



ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І.І. МЕЧНИКОВА

Науково-практична конференція,
*присвячена 160-річчю Одеського національного
університету імені І.І. Мечникова*

**ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ
ТА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я
В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ**

7 квітня 2025 року



Львів – Торунь
Liha-Pres
2025

Рекомендовано до друку Вченою радою
Одеського національного університету імені І.І. Мечникова,
протокол № 9 від 22 квітня 2025 року.

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ КОНФЕРЕНЦІЇ:

Труба Вячеслав Іванович – доктор юридичних наук, професор, ректор Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;

Дунаєва Лариса Миколаївна – доктор політичних наук, професор, декан факультету психології та соціальної роботи Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;

Данилюк Іван Васильович – доктор психологічних наук, професор, заслужений працівник освіти України, член-кореспондент НАПН України, декан факультету психології, професор кафедри експериментальної та прикладної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка;

Заграй Лариса Дмитрівна – доктор психологічних наук, професор, декан факультету психології Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника;

Прохоренко Леся Іванівна – доктор психологічних наук, професор, директор Інституту спеціальної психології імені М. Яремченка НАПН України;

Соколова Ганна Борисівна – доктор психологічних наук, професор, директор Навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського;

Фалько Наталія Миколаївна – кандидат психологічних наук, доцент, ректор Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького;

Фурман Анатолій Анатолійович – доктор психологічних наук, професор, директор Інституту гуманітарних наук Національного університету «Одеська політехніка»;

Яланська Світлана Павлівна – доктор психологічних наук, професор, декан факультету психології і соціальної роботи, професор кафедри кризової психології Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка;

Гулімова Алісар Халсдівна – доктор філософії зі спеціальності «Психологія», доцент кафедри соціальної психології, заступник декана факультету психології та соціальної роботи з наукової роботи та навчально-методичної роботи за спеціальністю 053 «Психологія» Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;

Барнава Уляна Володимирівна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної роботи, заступник декана факультету психології та соціальної роботи з навчально-методичної роботи за спеціальністю 231 «Соціальна робота» Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;

Кононенко Оксана Іванівна – доктор психологічних наук, професор, академік НАН ВО України, завідувач кафедри соціальної психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;

Родіна Наталія Володимирівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри диференціальної і спеціальної психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;

Кірсєва Зоя Олександрівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної психології і психологічного консультування Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;

Хлівнюк Тетяна Петрівна – кандидат політичних наук, доцент, завідувач кафедри соціальної роботи Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;

Вейландє Лілія Вольдемар-Вікторівна – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри педагогічної освіти та соціальної реабілітації Одеського національного університету імені І.І. Мечникова.

**Психологічне благополуччя та ментальне здоров'я в умовах
П 86 невизначеності : матеріали науково-практичної конференції, м. Одеса,
7 квітня 2025 р. Львів – Торунь : Liha-Pres, 2025. – 396 с.**

ISBN 978-966-397-496-5

УДК 613.86(062.552)

ISBN 978-966-397-496-5

©Одеський національний університет
імені І.І. Мечникова, 2025

© Українсько-польське наукове видавництво
«Liha-Pres», 2025

Psychodiagnostic of mental health of Ukrainian refugees in European countries Vasylkevych Yaroslava Zinoviivna, Kikinezhdi Oksana Mykhailivna, Ryk Hanna Serhiivna	139
Ефективність застосування програми медико-психологічної підтримки у реабілітації військовослужбовців ЗСУ Володіна Ірина Віталіївна, Чернова Тетяна Михайлівна	143
Тривожні та депресивні розлади в умовах війни: особливості діагностики та корекції Ганенкова Ірина Олександрівна	145
Терапевтичні можливості аудіально-сенсорного впливу з випадками ПТСР Григор'єва Анна Вячеславівна	147
Психодіагностика психологічних наслідків стресу війни у фахівців психолого-педагогічних професій Гуменюк Галина Вадимівна	151
Психологічна підтримка студентів і викладачів в умовах війни Зубріна Катерина Ігорівна	155
Mental resilience in the context of time psychology: overcoming crisis states Koval Hanna Shamiliyevna	158
Збереження ментального здоров'я дітей у сім'ях переселенців: виклики та методи допомоги Коваль Ганна Шаміліївна, Грицик Ольга Аркадіївна	161
Особливості проявлення стресостійкості особистості в умовах війни в Україні Кологривова Надія Михайлівна, Мануйленко Аліна Олександрівна	164
Оцінка внутрішньоособистісної зрілості: психодіагностичні підходи Конев Олександр Сергійович.....	167
Можливості скринінгу ментального здоров'я осіб, мобілізованих до військової служби в умовах війни в Україні Кременчуцька Маргарита Костянтинівна, Гнатова Юлія Олегівна	170
Вплив стресових факторів на набуття та ремісію залежної поведінки Кременчуцька Маргарита Костянтинівна, Маркова Катерина Валеріївна.....	174
Вигорання, стрес і професійна ідентичність в умовах війни Маркіна Софія Ігорівна	177
Гендерні аспекти психодіагностики ментального здоров'я військових Науменко Анастасія Вікторівна	180

5. Офіційний сайт Всесвітньої організації охорони здоров'я: веб-сайт. URL <https://www.who.int/ukraine/uk> (дата звернення: 12.03.2025).

6. Про освіту : Закон України від 05 вересня 2017 р № 2145-VIII: URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 12.03.2025).

7. Про правовий режим воєнного стану: Закон України від 12.05.2015 р. № 389-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/389-19#Text>. (дата звернення: 12.03.2025).

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-496-5-38>

PSYCHODIAGNOSTIC OF MENTAL HEALTH OF UKRAINIAN REFUGEES IN EUROPEAN COUNTRIES

Vasyркеvych Yaroslava Zinoviivna

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Psychology,
Hryhoriy Skovoroda University in Pereiaslav
Pereiaslav, Ukraine*

Kikinezhdi Oksana Mykhailivna

*Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Professor at the Department of Psychology,
Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University
Ternopil, Ukraine*

Ryk Hanna Serhiivna

*PhD student at the Department of Psychology,
Hryhoriy Skovoroda University in Pereiaslav
Pereiaslav, Ukraine*

The full-scale war in Ukraine has led to the forced displacement of people and a large-scale humanitarian crisis, exacerbating mental health issues both within the country and among Ukrainian refugees abroad.

Mental health, according to the World Health Organization (WHO), is a state of well-being in which an individual realizes their abilities, can cope with normal life stresses, work productively, and contribute to their community. During a war, mental health becomes a focal point for both researchers and practitioners [1; 2; 3; 6; 7]. According to T. Tytyrenko, «the trauma experienced by the country's population due to direct and indirect

participation in modern hybrid warfare is primarily manifested in the loss of subjective well-being, indicating a significant decline in psychological health levels» [4, p. 8]. Emotions, as socially constructed behavior patterns, regulate human behavior in relevant situations. Forced migration can trigger stressful situations that require additional psychological resources for adequate adaptation. This involves the impact of acculturative stress on an individual's psychological state, mental health, and psychological well-being.

One crucial aspect of this issue is the diagnosis of psycho-emotional states to prevent and overcome exhaustion, emotional burnout, and to find personal resources for mental health recovery, as well as to foster a culture of self-care for mental health and well-being among citizens.

Hence, studying the psycho-emotional states and mental health of Ukrainian citizens is a pressing task, which determined the research goal: to identify the self-assessment of the current psycho-emotional state of Ukrainians.

In the empirical study, the psycho-emotional states of forcibly displaced Ukrainians abroad were diagnosed using the «SUPOS-8» method for self-assessment of the mobilizing and demobilizing components of the current mental state. The method was developed at the Prague Institute of Psychiatry by Dr. O. Miksic [5]. The idea is based on the concept of the multi-component nature of a person's current mental state, in which mobilizing and demobilizing elements of a single act of mental activity are unequally represented at any given moment. Each component is described by a series of adjectives (9 adjectives for each component).

This method allows the identification of a person's mental activity level, degree of asthenization, emotional tension, and self-control. It also tracks the dynamics of these indicators and assesses the mobilizing effect of the studied factor. These tasks are best accomplished by analyzing state shifts averaged across the study group. The main indicator is the percentage representation of the state components.

In our study, the questionnaire was completed twice: a self-assessment of the psycho-emotional state of Ukrainian refugees before and after the full-scale invasion. Accordingly, the subject of analysis was the shifts in the mobilizing and demobilizing components within the structure of the participants' psycho-emotional state.

The study involved forcibly displaced Ukrainians in European countries (Ireland, Lithuania, Germany, Poland, Romania). 48 participants (16 men and 22 women) of different age categories were involved.

The primary indicator from the «SUPOS-8» method is the percentage representation of the psycho-emotional state components.

Mobilizing state components: R – mental calmness; E – sense of strength and energy; A – desire for action, activity; O – impulsive reactivity.

Demobilizing state components: N – mental unrest; U – fear, worry, caution; D – depression, depression; S – despondency, gloominess.

Results from the first assessment of the psycho-emotional state (before the full-scale invasion) showed that mobilizing components were significantly more expressed in the mental state structure than demobilizing ones, with the exception of the 4th component O (impulsive reactivity). Results from the second assessment (after the full-scale invasion) indicated that the tendency in the ratio of mobilizing and demobilizing components of the current mental state persisted. However, the presence of mobilizing components (except for component O) decreased, whereas demobilizing components increased.

Analysis of shifts in the component structure of the participants' state revealed a decrease in the representation of mobilizing components (except for component O – impulsive reactivity) in the psycho-emotional state of refugees after the full-scale invasion. Significant differences (at $p < 0.05$) were found for components R – mental calmness (shift = -4.47) and E – sense of strength and energy (shift = -4.71). Component A – desire for action, activity decreased but not significantly (shift = -2.1). The percentage expression of the 4th mobilizing component O – impulsive reactivity increased insignificantly (shift = +0.53).

An increase was detected in all demobilizing components of the psycho-emotional state of forced migrants abroad. Significant differences (at $p < 0.05$) were found for components U – fear, worry, caution (shift = +3.58) and S – despondency, gloominess (shift = +3.49). The percentage expressions of components N – mental unrest (shift = +2.15), D – depression (shift = +2.95) increased insignificantly.

It was established that as mental fatigue increases, the representation of mobilizing components in the mental state decreases, whereas demobilizing components increase [5].

Analysis of the emotional state dynamics of Ukrainian refugees before and after the full-scale invasion showed a decrease in the representation of mobilizing components (mental calmness; sense of strength and energy) and an increase in demobilizing components (fear, worry, caution; despondency, gloominess). This allows us to consider forced migration as an unfavorable, demobilizing factor.

Effective and beneficial forms of social support for adaptation and improvement of mental health for Ukrainian refugees in European countries, besides learning stress management methods and psychological recovery skills, include establishing relationships with the host community and participating in cultural training programs. These programs help migrants gain information, develop sensitivity to the host country's culture, learn communication systems, and assimilate local practices and traditions.

Bibliography:

1. Василькевич Я., Кікінежді О. Динаміка емоційних станів як показник адаптації українських біженців у країнах Європи. *Вісник Національного університету оборони України*. 2025. № 1(83). С. 41–49. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-83-1-41-49>
2. Психологія перед лицем російсько-української війни : збірник тез Українсько-польської наукової конференції, 19–20 травня 2023 р. Львів, 2023. 92 с.
3. Спільнота в умовах воєнного конфлікту: психологічні стратегії адаптації : колективна монографія / за наук. ред. Л. М. Коробки / Л. М. Коробка, В. О. Васютинський, В. Ю. Вінков та ін. ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 286 с.
4. Способи підвищення соціально-адаптивних можливостей людини в умовах переживання наслідків травматичних подій: методичні рекомендації / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології; за наук. ред. Т. М. Титаренко. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2017. 80 с.
5. Miksic O. Investigation of the dynamic of immediate psychological states in the first czechoslovak cosmonaut. *Czechoslovenska psychology*. 1997. V. 23. N 1. P. 32–41.
6. Savelyuk N., Kikinezhdi O., Vasylykevych Ya. Psychological well-being of Ukrainian youth as a component of personal resource in conditions of uncertainty. *Quality of Life in Global and Local Contexts: Values, Innovation, and Multidisciplinary Dimensions* : Monograph. Opole : The Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole, 2023. P. 638–648.
7. Vasylykevych Ya. Diagnostics of psychological peculiarities of emotional attitudes of an internally displaced people. *Social Work and Education*. 2019. Vol 6, No 2. P. 186–195. DOI: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.19.2.7>

МАТЕРІАЛИ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

«ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ
ТА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я
В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ»

*присвяченої 160-річчю Одеського національного
університету імені І.І. Мечникова*

7 квітня 2025 року

Підписано до друку 08.04.2025. Формат 60х84/16.
Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman. Цифровий друк.
Умовно-друк. арк. 23,02. Наклад 100. Замовлення № 0525-46.
Ціна договірна. Віддруковано з готового оригінал-макета.

Українсько-польське наукове видавництво «Liha-Pres»

79000, м. Львів, вул. Технічна, 1

87-100, м. Торунь, вул. Лубіцка, 44

Телефон: +38 (050) 658 08 23

E-mail: editor@liha-pres.eu

Свідцтво суб'єкта видавничої справи

ДК № 6423 від 04.10.2018 р.