



ISSN 2450-6486

<http://ehs.eeipsy.org>DOI: <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2023.2.05>

This publication was made with the funds of a joint Grant of
EEIP (Ukraine - France) and ChF "Education: Future"



Руслана НІКОРЯК

Вплив хронічної психотравмівної ситуації на психічне здоров'я мешканців Північної Буковини*

RUSLANA NIKORYAK. **The impact of a chronic psychotraumatic situation on the mental health of residents of Northern Bukovyna.** *In this work, an approach to assessing psychic health of Bukovinians based upon a study of the effects of social stress mainly caused by a chronic psycho-traumatic situation is developed. The stress susceptibility and stress resistance of labor migrants and those demobilized from antiterrorist operation military service are considered in detail. The criteria for early diagnosis of social tension in society are determined using the developed evaluation screening test.*
Keywords: social stress, labor migrants, demobilized participants in the antiterrorist operation, screening test.

1. Постановка проблеми

В останні роки в Україні з'явилися соціально-стресові розлади, обумовлені впливом зміни соціальних умов життя: бойові дії на Сході України та чисельна трудова міграція українців за межі країни. В нашій країні відбуваються глибокі зміни, які стосуються всіх сфер життя громадян та суспільства в цілому, що посилює вплив соціального стресу на життя українців. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, 45% всіх захворювань пов'язано із стресом.

Військові дії в Україні актуалізувала проблему посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Результати міжнародних досліджень у країнах, де відбувалася війна, показують, що поширеність ПТСР серед осіб, які перебували в зоні бойових дій (як військових, так і мирних жителів), зростає вдвічі і сягає 15 - 20 % [Allyn and Bacon, 2001]. Варто пам'ятати, що ці проблеми можуть проявитися не лише як ПТСР, а й у формі інших розладів, зокрема: зловживання психоактивними речовинами (ПАР), депресії, тривожні розлади, порушення контролю, спалахах злості та ін. [Jerome M. Sattler, Publisher, Inc., 2002]. Фундаментальні дослідження ПТСР в Росії, проведені професором Н.В.Тарабриною та її співробітниками, показали, що «після впливу бойового травматичного психологічного стресу учасникам бойових дій доводиться фактично заново відтворювати в умовах мирного життя структуру свого суб'єктивного життєвого простору, в тому числі і структуру самооцінки і смисложиттєвих орієнтацій».

У значної частини військовослужбовців Збройних Сил України, які постраждали в результаті участі в збройному конфлікті, спостерігаються психогенні розлади. Бойові дії на Сході України спровокували хвилю проблем психосоціальної адаптації, психічні розлади набули нових якісних і кількісних характеристик. Значна психічна травма може викликати стресовий розлад, але не завжди і не у всіх жертв. Пояснити вибірккову вразливість осіб із стресовим розладом можна особливостями біологічної конституції організму, дитячим досвідом, наявністю чи відсутністю підтримки соціальних систем. Психологічні порушення від замкненості і головних болів до спалахів агресії та алкоголізації діагностують у 80% бійців, що повернулися з зони антитерористичної операції (АТО). Військові дії на Сході України призвели до великої кількості загиблих, поранених, заручників як серед військових так і цивільних. Участь у бойових діях впливає на свідомість людини, піддаючи її серйозним якісним змінам. Посттравматичні стресові порушення сприяють

формуванню специфічних сімейних відносин, особливих життєвих сценаріїв і можуть впливати на все подальше життя людини. [Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В. 2017]. Кількість людей, які зазнали психологічних наслідків війни у 4 рази більше, аніж фізичних уражень [Напреенко А.К., Марчук Т.Е. 2001].

Участь у бойових діях вплинула на свідомість людини, піддала її серйозним якісним змінам. Разом із бойовим досвідом учасники АТО отримали фізичні травми, а їхня психіка зазнала значних змін. Вперше психологічні зміни у людей, які пережили екстремальну ситуацію описав Да Коста в 1871 році у солдатів громадянської війни в Америці як «синдром солдатського серця». У 1941 році А. Кардінер назвав це явище «хронічним військовим неврозом» з проявами збудливості і дратівливості; нестримним типом реагування на раптові подразники; фіксації на травматичних подіях; відходу від реальності; схильності до некерованих агресивних реакцій, тобто даний невроз має як фізіологічну так і психологічну природу.

Діапазон впливу війни на людину виявився надзвичайно широким. До відомих у світі нетрадиційних термінологічних позначень таких як: «в'єтнамський», «афганський», «чеченський» синдроми додався «синдром АТО». Протягом тривалого часу лікарі всього світу засвідчують, що у багатьох солдатів, які воювали виявлені тривожно-фобічні, поведінкові розлади та ознаки органічного ураження головного мозку. Подекуди ці симптоми виникають під час бойових дій, однак, значно частіше вони виникають через 6 місяців та більше після повернення додому [Решетников М.М. 2006; Тарабрина Н.В. 2001].

Важливим стресогенним чинником для українців стала і трудова міграція (ТМ) громадян України за кордон. Проблема зовнішніх трудових міграцій населення є актуальною для України протягом більше 20-ти років.

Виділяють 3 **хвилі** зовнішніх трудових міграцій з України у 2-й половині 20 століття:

1. До 1990-х років — малочисельні зовнішні трудові міграції, від'їжджала культурна та інтелектуальна еліта.
2. 1990-1995 роки — відтік трудових ресурсів за кордон чисельніший (кваліфіковані і досвідчені фахівці), розширюється географія виїзду.
3. Починаючи з 1995 року виїзд за кордон стає масовим (різна кваліфікація працівників).

Україна продовжує залишатися країною-експортером робочої сили [Надточій А. О., 2015]. Так, закордонний дослідник Ф. Дювел, посилаючись на дані Світового банку, називає Україну другою країною в світі, після Мексики, за величиною міграційного коридору, третьою в списку країн походження емігрантів, після Індії та Китаю, та четвертою в списку приймаючих країн, після Німеччини. Кількісно еміграція оцінена ним у межах 4 – 15 % усього населення або 20 % працездатного населення .

Трудові міграції більш поширені серед чоловіків (75 % мігрантів – чоловіки); – сільські мешканці складають 54,3 % трудових мігрантів (при цьому рівень участі сільського населення у трудових міграціях у 2,9 рази вищий від міського: до міграцій залучено 6,3 % економічно активного сільського населення, тоді як у містах лише 2,2 % міських мешканців, що обумовлено меншою кількістю робочих місць на селі); – більш високий рівень залучення до трудових міграцій сільських жителів, що спостерігається в цілому по Україні, в основному забезпечується за рахунок західних регіонів (на Заході до трудових міграцій залучено 10,8 % економічно активного населення, тоді як в інших регіонах – менше 2 %). Така ситуація пояснюється нерівномірністю розвитку регіонів України: дохід на душу населення в Донецькій області становив 683 дол. США (за результатами першого кварталу 2011 р.), що на 20 % вище ніж середній дохід по Україні (550 дол. США), у той час як дохід у Чернівецькій області (352 дол. США) був на 37 % нижчим від середнього. Проблема трудової міграції сьогодні уже торкнулася практично кожної української родини [Пітюліч М. І., 2014].

Вказана проблема відносно нова для сучасної психіатрії в Україні, значна за своїм медико-соціальним значенням, що обумовлює необхідність її ретельного вивчення і дослідження з можливістю практичного вирішення.

Трудові мігранти потребують ефективної психологічної та правової допомоги і підтримки, причому не тільки ті, які перебувають "на заробітках", але й ті, які тільки готуються до виїзду, а також заробітчани, які вже повернулися додому.

Разом з тим теоретичний аналіз та узагальнення попередніх наукових результатів досліджень показує, що вивченню внутрішньоособистісних конфліктів у трудових мігрантів та демобілізованих учасників антитерористичної операції в даний час приділяється недостатньо уваги.

Внаслідок новизни явища міжнародної трудової міграції і бойових дій для України, відсутності досвіду з їх регулювання та, зважаючи на наявність хронізації стресогенних чинників, **метою роботи** стало дослідження стресостійкості та стресовразливості серед учасників антитерористичної операції та трудових мігрантів Північної Буковини.

Матеріали та методи дослідження. Проведено оціночний скринінг-тест серед 700 чоловіків віком від 20 до 50-ти років, які проживають в Чернівецькій області. Застосовано статистичний метод.



. Результати дослідження

Соціальна напруга в українському суспільстві, викликана безробіттям, а саме – позбавлення фінансової опори, професійного кола спілкування та регулярної трудової активності людини призвела до вимушеної трудової міграції працездатного населення, що стало стресогенним чинником через руйнування зв'язків людини з біологічними, особистісними та історичними коріннями. Триваючі бойові дії на Сході України призводять до великої кількості загиблих, поранених, заручників як серед військових так і серед цивільних, викликаючи хронізацію стресу, що негативно впливає на все подальше життя людини. Бойові дії на сході нашої держави, які Україна вимушена проводити на своїй території, борючись за свою цілісність і незалежність, призвели до погіршення економічних, політичних, соціальних і психологічних наслідків, як для тих, хто брав безпосередню участь у бойових діях, так і для усього українського суспільства.

За умови інформованої згоди обстежено 700 осіб трудових мігрантів та учасників АТО з 2-х районів Чернівецької області, а саме – Заставнівського та Сторожинецького районів. Стан психічного здоров'я даного контингенту потребує своєчасної діагностики з метою профілактики виникнення психічних розладів внаслідок дії стресу.

Серед зареєстрованих 259 учасників АТО Заставнівського району тільки 6 осіб чи 2,3% перебувають на обліку у райпсихіатра, а 97,7% (253) осіб ніколи раніше не зверталися за психологічною допомогою. Серед 300 демобілізованих учасників АТО Сторожинецького району Чернівецької області тільки 21 особа чи 7% зверталися за психіатричною допомогою, а 93% (279) осіб є не обстеженими, оскільки за психологічною допомогою раніше не зверталися. Був проведений оціночний скринінг-тест серед 500 учасників АТО

(по 250 осіб в кожному районі) та 200 осіб, які протягом останніх 6 місяців повернулися з трудової міграції. Обстежено по 100 трудових мігрантів в кожному з даних районів, що видно з рис.1.



Рис.1. Розподіл досліджуваних у відносних величинах

На перше запитання скринінг-тесту -«Чи легко Ви переносите стрес?» 92% опитаних серед учасників АТО Заставнівського району відповіли - «Важко» і тільки 8 % осіб дали позитивну відповідь – «Легко» долають стрес у співвідношенні 12:1. Таким чином 230 осіб

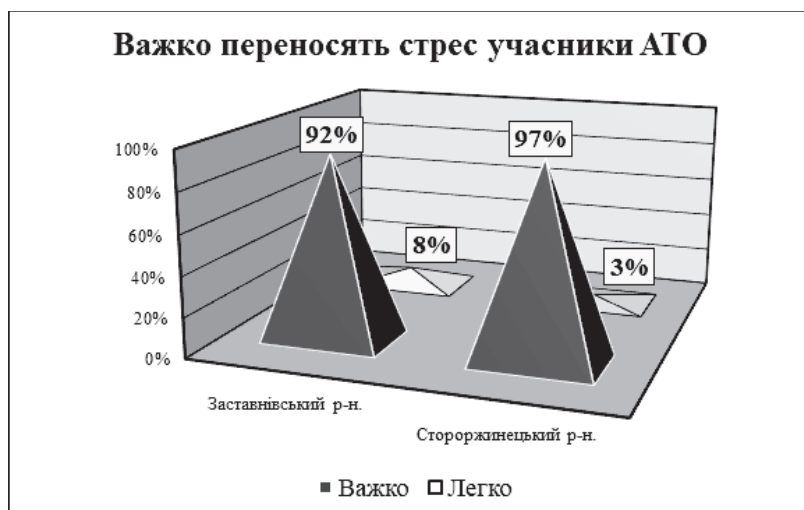


Рис.2. Розподіл стресовразливості серед учасників АТО

виявилися стресовразливими. Серед демобілізованих учасників АТО Сторожинецького району розподіл стресостійких виявився у 32 рази меншим за осіб, які важко переносили стрес, що склало 243 особи чи 97% до 3% (7) осіб, що видно з рис.2.

Таким чином, не всі учасники бойових дій змогли зберегти фізичне і психічне здоров'я, що зумовило інтерес до проблеми психічного здоров'я тих, хто перебував під впливом стрес - факторів війни та не потрапили в коло раніше досліджуваних.

Стресовразливими серед трудових мігрантів Заставнівського району виявлено 85% осіб, а стресостійких, відповідно, – 15% осіб у співвідношенні 5,7:1. Серед трудових мігрантів, які проживають у Сторожинецькому районі 83% осіб виявилися стресовразливими, а 17% осіб – стресостійкими у співвідношенні 4,9:1, що видно з рис.3.



Рис.3. Розподіл стресовразливості серед трудових мігрантів

Таким чином, складна економічна ситуація та низький рівень соціальних гарантій на Батьківщині змусили мільйони наших співгромадян виїхати за кордон у пошуках гідного заробітку. Заробітчани переживають значні психологічні труднощі, пов'язані із необхідністю адаптації на новому місці та входження в нові соціальні групи. Не всі вони вирішують свої проблеми конструктивно, деякі – деструктивно, що призводить до стресовразливості з виникненням внутрішньоособистісного конфлікту, депресії і навіть життєвої кризи.

На друге запитання оціночного скринінг-тесту – «Ваша реакція на стрес» серед 230 учасників АТО Заставнівського району тривога спостерігалася у 124 осіб, безнадія - у 37 чол., агресія - у 69 осіб, а

вживання психоактивних речовин (тютюн, алкоголь, наркотики) – у 218 осіб. У досліджуваних, які зловживають психоактивними речовинами 100% осіб вживають алкогольні напої, 95% осіб палять та 3% осіб вживають наркотичні речовини. Серед демобілізованих учасників АТО 12 осіб не вживають алкогольні напої, що склало 5% досліджуваних. Серед 243 учасників АТО Сторожинецького району 140 осіб відмітили тривогу, у 23 чол. спостерігалася безнадія, у 80 осіб – агресія, та у 237чол.- вживання ПАР. Серед осіб, які вживають ПАР 100% осіб курять, 100% чол. вживають алкоголь і 3% осіб - наркотичні речовини, що видно з рис.4.

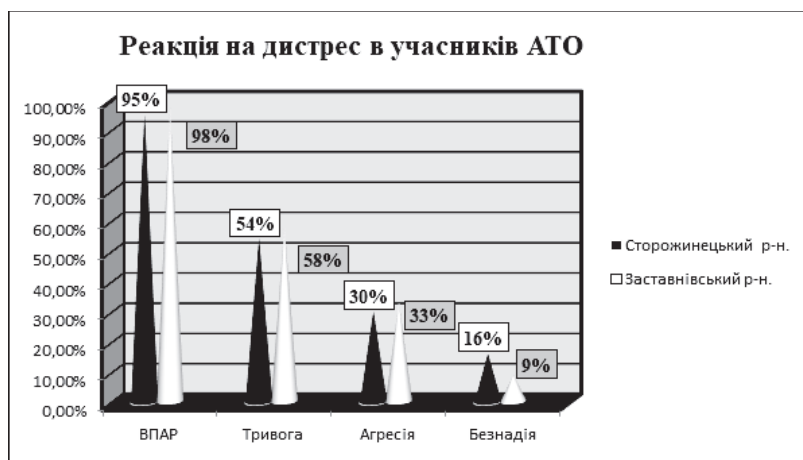


Рис.4. Розподіл варіантів реакцій на дистрес серед учасників АТО

Таким чином, внутрішньо-особистісний конфлікт призвів до посилення вживання психоактивних речовин та агресії, як варіантів захисту. Тривога спостерігалася у більшості досліджуваних.

Дослідження реакцій на дію стресу серед 85 трудових мігрантів Заставнівського району встановило, що 41 % осіб відмітили наявність тривоги, 18 % чол. вказали на безнадію а 41 %осіб на агресію, вживання ПАР спостерігалася у 98% осіб, а саме – вживання алкоголю 100% чол., 100% осіб палять і 3 % чол. вживають наркотичні речовини. Серед 83 трудових мігрантів Сторожинецького району у 54 % осіб спостерігалася тривога, безнадія – у 19 % чол., агресія – у 22 % осіб, вживають ПАР –100 % осіб, з яких 96% чол. - палять, 100 % осіб - вживають алкогольні напої і 5 % осіб вживають наркотичні речовини.

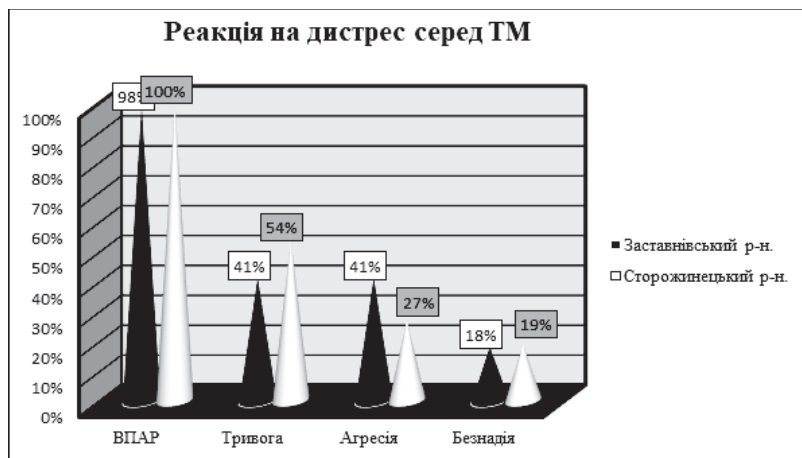


Рис. 5. Розподіл варіантів реакцій на дистрес серед трудових мігрантів

Таким чином, реакція на дистрес серед трудових мігрантів обох районів сягала значних показників, особливо - вживання психоактивних речовин спостерігалось у 99% чол. ; тривога – у 47% осіб; агресія - у 34% чол.; безнадія – у 18,5 % досліджуваних.

4. Висновки

Розроблений підхід до оцінки психічного здоров'я буковинців внаслідок дії соціального стресу виявив високу стресовразливість як серед учасників бойових дій так і трудових мігрантів чоловічої статі. За допомогою створеного оціночного скринінг-тесту розроблена рання діагностика соціальної напруги серед буковинців, що спонукає до посилення психопрофілактичних заходів з метою збереження психічного здоров'я нації.

References:

1. Агаєв Н.А., Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В., Ткаченко В.В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник.– К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2016.– 234 с.
2. Надточій А. О. Причини зовнішньої трудової міграції та оцінка її наслідків для економіки України Теорія та практика державного управління. - 2015. - Вип. 1. - С. 106-113.
3. Наказ МО України "Про затвердження Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України, які брали

- участь в антитерористичній операції, під час 122 відновлення боєздатності військових частин (підрозділів)” від 09.12.2015 року № 702.
4. Напреенко А.К., Марчук Т.Е. Посттравматическое стрессовое расстройство (обзор литературы). Архив психиатрии . 2001. №3 (26). С. 33-42.
 5. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій: Методичний посібник. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2015. – 170 с.
 6. Пітюлич М. І. Новітні тенденції розвитку міжнародної трудової міграції та їх наслідки для України . Науковий вісник Мукачівського державного університету. Сер. : Економіка. - 2014. - Вип. 1. - С. 96-100.
 7. Попелюшко Р.П. Особливості психологічної реабілітації учасників бойових дій засобами природничої рекреації. Актуальні проблеми психології: зб. наук. пр. Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психол. ім. Г.С. Костюка. – Київ, 2015. – Т. XI: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип. 13. – С. 198-207.
 8. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. – 282 с.
 9. Решетников М.М. Психическая травма. СПб. Питер. Восточно-Европейский Институт Психоанализа. 2006. 322 с.
 10. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. Питер. 2001. 272 с
 11. Kaufman, Alan, S., and Elizabeth O. Lichtenberger. Assessing Adolescent and Adult Intelligence. Boston: Allyn and Bacon, 2001.
 12. Sattler, Jerome M. "Assessment of visual-motor perception and motor proficiency." In Assessment of Children: Behavioral and Clinical Applications. 4th ed. San Diego: Jerome M. Sattler, Publisher, Inc., 2002.

Transliteration of References:

1. Ahaiev N.A., Kokun O.M., Pishko I.O., Lozinska N.S., Ostapchuk V.V., Tkachenko V.V. (2016). Zbirnyk metodyk dlia diagnostyky nehatyvnykh psykhychnykh staniv viiskovosluzhbovtiv: Metodychnyi posibnyk. K.: NDTs HP ZSU. 234 s.
2. Nadtochii A.O. (2015). Prychyny zovnishnoi trudovoi mihratsii ta otsinka yii naslidkiv dlia ekonomiky Ukrainy Teoriia ta praktyka derzhavnoho upravlinnia. Vyp. 1. S. 106-113.
3. Nakaz MO Ukrainy “Pro zatverdzhennia Polozhennia pro psykhologichnu reabilitatsiiu viiskovosluzhbovtiv Zbroinykh Syl Ukrainy, yaki braly uchast v antyterorystychnii operatsii, pid chas 122 vidnovlennia boiezdatnosti viiskovykh chastyn (pidrozdiliv)” vid 09.12.2015 roku № 702.
4. Napreenko A.K., Marchuk T.E. (2001). Posttravmatycheskoe stressovoe rasstrojstvo (obzor literatury). Arkhiv psikhyatrii. №3 (26). S. 33-42.

5. Kokun O.M., Ahaiev N.A., Pishko I.O., Lozinska N.S. (2015). Osnovy psykhologichnoi dopomohy viiskovosluzhbovtciam v umovakh boiovykh dii: Metodichnyi posibnyk. K.: NDTs HP ZSU. 170 s.
6. Pitiulych M.I. (2014). Novitni tendentsii rozvytku mizhnarodnoi trudovoi mihratsii ta yikh naslidky dlia Ukrainy. Naukovyi visnyk Mukachivskoho derzhavnoho universytetu. Ser. : Ekonomika. Vyp. 1. S. 96-100.
7. Popeliushko R.P. (2015). Osoblyvosti psykhologichnoi reabilitatsii uchashnykiv boiovykh dii zasobamy pryrodnychoi rekreatsii. Aktualni problemy psykhologii: zb. nauk. pr. Nats. akad. ped. nauk Ukrainy, In-t psykol. im. H.S. Kostiuksa. Kyiv, 2015. T. KhI: Psykhologhiia osobystosti. Psykhologichna dopomoha osobystosti. Vyp. 13. S. 198-207.
8. Kokun O.M., Ahaiev N.A., Pishko I.O., Lozinska N.S., Ostapchuk V.V. (2017). Psykhologichna robota z viiskovosluzhbovtciamy – uchashnykamy ATO na etapi vidnovlennia: Metodichnyi posibnyk. K.: NDTs HP ZSU. 282 s.
9. Reshetnykov M.M. (2006). Psykhycheskaia travma. SPb. Pyter. Vostochno-Evropeiskyi Ynstytut Psykhoanaliza. 322 s.
10. Tarabryna N.V. (2001). Praktykum po psykhologii posttravmatycheskoho stressa. SPb. Pyter. 272 s.
11. Kaufman, Alan, S., and Elizabeth O. Lichtenberger. (2001). Assessing Adolescent and Adult Intelligence. Boston: Allyn and Bacon.
12. Sattler, Jerome M. (2002). "Assessment of visual-motor perception and motor proficiency." In Assessment of Children: Behavioral and Clinical Applications. 4th ed. San Diego: Jerome M. Sattler, Publisher, Inc.

The Author

Ruslana NIKORYAK
psychiatrist,
Chernivtsi Regional Psychiatric Hospital,
Chernivtsi, Ukraine
E-mail: nikoriakrusya@gmail.com

Abstracts

РУСЛАНА НИКОРЯК. Вплив хронічної психотравмівної ситуації на психічне здоров'я мешканців Північної Буковини.
У даній роботі розроблений підхід до оцінки психічного здоров'я буковинців, який базується на вивченні дії соціального стресу, головним серед якого є хронічна психотравмівна ситуація. Детально розглянута стресовразливість та стресостійкість у трудових мігрантів та демобілізованих учасників антитерористичної операції. Виявлені

критерії ранньої діагностики соціальної напруги у суспільстві за допомогою розробленого оціночного скринінг-тесту.

Ключові слова: соціальний стрес, трудові мігранти, учасники антитерористичної операції, скринінг-тест.

RUSLANA NIKORIAK. **Wpływ przewlekłej sytuacji traumatycznej na zdrowie psychiczne mieszkańców Bukowiny Północnej.** W artykule opracowano podejście do oceny stanu zdrowia psychicznego mieszkańców Bukowiny, które opiera się na badaniu wpływu stresu społecznego, w szczególności chronicznej sytuacji traumatycznej. Szczegółowo omówiono podatność na stres i odporność na stres migrantów zarobkowych oraz zdemobilizowanych uczestników operacji antyterrorystycznej. Zidentyfikowano kryteria wczesnej diagnozy napięcia społecznego w społeczeństwie za pomocą opracowanego testu przesiewowego.

Słowa kluczowe: stres społeczny, migranci zarobkowi, uczestnicy operacji antyterrorystycznej, badanie przesiewowe.

* Матеріал підготовлено у 2017 році (коли тривав 4-й рік війни, яку в 2014 році розпочала Росія проти України) і вперше представлено на І-й Міжнародній Міждисциплінарній Асамблеї “ІТСТР: дорослі, діти та родини в ситуації війни” (8-10 грудня 2017 року, м. Київ, Україна) (Ред.)