

Під час дослідження нами було виявлено статистично значущі відмінності між середніми показниками статусу досягнутої професійної ідентичності підлітків 9 та 11 класів, а також між показниками підлітків 10 і 11 класів. Згідно з отриманими результатами, для учнів 11 класів більш характерна сформована професійна ідентичність, ніж для учнів 9 та 10 класів.

Таким чином, результати нашого емпіричного дослідження слід враховувати під час проведення професійної орієнтації учнів 9-11 класів у закладах середньої освіти. Зокрема, необхідно надавати індивідуальну психолого-педагогічну допомогу учням старших класів з невизначеним статусом професійної ідентичності, які не ставлять перед собою питання професійного вибору.

### **Література:**

1. Клибанівська Т. М. Професійна ідентичність: теоретичний аспект. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 1. Т. 2. С. 52–56.
2. Філенко І. О. Розробка та психометрична оцінка опитувальника професійної ідентичності. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, III(19), Issue. 38, 2015. P. 115–118.
3. Шамлян К. Професійна ідентичність особистості. *Соціогуманітарні проблеми людини*. 2008. № 3. С. 137–142.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-451-4-14>

## **ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ УКРАЇНСЬКИХ БІЖЕНЦІВ ЗА КОРДОНОМ**

**Лемещенко Юлія**

*студентка-магістр кафедри психології філософського факультету  
Львівський національний університет імені Івана Франка  
м. Львів, Україна*

У світі, що охоплений воєнними конфліктами та збройними сутичками, травма війни стає не лише жахливим спогадом, але й важливим фактором впливу на психічне здоров'я тих, хто стикнувся з її наслідками. Серед найбільш вразливих до цих наслідків – біженці, які вимушені залишати свої домівки через небезпеку військових дій.

Актуальність даної теми зумовлена тим, що Україна, перебуваючи в складній геополітичній ситуації, стала свідком військового конфлікту на своїй території, що призвело до великої кількості біженців, які

шукають притулок за кордоном. Ця категорія населення, крім фізичних та матеріальних втрат, також переживає серйозний вплив на своє психічне здоров'я через травматичні події, пов'язані з війною. Розуміння та вивчення цього питання є надзвичайно важливим для розробки ефективних стратегій психосоціальної підтримки біженців та забезпечення їхнього психічного благополуччя в умовах військового конфлікту, міграції й адаптації до нових умов.

Військова агресія проти України призвела до масштабної хвилі біженців у країни Європейського Союзу, зокрема в Нідерланди, Польщу, Німеччину та Францію. За даними Європейської комісії, понад 8 мільйонів українців знайшли тимчасовий прихисток у різних країнах Європи, що значно вплинуло на соціальну сферу та медичні послуги цих держав. Більшість українських біженців стикаються з психоемоційними проблемами, такими як тривога, депресія та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) [7].

**Тривога та депресія.** Високий рівень тривожності та депресії є одними з найпоширеніших проблем, які виявляються серед українських біженців у країнах Європи. Дослідження, проведене у Нідерландах, показало, що близько 70% українських біженців демонструють симптоми тривоги, депресії та розладів сну через невизначеність майбутнього та розлуку з близькими [3, с. 145–160]. Подібні результати були отримані у Польщі, де психоемоційне вигорання серед українських біженців стає серйозною проблемою для медичних і соціальних служб, які намагаються допомогти переселенцям адаптуватися до нового життя [6, с. 45–67].

**ПТСР** є одним із найпоширеніших розладів серед українських біженців, особливо серед тих, хто пережив або став свідком бойових дій. За результатами дослідження, проведеного в Німеччині, понад 40% українських біженців демонструють симптоми ПТСР, що суттєво перевищує показники в інших групах переселенців, що не стикалися з військовим насильством [4, с. 458–463]. Це підтверджує попередні дослідження серед біженців із Сирії та Афганістану, які також мали високий рівень ПТСР після переселення [1, с. 1247–1261].

Необхідною складовою для благополуччя є **соціальна підтримка та адаптація в країнах ЄС**, однак процес адаптації українських біженців у європейських країнах супроводжується різними викликами. Наприклад, у Франції було відзначено, що соціальна ізоляція та мовний бар'єр є основними факторами, що ускладнюють процес адаптації та збільшують ризик психоемоційних розладів [2, с. 215–230]. У країнах ЄС соціальна інтеграція, як і надання психологічної допомоги, відіграє важливу роль у підтримці психічного здоров'я біженців.

У Нідерландах створено низку програм підтримки для біженців, що включають не лише психологічну допомогу, а й культурну адаптацію,

що знижує рівень тривоги та сприяє інтеграції [3, с. 145–160]. Схожі ініціативи є в Німеччині, де групові заняття, орієнтовані на подолання травми, виявилися ефективними у зниженні рівня стресу та покращенні психоемоційного стану [4, с. 458–463].

**Мовний бар'єр** є важливою перешкодою для біженців, особливо в країнах, де українська та російська мови не використовуються. У Нідерландах та Франції біженці зіштовхуються з труднощами доступу до медичних та психологічних послуг через недостатнє знання мови [1, с. 1247–1261]. За даними дослідження у Франції, біженці, які володіють мовою приймаючої країни, демонструють кращі показники адаптації та психоемоційного благополуччя, адже мовна інтеграція полегшує доступ до підтримки та спілкування з місцевими громадами [2, с. 215–230].

Додатково слід зазначити, що **необхідність психологічної допомоги українським біженцям** у боротьбі з усіма вищезазначеними психологічними порушеннями та бар'єрами – наразі одна з найактуальніших проблем у Європі. Організації в країнах ЄС, такі як Médecins Sans Frontières (MSF), надають психологічну підтримку українським біженцям через консультації та групові заняття. У Польщі, де присутність українських біженців є особливо високою, такі ініціативи спрямовані на зниження рівня тривожності та депресії серед біженців [5]. У Німеччині громадські організації пропонують програми, орієнтовані на роботу з ПТСР, які включають групові сесії, спрямовані на розвиток навичок управління емоціями та подолання травми [4, с. 458–463].

Робимо висновок, що особливості психоемоційного стану українських біженців, зокрема високий рівень тривожності, депресії та ПТСР, вимагають комплексного підходу та розробки інтеграційних програм. Європейські країни, зокрема Нідерланди, Польща, Німеччина та Франція, активно підтримують біженців через психологічні послуги та програми соціальної інтеграції, що є необхідним для відновлення емоційної стабільності та психічного благополуччя українських переселенців.

### Література:

1. Alemi, Q., James, S., Cruz, R., Zepeda, V., & Racadio, M. Psychological distress in Afghan refugees: A mixed-method systematic review. *Journal of Immigrant and Minority Health*. 16(6), 2014, с. 1247–1261. <https://doi.org/10.1007/s10903-013-9861-1>
2. Cantegreil, A., & Bonnet, M. Social isolation and mental health among Ukrainian refugees in France. *European Journal of Migration Studies*. 14(3), 2022, с. 215–230.

3. Klaassens, M., & van Hout, J. The mental health status of Ukrainian refugees in the Netherlands: A quantitative study. *Journal of Refugee Studies*. 36(2), 2023, с. 145–160.

4. Morina, N., Malek, M., Nickerson, A., & Bryant, R. A. Psychological interventions for post-traumatic stress disorder and depression in young survivors of mass violence in low- and middle-income countries: Meta-analysis. *British Journal of Psychiatry*. 213(6), 2018, с. 458–463. <https://doi.org/10.1192/bjp.2018.159>

5. MSF. MSF's response to mental health needs of Ukrainian refugees in Poland. *Médecins Sans Frontières*, 2023.

6. Szczepanik, M. Ukrainian refugees in Poland: Social integration and the role of civil society. *Migration Studies*.10(3), 2022, с. 45–67.

7. UNHCR (As of March 2023). *United Nations High Commissioner for Refugees*. Ukraine Situation Flash Update #42, 2023, 8 с.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-451-4-15>

## ЦІННІСНО-МОТИВАЦІЙНА СФЕРА У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ

**Мацьків Іван**

*студент 2 курсу магістратури кафедри психології  
Львівський національний університет імені Івана Франка  
м. Львів, Україна*

У вітчизняній та зарубіжній психології вивчення ціннісно-мотиваційної сфери особистості є достатньо ключовим питанням.

Утім, серед чималої чисельності дослідників людської психіки, немає єдиної думки щодо визначення понять «мотив», «мотивація» та «цінності». Науковці розглядають окремо мотив, мотивацію та особистісні цінності в межах поняття ціннісно-мотиваційної орієнтації особистості.

Терміну «мотив» різні науковці дають схожі, але все-ж таки дещо різні визначення. Серед представників української науки тлумаченням даного поняття займалось багато вчених, зокрема О. Шапран, Ю. Приходько, В. Юрченко, В. Шапар, Н. Буняк, С. Максименко, В. Соловієнко, О. Колобич та В. Москалець .

«Мотивація» теж по-різному трактується науковцями, результатом чого є виникнення багатьох теорій мотивації. Це явище розкривалось дослідниками в їх концепція, а саме: А.Маслоу в розробленій ним