Мельник, Ю. Б. (2023). *Шкала задоволеності життям: методичний посібник*. Харків: ХОГОКЗ <https://doi.org/10.26697/sri.krpochn/stadnik.melnyk.3.2023>

Шиліна, Н. Є. (2023). Проблема емоційного стану біженців та поселенців за умов військового конфлікту в Україні на прикладі студентів 5 курсу. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*, 34(73), 2, 30–36. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.2/06>

Agudelo-Suárez, A., Gil-González, D., Ronda-Pérez, E., Porthé, V., Paramio-Pérez, G., García, A., & Garí, A. (2009). Discrimination, work and health in immigrant populations in Spain. *Social Science & Medicine*, 10(68), 1866–1874. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2009.02.046>

Alborz, A. (2017). The Nature of Quality of Life: A Conceptual Model to Inform Assessment. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 14, 15–30. <https://doi.org/10.1111/jppi.12225>

Arnout, A. (2023). Quality of Life: The Concept and Interventions. In *Well-Being Across the Globe* (p. 158–268). <https://doi.org/10.5772/intechopen.108610>

Bovier, P. A., Chamot, E., & Perneger, T. V. (2004). Perceived stress, internal resources, and social support as determinants of mental health among young adults. *Qual Life Res*, 13, 161–170. <https://doi.org/10.1023/B:QURE.0000015288.43768.e4>

Greimel, E., Kato, Y., Müller-Gartner, M., Salchinger, B., Roth, R., & Freidl, W. (2016). Internal and External Resources as Determinants of Health and Quality of Life. *PLoS One*, 11(5). e0153232. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0153232>

Internally Displaced Persons (IDP). <https://www.ioc.gov.ua/en/analytics/dashboard-vpo> (data zvernennia: 24.11.2025)

Jasinskaja-Lahti, I., Liebkind, K., & Perhoniemi, R. (2007). Perceived ethnic discrimination at work and well-being of immigrants in Finland: The moderating role of employment status and work-specific group-level control beliefs. *International Journal of Intercultural Relations*, 2(31), 223–242. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2006.02.003>

Kang, Y. S., Ha, Y. M., & Eun, Y. (2012). Health Status and Health-Promoting Lifestyle Profile II of North Korean Immigrants. *Res Community Public Health Nursing*, 23(3), 231–243. <https://doi.org/10.12799/jkachn.2012.23.3.231>

Lin, S., Kobayashi, K., Tong, H., Davison, K., Simran, R., & Fuller-Thomson, E. (2020). Close Relations Matter: The Association Between Depression and Refugee Status in the Canadian Longitudinal Study on Aging (CLSA). *Journal of Immigrant and Minority Health*, 22, 946–956. <https://doi.org/10.1007/s10903-020-00980-0>

Melnyk, Y., Stadnik, A., Mykhaylyshyn, U., & Pypenko, I. (2025). The Impact of War on Mental Health of Young Students. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 25, 2, 245–254. <https://www.ijpsy.com/volumen25/num2/689.html>

Melnyk, Y. B., Stadnik, A. V., Mykhaylyshyn, U. B., Vveinhardt, J., De Frias, C. M., & Pypenko, I. S. (2024). Mental Health and Life Satisfaction of University Students Influenced by War. *International Journal of Science Annals*, 7(2), 1–11. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2024.2.6>

Mykhaylyshyn, U. B., Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., Vveinhardt, J., Oliveira, M. S., & Pypenko, I. S. (2024). Psychological stress among university students in wartime: A longitudinal study. *International Journal of Science Annals*, 7(1), 27–40. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2024.1.6>

Pypenko, I. S., Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., & Mykhaylyshyn, U. B. (2023). The impact of the war in Ukraine on the psychological well-being of students. *International Journal of Science Annals*, 6(2), 20–31. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.2.2>

Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., Mykhaylyshyn, U. B., & de Matos, M. G. (2023). Peculiarities of the psychological well-being and social adaptation of young students and cadets in wartime conditions. *International Journal of Science Annals*, 6(1), 22–30. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.1.7>

Stadnik, A. V., Mykhaylyshyn, U. B., Wasilewski, B., & Pypenko, I. S. (2025). Psychological distress and healthy lifestyle among university students in wartime. *International Journal of Science Annals*, 8(1), 33–44. <https://doi.org/10.26697/ijasa.2025.1.3>

Taylor, E., Yanni, E., Guterbock, M., Pezzi, C., Rothney, E., Harton, E., Montour, J., Elias, C., & Burke, H. (2014). Physical and Mental Health Status of Iraqi Refugees Resettled in the United States. *Immigrant Minority Health*, 16(6), 1130–1137. <https://doi.org/10.1007/s10903-013-9893-6>

World Health Organization (WHO). Three years of war: rising demand for mental health support, trauma care and rehabilitation. <https://www.who.int/czechia/news/item/24-02-2025-three-years-of-war-rising-demand-for-mental-health-support-trauma-care-and-rehabilitation> (data zvernennia: 24.11.2025)

References

Agudelo-Suárez, A., Gil-González, D., Ronda-Pérez, E., Porthé, V., Paramio-Pérez, G., García, A., & Garí, A. (2009). Discrimination, work and health in immigrant populations in Spain. *Social Science & Medicine*, 10(68), 1866–1874. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2009.02.046>

Alborz, A. (2017). The Nature of Quality of Life: A Conceptual Model to Inform Assessment. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 14, 15–30. <https://doi.org/10.1111/jppi.12225>

Arnout, A. (2023). Quality of Life: The Concept and Interventions. In *Well-Being Across the Globe* (p. 158–268). <https://doi.org/10.5772/intechopen.108610>

Bovier, P. A., Chamot, E., & Perneger, T. V. (2004). Perceived stress, internal resources, and social support as determinants of mental health among young adults. *Qual Life Res*, 13, 161–170. <https://doi.org/10.1023/B:QURE.0000015288.43768.e4>

Greimel, E., Kato, Y., Müller-Gartner, M., Salchinger, B., Roth, R., & Freidl, W. (2016). Internal and External Resources as Determinants of Health and Quality of Life. *PLoS One*, 11(5). e0153232. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0153232>

Internally Displaced Persons (IDP). <https://www.ioc.gov.ua/en/analytics/dashboard-vpo> (data zvernennia: 24.11.2025)

Jasinskaja-Lahti, I., Liebkind, K., & Perhoniemi, R. (2007). Perceived ethnic discrimination at work and well-being of immigrants in Finland: The moderating role of employment status and work-specific group-level control beliefs. *International Journal of Intercultural Relations*, 2(31), 223–242. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2006.02.003>

Kang, Y. S., Ha, Y. M., & Eun, Y. (2012). Health Status and Health-Promoting Lifestyle Profile II of North Korean Immigrants. *Res Community Public Health Nursing*, 23(3), 231–243. <https://doi.org/10.12799/jkachn.2012.23.3.231>

Lin, S., Kobayashi, K., Tong, H., Davison, K., Simran, R., & Fuller-Thomson, E. (2020). Close Relations Matter: The Association Between Depression and Refugee Status in the Canadian Longitudinal Study on Aging (CLSA). *Journal of Immigrant and Minority Health*, 22, 946–956. <https://doi.org/10.1007/s10903-020-00980-0>

Maruta, N. O., Panko, T. V., Yavdak, I. O., Semikina, O. Ye., & Stadnik, A. V. (2002). Pokaznyk yakosti zhyttia u khvorykh na afektyvni rozlady ta yoho dynamika v protsesi likuvannia [Quality of life indicator in patients with affective disorders and its dynamics during treatment]. *Ukrainskyi visnyk psyhonevrolohii*, 10, 113–114 [in Ukrainian]

Melnyk, Yu. B., Prokopenko, Yu. O., & Stadnik, A. V. (2015). Mozhlyvosti pedahohichnoi lohistyky i novi neirobiolohichni pidkhody [Possibilities of pedagogical logistics and new neurobiological approaches]. *Aktualni pytannia osvity i nauky: materialy III Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii*. Kharkiv: KhOHOKZ. <https://doi.org/10.26697/9789669726056.2015.127> [in Ukrainian]

Melnyk, Yu. B., & Stadnik, A. V. (2023). Bahatomirna shkala spryniattia sotsialnoi pidtrymky: metodychnyi posibnyk [Multidimensional scale of perception of social support:

methodological manual]. Kharkiv: KhOHOKZ. <https://doi.org/10.26697/melnyk.stadnik.6.2023> [in Ukrainian]

Melnyk, Yu. B., & Stadnik, A. V. (2023). *Shkala depresii, tryvohy ta stresu: metodychnyi posibnyk* [Depression, Anxiety and Stress Scale: Methodological Guide]. Kharkiv: KhOHOKZ. <https://doi.org/10.26697/sri.krpochn/melnyk.stadnik.4.2023> [in Ukrainian]

Melnyk, Y., Stadnik, A., Mykhaylyshyn, U., & Pypenko, I. (2025). The Impact of War on Mental Health of Young Students. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 25, 2, 245–254. <https://www.ijpsy.com/volumen25/num2/689.html>

Melnyk, Y. B., Stadnik, A. V., Mykhaylyshyn, U. B., Vveinhardt, J., De Frias, C. M., & Pypenko, I. S. (2024). Mental Health and Life Satisfaction of University Students Influenced by War. *International Journal of Science Annals*, 7(2), 1–11. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2024.2.6>

Mykhaylyshyn, U. B., Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., Vveinhardt, J., Oliveira, M. S., & Pypenko, I. S. (2024). Psychological stress among university students in wartime: A longitudinal study. *International Journal of Science Annals*, 7(1), 27–40. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2024.1.6>

Pypenko, I. S., Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., & Mykhaylyshyn, U. B. (2023). The impact of the war in Ukraine on the psychological well-being of students. *International Journal of Science Annals*, 6(2), 20–31. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.2.2>

Shylyna, N. Ye. (2023). Problema emotsiinoho stanu bizhentsiv ta poselentsiv za umov viiskovoho konfliktu v Ukraini na prykladi studentiv 5 kursu [The problem of the emotional state of refugees and settlers in the context of the military conflict in Ukraine using the example of 5th year students]. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia*, 34(73), 2, 30–36. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.2/06> [in Ukrainian]

Stadnik, A. V., & Melnyk, Yu. B. (2023). *Shkala zadovolenosti zhyttiam: metodychnyi posibnyk* [Life Satisfaction Scale: Methodological Guide]. Kharkiv: KhOHOKZ. <https://doi.org/10.26697/sri.krpochn/stadnik.melnyk.3.2023> [in Ukrainian]

Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., Mykhaylyshyn, U. B., & de Matos, M. G. (2023). Peculiarities of the psychological well-being and social adaptation of young students and cadets in wartime conditions. *International Journal of Science Annals*, 6(1), 22–30. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.1.7>

Stadnik, A. V., Mykhaylyshyn, U. B., Wasilewski, B., & Pypenko, I. S. (2025). Psychological distress and healthy lifestyle among university students in wartime. *International Journal of Science Annals*, 8(1), 33–44. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2025.1.3>

Stadnik, A. V., Vashchenko, I. V., & Melnyk, Yu. B. (2024). *Aktualni pytannia psykholohii upravlinnia: navchalnyi posibnyk* [Current issues in management psychology: a textbook]. Kharkiv: KhOHOKZ. <https://doi.org/10.26697/sri.krpochn/stadnik.vashchenko.melnyk.2024> [in Ukrainian]

Taylor, E., Yanni, E., Guterbock, M., Pezzi, C., Rothney, E., Harton, E., Montour, J., Elias, C., & Burke, H. (2014). Physical and Mental Health Status of Iraqi Refugees Resettled in the United States. *Immigrant Minority Health*, 16(6), 1130–1137. <https://doi.org/10.1007/s10903-013-9893-6>

World Health Organization (WHO). Three years of war: rising demand for mental health support, trauma care and rehabilitation. <https://www.who.int/czechia/news/item/24-02-2025-three-years-of-war-rising-demand-for-mental-health-support-trauma-care-and-rehabilitation> (data zvernennia: 24.11.2025)

Summary

PSYCHOLOGICAL STATE AND LIFE SATISFACTION OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS IN WAR CONDITIONS

Ulyana Mykhaylyshyn,

*Doctor of Psychological Sciences, Professor,
State higher educational institution "Uzhhorod National University"*

Anatoliy Stadnik,

*PhD in medicine, Associate Professor,
State higher educational institution "Uzhhorod National University"*

Introduction. *The war in Ukraine significantly affects the mental state of each of its citizens. Being in difficult socio-economic and psychological living conditions of war leads to mental trauma, mental health disorders, and affects life satisfaction.*

Purpose of the article. *To identify the features of the psychological state and life satisfaction of internally displaced persons in war conditions.*

Materials and Methods. *The study was conducted at Uzhhorod National University by administering adapted psychological tests, DASS-21 and SWLS, via the Google Forms platform in October 2025. Respondents aged 18-50 were divided into two groups: Group 1, comprising 88 people (24.14 % men and 75.86 % women), who were internally displaced persons; and Group 2, comprising 82 people (20.73 % men and 79.27% women), who had not changed their place of residence.*

Results. *The study showed that Group 1 had significantly higher levels of depression and anxiety. Thus, the rates of extremely severe depression (44.32) and anxiety (63.64) for Group 1 were 2.5 times higher than for Group 2, which did not change their place of residence (17.07 and 23.17, respectively). The average score on the "Depression" and "Anxiety" scales for the 1st group of people (12.43 and 11.94, respectively) was higher than the similar indicators for the 2nd group (10.74 and 10.02, respectively), which indicates an increase in neurotic symptoms among internally displaced persons against the background of the protracted war in Ukraine. This is manifested in the form of increased complaints of moodiness, low self-esteem, pessimism, apathy, lethargy, rapid fatigue, persistent dissatisfaction, and hopelessness.*

Further research has shown that the war significantly reduces the level of life satisfaction among all categories of the population. Thus, the level of extreme dissatisfaction (13.64) and dissatisfaction (23.86) with their lives for the 1st group of people on the SWLS scale is almost 1/3 higher than the similar indicators for the 2nd group (8.54 and 17.07, respectively), which is accompanied by frequent and sharp changes in mood, excessive depression, anxiety and tension, depression and psychosomatic disorders.

Conclusions. *It was determined that internally displaced persons have significantly higher levels of depression and anxiety. The gender characteristics of the study were high rates of depression and anxiety among women and high rates of stress among men in all study groups. It was found that forced relocation during the war leads to a significant increase in dissatisfaction with one's life.*

Keywords: *internally displaced persons; depression; anxiety; stress; satisfaction with life; psychological support.*

Дата першого надходження рукопису до видання: 05.11.2025