

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОГО УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА

УДК 316.346.3-054.73(477)

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-9147.2025.108.4>

А. А. БОВА

кандидат соціологічних наук, старший науковий співробітник,
старший науковий співробітник відділу соціальних структур
Інститут соціології Національної академії наук України

О. А. БЕЛЄНОК

науковий співробітник відділу соціальних структур
Інститут соціології Національної академії наук України

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ТА АДАПТАЦІЯ В УМОВАХ ВІЙНИ: РЕСУРСНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ТА ІММОБІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ

Російська агресія, що триває з 2014 року та посилилася повномасштабним вторгненням у 2022 році, призвела до виникнення значної соціальної групи внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в Україні. Метою дослідження є вивчення впливу різноманітних ресурсів (матеріальних, адміністративних, соціальних та психологічних) на адаптацію ВПО та іммобільного населення до викликів воєнного часу, а також порівняльний аналіз їхніх ресурсних профілів для виявлення сфер найбільшої нестачі ресурсів у переселенців.

Дослідження ґрунтується на всеукраїнському соціологічному опитуванні, проведеному Соціологічною групою «Рейтинг» на замовлення Інституту соціології НАН України у жовтні 2023 року. Емпірична база включає дані від 2746 респондентів віком від 18 до 69 років, які репрезентують населення України (за винятком окупованих територій). Опитування проводилося за змішаним дизайном (CATI – CAWI).

ВПО частіше стикаються з фінансовими та матеріальними втратами, демонструють нижчий рівень повної зайнятості та вищий рівень безробіття, а також значну потребу у житловій підтримці та медичних послугах. Попри вищий рівень інтеграції ВПО до системи соціального захисту та отримання різних видів державної та громадської підтримки, вони все одно відчують значний дефіцит у задоволенні базових потреб, що вказує на феномен «подвійної депривації».

Окрім того, внутрішні мігранти мають нижчий рівень соціального капіталу через ослаблені соціальні мережі та рідше перебувають в оточенні людей за власним бажанням, хоча і виявляють більшу активність у налагодженні нових контактів з особами, які мають подібний життєвий досвід.

Щодо психологічних ресурсів, ВПО частіше відчують брак сил для реалізації своїх планів та більш схильні до безнадії щодо майбутнього порівняно з імобільним населенням. Осіле населення, навпаки, демонструє вищу позитивну оцінку життя та більший особистісний контроль. Однак, попри це, значна частина ВПО демонструє здатність долати труднощі та зберігати оптимізм, що підкреслює їхню життєстійкість.

Загалом життєстійкість українців в умовах війни є результатом кумулятивного залучення індивідуальних здібностей та особистісних і соціальних ресурсів.

Ключові слова: внутрішньо переміщені особи (ВПО), соціальна адаптація, ресурси, російсько-українська війна, зайнятість, державна підтримка, імобільне населення, незадоволені потреби, соціальний капітал, Україна.

Постановка проблеми. Російська агресія, що почалася у 2014 році та посилилася повномасштабним вторгненням в Україну в 2022 році, призвела до виникнення нової соціальної групи – внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Вимушена міграція суттєво змінює життя людей, руйнуючи звичні соціальні зв'язки, джерела доходу, умови проживання та психологічний комфорт. У зв'язку з цим виникає необхідність наукового аналізу сутності, змісту та механізму соціальної адаптації вимушених переселенців. Успішна адаптація ВПО до нових умов залежить від наявності, доступності та ефективності використання різноманітних ресурсів. Важливо зрозуміти, які ресурси є найбільш значущими для ВПО, які з них є дефіцитними, а також як можна підвищити ресурсний потенціал цієї вразливої групи населення для розробки ефективних програм підтримки та інтеграції в нові громади.

Внутрішня міграція змінює суспільні конфігурації регіонів, спричиняючи перерозподіл населення, трансформацію ринку праці. Вона також підсилює навантаження на соціальну інфраструктуру приймаючих громад. Відбуваються і соціокультурні зміни, що мають прояви у формуванні нових соціальних зв'язків.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед вітчизняних соціологів, які з 2014 року досліджували проблеми ВПО, слід назвати Ольгу Балакіреву, Наталію Коваліско, Соломію Бубняк, Ігоря Руценка, Сергія Дембіцького, Івана Тітара, Оксану Фуштей та Катерину Ландік, Юлію Середу, Катерину Іващенко, Ореста Кінаша, Ірину Скларову, Вікторію Андріяш та ін.

Так, зокрема, у монографії Н. Коваліско та С. Бубняк соціальне самопочуття ВПО виступає як інтегральний індикатор, що синтезує суб'єктивну задоволеність індивіда своїм соціальним становищем (емоційно-оцінний вимір) з його об'єктивною ресурсною забезпеченістю та ступенем депривації. Кінцевим проявом цього самопочуття є конкретна адаптаційна траєкторія особистості в приймаючій громаді, що варіюється від успішної інтеграції, заснованої на життєвій компетентності, до соціальної дезінтеграції та девіантної поведінки [1, с. 77].

Аналіз, проведений крізь призму теорій соціальної депривації та ярликування, виявляє, що матеріальна незахищеність ВПО зумовлена передусім житловою депривацією та структурним безробіттям. При цьому державні інституції не виконували повною мірою своєї компенсаторної функції.

Водночас реакція на ці структурні бар'єри не є гомогенною і залежить від мобілізації психологічних та соціальних ресурсів самими переселенцями. Виокремлюючи три типи поведінки у вирішенні проблемних життєвих ситуацій: «адаптанти», «утриманці» та «тимчасові», автори зазначали: «У 2019 р. для ВПО характерні два типи поведінки, а саме адаптанти та утриманці. Адаптанти змирилися, що повернення на території до моменту переселення є неможливим – й надалі організовують та облаштовують свій побут на новому місці проживання. Проте, інша частка ВПО – утриманці – вважають, що у всьому винна влада, яка зобов'язана забезпечити їх усіма необхідними засобами для існування» [1, с. 223–224].

Іван Тітар виклав теоретико-методологічні засади соціологічного вивчення ВПО, їх адаптації і інтеграції в приймаючих громадах. Автор детально розглядає характеристики соціокультурного та ресурсного підходів до дослідження ВПО і доводить, що релевантним нинішнім українським умовам є саме ресурсний підхід. Відмінності в ресурсах між ВПО є чинником, який суттєвіше, ніж культура та ідентичність, диференціює переселенців, краще описує характер матеріальних і нематеріальних втрат, які вони зазнали, більш придатний для емпіричного спостереження та квантифікації [2].

Сергій Дембіцький проаналізував динаміку змін вираженості психологічного дистресу ВПО як показника їхньої адаптивності, а також висвітлює взаємозв'язок між психологічним дистресом ВПО та станом їхнього здоров'я і рівнем соціального самопочуття. Зокрема, дослідження виявило позитивну динаміку: за період з 2016 по 2018 рік рівень психологічного дистресу серед ВПО суттєво знизився. Автор доходить висновку, що процес адаптації переселенців є успішним, оскільки їх психоемоційний стан та соціальне самопочуття поступово стабілізуються та інтегруються в загальноукраїнський контекст [3].

Дослідження Ірини Склярової, проведене в перші півроку повномасштабного російського вторгнення, надає емпірично обґрунтований зріз потреб ВПО та висвітлює ключову роль громадянського суспільства у відповіді на кризу [4]. Авторка демонструє, що на початковому етапі домінувала ієрархія базових потреб виживання: переважна більшість ВПО потребувала продуктів харчування та засобів гігієни, а значна частина – тимчасового житла та медикаментів.

Із плином часу проблематика потреб ВПО зміщується від короткострокового виживання до довгострокової адаптації. Одним із найгостріших питань для переселенців постає житло. Ця проблема тісно пов'язана із соціально-економічним виміром, оскільки дослідження

фіксує катастрофічне падіння доходів та втрату роботи у понад половину переселенців. Відповідно, ключовими потребами стають створення робочих місць та програми перекваліфікації, що є необхідною умовою для відновлення економічної самостійності.

Окрім матеріальних потреб, дослідження Скларової виокремлює психологічну складову адаптації внутрішніх мігрантів. Хоча лише частина ВПО отримувала психологічну допомогу, значна кількість визнає таку потребу для себе чи своїх близьких, що вказує на наявність прихованого запиту.

Огляд наукових джерел демонструє значний науковий інтерес до тематики ВПО. Проте недостатньо вивченим залишається питання, чим саме ресурсні профілі вимушених переселенців відрізняються від профілів іммобільного населення, коли обидві групи переживають досвід повномасштабної війни.

Мета – дослідити вплив різноманітних ресурсів на адаптацію ВПО та іммобільного населення до викликів воєнного часу. Аналіз включає зіставлення профілів вказаних соціальних категорій, що дає змогу виявити сфери, в яких вимушені переселенці відчують більшу нестачу ресурсів, ніж постійне населення приймаючої громади.

Виклад основного матеріалу. У статті ми послуговуємося такими визначеннями основних понять.

Соціальна адаптація – процес активного пристосування індивіда до нових умов соціального середовища, а також результат цього процесу. Вона охоплює взаємодію особистості з соціальними структурами, що дозволяє людині ефективно функціонувати в нових або змінених умовах. В контексті вимушеної міграції соціальна адаптація є процесом інтеграції в нове соціальне середовище, що включає пошук житла, роботи, встановлення соціальних зв'язків, планування подальшого перебування в населеному пункті тощо.

Психологічна стійкість до життєвих проблем (синоніми – життєстійкість, резильєнтність) – динамічна здатність особистості/групи успішно адаптуватися, долати життєві труднощі, протистояти стресовим ситуаціям, відновлюватися після травм, трагедій, загроз чи інших значимих джерел стресу та негараздів. Життєстійкість – це результат цілеспрямованої поведінки, яка дозволяє людині впоратися з важкою ситуацією у спосіб, адекватний особистісним характеристикам та особливостям ситуації. Ця свідома поведінка скерована або на активну зміну, перетворення ситуації, якщо вона визначається як така, що піддається контролю, або пристосування до неї, якщо вона суб'єктивно не піддається контролю.

Потрапивши у нове, а отже – стресогенне середовище, переселенці опинилися в багатьох фруструючих ситуаціях, пов'язаних з вимогою місця проживання, порушення структури звичних сімейних, дружніх, професійних, природно-територіальних та інших зв'язків. Процес встановлення відповідності між актуальними потребами внутрішніх

мігрантів та рівнем їх задоволеності є предметом багатьох міждисциплінарних досліджень.

Ресурси – це динамічна система психологічних, матеріальних, духовних та соціальних засобів, доступних індивіду або соціальній групі, що сприяє адаптації до середовища, зменшенню невизначеності та забезпечує потенціал для розвитку. Ресурси виконують подвійну функцію: захисну (буфер між зовнішніми викликами та внутрішньою стабільністю) й трансформаційну (основа для особистісного зростання та соціальної інтеграції). Їхня ефективність визначається як індивідуальною здатністю до акумуляції та використання, так і контекстуальними умовами двох взаємопов'язаних вимірів: соціального простору (конкретні соціальні структури, інституції, мережі взаємодії і розподіл позицій у суспільстві) та символічного простору (системи значень, цінностей, норм та культурних кодів, що наділяють ресурси певним статусом та визначають правила їх обміну й інтерпретації).

Дослідження ґрунтується на емпіричних даних всеукраїнського соціологічного опитування, проведеного Соціологічною групою «Рейтинг» на замовлення Інституту соціології НАН України у жовтні 2023 року в межах проекту «Стресові стани населення України в контексті війни» (керівник – д. с. н. Сергій Дембіцький). При цьому використовувався змішаний дизайн опитування (mixed-mode): рекрутинг респондентів здійснювався методом комп'ютеризованих телефонних інтерв'ю (CATI), після чого вони самостійно заповнювали основний блок анкети онлайн за допомогою веб-інтерв'ю (CAWI). Вибірка включала 2767 респондентів і репрезентувала жителів України (за винятком окупованих територій Криму та Донбасу) у віці від 18 до 69 років, які користуються смартфоном, що становить орієнтовно 74% дорослого населення країни [5].

Очищений масив містив 2746 респондентів (вибірка зважена). Серед опитаних 2292 респондента зазначило, що проживало у своєму населеному пункті, а 454 – переїхали в інше місце. Термін «внутрішньо переміщені особи» для позначення останньої групи населення вживається в розширеному значенні, адже більша частина людей рятувалася від війни в безпечніших регіонах країни, проте менша могла змінити постійне мешкання через інші причини, наприклад, сімейні обставини, навчання, роботу тощо.

З анкети відібрано набори запитань, що описують чотири типи ресурсів.

Матеріальні ресурси (статус зайнятості, доступність речей повсякденного вжитку, витрати, житло).

Адміністративні ресурси (потреба в допомозі та послугах державних органів).

Психологічні ресурси (емоційний стан, оптимізм, саморегуляція, свобода прийняття рішень, психологічна допомога).

Соціальні ресурси (соціальна підтримка від близьких, спілкування, соціальна взаємодія, підтримка від держави та громадських організацій, соціальні мережі).

Аналізуючи ситуацію на рівні соціальних категорій, ми фокусуємося на мікрорівні, однак саме тут проявляються наслідки шоків, що відбуваються на макрорівні. Такий підхід дає змогу розглядати відмінності у становищі ВПО та імобільного населення не як ізольовані явища, а як різні траєкторії індивідуальної стійкості в межах єдиної соціоекономічної системи, що зазнала удару. Саме тому аналіз вищезазначених ресурсів дає змогу не лише оцінити, наскільки успішно вимушені переселенці відновлюють свою життєдіяльність, а й концептуалізувати їхню соціальну адаптацію як складову загальнонаціонального процесу відновлення людського потенціалу.

Матеріальні ресурси. Статус зайнятості традиційно виступає ключовим детермінантом соціально-економічної позиції індивіда, формуючи основу його доступу до матеріальних ресурсів, визначаючи ступінь інтеграції в соціальні мережі та відкриваючи (або обмежуючи) шляхи для самореалізації. Аналізуючи структуру зайнятості досліджуваних груп, поданої у таблиці 1, зазначимо, що імобільне населення значно частіше вказує на наявність повної зайнятості (51,6%), ніж ВПО (33,8%). Різниця становить 17,8 відсоткових пунктів, що вказує на суттєво нижчий рівень повної зайнятості серед ВПО.

Таблиця 1
Розподіл відповідей на запитання «Ваш статус зайнятості на даний момент?» залежно від міграційного статусу, %

Статус зайнятості	Імобільне населення	ВПО	Загалом
Повна зайнятість (більше 30 год/тиждень)	51,6	33,8	48,6
Часткова зайнятість (менше 30 год/тиждень)	10,9	7,9	10,4
Самозайнятий(-а)	11,8	11,5	18,8
На пенсії	14,7	15,0	14,7
Домогосподар(-ка)	8,7	12,6	9,4
Студент(-ка)	5,1	10,6	6,0
Безробітний(-а)	7,4	17,0	9,0
Непрацевдатний(-а)	1,4	4,0	1,9
Інше	5,2	7,9	5,7

Примітка. Сума відсотків у кожному стовпчику перевищує 100%, оскільки респонденти мали можливість обрати кілька варіантів відповіді.

Виявлено значну розбіжність і в статусі безробітного. Внутрішні переселенці значно частіше ідентифікують себе як безробітні (17,0%) порівняно з осілим населенням (7,4%). Ця різниця складає

9,6 відсоткових пунктів. Вимушена внутрішня міграція призводить до втрати попереднього місця роботи та розриву набутих професійних зв'язків. Труднощі з пошуком роботи на новому місці можуть бути зумовлені невідповідністю кваліфікації вимогам місцевого ринку праці, обмеженою кількістю вакансій, можливою конкуренцією з місцевим населенням або навіть упередженим ставленням роботодавців. Крім того, необхідність адаптації до нових умов проживання може тимчасово відволікати від активного пошуку роботи.

ВПО дещо частіше є студентами (10,6%) порівняно з іммобільними (5,1%). Зазначимо, що держава надає дітям ВПО низку пільг при навчанні в закладах освіти. Ця категорія осіб користується державною цільовою підтримкою, забезпечуючи доступ до професійної (професійно-технічної), фахової передвищої та вищої освіти. За рештою соціальних позицій відмінності мінімальні. Схожість часток у категоріях часткової зайнятості, самозайнятості, пенсійного статусу, домогосподарства та інших може свідчити про те, що ці статуси меншою мірою залежать безпосередньо від факту переміщення, а більше визначаються іншими факторами (вік, сімейний стан, стан здоров'я, особистий вибір). Хоча, наприклад, часткова зайнятість або самозайнятість може бути вимушеною стратегією адаптації для обох груп в умовах економічної нестабільності. Отже, статус проживання (іммобільне населення vs ВПО) є значущим фактором, що диференціює рівень повної зайнятості та безробіття.

ВПО стикаються зі значно більшими труднощами на ринку праці, що виражається у суттєво нижчій частці зайнятих повний робочий день та значно вищій частці безробітних порівняно з осілим населенням. Отримані дані вказують на вразливість ВПО у сфері зайнятості та свідчать про менший обсяг матеріальних ресурсів.

Менша залученість в трудові відносини переселенців призводить до зниження їхнього матеріального рівня. Проаналізуємо деякі суб'єктивні оцінки свого добробуту серед іммобільного населення та переселенців.

У таблиці 2 подано самооцінку спроможностей оплати товарів та послуг представниками досліджуваних груп. Аналіз виявив одну суттєву відмінність у спроможності оплати комунальних платежів. Іммобільне населення значно частіше зазначає, що може оплачувати комунальні послуги без фінансових труднощів (58,1%), порівняно з переселенцями (49,1%). Різниця складає 9,0 відсоткових пунктів.

Іммобільне населення демонструє трохи вищу здатність оплачувати базові потреби (їжа, недорогий одяг) та бюджетні товари без додаткових фінансових зусиль. Свою чергою ВПО частіше зазначають необхідність економити на всьому, що додатково підтверджує загальну тенденцію їхньої більшої фінансової вразливості. Водночас схожість показників щодо дорогих товарів та великої побутової техніки свідчить про те, що такі великі покупки є недоступними для переважної більшості населення, незалежно від статусу проживання.

Таблиця 2

Розподіл відповідей на запитання «Оплата чого з наведеного Вам «по кишені», тобто не передбачає економії, запозичень або фінансової допомоги?» залежно від міграційного статусу, %

Категорія витрат	Імобільне населення	ВПО	Загалом
Продукти харчування	71,7	67,2	71,0
Комунальні платежі	58,1	49,1	56,6
Недорогі одяг та взуття	51,6	46,5	50,8
Бюджетні електроприлади (наприклад, недорогий мобільний телефон, електрочайник або фен)	27,4	22,7	26,7
Нова велика побутова техніка (наприклад, холодильник, пральна машина, телевізор) або нові меблі	9,2	6,8	8,8
Дорогі товари (наприклад, машина, квартира або земельна ділянка)	1,8	3,1	2,0
Для оплати за кожним пунктом мені необхідно економити, запозичувати або шукати фінансову допомогу	18	23,3	18,9

Примітка. Сума відсотків у кожному стовпчику перевищує 100%, оскільки респонденти мали можливість обрати кілька варіантів відповіді.

Воєнні дії накладають значний соціально-економічний тягар на постраждале населення, змінюючи фундаментальні аспекти повсякденного існування. Сприйняття впливу конкретних труднощів, охоплюючи втрату зайнятості, житлове переміщення, фінансову прекарність та погіршення умов праці, що прямо спричинені конфліктом, фіксувалося на основі відповідей респондентів на табличне запитання із загальним формулюванням *«Нижче перелічені різноманітні труднощі, негаразди або інші складні обставини, з якими люди стикаються під час війни. Які з них є актуальними особисто для Вас зараз, тобто справляють на Вас негативний вплив, незалежно від того, коли мали місце – нещодавно чи раніше?»* з альтернативами відповідей: «актуально», «важко сказати, актуально чи ні», «не актуально».

Серед опитаних ВПО 68,3% вказують на актуальність значних фінансових або матеріальних витрат, тоді як серед імобільного населення цей показник становить 48,1%. Різниця у понад 20 відсоткових пунктів переконливо свідчить про те, що досвід вимушеного переміщення значно посилює фінансовий тягар війни для людини. Для ВПО значні фінансові та матеріальні втрати часто є прямим наслідком самого факту переїзду, що включає втрату житла, майна, роботи на попередньому місці та витрати на облаштування на новому. Натомість, хоча імобільне населення також зазнає негативного впливу війни на

свій добробут, для 26,4% з них ця проблема є «не актуальною», порівняно з 16,1% серед ВПО, що підтверджує менш гострий характер саме значних одномоментних втрат для тих, хто залишився вдома. Серед іммобільного населення спостерігається вищий рівень невизначеності щодо актуальності проблеми: 25,4% обрали варіант «важко сказати, актуально чи ні» проти 15,6% серед ВПО. Така невизначеність може бути пов'язана з поступовим погіршенням фінансового стану, яке важче оцінити як «значну втрату», або ж з психологічним ефектом порівняння власних труднощів з більш очевидними втратами переміщених осіб.

ВПО значно частіше зазначають, що критичне зниження доходів є для них актуальною проблемою (68,1%), порівняно з іммобільними респондентами (58,4%). Осіле населення дещо частіше обирає варіант «важко сказати, актуально чи ні» (23,1%) порівняно з переселенцями (18,1%). Осіле населення також дещо частіше вказує, що проблема критичного зниження доходів для них не є актуальною (18,5%) порівняно з ВПО (13,9%). Виявлена закономірність була очікуваною та відображала важкі економічні наслідки вимушеного переміщення під час війни. ВПО часто втрачають роботу, джерела доходу, майно та бізнес у місцях попереднього проживання. На новому місці вони можуть стикатися з труднощами працевлаштування, нижчими заробітками та вищими витратами (особливо на житло). Осіле населення, хоча також страждає від економічних наслідків війни, може мати більше збережених ресурсів, стабільнішу (хоча й потенційно зменшену) зайнятість або інші механізми адаптації, що робить для них проблему критичного зниження доходів дещо менш поширеною порівняно з ВПО.

Досвід вимушеного внутрішнього переміщення суттєво підвищує ймовірність того, що людина вважає втрату роботи актуальною для себе проблемою. Зокрема, майже половина ВПО (49,9%) зазначає, що втрата роботи становить для них актуальність, тоді як серед іммобільного населення цей показник значно нижчий – 31,4%. Різниця у 18,5 відсоткових пунктів підкреслює прямий деструктивний вплив вимушеного переїзду на зайнятість населення. Переїзд до іншого населеного пункту часто означає розрив попередніх трудових відносин та втрату основного джерела доходу, що були пов'язані з конкретним місцем проживання. Водночас більшість іммобільного населення (52,0%) вказує, що втрата роботи «не актуальна» для них на даний момент, порівняно з 38,9% серед ВПО, що може свідчити про відносну стабільність зайнятості для значної частини тих, хто залишився у своїх громадах.

Невизначеність щодо актуальності втрати роботи дещо вища серед іммобільного населення (16,6%), ніж серед ВПО (11,3%). Для деяких людей, що постійно мешкали в своїх населених пунктах, ситуація із зайнятістю є непевною – вони можуть формально мати роботу, але зі скороченим графіком, у неоплачуваній відпустці або під загрозою

звільнення, що ускладнює однозначну оцінку. Натомість, для багатьох ВПО втрата роботи є більш доконаним та очевидним фактом, пов'язаним із самим переміщенням.

Низка підпитань у згаданому табличному запитанні переважно стосувалася досвіду ВПО, а не іммобільного населення. Зокрема, більшість опитаних ВПО (79,1%) вказує, що вимушене тривале залишення домівки є актуальною обставиною, яка справляє негативний вплив. Це цілком закономірно, адже саме факт вимушеного покидання дому є визначальною характеристикою статусу ВПО, і пов'язані з цим труднощі (втрата звичного середовища, майна, соціальних зв'язків, невизначеність щодо повернення) продовжують впливати на їхнє життя. Водночас 15,4% ВПО зазначають, що ця проблема для них не актуальна. Хоча це може видатися дещо несподіваним, цьому є такі пояснення.

1. Адаптація та зміна фокусу. Респонденти могли успішно адаптуватися на новому місці, знайти житло та роботу, і хоча факт залишення домівки мав місце, його поточний негативний вплив може сприйматися як менш гострий порівняно з іншими актуальними проблемами (наприклад, фінансовими чи пов'язаними зі здоров'ям).

2. Інтерпретація питання. Можливо, акцент робиться на слові «зараз» у запитанні – сам акт залишення домівки відбувся раніше, і хоча наслідки тривають, сам процес залишення вже не сприймається як безпосередньо актуальна дія.

3. Суб'єктивне сприйняття «негативного впливу». Деякі переселенці могли знайти нові можливості або кращі умови на новому місці, і хоча повернення додому неможливе, поточний стан не оцінюється як такий, що справляє саме негативний вплив порівняно з попереднім життям або іншими труднощами.

Лише незначна частка ВПО (5,5%) обрала варіант «важко сказати», що вказує на невизначеність думки з цього питання.

Зосереджуючись на відповідях групи осіб, які переїхали з постійного місця проживання, аналіз даних щодо актуальності поганих умов проживання на новому місці виявляє неоднозначну картину. Майже чверть ВПО (24,5%), вказують, що погані житлові умови є для них актуальною проблемою, що справляє негативний вплив. Це відображає реальні труднощі, з якими стикаються переміщені особи, такі як проживання в тимчасових прихистках, колективних центрах, орендованому житлі низької якості через обмежені фінансові можливості або високі ціни на ринку нерухомості в приймаючих громадах.

Водночас, близько половини ВПО (46,1%) зазначає, що ця проблема для них не є актуальною. Це може свідчити про те, що значній частині переміщених осіб вдалося знайти прийнятні умови проживання на новому місці, або ж їхні поточні умови, навіть якщо не ідеальні, сприймаються як задовільні порівняно з небезпекою чи умовами, які вони залишили. Також можливий вплив суб'єктивного сприйняття та адаптації до нових реалій.

Особливо привертає увагу висока частка ВПО, які обрали варіант «важко сказати, актуально чи ні». Така значна невизначеність 29,4% респондентів може пояснюватися кількома факторами.

1. Суб'єктивність оцінки. Поняття «погані умови» є відносним, і респондентам може бути складно однозначно класифікувати своє поточне житло.

2. Компромісний характер житла. Умови можуть бути терпимими, але далекими від бажаних або від тих, що були до переміщення, що ускладнює оцінку їхнього «негативного впливу».

3. Нестабільність. Тимчасовий характер житла або невизначеність щодо тривалості проживання в поточних умовах також можуть призводити до труднощів з оцінкою.

Таким чином, хоча для значної частини ВПО вдалося вирішити питання житла на прийнятному рівні, для чверті переміщених осіб погані умови проживання залишаються гострою та актуальною проблемою.

Адміністративні ресурси. У таблиці 3 подано різні види підтримки іммобільного населення та ВПО (%) у двох досліджуваних групах.

Таблиця 3

Розподіл відповідей на запитання «Які види підтримки Ви отримуєте від держави або громадських організацій?» залежно від міграційного статусу, %

Вид підтримки	Іммобільне населення	ВПО	Загалом
Матеріальна підтримка або гарантовані виплати			
Отримую	15,2	55,2	21,8
Не отримую, але маю потребу	37,9	24,3	35,6
Не отримую і не маю потреби	34,1	12,4	30,5
Важко відповісти	12,8	8,2	12,0
Медичні послуги або придбання ліків			
Отримую	15,3	18,3	15,8
Не отримую, але маю потребу	27,2	35,8	28,6
Не отримую і не маю потреби	43,5	34,7	42,1
Важко відповісти	14,0	11,3	13,5
Вирішення проблеми із житлом			
Отримую	3,8	9,3	4,7
Не отримую, але маю потребу	10,4	34,8	14,4
Не отримую і не маю потреби	75,6	38,3	69,4
Важко відповісти	10,3	17,6	11,5

Продовження таблиці 3

Вид підтримки	Імобільне населення	ВПО	Загалом
Юридичні послуги або оформлення документів			
Отримую	7,4	15,0	8,6
Не отримую, але маю потребу	12,3	14,1	12,6
Не отримую і не маю потреби	67,5	52,6	65,0
Важко відповісти	12,8	18,3	13,7
Соціальні послуги: догляд, супровід, продукти тощо			
Отримую	2,9	8,8	3,9
Не отримую, але маю потребу	8,0	14,5	9,1
Не отримую і не маю потреби	81,4	64,3	78,6
Важко відповісти	7,7	12,3	8,4
Психологічна підтримка			
Отримую	3,9	7,7	4,5
Не отримую, але маю потребу	15,9	18,9	16,4
Не отримую і не маю потреби	66,2	54,4	64,2
Важко відповісти	14,0	18,9	14,9

Матеріальна підтримка або гарантовані виплати. Найбільш виражена диференціація між досліджуваними групами спостерігається у сфері матеріальної підтримки.

Серед ВПО 55,2% респондентів отримують такий вид допомоги, тоді як серед імобільного населення цей показник становить лише 15,2%. Ця майже чотирикратна різниця відображає цілеспрямовану політику держави щодо фінансової підтримки переміщених осіб через систему адресних допомог. Водночас суттєво різняться й структура незадоволених потреб: 37,9% імобільного населення декларують потребу в матеріальній підтримці, не отримуючи її, порівняно з 24,3% серед ВПО. Це вказує на наявність значної групи економічно вразливих осіб серед імобільного населення, які залишаються поза системою соціального захисту.

Примітним є також те, що 34,1% імобільного населення стверджують, що не мають потреби в такій підтримці, порівняно з лише 12,4% серед ВПО. Ця відмінність може інтерпретуватися як показник загальної вищої економічної вразливості переміщених осіб унаслідок втрати звичних джерел доходу, майна та соціальних зв'язків.

Медичні послуги або придбання ліків. У сфері медичних послуг відмінності між групами менш виражені, але все ж значущі. 18,3% ВПО отримують підтримку з медичних послуг порівняно з 15,3% серед імобільного населення. Водночас серед ВПО спостерігається

вища частка тих, хто має незадоволену потребу в медичних послугах – 35,8% проти 27,2% серед іммобільного населення.

Ця диспропорція може пояснюватися такими чинниками як порушення усталених зв'язків з медичними закладами та лікарями внаслідок переміщення; адаптаційні складнощі з перереєстрацією в системі охорони здоров'я на новому місці проживання; потенційно вищий рівень психосоматичних розладів та загального стресу, пов'язаних із переміщенням.

Вирішення проблеми із житлом. Найбільш критична розбіжність між групами стосується житлової підтримки. Серед ВПО 9,3% отримують допомогу з житлом, що в 2,5 рази перевищує показник іммобільного населення (3,8%). Проте особливо промовистим є показник незадоволених потреб: 34,8% ВПО потребують житлової підтримки, не отримуючи її, тоді як серед іммобільного населення цей показник становить лише 10,4%.

Така значна різниця відображає фундаментальну проблему втрати житла внаслідок вимушеного переміщення. Важливо також зазначити, що 75,6% іммобільного населення не потребують житлової підтримки, тоді як серед ВПО таких лише 38,3%. Отже, житлова проблема залишається однією з найгостріших для переміщених осіб, попри відповідні державні та громадські програми підтримки.

Юридичні послуги або оформлення документів. У сфері юридичної підтримки та документального оформлення спостерігаємо подвійне перевищення рівня отримання послуг серед ВПО (15,0%) порівняно з іммобільним населенням (7,4%). Переселенці частіше користуються юрпослугами через необхідність оформлення статусу ВПО, соціальних виплат, відновлення втрачених документів та розв'язання інших юридичних питань, пов'язаних із переміщенням.

При цьому рівень незадоволених потреб у юридичних послугах між групами різниться незначно (14,1% у ВПО проти 12,3% у іммобільного населення), що свідчить про відносно ефективне функціонування системи юридичної підтримки для переміщених осіб.

Соціальні послуги. У категорії соціальних послуг (догляд, супровід, продукти) спостерігаємо схожу тенденцію: вищий рівень отримання відповідних послуг серед ВПО (8,8% проти 2,9% у осіб громадян) при водночас вищому рівні незадоволених потреб. Переселенці мають більшу залученість до системи соціального захисту, проте, на їх погляд, недостатню.

Важливо зазначити, що значно більша частка іммобільного населення декларує відсутність потреби в таких послугах (81,4% проти 64,3% відповідно), що може інтерпретуватися як відображення вищого рівня соціальної дезадаптації та психологічних травм серед переміщених осіб.

Попри вищий рівень інституційної включеності, ВПО демонструють також вищий рівень незадоволених потреб практично за всіма

категоріями підтримки, що вказує на феномен «подвійної депривації», коли вища інтеграція до системи соціального захисту не компенсує підвищеного рівня потреб, зумовлених втратою ресурсів внаслідок переміщення.

У контексті статті концепція подвійної депривації означає, що ВПО зазнають нестачі або обмежень одночасно у двох ключових аспектах, незважаючи на певні зусилля з їх підтримки:

Перша депривація (вихідна) – це сама втрата ресурсів через вимушене переміщення. ВПО втрачають житло, майно, роботу, звичне соціальне оточення, доступ до знайомої інфраструктури (медичної, освітньої тощо). Це створює фундаментально вищий рівень потреб порівняно з населенням, яке не переміщувалося.

Друга депривація (залишкова/інституційна) – це недостатність навіть підвищеного рівня формальної підтримки для задоволення цих значно зрослих потреб. Хоча ВПО, як показує дослідження, отримують більше державної та громадської допомоги (матеріальної, юридичної, житлової тощо), ніж іммобільне населення (мають вищу «інституційну включеність»), цього все одно не вистачає, щоб компенсувати їхні втрати та задовольнити всі нагальні потреби. В результаті, їхній рівень незадоволених потреб (особливо в житті, медицині) залишається вищим.

Таким чином, «подвійна депривація» означає: попри те, що ВПО є об'єктом більшої уваги та підтримки з боку інституцій, вони водночас залишаються групою з вищим рівнем незадоволених базових потреб через масштабність втрат, спричинених вимушеним переміщенням. Це створює парадоксальну ситуацію, коли навіть за умови формального задоволення базових потреб через гуманітарну допомогу, ВПО стикаються з депривацією потреб вищого порядку.

Соціальні ресурси. Вимушена розлука з близькими людьми (членами сім'ї, друзями, партнерами) є одним із найболючіших та найпоширеніших психологічних наслідків війни та внутрішнього переміщення для українців. Громадяни відчувають постійне занепокоєння за безпеку та добробут близьких, які залишилися в небезпечних зонах, на окупованих територіях або беруть участь у бойових діях; страхи ніколи не возз'єднатися та отримати погані новини про них; самотність, особливо на новому місці, за фізичної відсутності близьких; відчуття вирваності зі звичного соціального контексту, де близькі відігравали ключову роль; провину за те, що не зміг забрати з собою, а відтак забезпечити всіх близьких, за неможливістю допомогти близьким на відстані, так як хотілося б; постійну глибоку тугу за ними тощо.

Емпіричні дані свідчать про чіткий зв'язок між статусом вимушеного переселенця та підвищеною актуальністю вимушеної розлуки з близькими. Переміщення між населеними пунктами країни супроводжується соціальними розривами, які ускладнюють підтримання родинних зв'язків. У той же час осіле населення має більше

можливостей уникати подібних проблем через стабільне проживання. Серед тих, хто став ВПО, 75,1% вважають тему розлуки з близькими людьми актуальною, тоді як серед тих, хто залишився у тому самому населеному пункті, таких 57,8%. Натомість 33,3% осілих респондентів не вважають розлуку актуальною, тоді як серед переселенців ця частка майже вдвічі менша – 15,9%.

Дослідження показало, що осіле населення, попри гостру потребу в підтримці з боку близьких, частіше не сприймає її недостатність як актуальну проблему (63,6%) порівняно з ВПО (55,3%). Осілі громадяни частіше мають доступ до підтримки поруч; сама наявність близьких людей поблизу може створювати відчуття достатності підтримки, навіть у разі певної недостатності родинної допомоги відносно їхньої потреби. Водночас серед ВПО спостерігається тенденція до дещо частішого визнання цієї проблеми актуальною (22% проти 16,6% осілих громадян). Це свідчить про вищу вразливість осіб, які переїхали, до дефіциту емоційної чи практичної підтримки з боку найближчого оточення. Головною причиною такого відчуття є фізична відсутність близьких. Але навіть якщо близькі хочуть допомогти респондентам, фізична відстань може ускладнювати надання ефективної або вчасної допомоги. Крім того, ВПО можуть мати об'єктивно вищі потреби в родинній підтримці через стрес переїзду, втрату майна, проблеми з працевлаштуванням тощо. Навіть той самий рівень підтримки, який був би достатнім вдома, сприймається як недостатній на відстані.

Результати, наведені в таблиці 4, демонструють географічний розрив у мережах підтримки, який є характерним наслідком вимушеного переміщення. Фізична дистанція стає бар'єром для отримання практичної допомоги від родичів чи друзів, навіть якщо емоційні зв'язки збережені. Якщо спілкування з друзями є збереженим, 30,8% внутрішніх мігрантів не мають на кого покладатись – або тому, що таких людей нема, або тому, що такі люди зараз знаходяться далеко.

Крім того, серед ВПО частка тих, хто зовсім не має людей, на яких можна покластися, є вищою (11%) порівняно з тими, хто залишився (6,4%). Ці дані дозволяють припустити, що мобільність, спричинена воєнними діями, не лише ослаблює фактичну доступність соціального капіталу, а й підвищує ризик соціальної ізоляції.

Згідно з класичним визначенням Р. Патнема, соціальний капітал – це риси соціальної організації, такі як мережі, норми та соціальна довіра, що полегшують координацію та співпрацю для взаємної вигоди. Мережі служать каналами для передачі важливих знань, новин, інформації про вакансії, можливості, законні права тощо; є джерелом емоційної, інструментальної та фінансової підтримки у складних життєвих ситуаціях; сприяють пошуку роботи, розвитку бізнесу, отриманню адміністративних та соціальних послуг; сприяють інтеграції ВПО в нові громади.

Таблиця 4

Розподіл відповідей на запитання «Чи є люди, на яких можете покластися та які нададуть допомогу, якщо у житті виникнуть проблеми, які Ви не зможете владнати самостійно?» залежно від міграційного статусу, %

Варіанти відповіді	Імобільне населення	ВПО	Загалом
Ні, таких людей нема	6,4	11,0	7,2
Такі люди є, але зараз вони далеко	12,6	19,8	13,8
Так, такі люди є	71,0	62,9	69,6
Важко сказати	10,0	6,3	9,4

Відповідаючи на запитання: *«Наскільки така людина схожа на Вас – вона підтримує контакти з тими, хто перебуває у подібних життєвих обставинах, з метою отримання необхідної інформації і допомоги?»*, – вказали, що «дуже схожа» 11,3% імобільних громадян і 17,2% ВПО; «скоріше схожа» – 43,1% і 37,4% відповідно; «скоріше не схожа» – 25,8% і 23,1% відповідно; «зовсім не схожа» – 19,8% і 22,2% відповідно. Отже, існує тенденція до того, що ВПО більш активно підтримують контакти з людьми з подібним життєвим досвідом для отримання інформації та допомоги, ніж осіле населення, яке частіше демонструє помірну схильність до таких контактів. Оскільки внутрішні мігранти мають нижчий рівень соціального капіталу порівняно з тими, хто залишився на місці (через слабші соціальні мережі, нижчу участь у громадських заходах та виклики інтеграції в нові громади), відновлення соціального капіталу вимагає від ВПО більш активних дій: створення нових контактів, участі в тренінгах, групах підтримки. Тоді як для осілих соціальний капітал зберігається головним чином через пасивне підтримання наявних зв'язків.

Аналіз результатів опитування також показав, що зі статусом респондентів (ВПО чи імобільні громадяни) пов'язана частота їхньої соціальної взаємодії. Відповідаючи на запитання: *«Як часто перелічене було характерним для Вашого особистого життя останнім часом: Ви знаходились в оточенні людей за власним бажанням?»*, – варіант «часто» відмітили 37,3% імобільних громадян проти 31,4% ВПО; «час від часу» – 40,1% і 46,8% відповідно; «зрідка» – 18,5% і 18,2% відповідно; «ніколи» – 4% і 3,5% відповідно. Отже, порівняно з осілим населенням, внутрішні мігранти рідше звітують про часте перебування в оточенні людей за власним бажанням, але частіше – про перебування час від часу. Не спостерігається суттєвих відмінностей на краях шкали (відповіді «ніколи/майже ніколи» та «зрідка»). Виявлена відмінність може бути пояснена кількома факторами, пов'язаними з досвідом переміщення:

по-перше, формування нових глибоких соціальних зв'язків на новому місці після втрати звичного спілкування (друзів, родичів, колег) у місті постійного проживання потребує часу та зусиль;

по-друге, процес адаптації (пошук житла, роботи, вирішення адміністративних питань) може забирати значну частку часу та енергії, залишаючи менше ресурсів для частоті соціальної взаємодії за власним бажанням;

по-третє, стрес, пов'язаний з переїздом та невизначеністю, може впливати на бажання та можливість часто шукати соціальні контакти;

по-четверте, зміна характеру взаємодії: можлива взаємодія на новому місці є більш ситуативною або функціональною, а не такою регулярною та інтегрованою у повсякденне життя, як це було раніше у ВПО або є в осілого населення зі стабільними соціальними колами.

Втім, ВПО не доходять до стану повної соціальної ізоляції: потреба та певна реалізація соціальних контактів зберігаються, але їх інтенсивність та регулярність знижуються порівняно з іммобільними громадянами.

Психологічні ресурси. Екстремальні випробування зумовлюють особливу вагу критеріїв життєстійкості, а саме:

1) збереження базової функціональної здатності: виконувати необхідні щоденні завдання, дбати про себе та близьких, забезпечувати мінімальні потреби попри хаос та руйнування звичного життя;

2) емоційна регуляція: вміння розпізнавати та керувати сильними негативними емоціями (страх, тривога, гнів, горе, відчай), не дозволяючи їм повністю паралізувати або дезорганізувати поведінку;

3) когнітивна гнучкість: реалістична оцінка ризиків, здатність швидко приймати рішення в умовах невизначеності та обмеженої інформації, вміння змінювати плани та стратегії;

4) збереження надії та сенсу життя: наявність віри в майбутнє;

5) активне використання соціальної підтримки: здатність шукати, приймати та надавати допомогу іншим;

6) проактивність та пошук контролю: навіть в умовах зовнішньої неконтрольованості стійка людина шукає сфери, де вона може діяти, впливати на ситуацію, допомагати, брати на себе відповідальність;

7) фізична та психологічна витривалість: здатність витримувати тривале фізичне та емоційне напруження, в тому числі невизначеність та втрати. Життєстійкість – це не вроджена риса, а динамічний процес, який може розвиватися та підтримуватися через взаємодію індивідуальних зусиль та сприятливого соціального середовища.

Загалом, відповідаючи на запитання: «*Чи є у Вас бажання та сили для забезпечення психологічної стійкості до життєвих проблем?*», 47,4% дорослого населення України вказали, що в них є і бажання, і сили; 23,5% – що є бажання, але його реалізація «ніяк від мене не залежить»; 23% – що є бажання, але немає сил; і лише 6,1% – що взагалі немає такого бажання. Попри досвід переміщення, ВПО

демонструють схожий розподіл відповідей щодо наявності бажання та сил долати життєві проблеми, як і населення, що не змінювало місце проживання. Найбільша частка в обох групах (47,6% серед осілих та 46,3% серед переселенців) декларує наявність і відповідного бажання, і сил. Інші категорії відповідей: «є бажання, але немає сил» набрали 22,8% і 24,2% відповідно; «є бажання, але це не залежить від мене» – 23,8% і 22% відповідно. Відсутність бажання для збереження життєстійкості трохи частіше декларували ВПО, ніж осілі громадяни (7,5% проти 5,8%). Таким чином, на основі цих даних, статус ВПО не виступає ключовим фактором, що диференціює населення за рівнем самооціненої психологічної стійкості. Рівень прагнення та відчуття здатності бути психологічно стійким до життєвих труднощів є схожим серед осілого населення та вимушених переселенців. Можливо, це пов'язано з тим, що опитування проводилося через істотний часовий період після переміщення, і тому ВПО змогли вже пройти початковий етап міграційної кризи та адаптуватися, що зблизило їхні показники з осілим населенням. Можливо також, що самооцінка бажання та сил долати труднощі є відносно стабільною особистісною характеристикою, яка менш чутлива до ситуативних змін (таких як переїзд) порівняно з іншими показниками, наприклад, рівнем стресу.

Важливим внутрішнім психологічним ресурсом особистості, регулятором її діяльності є надія. Вона відкриває перспективу життя як у віддаленому майбутньому, так і в найближчий час, робить людину стійкою та терплячою до життєвих негараздів, надає сенс її діям. Про поширеність відчуття надії серед українців під час війни непрямым чином можна довідатися з даних таблиці 5.

Таблиця 5

**Оцінка частоти відчуття, що майбутнє безнадійне
залежно від міграційного статусу, %**

	Імобільне населення	ВПО	Загалом
Ніколи	44,7	38,3	43,6
Зрідка	34,6	30,6	34,0
Періодично	15,4	22,2	16,5
Майже постійно	5,3	8,8	5,9

Отже, ВПО дещо рідше відповідають на запитання про відчуття безнадійності майбутнього «ніколи», «зрідка» і дещо частіше «періодично» або «майже постійно». Натомість імобільні респонденти, які проживають у своєму населеному пункті, частіше зазначають, що ніколи не відчувають безнадійності щодо майбутнього (44,7% порівняно з 38,3% у внутрішніх мігрантів). Також вони дещо частіше відчувають це зрідка (34,6% проти 30,6%). Песимістичні погляди на

майбутнє загалом притаманні представникам обох виокремлених груп, що зумовлено загальною ситуацією в країні, хоча специфічні виклики ВПО (більша невизначеність щодо житла, роботи, можливості повернення додому) посилюють ці відчуття.

Важливу роль як чинники та індикатори психологічного благополуччя в Україні відіграють такі особистісні ресурси, як оптимізм та відчуття контролю. Оптимізм – це генералізоване позитивне очікування щодо майбутнього, що сприяє життєстійкості та позитивному сприйняттю життя. Оптимісти схильні докладати більше зусиль для досягнення цілей та використовувати більш адекватні стратегії подолання труднощів.

Опитування дозволило встановити, що респонденти, які постійно проживають у своєму населеному пункті, децю частіше скоріше згодні з тим, що завжди з оптимізмом дивляться у майбутнє (41,8%), порівняно з тими, хто переїхав з іншого регіону (36,3%), а повністю згодні – 22,7% і 20,3% відповідно. Наявність власного дому, збереження (частково або повністю) соціальних зв'язків, роботи, звичного середовища дають більше підстав для оптимізму серед іммобільних громадян. Волонтерство, допомога армії, участь у житті громади дають відчуття причетності до спільної справи та власного внеску в військові зв'язки, збережені соціальні мережі забезпечують стабільнішу емоційну та практичну підтримку, що може живити почуття оптимізму. Згодні тією чи іншою мірою, що вони оптимісти, 64,5% осіб та 56,6% ВПО.

Переміщення зазвичай пов'язане з втратами, невизначеністю та стресом. Децю більша частка тих, кому важко відповісти на запитання, чи завжди вони з оптимізмом дивляться в майбутнє, серед ВПО (27,1% порівняно з 22,5% осіб громадян) може відображати їхні коливання в обстановці невизначеності та хронічного стресу, їхню непевність щодо подальшого розвитку подій.

Відсутність великих відмінностей між вказаними групами з цього питання може свідчити про те, що загальний рівень оптимізму в суспільстві на момент опитування визначається більш глобальними факторами (перебігом війни, економічною ситуацією тощо) або більшою мірою індивідуальними особливостями громадян, ніж специфічним досвідом переміщення.

Відчуття контролю стосується сприйняття індивідом своєї здатності впливати на події та результати власного життя. Сприйняття контролю над ситуацією, навіть якщо воно стосується лише окремих аспектів життя (наприклад, планування дня, облаштування тимчасового житла, контроль над інформаційним потоком), може значно знизити рівень переживаного стресу та тривоги.

Відчуття контролю допомагає структурувати хаотичне середовище та створювати відчуття прогнозованості, що є важливим для психологічного благополуччя в умовах невизначеності. Люди з вищим відчуттям контролю більш схильні до активних дій для покращення свого

становища: пошуку інформації, ресурсів, можливостей. Дані опитування доводять, що загалом по вибірці тією чи іншою мірою відчують, що все відбувається «по-їхньому», відповідно до їхніх бажань та поглядів, лише 22% респондентів; не згодні з цим тією чи іншою мірою – 38,1%; вагалися з відповіддю – 39,9%. Загалом рівень згоди з твердженням, що «все відбувається по-Вашому», є досить низьким в обох виокремлених групах: внутрішніх мігрантів та іммобільних громадян. Ключова відмінність полягає в рівні сильної незгоди: ВПО значно частіше (17,2%), ніж осіле населення (10,8%), категорично не згодні з тим, що життя йде відповідно до їхніх бажань та планів. Якщо об'єднати категорії незгоди, то сукупна частка незгодних серед ВПО (44,3%) є помітно вищою, ніж серед місцевих мешканців (36,9%). Втрата дому, майна, роботи, соціальних зв'язків об'єктивно зменшує можливості людини керувати своїм життям відповідно до власних бажань.

Висока частка тих, хто обрав варіант відповіді «важко сказати», в обох групах (40,0% серед осілих та 37,7% серед ВПО) підкреслює загальну атмосферу невизначеності та обмеженого контролю над життям, спричинену війною, яка впливає на всіх громадян, хоча і не однаковою мірою.

Розгляд психологічних ресурсів особистості під час війни можна доповнити, аналізуючи дані таблиці 6. З таблиці вбачається, що 47,5% респондентів, що залишилися у своєму населеному пункті, мають як бажання, так і сили для здійснення своїх планів, порівняно з 40,6% серед переселенців.

Таблиця 6

Розподіл відповідей на питання «Чи є у Вас бажання та сили для забезпечення слідування власним планам?» залежно від міграційного статусу, %

Варіанти відповіді	Іммобільне населення	ВПО	Загалом
Немає такого бажання	4,2	5,1	4,4
Є бажання, але немає сил	19,9	22,5	20,4
Є бажання, і сили	47,5	40,6	26,4
Є бажання, це ніяк від мене не залежить	28,3	31,8	28,8

Водночас 22,5% ВПО повідомляють, що мають бажання, але відчують брак сил, що дещо більше, ніж серед тих, хто залишився (19,9%). Цей факт вказує на те, що переміщення може спричинити додаткові стреси та труднощі, що обмежують можливості для само-реалізації, зокрема через невизначеність життєвих обставин, труднощі з адаптацією або психологічні фактори. 28,3% осілих громадян вказують, що мають відповідне бажання, але його реалізація «ніяк від них

не залежить»; це приблизно співпадає з показником серед внутрішніх мігрантів (31,8%). В обох виокремлених групах існують непереможні обставини, які, на думку респондентів, не дозволяють їм реалізувати бажання та слідувати власним планам через зовнішні фактори, такі як економічні або соціальні умови. Аналіз вказує на те, що ВПО частіше стикаються з перешкодами для реалізації своїх планів через нестабільність та стрес, що супроводжують процеси адаптації в новому місці.

Коли внутрішніх ресурсів ВПО виявляється замало для їхнього психологічного благополуччя та соціальної адаптації, актуалізується потреба у зовнішніх психологічних ресурсах. З таблиці 7 вбачається залежність сприйняття професійної психологічної допомоги як ресурсу від статусу проживання. При тому, що переважна більшість респондентів в обох групах (понад 80%) фактично не користується професійною психологічною допомогою або через її неактуальність/небажання, або через фінансові бар'єри, ключові відмінності полягають в причинах некористування: осіле населення значно частіше вказує на неактуальність або відсутність практики звернення, тоді як ВПО значно частіше вказують на фінансову недоступність.

Аналіз даних таблиці 7 показує, що професійна психологічна допомога отримує різну оцінку залежно від того, чи переїжджали респонденти. Серед тих, хто залишився в своєму населеному пункті, 10,7% вважають, що психологічна допомога здебільшого їм допомагає, порівняно з 12,5% серед переселенців. Отже, професійна психологічна допомога може бути корисною для частини респондентів незалежно від того, чи вони змінили місце проживання.

Серед переселенців 7,7% вказали, що не можуть визначити, чи допомагає їм психологічна допомога, чи шкодить, проти 5,9% серед тих, хто залишився. Це може свідчити про певну невизначеність або стрес, пов'язаний з переміщенням, що може ускладнювати сприйняття психологічної допомоги або робити її менш ефективною.

ВПО значно рідше за іммобільних громадян вважають таку допомогу неактуальною для себе, що може свідчити про вищу потенційну потребу в ній, а також про більше усвідомлення її необхідності через пережитий стрес, травми та втрати. Водночас значно вищі фінансові бар'єри серед переселенців показують розрив між потенційною потребою та реальною можливістю отримати вказану допомогу: 19,1% ВПО vs 12,3% іммобільних громадян вказують, що не мають можливості отримувати цю допомогу через фінансові чи інші обмеження. Економічна нестабільність ВПО прямо впливає на доступ до платних послуг психологів. Відносно високий відсоток відповіді «не практикую/неактуальна» серед осілих громадян (70,7%) може відображати меншу суб'єктивну потребу, більшу опору на інші ресурси (сім'я, друзі) або ж стійкішу стигматизацію та упередження щодо психологічної допомоги в цій групі порівняно з ВПО (60%), які могли мати більше контактів з гуманітарними організаціями, що пропонують таку підтримку.

Таблиця 7

Розподіл відповідей на питання «Що Вам особисто допомагає чи навпаки шкодить при виникненні психологічних негараздів (стресу, негативних емоцій, страхів, тощо)... професійна психологічна допомога?» залежно від міграційного статусу, %

	Імобільне населення	ВПО	Загалом
Здебільшого допомагає мені	10,7	12,5	11,0
Важко сказати, допомагає чи шкодить	5,9	7,7	6,2
Здебільшого шкодить мені	0,4	0,7	0,4
Не можу зараз собі цього дозволити	12,3	19,1	13,4
Не практикую / не актуально	70,7	60,0	68,9

ВПО значно рідше, ніж осіле населення, вважають психологічну допомогу неактуальною або не використовують її. Це логічно випливає з їхнього життєвого досвіду: переміщення, втрати, травматичні події, стрес, адаптація – все це об'єктивно підвищує потребу в підтримці з боку психологів. Водночас вимушені переселенці помітно частіше стикаються з фінансовими бар'єрами для отримання цієї допомоги. Переміщення часто пов'язане з втратою роботи, джерел доходу, збільшенням витрат, що робить платні послуги (зокрема психологічні) менш доступними. Це створює ситуацію, коли група з потенційно вищою потребою має менше фінансових можливостей для її задоволення.

Окреме питання у блоці запитань «Які види підтримки Ви отримуєте від держави або громадських організацій?» стосувалося саме психологічної підтримки. Це поняття ширше за професійну психологічну допомогу. З'ясувалося, що іммобільні громадяни значно частіше зазначають, що не мають потреби у психологічній підтримці (66,2%), порівняно з ВПО (54,4%) (таблиця 3). Натомість ВПО дещо частіше вказують на наявність потреби при відсутності підтримки (18,9% порівняно з 15,9% осілих громадян). Внутрішні мігранти також частіше за іммобільних громадян фактично отримують психологічну підтримку (7,7% vs 3,9%). Отже, психологічна підтримка є більш актуальною темою для ВПО. Однак зафіксовані незначні відмінності в отриманні психологічної підтримки та незадоволеній потребі в ній – це доволі неочікуваний результат, особливо порівняно з даними про професійну психологічну допомогу (див. вище), де фінансовий бар'єр для ВПО був виражений значно сильніше. Психологічна підтримка може включати ширший спектр допомоги, зокрема безкоштовні «гарячі лінії», групи підтримки, волонтерські ініціативи, які є відносно доступними для представників обох виокремлених груп (осілих та ВПО). Бар'єри (не лише фінансові, а й брак інформації, недовіра, стигма) стосовно звернення за підтримкою є значущими для обох груп, що призводить

до схожого рівня незадоволеної потреби, незважаючи на потенційно вищу відповідну потребу у ВПО.

Вказані вище відмінності відображають не лише ефективність цільових програм підтримки ВПО, але й фундаментальні структурні наслідки вимушеного переміщення, які створюють підвищений рівень уразливості навіть за умови активної інституційної підтримки. Результати аналізу вказують на необхідність диференційованого підходу до соціальної політики з урахуванням специфічних потреб обох досліджуваних груп населення.

Висновки. Життєстійкість людини в умовах війни є кумулятивним наслідком задіяння індивідуальних можливостей та здібностей, особистісних та соціальних ресурсів. Вона є потужним адаптивним механізмом, що позитивно орієнтує людину в надважких обставинах.

Переїзд до нової місцевості і, відповідно, зміна соціального оточення та звичного способу життя – це мегаподія у біографії кожного переселенця, що супроводжується трансформацією поглядів, настроїв, а також формуванням нових соціальних установок, особливостей поведінки та діяльності. Після переїзду до нового, а отже, стресогенного середовища ВПО опиняються в різноманітних структурних ситуаціях, в умовах депривації важливих життєвих потреб. Після задоволення базових потреб на перше місце виходить потреба внутрішніх мігрантів у соціальному статусі, у бажанні посісти гідне місце в новому локальному соціумі, потреба у самореалізації через професійну/громадську діяльність.

Про адаптацію ВПО як про dokonаний факт можна констатувати лише у випадках, коли вони перестають відчувати себе чужими у новому соціумі і залучаються до мікросередовища, що стає їм другим домом, з його павутинням різновалентних та багатовекторних зв'язків.

Вимушені переселенці, за нашими оцінками, мають нижчий рівень соціального капіталу порівняно з осілими громадянами через слабші соціальні мережі та нижчу участь у громадських заходах. Відновлення соціального капіталу потребує активних дій: участі у тренінгах, створення нових контактів, створення спеціальних механізмів підтримки для переселенців з боку інституцій держави, зокрема служб соцзахисту, а також муніципалітетів, громадських організацій тощо.

Осілим громадянам, порівняно з ВПО, притаманна більш позитивна оцінка життя та життєвих перспектив. Їхні цілі більш скеровані назовні: на розширення контактів близьких людей, на участь в житті локального соціуму. У них переважає особистісний контроль над перебігом життя, вони використовують активні та продуктивні стратегії подолання труднощів.

У воєнний час соціальні ресурси (згуртованість громади, волонтерський рух тощо) часто відіграють вирішальну роль, оскільки індивідуальні ресурси можуть бути обмеженими через стрес, втрати чи ізоляцію. Водночас індивідуально-психологічні чинники, як-от віра

в перемогу чи здатність знаходити сенс у боротьбі, допомагають людям зберігати надію та мотивацію.

Вимушені переселенці, які опинилися у складній життєвій ситуації, потребують належного співчуття та піклування, бо зазнають «подвійної депривації», стаючи об'єктом більшої уваги та підтримки з боку інституцій, але водночас залишаються групою з вищим рівнем незадоволення базових потреб через масштабність втрат, спричинених вимушеним переміщенням.

Спостерігається чітка закономірність: ВПО демонструють значно вищий рівень потреби (як задоволеної, так і незадоволеної) у соціальних послугах порівняно з усім населенням. Більшість осіб громадян не відчуває потреби в таких послугах, тоді як серед переселенців ця частка значно менша. ВПО частіше і отримують такі послуги, і вказують на їх нестачу. Дані опитування свідчать про підвищену соціальну вразливість внутрішніх мігрантів та важливість розбудови ефективних систем соціальної підтримки в місцях їхнього розселення для компенсації втрачених неформальних зв'язків та задоволення специфічних потреб.

Отже, проведений аналіз демонструє значні розбіжності в структурі доступу до соціальної та державної підтримки між ВПО та імобільним населенням. Виявлено, що:

ВПО властивий вищий рівень інтеграції в систему соціального захисту за всіма досліджуваними категоріями підтримки;

попри отримання допомоги від держави та волонтерів, серед ВПО зберігається високий рівень незадоволеності потреб, особливо у сферах житлової підтримки та медичних послуг;

більшість імобільного населення не відчуває потреби в різних видах підтримки, тоді як серед ВПО частка таких респондентів значно нижча.

Для підтримання та посилення життєстійкості ВПО необхідний комплексний підхід, що враховує три виміри:

1) соціально-демографічний: розробка цільових програм підтримки для найбільш вразливих груп (літні люди, діти, особи з інвалідністю, жінки, неповні сім'ї); сприяння воз'єднанню сімей; створення умов для інтеграції в освітні заклади;

2) соціально-економічний: сприяння працевлаштуванню, програми перекваліфікації, підтримка підприємництва; забезпечення доступу до гідного та стабільного житла; надання фінансової допомоги; забезпечення безперешкодного доступу до медичних, освітніх та соціальних послуг;

3) психологічний: забезпечення доступності якісної психологічної (за необхідності – психіатричної) допомоги; програми з розвитку навичок подолання стресу та життєстійкості; сприяння формуванню соціальних мереж підтримки, груп взаємодопомоги; інтеграційні заходи; робота з травмою та втратою; підтримка у пошуках сенсів та відновленні ідентичності.

У переселенців є чималий «сплячий» особистісний потенціал, завдяки якому вони здатні «переплавляти» негативні емоційні переживання у енергію дії, необхідну для пошуку ефективних шляхів вирішення життєвих проблем, треба лише вміти його активізувати.

Подальші дослідження можуть бути пов'язані з ґрунтовним аналізом впливу соціально-демографічних, соціально-економічних та індивідуально-психологічних чинників на стан та динаміку соціальної адаптації і життєстійкості ВПО, на ефективність різних видів підтримки у фіксованому (одномоментному) та лонгітюдному вимірах.

Список використаної літератури

1. Коваліско Н. В., Бубняк С. М. Соціальне самопочуття внутрішньо переміщених осіб в Україні: соціологічний дискурс : монографія. Львів : ЛНУ ім. Івана Франка, 2022. 294 с.
2. Тітар І. О. Поняття та критерії адаптації й інтеграції внутрішньо переміщених осіб і умови зняття статусу переселенця. *Український соціум*. 2016. № 4 (59). С. 57–68.
3. Дембіцький С. Рівень психологічного дистресу як показник адаптованості внутрішньо переміщених осіб: динаміка змін (2016–2018 рр.). *Українське суспільство: моніторинг соціальних змін* / за ред. В. В. Ворони, М. Шульги. Київ : Ін-т соціології НАН України, 2018. Вип. 6 (20). С. 372–378.
4. Скларова І. Потреби ВПО у воєнний час: досвід громадського сектору України на прикладі ініціативи Shelter Ukraine. *Sociological Studios*. 2022. № 2(21). С. 57–67. URL: <https://doi.org/10.29038/2306-3971-2022-02-57-67> (дата звернення: 15.05.2025).
5. Дембіцький С. Стресові стани населення України в контексті війни. URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/stresovi_stany_naselennya_ukrainy_v_konteksti_viyini.html (дата звернення: 28.02.2025).

Bova A. A., Bielenok O. A. Resilience and adaptation in wartime: the resource potential of internally displaced persons and the immobile population

The ongoing Russian aggression, which began in 2014 and escalated with the full-scale invasion in 2022, has led to the emergence of a significant social group of Internally Displaced Persons (IDPs) in Ukraine. This study aims to examine the impact of various resources (material, administrative, social, and psychological) on the adaptation of IDPs and the immobile population to wartime challenges. It also provides a comparative analysis of their resource profiles to identify the areas of greatest resource scarcity for the displaced.

The research is based on a nationwide sociological survey conducted by the Rating Sociological Group on behalf of the Institute of Sociology of the National Academy of Sciences of Ukraine in October 2023. The empirical base comprises data from 2746 respondents aged 18 to 69, representing the population of Ukraine (excluding the occupied territories). The survey was conducted using a mixed-mode design (CATI – CAWI).

The findings show that IDPs more frequently face financial and material losses, exhibit lower levels of full-time employment and higher unemployment, and have a significant need for housing support and medical services. Despite a higher level of

integration into the social protection system and receiving various forms of state and public support, they still experience a significant deficit in meeting their basic needs, indicating a phenomenon of "double deprivation."

Furthermore, internal migrants have lower levels of social capital due to weakened social networks and are less likely to be surrounded by people of their own choosing, although they show greater proactivity in establishing new contacts with individuals who have similar life experiences. Regarding psychological resources, IDPs more often feel a lack of strength to implement their plans and are more prone to hopelessness about the future compared to the immobile population. The latter, in contrast, demonstrates a more positive life assessment and greater personal control. Nevertheless, a significant portion of IDPs demonstrates the ability to overcome difficulties and maintain optimism, which underscores their resilience.

Overall, the resilience of Ukrainians in wartime is a result of the cumulative engagement of individual capabilities and personal and social resources.

Key words: *internally displaced persons (IDPs), social adaptation, resources, Russo-Ukrainian War, employment, state support, non-displaced population, unmet needs, social capital, Ukraine.*

Дата першого надходження рукопису до видання: 09.11.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 05.12.2025

Дата публікації: 31.12.2025