

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСІБ, ПОСТРАЖДАЛИХ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Шевченко Світлана Віталіївна,

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького
ORCID ID: 0000-0001-8281-243X

Війна в Україні дуже сильно впливає на психоемоційний стан українців і неважливо, де саме вони зараз знаходяться. А це тягне за собою порушення працездатності, фізичного і психологічного стану здоров'я. Вагому роль на емоційний стан також відіграють періодичні тривоги, що змушують бігти в укриття і чекати чи прилетить, а також – економічний стан країни. Зазначене актуалізує дослідження засобів розвитку емоційної стійкості та шляхів їх впровадження в систему психологічної допомоги українцям. У статті авторка досліджує психологічні аспекти розвитку емоційної стійкості осіб, що постраждали під час війни. Авторка також зазначає, що розв'язання цих проблем вимагає більш глибокого та комплексного підходу до дослідження та діагностики емоційної стійкості, розробки ефективних методів і технік діагностики, а також розвитку стандартів оцінки індивідуальних потреб і можливостей кожного клієнта чи групи. Такий підхід може забезпечити більш точне та об'єктивне визначення стану емоційної стійкості та розробку ефективних програм підтримки та розвитку. Розкриває основні підходи у дослідженні емоційної стійкості: активний і реактивний. На основі актуальних досліджень та практичного досвіду роботи аналізує основні напрями діяльності у психологічній підтримці осіб, які постраждали внаслідок воєнних дій, серед яких основними визначено: виявлення та діагностика причин і проблем соціально-психологічної безпеки та дезадаптації постраждалих осіб у новому для них соціальному середовищі; моніторинг та аналіз статистичної інформації для визначення реального стану; розробка методичних рекомендацій з питань організації психологічної підтримки постраждалим особам; розробка порад для фахівців психологічних служб; психологічна підтримка та захист прав сімей та окремих осіб, що зазнали складних життєвих ситуацій через воєнні події; організація інформаційних заходів для підвищення кваліфікації персоналу та керівників у протидії негативним соціально-психологічним явищам у робочих колективах. Стаття буде корисною для науковців, що досліджують феномен емоційної стійкості та фахівців, які шукають ефективні засоби відновлення психосоціального здоров'я суспільства в умовах військового конфлікту.

Ключові слова: емоційна стійкість, емоційність, стресові стани, психологічна допомога, воєнні дії.

Shevchenko Svitlana. Psychological aspects of the development of emotional stability of persons injured during the war

The war in Ukraine has a very strong impact on the psycho-emotional state of Ukrainians, no matter where they are now. And this entails a violation of working capacity, physical and psychological state of health. An important role in the emotional state is also played by periodic anxiety, which forces you to run for shelter and wait to see if it will fly, as well as the economic state of the country. This actualizes the study of means of developing emotional stability and ways of their implementation in the system of psychological assistance to Ukrainians. In the article, the author examines the psychological aspects of the development of emotional stability of persons who suffered during the war. The author also notes that solving these problems requires a deeper and more comprehensive approach to the study and diagnosis of emotional stability, the development of effective diagnostic methods and techniques, as well as the development of standards for assessing the individual needs and capabilities of each client or group. This approach can provide a more accurate and objective determination of the state of emotional stability and the development of effective support and development programs. Reveals the main approaches in the study of emotional stability: active and reactive. On the basis of current research and practical work experience, he analyzes the main areas of activity in the psychological support of persons who have suffered as a result of military actions, among which the following are identified as the main ones: identification and diagnosis of the causes and problems of socio-psychological security and maladaptation of the affected persons in a new social environment for them; monitoring and analysis of statistical information to determine the real state; development of methodological recommendations on the organization of psychological support for injured persons; development of advice for specialists of psychological services; psychological support and protection of the rights of families and individuals who have experienced difficult life situations due to war events; organization of information events for improving the qualifications of staff and managers in countering negative social and psychological phenomena in work teams. The article will be useful for scientists investigating the phenomenon of emotional stability and specialists who are looking for effective means of restoring the psychosocial health of society in the conditions of a military conflict.

Key words: emotional stability, emotionality, stressful conditions, psychological assistance, military operations.

Вступ. У сучасних збройних конфліктах вражається весь народ країни, що втягнута в конфлікт. Військові дії перевертають цінності, досягнення та світогляд, змінюють сприйняття світу та взаємини з іншими, а також впливають на життя та самооцінку. Відбувається збільшення внутрішньої та зовнішньої міграції. Усі ці аспекти є стресовими і ставлять перед особистістю виклик, що

вимагає адаптації та підвищених зусиль для протистояння їм без шкоди для здоров'я. За оцінками фахівців, під час воєнного конфлікту 40–50% населення можуть потребувати психологічної допомоги [5]. У певних категоріях населення кількість осіб, які можуть потребувати психологічної допомоги, оцінюється наступним чином: серед військовослужбовців та ветеранів –

1,8 мільйони; серед людей похилого віку – 7 мільйонів; серед дітей та підлітків – близько 4 мільйонів. Прогнозована кількість звернень за психологічною допомогою на первинному рівні медичної допомоги складатиме 27 мільйонів [6]. Молодь, зокрема студенти, є однією з найбільш вразливих до негативних зовнішніх впливів. У контексті сучасного військового конфлікту в Україні, психічна травматизація охопила 75% населення країни віком до 18 років. Це призвело до того, що кожна п'ята дитина страждає від порушень сну та нічних кошмарів, а у кожній десятій – зменшується бажання до соціальної взаємодії та навчальної діяльності. Це спричиняє соціально-психологічну дезадаптацію, а у складніших випадках – психічні розлади як результат порушення регулятивної функції психіки.

Події у світі, зокрема в Україні, підкреслюють необхідність розробки соціально-психологічного супроводу для розвитку емоційної стійкості у людей, які адаптуються до життя після травм. За даними американських дослідників [7], майже 60% населення пережили хоча б один раз травматичну подію, а 7% страждали на посттравматичний стресовий розлад. Продовжене переживання посттравматичної ситуації супроводжується високим рівнем емоційної напруженості та може призвести до втрати впевненості у власних здібностях контролювати негативні емоції та встановлювати ефективну комунікацію.

Матеріали та методи. У статті використовуються методи теоретико-методологічного аналізу психологічної літератури, узагальнення інформації щодо наявних підходів. Проблема емоційної стійкості, відновлення психоемоційного здоров'я осіб, постраждалих під час війни відображена в роботах Галенко Т., Троценко В., Тарапагова Н., Kessler R. C., Berglund P., Delmer O., Jin R., Merikangas K. R., & Walters E. E., Alipour F., Ahmadi, S., Silove D. Та інших.

Результати дослідження. Проблема контролю емоцій переважно досліджується в рамках загальної психології, психології спорту, психології праці та психофізіології. Особливо активно це проводилося з кінця 60-х до середини 90-х років минулого століття. Головним чинником досліджень було досягнення спортивних результатів, ефективність роботи операторів та льотчиків. У той же час, соціально-психологічні аспекти розвитку емоційної стійкості залишалися поза увагою дослідників. Одним з найважливіших серед цих аспектів є впевненість особи у власній здатності контролювати емоції та емоційні вияви у соціальних ситуаціях. Це надзвичайно важливо для прийняття нових обставин, пошуку нових смислів та адаптації до соціальних реалій.

Розвиток емоційної стійкості визначає успішність виконання соціальних ролей особистістю (сімейних, громадських, службових), а також ефективність дій у ситуаціях невизначеності, конфліктів, обмежених часом, під час значних навантажень. Великою мірою це залежить від здатності особистості контролювати свої емоційні стани. Однак теоретичні уявлення про особистісні моделі саморегуляції емоцій наразі мають недостатне емпіричне обґрунтування.

Згідно з розумінням Л. М. Аболіної, Т. З. Кириленко, В. А. Семиченко та інших дослідників, емоційну стійкість можна визначити як особистісну властивість, яка сприяє гармонійному функціонуванню усіх компонентів діяльності в емоційно насичених ситуаціях. Ця властивість сприяє ефективному виконанню завдань або досягненню поставлених цілей [2].

Сучасні дослідження [2; 4], присвячені проблемі емоційної стійкості, можна об'єднати в три напрями:

1. Дослідження емоційної стійкості в контексті забезпечення належного рівня реалізації діяльності в екстремальних та особливих умовах важливо для розуміння, як особистість може пристосовуватися та функціонувати під час стресових ситуацій або умов екстремальної діяльності, наприклад, в армії, пожежній службі, поліції або рятувальних операціях. Розуміння механізмів емоційної стійкості може допомогти розробити програми підготовки та підтримки для працівників, які працюють у таких умовах.

2. Дослідження в галузі медицини, зокрема психосоматики та психосоматичних розладів, допомагає вивчити взаємозв'язок між емоціями та фізичним здоров'ям людини. Емоційна нестійкість може впливати на розвиток різних захворювань, таких як серцево-судинні захворювання, хронічний стрес, гастроінтестинальні проблеми тощо. Розуміння цих зв'язків дозволяє розробляти ефективніші методи лікування та профілактики.

3. Дослідження особливостей впливу емоцій на соматичну діяльність та поведінку особистості дозволяє краще розуміти, як емоції впливають на наш фізичний стан, спосіб реагування на події та прийняття рішень. Це може мати важливе значення для розвитку стратегій саморегуляції, підвищення ефективності взаємодії з іншими людьми та підтримки загального благополуччя.

Перша проблемна зона, яку ми умовно називаємо теоретичною, включає в себе проблематику соціально-психологічного супроводу осіб, їхніх сімей та внутрішньо переміщених осіб, які адаптуються до умов мирного життя, в контексті розвитку емоційної стійкості та детермінант зростання емоційної нестійкості в соціумі. Це означає дослідження процесів, які відбуваються в суспільстві в умовах зростання частки емоційно нестійких осіб, а також вивчення можливостей впливу на ці процеси.

Друга зона – це прикладна проблематика, яка включає в себе відсутність апаратних методів і методик, що дозволяли б верифікувати результати якісних досліджень в цій області. Також важливою є невизначеність показників та критеріїв оцінювання емоційної стійкості на різних рівнях її прояву. Розробка таких методів і критеріїв може допомогти у визначенні ефективних стратегій соціально-психологічної підтримки та розвитку емоційної стійкості у суспільстві.

Так, низький рівень надійності діагностики емоційної стійкості дійсно ускладнює роботу психологів і робить процес прийняття рішень щодо планування відновлювальних заходів менш ефективним. Неясність у тому, чи намагається респондент приховати інфор-

мацію або викривати її, робить надійність результатів дослідження сумнівною.

У таких умовах складно визначити, яка допомога – групова чи індивідуальна – буде найбільш ефективною для конкретного індивіда чи групи осіб. Також ускладнюється впровадження комплексу заходів щодо розвитку емоційної стійкості у групах ризику.

Розв'язання цих проблем вимагає більш глибокого та комплексного підходу до дослідження та діагностики емоційної стійкості, розробки ефективних методів і технік діагностики, а також розвитку стандартів оцінки індивідуальних потреб і можливостей кожного клієнта чи групи. Такий підхід може забезпечити більш точне та об'єктивне визначення стану емоційної стійкості та розробку ефективних програм підтримки та розвитку.

У сучасних дослідженнях [3] емоційної стійкості виявлено два основних підходи: активний і реактивний. Одна з ключових відмінностей між цими підходами полягає у тому, де на часовій шкалі знаходиться фактор, що визначає поточну поведінку – в минулому чи майбутньому. В реактивному підході передбачається лінійне розгортання подій від минулого через теперішнє до майбутнього. Легко передбачити наслідки дій психолога, який під час відновлювальних заходів постійно повертає клієнта до минулого. У парадигмі активності психолог працює з клієнтом, спрямовуючи його у майбутнє і стимулюючи до самостійного планування та досягнення цілей. В цьому підході емоційна стійкість розглядається як здатність до формування образу бажаного майбутнього, що мотивує особистість до дій. Сам результат та його оцінка розглядаються як минуле, що не стимулює до подальшої активності. Згідно з результатами досліджень, ключовим чинником є не сам досягнутий результат, а різниця між досягнутим результатом і образом бажаного майбутнього. Якщо особа задоволена параметрами цієї різниці, вона припиняє пошуки нових способів досягнення бажаного майбутнього і зосереджується на трансформації набутого досвіду відповідно до поточної ситуації. Однак, якщо розбіжність не відповідає її очікуванням, вона продовжує пошуки шляхів досягнення бажаного результату, що є стимулом до розвитку всіх функціональних систем та зміни поведінки. Тому при плануванні та проведенні соціально-психологічного супроводу розвитку емоційної стійкості важливо опиратися на парадигму активності.

У психологічному дослідженні, за вказівкою С. Рубінштейна, К. Абульханової-Славської та інших авторів, емоційна стійкість не розглядається виключно як внутрішній досвід особистості, але також трактується як специфічна активність, що допомагає особі впоратися зі складними життєвими ситуаціями, відповідно до концепції Ф. Василюка [4, с. 153].

Емоційна стійкість відіграє важливу роль у забезпеченні життєздатності осіб під час кризових ситуацій, таких як воєнні конфлікти. Рівень соціальної підтримки також впливає на здатність особи зберігати психологічну стійкість та життєздатність, надаючи додаткові ресурси необхідні для подолання складних обставин.

Підвищення емоційної та вольової стійкості може сприяти здатності осіб адаптуватися до кризових ситуацій та відновлювати життєздатність після психологічного стресу. Дослідження показують, що люди з високим рівнем емоційної та вольової стійкості мають більші шанси подолати кризові ситуації, зберігаючи позитивне ставлення та здатність до дії. У той же час низький рівень емоційної та вольової стійкості може призвести до погіршення психічного стану в кризових ситуаціях, що може вплинути на життєздатність та збільшити ризик розвитку психічних захворювань.

Надзвичайно важливо забезпечувати своєчасну психологічну підтримку для постраждалих, щоб допомогти їм відновити звичне життя та функціонування. У кризових ситуаціях психологічний захист населення є так само необхідним, як медичний, правовий та соціальний захист. Особливо потребують психологічної підтримки літні люди, жінки та діти. Також дуже важливо проводити профілактику психічних розладів та підготовку людей до кризових ситуацій, щоб уникнути можливої негативної психологічної травми [4, с. 154].

Визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я визначає емоційне здоров'я як стан благополуччя, за якого людина може розвивати свої здібності, впоратися зі звичайними стресовими ситуаціями, ефективно працювати та сприяти розвитку суспільства [5, с. 198].

Науковці, проводячи аналіз у сучасній психологічній науці, відзначають наявність двох основних підходів до психологічної підтримки осіб, постраждалих від війни: перший передбачає надання психосоціальної та психологічної допомоги окремим або малим групам. Цей підхід спрямований на вирішення травматичних досвідів та сприяє швидшому подоланню стресових переживань людьми [7, с. 501]. Другий підхід – це профілактичний, який не спрямований на аналіз минулого досвіду, а зосереджується на вирішенні поточних проблем людей. Інтервенції цього підходу спрямовані на те, щоб допомогти їм адаптуватися до максимально продуктивного життя в безпечному оточенні [8, с. 237]. Отже, автори зауважують, що в сучасній психології екстремальних ситуацій спостерігається зміщення акценту з психопатологічного впливу, такого як посттравматичний стресовий розлад, депресія або відхилення в розвитку, на аналіз зміни цінностей, життєвих пріоритетів і соціальних відносин у постраждалих від війни.

Найчастішими методами психологічної допомоги для підтримки та відновлення психічного здоров'я при його порушенні є психотерапія, консультування, поведінкова та когнітивна терапія. Ці методи можна застосовувати в процесі індивідуальної реабілітації та забезпечення психологічної підтримки.

Комплексна психосоціальна реабілітація є важливим аспектом психологічної допомоги, оскільки вона охоплює груповий підхід до роботи з постраждалими. Цей вид допомоги включає такі аспекти, як сімейна та спецгрупова терапевтична та реабілітаційна практика, а також перекваліфікація для відновлення працездатності постраждалих.

Комплексна психосоціальна реабілітація охоплює кілька рівнів роботи, перший з яких – мікрогруповий. Цей рівень передбачає роботу з родиною та найближчими оточуючими учасника чи свідка бойових дій. У процесі індивідуальної реабілітації учасників чи свідків бойових подій участь у роботі групи відіграє важливу роль у їх соціальній адаптації, поверненні до суспільства та відновленні їхньої соціальної активності в усіх сферах життя [2].

Для надання адекватної психологічної підтримки особам, які постраждали внаслідок воєнних дій, необхідна участь високопрофесійних психологів з відповідною підготовкою. Діяльність психолога в цьому контексті є різноманітною та багатofункціональною. В процесі виконання своїх завдань психолог користується різними методами, прийомами та технологіями, які об'єднуються в окремі види діяльності [1].

Основною метою психологічної роботи щодо надання допомоги людині, яка опинилася в складних життєвих обставинах через воєнні дії, є збереження її статусу продуктивного суб'єкта діяльності, особистості та індивідуальності. Це сприяє позитивній взаємодії з оточуючим світом, іншими людьми та самою собою.

Для досягнення цієї мети важливо вирішити такі завдання[3, с. 66]:

- сприяти стабілізації емоційного стану та розумному сприйняттю своєї життєвої ситуації;
- розвивати конструктивні методи вирішення складних життєвих ситуацій;
- підтримувати процеси самопізнання, самоприйняття, саморегуляції та самоконтролю;
- формувати позитивне уявлення про майбутнє;
- підтримувати відчуття відповідальності за власний майбутній шлях;
- розвивати соціальну компетентність та активність, вчити стратегій успішної поведінки;
- сприяти орієнтації на особистісний розвиток та соціальну самореалізацію.

Висновки. Підбиваючи підсумок, можна сказати, що емоційна стійкість формується шляхом подолання складних життєвих ситуацій. Розвиток цієї якості обу-

мовлений як внутрішніми особливостями особистості, так і зовнішніми умовами. Емоційна стійкість необхідна не тільки для протидії стресовим ситуаціям на етапі їх виникнення, але і для швидкого відновлення емоційної рівноваги після таких ситуацій.

Основними напрямками діяльності у психологічній підтримці осіб, які постраждали внаслідок воєнних дій, є:

1. Виявлення та діагностика причин і проблем соціально-психологічної безпеки та дезадаптації постраждалих осіб у новому для них соціальному середовищі.
2. Моніторинг та аналіз статистичної інформації для визначення реального стану справ у середовищі, де проходять або проходили воєнні дії.
3. Розробка методичних рекомендацій для керівників державних органів, установ та підприємств з питань організації психологічної підтримки постраждалим особам.
4. Розробка порад для фахівців психологічних служб щодо оцінки, виправлення та підтримки осіб, які пережили воєнні дії;
5. Психологічна підтримка та захист прав сімей та окремих осіб, що зазнали складних життєвих ситуацій через воєнні події;
6. Організація інформаційних заходів для підвищення кваліфікації персоналу та керівників у протидії негативним соціально-психологічним явищам у робочих колективах [4].

Сучасні дослідження визнають, що найефективнішим засобом відновлення психосоціального здоров'я суспільства в умовах військового конфлікту є комплексна психосоціальна реабілітація.

Аналіз на прикладі воєнних конфліктів свідчить про те, що емоційна стійкість є ключовим фактором для життєздатності осіб у кризових ситуаціях. Низький рівень емоційної та вольової стійкості може спричинити розвиток психологічних та фізичних проблем, таких як посттравматичний стресовий розлад, депресія та інші психічні захворювання. З іншого боку, високий рівень емоційної та вольової стійкості може допомогти особам впоратися зі стресом та адаптуватися до кризових ситуацій.

Література:

1. Войтенко О. Психологічні наслідки бойового стресу. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства*: збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнського науково-практичного круглого столу / за заг. ред. О.Г. Льовкіної, Р.А. Калениченка, 24 березня 2017 року Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2017. С. 13–22.
2. Галенко Т., Троценко В. Особливості прояву емоційної стійкості студентів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві*. Збірник наукових праць. 2008. № 81. С. 250–253.
3. Панок В., Ткачук І., Бондарук Ю., Лунченко Н. Науково-методичні засади надання психосоціальної допомоги дітям, котрі опинились у складних життєвих обставинах внаслідок воєнних дій. *Педагогіка і психологія*. 2019. № 2. С. 64–65.
4. Стасюк В. Психологічні особливості реадaptaції учасників бойових дій. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства*: матеріали III Всеукраїнського науково-практичного круглого столу / за заг. ред. О.Г. Льовкіної, Р.А. Калениченка, 6 березня 2018 року Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2018. С. 153–154.
5. Тарапатова Н. Комплексна психосоціальна реабілітація як інструмент відновлення психосоціального здоров'я суспільства у стані військового конфлікту. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства*: матеріали III Всеукраїнського науково-практичного круглого столу / за заг. ред. О. Г. Льовкіної, Р. А. Калениченка, 6 березня 2018 року Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2018. С. 198–211.

6. Kessler R. C., Berglund P., Delmer O., Jin R., Merikangas K. R., & Walters E. E. Lifetime prevalence and age-of onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*. 2005. Vol. 62. No 6. P. 593–602.
7. Alipour F., Ahmadi, S. Social support and posttraumatic stress disorder (PTSD) in earthquake survivors: A systematic review. *Social Work in Mental Health*. 2020. Vol. 18(5). P. 501–514.
8. Silove D. The ADAPT model: a conceptual framework for mental health and psychosocial programming in post conflict settings. *Intervention*. 2013. Vol. 11(3). P. 237–248.

References:

1. Voitenko, O. (2017) Psykholohichni naslidky boiovoho stresu [Psychological consequences of combat stress]. *Aktualni problemy psykholohichnoi ta sotsialnoi adaptatsii v umovakh kryzovoho suspilstva: zbirnyk naukovykh prats za materialamy Vseukrainskoho naukovo-praktychnoho kruhloho stolu (24 bereznia 2017 roku) / za zah. red. O. H. Lovkinoi, R. A. Kalenychenka*. Irpin: Universytet derzhavnoi fiskalnoi sluzhby Ukrainy, S. 13-22 [in Ukrainian].
2. Halenko, T., (ed.) (2008) Osoblyvosti proiavu emotsiinoi stiikosti studentiv [Peculiarities of the manifestation of students' emotional stability]. *Fizyczne vykhovannia, sport i kultura zdorovia v suchasnomu suspilstvi*. Zbirnyk naukovykh prats, 81, 250-253 [in Ukrainian].
3. Panok, V., (ed.) (2019) Naukovo-metodychni zasady nadання psykhosotsialnoi dopomohy ditiam, kotri opynyls u skladnykh zhyttievykh obstavynakh vnaslidok voiennykh dii [Scientific and methodological principles of providing psychosocial assistance to children who find themselves in difficult life circumstances as a result of military operations]. *Pedahohika i psykholohiia*. № 2 S.. 64-65 [in Ukrainian].
4. Stasiuk, V. (2018) Psykholohichni osoblyvosti readaptatsii uchasnykiv boiovykh dii [Psychological features of readaptation of combatants]. *Aktualni problemy psykholohichnoi ta sotsialnoi adaptatsii v umovakh kryzovoho suspilstva: materialy III Vseukrainskoho naukovo-praktychnoho kruhloho stolu (6 bereznia 2018 roku); za zah. red. O. H. Lovkinoi, R. A. Kalenychenka*. Irpin: Universytet derzhavnoi fiskalnoi sluzhby Ukrainy, S. 153-154 [in Ukrainian].
5. Tarapatova, N. (2018) Kompleksna psykhosotsialna rehabilitatsiia yak instrument vidnovlennia psykhosotsialnoho zdorovia suspilstva u stani viiskovoho konfliktu [Comprehensive psychosocial rehabilitation as a tool for restoring the psychosocial health of society in a state of military conflict]. *Aktualni problemy psykholohichnoi ta sotsialnoi adaptatsii v umovakh kryzovoho suspilstva: materialy III Vseukrainskoho naukovo-praktychnoho kruhloho stolu (6 bereznia 2018 roku); za zah. red. O. H. Lovkinoi, R. A. Kalenychenka*. Irpin: Universytet derzhavnoi fiskalnoi sluzhby Ukrainy, S. 198-211 [in Ukrainian].
6. Kessler, R. C., Berglund, P., Delmer, O., Jin R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005) Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*. Vol. 62. No 6. P. 593–602 [in English].
7. Alipour, F., Ahmadi, S. (2020) Social support and posttraumatic stress disorder (PTSD) in earthquake survivors: A systematic review. *Social Work in Mental Health*. Vol. 18(5). P. 501–514 [in English].
8. Silove, D. (2013) The ADAPT model: a conceptual framework for mental health and psychosocial programming in post conflict settings. *Intervention*. Vol. 11(3). P. 237–248 [in English].