

УДК 159.922.8

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-12\(58\)-4268-4280](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-12(58)-4268-4280)

Стахова Ольга Олександрівна кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, логопедії та інклюзивної освіти, Житомирський державний університет імені Івана Франка, <https://orcid.org/0000-0002-6884-6032>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ НЕПОВНОЛІТНІХ ІЗ ЧИСЛА ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Анотація. У статті на основі узагальнення результатів теоретичних концепцій та емпіричних досліджень розкрито психологічні особливості прояву стресостійкості у дітей і підлітків, які внаслідок повномасштабної російсько-української війни змушені були покинути свої домівки й адаптуватися до нових умов життя.

На основі систематизації наукових знань зроблено висновок про те, що вимушене переселення є складною життєвою ситуацією, яка належить до категорії екстремальних. Вона характеризується необхідністю забезпечення базових умов існування людини й постійною її адаптацією до надзвичайно складних соціально-побутових обставин. Цілком закономірно, що руйнування війною усталеного способу життя ВПО негативно позначається як на їх фізичному, так і психічному здоров'ї.

Встановлено, що найскладніше згубний вплив війни переживають неповнолітні, психіка яких у силу несформованості механізмів психологічної стабілізації їх внутрішнього життя ще є незрілою. Поєднання недосконалості психічного розвитку переміщених дітей і підлітків із тривалою дією хронічних травматичних стресорів створює суттєві ризики для ментального здоров'я осіб даної вікової групи та вимагає належного розвитку у них здатності чинити опір стресам, або стресостійкості.

Емпірично доведено, що переважній більшості неповнолітніх із числа ВПО притаманні низький і критично низький рівні даного утворення, які виражені відповідно у 76% та 24% опитаних.

Водночас продемонстровано відмінності у проявах стресостійкості досліджуваних за критерієм їх вікових особливостей, гендерної належності та градації територій колишнього проживання за впливом на неї військових дій. Встановлено, що менш вираженою є стійкість до стресу в підлітків порівняно з молодшими школярами, а також у неповнолітніх, переміщених із областей, які перебувають у безпосередній близькості до зони бойових дій та постійно піддаються масованим ракетно-артилерійським ударам і нещадному знищенню цивільної інфраструктури.

Ключові слова: адаптація, вимушене переселення, внутрішньо переміщена особа, інтеграція, неповнолітні, психічне здоров'я, стрес, стресостійкість.

Stakhova Olha Oleksandrivna Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Psychology, Speech Therapy and Inclusive Education, Zhytomyr Ivan Franko State University, <https://orcid.org/0000-0002-6884-6032>

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF STRESS TOLERANCE IN MINORS AMONG INTERNALLY DISPLACED PERSONS

Abstract. On the basis of a synthesis of theoretical concepts and empirical research, this article highlights the psychological characteristics of stress resistance in children and adolescents who, as a result of the full-scale Russian-Ukrainian war, were forced to leave their homes and adapt to new living conditions.

Based on the systematisation of scientific knowledge, it has been concluded that forced displacement is a challenging life situation that falls into the category of extreme circumstances. It is characterised by the need to ensure basic living conditions for individuals and their constant adaptation to extremely difficult social and domestic circumstances. It is quite natural that the destruction of the established way of life of IDPs by war has a negative impact on both their physical and mental health.

It has been established that minors, whose mental state is still immature due to the underdeveloped mechanisms of psychological stabilisation of their inner life, suffer the most from the destructive effects of war. The combination of the imperfect mental development of displaced children and adolescents with the long-term effects of chronic traumatic stressors creates significant risks to the mental health of individuals in this age group and requires the proper development of their ability to resist stress, or stress tolerance.

Empirical data show that the vast majority of internally displaced minors demonstrate low or critically low levels of this formation, accounting for 76% and 24% of respondents respectively.

At the same time, differences in stress tolerance were found depending on the age characteristics of the participants, their gender, and the classification of their former regions of residence according to the intensity of military influence. The results of the study show that adolescents demonstrate a lower level of stress tolerance compared to primary school children, as well as minors who were forced to leave regions located near active combat zones and were constantly exposed to intense rocket and artillery shelling and systematic destruction of civilian infrastructure.

Keywords: adaptation, forced displacement, integration, minors, internally displaced person, mental health, stress, stress tolerance.

Постановка проблеми. Сучасне українське суспільство, починаючи з 2014 року, живе в стані російсько-української війни, яка в лютому 2022 року увійшла в гарячу фазу, що спричинило запровадження у нашій країні воєнного стану. Безпідставна збройна агресія межуючої з нами держави призвела до анексії

Автономної Республіки Крим, тимчасової окупації східних і південних областей України, а на початку війни й захоплення частини її північного регіону.

Постійні військові дії, нещадні ракетно-артилерійські обстріли мирного населення, цілеспрямовані ураження критичної інфраструктури, занепад економічної, соціальної сфер зробили непридатним проживання мільйонів українців на своїй рідній землі та змусили людей змінити місце свого проживання як у межах країни, так і виїхавши за кордон.

Переїзд частини населення через складну безпекову ситуацію до інших регіонів України визначив появу у нашій державі нового соціального прошарку – внутрішньо переміщених осіб (ВПО).

За матеріалами «Вікіпедії», в українському законодавстві внутрішньо переміщена особа – «це громадянин України, іноземець або особа без громадянства, яка перебуває на території України на законних підставах та має право на постійне проживання в Україні, яку змусили залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру» [1].

Станом на листопад 2025 року, через майже чотири роки після початку повномасштабного вторгнення росії в Україну, в нашій державі офіційно зареєстровано близько 4,6 мільйона ВПО. При цьому, згідно статистичних даних Мінсоцполітики, 2,7 млн з них складають жінки, 1,8 млн – чоловіки, 3,7 млн – особи старше 18 років і 837,6 тис. – діти до 18 років [2].

На сьогоднішній день переважна більшість переселенців, які опинилися в умовах внутрішнього переміщення, стикаються з численними життєвими викликами, що супроводжуються високим рівнем психоемоційного навантаження. Фактори вимушеної міграції, дезінтеграція усталеного способу життя, втрата матеріальних ресурсів, соціальних контактів і майбутніх життєвих перспектив – все це формує сприятливе середовище для розвитку серед ВПО різноманітних психологічних дисфункцій, зокрема стресових розладів.

Утім, аналізуючи наявні теоретико-прикладні напрацювання в цьому напрямі, варто звернути увагу на недостатнє вивчення науковцями здатності внутрішньо переміщених осіб в даних кризових й екстремальних ситуаціях протистояти згубному впливу стресу, обмеженість досліджень, пов'язаних із розкриттям психологічних особливостей стресостійкості ВПО, передусім найбільш вразливої її категорії – неповнолітніх, які, в силу вікової специфіки, досить складно переживають факт вимушеної міграції.

На наш погляд, глибоке розуміння проявів вищезазначеного емоційного стану внутрішньо переміщених дітей, рівня сформованості у них стресостійкості мають важливе значення для розробки й апробації комплексної програми психологічної підтримки ВПО, метою якої є подолання ними внутрішніх проблем і забезпечення ефективної соціальної адаптації й інтеграції переселенців у нові соціально-територіальні спільноти. Відтак, питання виявлення симпто-

мів стресу у неповнолітніх із числа внутрішньо переміщених осіб, рівня їх стресостійкості є пріоритетним у наданні психологічної допомоги молодому населенню України.

Аналіз останніх досліджень і публікацій показав, що питання стресу та стресостійкості почало набувати актуальності й розповсюдженості задовго до окреслених вище подій.

У зв'язку з цим, зважаючи на науковий доробок зарубіжних і вітчизняних науковців, необхідно відмітити низку праць, у яких розкривається сутність понять «стрес», «стресостійкість», їх структурна організація (В. Корольчук, В. Крайнюк, М. Кудінова, Р. Лазарус, В. Мозговий, Г. Сельє, Л. Смольська, Л. Тютюнник, С. Хобфолл та ін.), динаміка суб'єктивного проживання стресу особистістю (Н. Бамбурак, М. Гуцман й ін.), розглядаються копінг-стратегії подолання стресу в розрізі мобілізації внутрішнього потенціалу когнітивної, емоційної, мотиваційної, поведінкової сфер особистості (В. Корольчук, В. Розов та ін.).

Водночас до проблеми стресу й стресостійкості в розрізі вікових і професійних факторів зверталися А. Боднар, В. Мозговий, Л. Прудка, С. Солдатов, Ю. Теплюк та ін.

Нові умови надзвичайної ситуації в Україні, якою стала війна, ускладнили й обтяжили процес внутрішніх особистісних перетворень психологічним травмуванням і хронічним стресовим станом. Саме тому тема воєнного конфлікту та її зв'язок із проблематикою психоемоційного розвитку особистості, збереження її ментального здоров'я об'єднала навколо себе широке коло дослідників, які по цей день активно працюють над вивченням проявів стресу й стресостійкості людей-жертв війни, передусім внутрішньо переміщених осіб, наданням своєчасної психологічної допомоги вимушеним переселенцям, зокрема неповнолітнім, які є дуже чутливими до втрати дому, соціальних зв'язків, зміни місця проживання та навчання заради збереження власного життя й життя своїх рідних (О. Басенко, М. Біскуп, І. Гончаренко, Т. Гончарова, Д. Кожанова, М. Кудінова, Н. Макаренко та ін.).

Звертаючись до вищезгаданих праць, **метою** нашої наукової розвідки є проведення систематизованого аналізу та узагальнення сучасних теоретичних моделей щодо психологічних труднощів й адаптаційних викликів внутрішньо переміщених неповнолітніх та розкриття на емпіричному рівні особливостей їх стресостійкості.

Виклад основного матеріалу. Вимушене переселення є складною життєвою ситуацією, що належить до категорії екстремальних. Вона характеризується необхідністю забезпечення базових умов існування людини й постійною її адаптацією до надзвичайно складних соціально-побутових обставин.

З цього приводу І. Логовський та Е. Михлюк, працюючи над дослідженням життєстійкості внутрішньо переміщених осіб, відмітили, що «... життєва ситуація переселенців сприяє тому, що у даної категорії осіб руйнуються

колишні, звичні форми взаємодії з навколишнім середовищем, біженцеві доводиться не тільки формувати в собі нові цінності, переконання, форми поведінки, характерні для нового середовища, а й знайти в собі сили відмовитися від колишніх» [3, с. 106].

Цілком закономірно, що руйнування війною усталеного способу життя ВПО негативно позначається як на їх фізичному, так і психічному здоров'ї.

Підтвердженням вищезазначеного є результати наукових розвідок ряду авторів, зокрема О. Басенко [4], М. Біскупа [5], І. Гончаренко [6], Д. Кожанової [7], М. Кудінової [7] та ін.

За словами представників вітчизняної науки, внутрішньо переміщені особи стикаються з численними соціально-психологічними викликами, що зумовлюють виникнення у них станів невизначеності, підвищеної тривожності, депресивних проявів і відчуття безсилля. Крім цього, дана категорія населення може зіштовхуватися з явищами дискримінації, соціальної ізоляції та труднощами інтеграції у нові соціальні спільноти.

На нашу думку, досить фундаментальною в цьому напрямку є праця Д. Кожанової й М. Кудінової, які на основі проведення глибокого теоретичного аналізу, систематизації наукових джерел розробили структуровану модель різних типів відхилень у функціонуванні психіки переміщених осіб [7].

Згідно поглядів українських дослідників, феномен вимушеного переселення чинить багатовимірний вплив на особистість біженців. Зокрема, він супроводжується виникненням у них комплексу психологічних труднощів, серед яких спостерігаються когнітивні дисфункції, емоційна нестабільність, порушення мотиваційної сфери та ускладнення процесів соціальної адаптації, що може детермінувати формування кризи ідентичності [7, с. 22].

Водночас В. Кердивар і В. Христенко, досліджуючи виникнення, динаміку, прояви синдрому жертви у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту, звернули увагу на гендерно-вікове забарвлення у вираженні психологічних труднощів, пов'язаних із вимушеним переселенням людей [8].

Так, до загальних проблем, що охоплюють усіх членів сім'ї ВПО, належать втрата життєвих перспектив і порушення внутрішньої рівноваги, спричинене невизначеністю майбутнього. Разом із тим, чоловіки, які пережили досвід вимушеного переселення, часто демонструють почуття провини й емоційні труднощі, що проявляються у підвищеній агресивності та тривожності. Жінки цієї категорії стикаються з психологічними викликами, серед яких травматичний досвід, підвищене відчуття відповідальності за сім'ю й необхідність адаптації до соціальних змін. Діти ж, які зазнали вимушеного переселення, характеризуються широким спектром психологічних проблем, включаючи труднощі у сфері емоційної регуляції та соціальної адаптації, травматичні переживання, низький рівень стресостійкості [8].

У свою чергу, О. Басенко [4], І. Гончаренко [6], Р. Горчинський [9], Д. Дорошок [9], С. Сапіга [9], Т. Спіріна [9] й ін., розкриваючи згубний вплив

війни на психологічне благополуччя ВПО, дійшли висновку, що чи не найскладніше його переживають неповнолітні.

На думку О. Басенко, це пов'язано з тим, що «дитячий і підлітковий вік є періодом стрімкого зростання, величезного потенціалу та ...значних ризиків, коли потужний вплив чинять зовнішні фактори. З одного боку, психіка людини в цей період є вразливою, з іншого – має величезні можливості розвитку та формування нових здібностей» [4, с. 15].

Подібних міркувань дотримуються й Р. Горчинський, Д. Дорошок, С. Сапіга, Т. Спіріна – укладачі навчально-методичного посібника «Соціально-педагогічна та психологічна підтримка дітей із числа внутрішньо переміщених осіб у період літнього оздоровлення в умовах воєнного часу», які вважають, що найбільш психологічно незахищеними під час збройного конфлікту є діти-біженці. Це обумовлено тим, що психіка неповнолітніх ще незріла в силу несформованості механізмів психологічної стабілізації їх внутрішнього життя [9, с. 4].

Виступаючи активними учасниками надскладних суспільних процесів, що відбуваються сьогодні в Україні, батьки неповнолітніх переселенців, а також самі діти зазнають згубного впливу сучасної кризи, який негативно позначається на їх психічному стані. У цей період спостерігається зниження або порушення здатності неповнолітніх до виконання різних видів діяльності (ігрової, навчальної, продуктивної тощо), емоційної близькості та повноцінного переживання ними життєвих радощів [9, с. 6].

У дітей, підлітків можуть виникати проблеми, пов'язані з концентрацією уваги, запам'ятовуванням, відтворенням інформації, недосконалістю мислительних операцій, формується комплекс негативних емоційних станів, що охоплює відчуття незахищеності, страх перед майбутнім, прояви гніву, смутку, агресивності, а також переживання сорому та провини. Додатково спостерігаються тенденції до емоційного відчуження й соціальної ізоляції від навколишнього середовища [9, с. 5].

І. Гончаренко, звертаючись до пубертатного періоду як сенситивного для формування особистісної ідентичності й розвитку психологічної стійкості, зазначила, що тривала дія хронічних травматичних стресорів, які порушують усталений життєвий уклад, створює суттєві ризики для ментального здоров'я даної вікової групи [6, с. 577-578].

Відтак, з огляду на все вищевикладене, на тлі зростання внутрішньої тривожності, породженої війною, втрати житла, розриву з близькими людьми й т.п., важливим є розвиток у неповнолітніх із числа ВПО здатності протистояти стресовим подіям, або стресостійкості.

Як показав проведений нами аналіз теоретико-прикладних досліджень, які виконувались у цьому напрямі, на сьогоднішній день у науковій площині відсутня усталена класична інтерпретація цього феномена, що зумовлює використання різних термінологічних конструктів, як-от «резильєнтність», «життєздатність», «життєстійкість», «стресостійкість», «психологічна стійкість до стресу», «емоційна стійкість» тощо.

Для прикладу, Г. Мигаль та О. Протасенко визначають стресостійкість як здатність людини протистояти негативному впливу стрес-факторів, зумовлену індивідуальним комплексом вроджених і набутих психологічних й фізіологічних властивостей і процесів [10, с. 249].

Ідентичних поглядів дотримується й Л. Тютюнник, яка під стресостійкістю розуміє «базову характеристику особистості, що сутнісно визначає її здатність до адекватного функціонування в особливих умовах діяльності та виражається в низці психофізіологічних і соціально-психологічних характеристик» [11, с. 162].

В. Корольчук вбачає у стресостійкості структурно-функціональну, динамічну, інтегративну властивість особистості, результат зіткнення індивіда зі стресогенним фактором, що включає процес саморегуляції, когнітивну репрезентацію, об'єктивну характеристику ситуації та вимоги до особистості [12, с. 74].

За тлумаченням Т. Циганчук, стресостійкість – це психологічна особливість, яка, з одного боку, регулює структуру особистості та впливає на переживання суб'єктом стресової ситуації, а з іншого – лежить в основі успішної діяльності й соціальної активності, реалізується за допомогою функцій самоконтролю, саморегуляції, емоційної стійкості, виявляється у рівні розвитку емоційного інтелекту та емоційної компетентності [13, с. 43].

Беручи до уваги розбіжності у розкритті змістовного наповнення центрального поняття нашої наукової розвідки, варто наголосити на складній природі стресостійкості, в основі якої лежать когнітивні, емоційні та поведінкові стратегії, які функціонують як механізми, що забезпечують процеси відновлення й сприяють позитивному особистісному розвитку всупереч деструктивному впливу екстремальних чинників [6, с. 578].

Являючи собою здатність особи зберігати ефективне функціонування в умовах стресу, стресостійкість є необхідною умовою успішної адаптації та інтеграції внутрішньо переміщених осіб, зокрема дітей і підлітків. Відтак, в умовах затяжних соціальних потрясінь та суспільної нестабільності в Україні, спричинених російсько-українською війною та її наслідками, дослідження особливостей стресостійкості неповнолітніх із числа внутрішньо переміщених осіб набуває виняткового значення.

Відтак, із метою розкриття на емпіричному рівні здатності внутрішньо переміщених дітей, підлітків чинити опір стрес-факторам, пов'язаним із вимушеним переселенням неповнолітніх, протягом вересня 2025 року на базі ліцею № 30 м. Житомира було проведено пілотажне дослідження, участь у якому взяли 17 учнів 1–9-х класів із числа осіб зазначеної категорії.

Так, на першому етапі наукової розвідки нами було проведено опитування зі школярами за допомогою методики «Аналіз стилю життя», яка отримала назву Бостонського тесту на стресостійкість, розробленого дослідниками Медичного центру Бостонського університету [14]. Адаптація окресленого опитувальника до реалій життя в Україні та його апробація дозволили визначити наступні рівні стресостійкості неповнолітніх ВПО:

Таблиця 1

Рівні стресостійкості неповнолітніх із числа ВПО

Рівень	Абсолютна к-ть	Відносна к-ть
Високий	0	0
Середній	0	0
Низький	13	76
Критично низький	4	24

Як видно з табл. 1, досліджуваних із високим і середнім рівнем стресостійкості не виявлено, що вказує на виснаження внутрішніх ресурсів переміщених дітей, підлітків, спричинене жорстокими наслідками війни.

Натомість, переважній більшості неповнолітніх притаманний низький рівень даного утворення, який виражений у 76% опитаних.

Однак, з огляду на вищенаведені результати, викликає занепокоєння відсоток (24%) респондентів, які опинилися в критично низькій зоні стресостійкості. Такий показник свідчить про недостатній рівень супротиву учнів окресленого щабля стресовій ситуації, що призводить до їх легкої вразливості, навіть від найменшого впливу. Ця категорія школярів має високу ймовірність нервового зриву, а також у них можливий розвиток психосоматичних захворювань (підвищення артеріального тиску, порушення діяльності шлунково-кишкового тракту, нетримання сечі, бронхіальна астма, нейродерміти, постійний головний біль тощо).

У подальшому, з метою більш детального проведення аналізу специфіки прояву стресостійкості у неповнолітніх, ми поділили їх вибірку на дві групи, беручи до уваги критерій належності до початкової або середньої ланки шкільного навчання. Так, до першої групи увійшли діти, які навчаються в 1–4-х класах ($n=7$), а до другої – школярі 5–9-х класів ($n=10$).

Зважаючи на первинні дані зазначеного етапу дослідження, слід відмітити, що в групі відвідувачів початкової ланки шкільної освіти відсутні респонденти, які мають критично низький рівень стресостійкості – усі молодші школярі перебувають на низькому її щаблі. Утім, у групі підлітків зафіксовано прояв як низького, так й критично низького рівнів стресостійкості відповідно у 60% та 40% опитаних. Такі показники вказують на менш виражену стійкість до стресу в учнів 5–9-х класів порівняно зі школярами 1–4-х класів. На нашу думку, це пояснюється тим, що підлітковий вік, у силу своїх вікових особливостей, є складним, кризовим етапом формування фізичної, психологічної, соціальної ідентичності особистості, а тривалий вплив хронічного травматичного стресу, спричинений постійними обстрілами, повітряними тривогами, втратою майна, переїздом на нові місця проживання, порушенням життєвого укладу, невизначеністю, розривом стосунків із близькими людьми, загибеллю рідних, знайомих і т.п., є серйозною загрозою для ментального здоров'я підлітків, зокрема зниження їх здатності чинити опір дії вищезгаданих стрес-факторів.

Водночас, розкриваючи особливості стресостійкості неповнолітніх із числа внутрішньо переміщених осіб, необхідно зазначити, що отримані нами результати опитування дали змогу відслідкувати, чи впливає гендерний критерій на рівень досліджуваного утворення. Для визначення цього зв'язку респондентів було поділено на групи хлопчиків ($n=10$) і дівчаток ($n=7$) (див. табл. 2).

Таблиця 2

**Рівні розвитку стресостійкості у внутрішньо переміщених
хлопчиків і дівчаток**

Рівень	Хлопчики		Дівчатка	
	Абсол-на к-ть	Відн-на к-ть	Абсол-на к-ть	Відн-на к-ть
Низький	8	80	5	71
Критично низький	2	20	2	29

Беручи до уваги кількісні показники наведеної вище таблиці, які для кращої візуалізації відображено на рис. 1, більш високий відсоток критично низької стресостійкості зафіксовано у дівчаток (29%) порівняно з групою, куди входили хлопчики (20%). Утім, в цілому різниця цих відсотків не є критичною та більше свідчить про факт однакового впливу стресових ситуацій на неповнолітніх різних статей. Підтвердженням цього є й відсутність кореляційного зв'язку між рівнем стресостійкості й статтю досліджуваних.

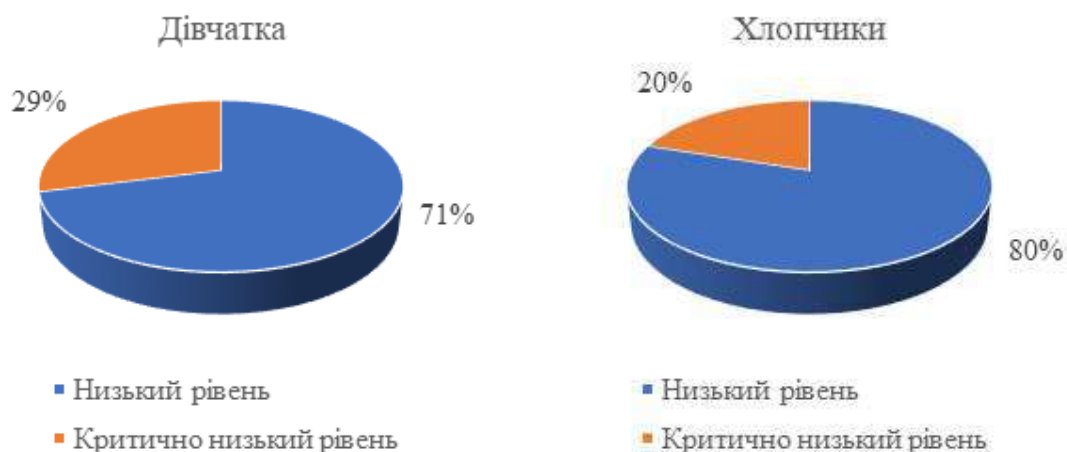


Рисунок 1. Гендерні особливості стресостійкості неповнолітніх із числа ВПО

На наш погляд, важливим етапом проведення нами дослідження стало відстеження взаємозв'язку стресостійкості з місцем, звідки були переміщені дані неповнолітні особи. Для здійснення даного аналізу респондентів було поділено на три групи.

Так, до першої групи увійшли учні, що є внутрішніми переселенцями в межах Житомирської області, в якій територіально вони проживали до війни та отримали даний статус через пошкодження житла внаслідок бомбардування

міста ($n=3$). До другої групи віднесено осіб із регіонів Херсонської, Запорізької, Луганської, Донецької областей, які були або до цього часу залишаються тимчасово окупованими ($n=10$). Третю групу склали переміщені неповнолітні з районів Харківської, Донецької, Дніпропетровської областей, які перебувають у безпосередній близькості до зони бойових дій та постійно піддаються масованим ракетно-артилерійським ударам і знищенню критичної інфраструктури ($n=4$).

Як показали результати даної емпіричної розвідки, у першій групі серед неповнолітніх ВПО-мешканців Житомирщини осіб із критично низьким рівнем стресостійкості не виявлено. У другій групі, досліджувані якої географічно представляють Херсон, Енергодар, Бахмутський район, Северодонецьк, такий відсоток склав 10%. Третя група, до складу якої увійшли мешканці Краматорська, Нікополя, Слов'янська, продемонструвала високий показник прояву критично низької стійкості до стресу, який склав 75%. Все вищезазначене дозволяє зробити висновок про те, що психологічний вплив постійних обстрілів, руйнування звичного життя, смерті людей є найбільш вагомими причинами підвищення стресу у переміщених дітей і підлітків.

Висновки. Таким чином, узагальнюючи результати проведеного дослідження, слід підкреслити, що показники стійкості до стресу неповнолітніх опитаних із числа внутрішньо переміщених осіб перебувають за межею допустимої норми, зокрема презентують низький та критично низький її рівні.

Серед факторів, що визначили критично низькі показники стресостійкості респондентів, є їх вік і градація територій колишнього проживання за впливом на неї військових дій.

Нездатність неповнолітніх із числа ВПО у більшості випадків чинити опір руйнівному впливу травматичного стресу актуалізує завдання цілеспрямованої розробки, апробації програм психологічної профілактики, корекції та супроводу дітей і підлітків, постраждалих від російської збройної агресії, й формування у них навичок ефективно долати стрес, швидко відновлюватися після психологічних травм й безболісно адаптуватися до нових обставин.

Література:

1. Внутрішньо переміщена особа. URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BD%D1%83%D1%82%D1%80%D1%96%D1%88%D0%BD%D1%8C%D0%BE_%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%B0_%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B0 (дата звернення: 05.11.2025).
2. Тимчасовий дім. У яких регіонах України найбільше внутрішніх переселенців і як зросла їх кількість у Києві - інфографіка NV. URL: <https://nv.ua/ukr/ukraine/events/vpo-v-ukrajini-skilki-pereselenciv-u-kiyevi-ta-v-regionah-ukrajini-stanom-na-2025-novini-ukrajini-50561277.html> (дата звернення: 05.11.2025).
3. Михлюк Е., Логовський І. Психологічні особливості життєстійкості внутрішньо переміщених осіб. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2024. № 1 (7). С. 105-117. URL: http://dcpp.nuczu.edu.ua/images/2024-1/17_105-117.pdf (дата звернення: 15.10.2025).
4. Басенко О.М. Психологічні особливості прояву стресу та життєстійкості у дітей і підлітків в умовах воєнного конфлікту. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 5, Т. 2. С. 14-19. URL: http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5_2019/part_2/5.pdf (дата звернення: 26.09.2025).

5. Біскуп М.В. Психологічні заходи підвищення стресостійкості внутрішньо переміщених осіб. Міжнародний науковий журнал «Грааль науки». 2024. № 40. С. 521-526. URL: <https://archive.journal-grail.science/index.php/2710-3056/article/view/2511/2537> (дата звернення: 16.09.2025).

6. Гончаренко І.О. Динаміка розвитку стресостійкості підлітків засобами тренінгової корекційної програми в реаліях сучасного кризового суспільства. Collection of Scientific Papers: Innovative Approaches in Modern Science and Technology: 3rd International Scientific and Practical Conference (November 12-14, 2025). Lisbon, Portugal, 2025. С. 577-581. URL: https://isu-conference.com/wp-content/uploads/2025/11/Lisbon_Portugal_12.11.25.pdf (дата звернення: 16.11.2025).

7. Кудінова М., Кожанова Д. Психологічні особливості внутрішньо переміщених осіб: теоретичний аналіз проблеми. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія*. 2024. Вип. 2 (63). С. 17-24. URL: <https://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/3982/4318> (дата звернення: 22.10.2025).

8. Кердивар В.В. Христенко В.Є. Синдром жертви у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту: монографія. Харків: Національний університет цивільного захисту України, 2021. 143 с.

9. Соціально-педагогічна та психологічна підтримка дітей із числа внутрішньо переміщених осіб у період літнього оздоровлення в умовах воєнного часу: навч.-метод. посіб. / Спіріна Т.П., Сапіга С.В., Дорошок Д.В., Горчинський Р.А. Київ: ФОП Буря О.Д., 2023. 182 с.

10. Мигаль Г.В., Протасенко О.Ф. Стресостійкість людини-оператора. Методи підвищення стресостійкості // Открытые информационные и компьютерные интегрированные технологии. 2008. Вип. 39. С. 248-252. URL: <https://dspace.library.khai.edu/xmlui/bitstream/handle/123456789/4471/Migal.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (дата звернення: 11.08.2025).

11. Тютюнник Л.Л. Поняття стресостійкості особистості в сучасному науковому дискурсі. *Габітус*. 2020. Вип. 13. С. 158-163. URL: http://habitus.od.ua/journals/2020/13_2020/part_2/28.pdf (дата звернення: 02.10.2025).

12. Корольчук В.М. Психологія стресостійкості особистості: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01. Київ, 2009. 513 с.

13. Циганчук Т.В. Динаміка переживання стресу студентами вищих навчальних закладів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2011. 274 с.

14. Тест на оцінку стресостійкості. URL: <https://sf0611c09bdb7b225.jimcontent.com/download/version/1452501329/module/12450730723/name/%D0%A2%D0%B5%D1%81%D1%82%20%D0%BD%D0%B0%20%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%BD%D0%BA%D1%83%20%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%D0%B9%D0%BA%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%20%28%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B1%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%BA%D1%96%D0%B2%20%D1%82%D0%B0%20%D0%B2%D1%87%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%96%D0%B2%29.pdf> (дата звернення: 29.07.2025).

References:

1. Vnutrishno peremishchena osoba [Internally Displaced Person]. Retrieved from https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BD%D1%83%D1%82%D1%80%D1%96%D1%88%D0%BD%D1%8C%D0%BE_%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%B0_%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B0 [in Ukrainian].

2. Tymchasovyi dim. U yakykh rehionakh Ukrainy naibilshe vnutrishnikh pereselentsiv i yak zroslo yikh kilkist u Kyievi - infografika NV [Temporary Residence . The Regions of Ukraine with the Highest Numbers of Internally Displaced Persons and the Increase in Their Population in Kyiv: NV Infographic]. Retrieved from <https://nv.ua/ukr/ukraine/events/vpo-v-ukrajini-skilki-pereselenciv-u-kiyevi-ta-v-regionah-ukrajini-stanom-na-2025-novini-ukrajini-50561277.html> [in Ukrainian].

3. Mykhliuk, E., & Lohovskyi, I. (2024). Psykholohichni osoblyvosti zhyttiistiikosti vnutrishno peremishchenykh osib [Psychological Characteristics of Tolerance Among Internally Displaced Persons]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii – [Problems of Extreme and Crisis Psychology]*, 1 (7), 105-117. Retrieved from http://dcpn.nuczu.edu.ua/images/2024-1/17_105-117.pdf [in Ukrainian].
4. Basenko, O.M. (2019). Psykholohichni osoblyvosti proiavu stresu ta zhyttiistiikosti u ditei i pidlitkiv v umovakh voiennoho konfliktu [Psychological Features of Stress and Tolerance in Children and Adolescents Living in Conditions of Armed Conflict]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii, psykholohii – [The Theory and Practice of Contemporary Psychology]*, 5 (2), 14-19. Retrieved from http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5_2019/part_2/5.pdf [in Ukrainian].
5. Biskup, M.V. (2024). Psykholohichni zakhody pidvyshchennia stresostiikosti vnutrishno peremishchenykh osib [Psychological Strategies for Strengthening Stress Tolerance in Internally Displaced Persons]. *Mizhnarodnyi naukovyi zhurnal «Hraal nauky» – [International Scientific Journal “The Grail of Science”]*, 40, 521-526. Retrieved from <https://archive.journal-grail.science/index.php/2710-3056/article/view/2511/2537> [in Ukrainian].
6. Honcharenko, I.O. (2025). Dynamika rozvytku stresostiikosti pidlitkiv zasobamy treninhovoi korektsiinoi prohramy v realiiakh suchasnoho kryzovoho suspilstva [The Dynamics of Adolescent Stress Tolerance Development Through a Training-Based Correctional Program in the Context of Contemporary Crisis Conditions]. Collection of Scientific Papers: *Innovative Approaches in Modern Science and Technology: 3rd International Scientific and Practical Conference* (pp. 577-581). Lisbon, Portugal. Retrieved from https://isu-conference.com/wp-content/uploads/2025/11/Lisbon_Portugal_12.11.25.pdf [in Ukrainian].
7. Kudinova, M., & Kozhanova, D. (2024). Psykholohichni osoblyvosti vnutrishno peremishchenykh osib: teoretychnyi analiz problemy [The Psychological Features of Internally Displaced Persons: A Theoretical Analysis of the Problem]. *Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia – [Scholarly Works of the Interregional Academy of Personnel Management. Psychology]*, 2 (63), 17-24. Retrieved from <https://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/3982/4318> [in Ukrainian].
8. Kerdyvar, V.V. & Khrystenko, V.Ye. (2021). Syndrom zhertvy u vnutrishno peremishchenykh osib iz zony lokalnoho voiennoho konfliktu [Victim Syndrome in Internally Displaced Persons from the Zone of Local Military Conflict]. Kharkiv: Natsionalnyi universytet tsyvilnoho zakhystu Ukrainy [in Ukrainian].
9. Spirina, T.P., Sapiha, S.V., Doroshok, D.V., & Horchynskyi, R.A. (2023). Sotsialno-pedahohichna ta psykholohichna pidtrymka ditei iz chysla vnutrishno peremishchenykh osib u period litnoho ozdorovlennia v umovakh voiennoho chasu [Socio-Pedagogical and Psychological Assistance for Children from Among Internally Displaced Persons During Summer Rehabilitation in Wartime]. Kyiv: FOP Buria O.D. [in Ukrainian].
10. Myhal, H.V., & Protasenko, O.F. (2008). Stresostiikist liudyny-operatora. Metody pidvyshchennia stresostiikosti [The Stress Tolerance of Human Operators and Methods for Its Enhancement]. *Otkrytye informacionnye i kompyuternye integrirovannye tehnologii – [Open Information and Computer-Integrated Technologies Journal]*, 39, 248-252. Retrieved from <https://dspace.library.khai.edu/xmlui/bitstream/handle/123456789/4471/Migal.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [in Ukrainian].
11. Tiutiunnyk, L.L. (2020). Poniattia stresostiikosti osobystosti v suchasnomu naukovomu dyskursi [The Concept of Individual Stress Tolerance in Modern Scientific Discourse]. *Habitus – [Habitus]*, 13, 158-163. Retrieved from http://habitus.od.ua/journals/2020/13_2020/part_2/28.pdf [in Ukrainian].
12. Korolchuk, V.M. (2009). Psykholohiia stresostiikosti osobystosti [The Psychology of Personal Stress Tolerance]. *Doctor's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].

13. Tsyhanchuk, T.V. (2011). *Dynamika perezhyvannia ctrecu ctudentamy vyshchyykh navchalnykh zakladiv* [The Dynamics of Stress Experience in Higher Education Students]. *Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].

14. Test na otsinku stresostiikosti [Stress Tolerance Evaluation Test]. Retrieved from <https://sf0611c09bdb7b225.jimcontent.com/download/version/1452501329/module/12450730723/name/%D0%A2%D0%B5%D1%81%D1%82%20%D0%BD%D0%B0%20%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%BD%D0%BA%D1%83%20%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%D0%B9%D0%BA%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%20%28%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B1%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%BA%D1%96%D0%B2%20%D1%82%D0%B0%20%D0%B2%D1%87%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%96%D0%B2%29.pdf> [in Ukrainian].