

## ЗМІНИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ СТАРШИХ КУРСІВ ПРОТЯГОМ РОКУ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

©О. В. Денефіль, Ю. В. Зьомко, С. А. Мусієнко

*Тернопільський національний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України*

**РЕЗЮМЕ.** У статті представлено матеріали дослідження змін психологічних характеристик студентів під час війни.

**Мета** – дослідити зміни психологічних характеристик за тестом FPI форма В у студентів IV–V курсів медичного факультету через тиждень і через рік від початку війни.

**Матеріал і методи.** Проведено обстеження 30 чоловіків і 30 жінок віком 20–22 роки, які є студентами IV–V курсів Тернопільського національного медичного університету імені І. Я. Горбачевського. Перше анкетування проведено 3 березня 2022 року, друге – 24 лютого 2023 року. Психологічне обстеження проведено за допомогою Фрайбурзького особистісного опитувальника FPI форма В. Перед початком кожного тестування студентів інформували про умови його проведення і методики, які будуть використовуватися, їм надавали гарантії нерозголошення отриманої інформації, що відповідає принципам інформаційної згоди.

**Результати.** Відповідно до отриманих досліджень виявлено, що у жінок під час другого анкетування, порівняно з першим, достовірно зменшилися показники за шкалами: спонтанна агресивність (на 18,0 %), депресивність (на 15,1 %), сором'язливість (24,9 %), відкритість (20,2 %) та емоційна лабільність (16,8 %), зросли – товарищескість (92,2 %), урівноваженість (27,9 %) та маскулінність/фемінність (31,6 %). У чоловіків достовірно зменшилися невротичність (на 20,9 %), спонтанна агресивність (на 22,2 %), дратівливість (на 33,1 %), реактивна агресивність (на 29,4 %), зросли – урівноваженість (на 26,8 %) і відкритість (на 34,5 %).

**Висновки.** Результати психологічних досліджень студентів за 03.03.2022 та 24.02.2023 показали, що молодь повернула всі звичні захисні механізми, адаптувалася та відновила психологічний ресурс. Психоемоційний стан студентів стабілізувався. Отже, війна спровокувала стадію резистентності загального адаптаційного стрес-синдрому, при якому нервова система змогла виробити достатню кількість ресурсів для того, щоб впоратися зі стресом.

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** опитувальник FPI форма В; студенти; війна; психологічні зміни; здоров'я.

**Вступ.** При переживанні такого неочікуваного ментального шоку як війна всередині людини відбувається сильна трансформація [1]. Її прояви є дуже різними й залежать безпосередньо від конкретної людини. Через рік повномасштабного вторгнення деякі українці вже пристосувалися до нової реальності, інші лише починають це робити. Ця ситуація викликає безліч реакцій: злість, плач, бажання спати, безупинно допомагати та волонтерити, постійно переглядати стрічку новин [2]. Однак наша нервова система не може бути у постійній напрузі та активно реагувати на все, що відбувається навколо. Тож у цей момент і починається адаптація або дезадаптація – пристосування і спосіб реагування на нову реальність [3–5].

Стрес – це неспецифічна реакція організму у відповідь на дуже сильну дію ззовні, яка перевищує норму, а також відповідна реакція нервової системи. Цей термін у наукову термінологію був введений Г. Сельє, який зробив висновок про існування загального адаптаційного синдрому, що забезпечує пристосування організму до умов середовища, які змінюються. Загальний адаптаційний синдром характеризується трьома стадіями: на першій стадії (стадія тривоги) відбувається мобілізація захисних реакцій організму; на другій (стадія резистентності) – виникає збільшення стійкості ор-

ганізму до дії стресорів; третя стадія (виснаження) характеризується виснаженням адаптаційних резервів. Поняття стресу, як правило, пов'язують з дією факторів, що погіршують психічне та фізичне здоров'я людини [6, 7]. Хоча еустрес – це насамперед корисна для організму реакція, яка виникла в ході еволюції і сприяє його адаптації до умов життя, що змінюються. Однак, сильні й багаторазово повторювані дії стресорів можуть призводити до різноманітних негативних наслідків, на яких фіксують свою увагу багато дослідників [8, 9]. Є дані, що серед студентів найбільш схильні до стресу жінки та студенти старших курсів [10].

**Мета** – дослідити зміни психологічних характеристик за тестом FPI форма В у студентів IV–V курсів медичного факультету через тиждень і через рік від початку війни.

**Матеріал і методи дослідження.** Обстежено 30 чоловіків і 30 жінок віком 20–22 роки, студентів IV–V курсів Тернопільського національного медичного університету імені І. Я. Горбачевського. Студентам проведено психологічне обстеження за допомогою Фрайбурзького особистісного опитувальника FPI форма В. Тест є валідним для осіб віком 30–63 роки [11]. Перед початком кожного тестування досліджуваних інформували про умови його проведення і методики, які будуть викорис-

Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення тоуватися, їм надавали гарантії нерозголошення отриманої інформації, що відповідає принципам інформаційної згоди. Обстежувані не залежали від дослідника і не отримували грошової винагороди.

Дослідження проводили за відсутності повітряної тривоги, індивідуально для кожного студента. Для дослідження використовували опитувальник з інструкцією і бланк для відповідей. Опитувальник містить 12 шкал. Загальна кількість питань – 114. Шкали I–IX є основними, або базовими, а шкали X–XII – похідними, інтегруючими. Шкала I – невротичність, II – спонтанна агресивність, III – депресивність, IV – дратівливість, збудливість, V – товариськість, VI – урівноваженість, VII – реактивна агресивність, VIII – сором'язливість, IX – відкритість, X – екстраверсія/інтроверсія, XI – емоційна лабільність, XII – маскуліність/фемінність. Перше анкетування було проведено 03.03.2022 року, друге – 24.02.2023 року. Статис-

тичну обробку цифрових даних здійснювали за допомогою програмного забезпечення "Excel" (Microsoft, США) з використанням параметричних і непараметричних методів оцінки отриманих даних. Обробку тестів здійснювали за допомогою комп'ютерної програми [12].

**Результати й обговорення.** Відповідно до отриманих результатів дослідження (табл. 1) виявлено, що у жінок під час другого анкетування (24.02.2023), порівняно з першим (03.03.2022), достовірно зменшилися показники за шкалами: спонтанна агресивність (на 18,0 %), депресивність (на 15,1 %), сором'язливість (24,9 %), відкритість (20,2 %) та емоційна лабільність (16,8 %). Натомість достовірно зросли під час другого анкетування – товариськість (92,2 %), урівноваженість (27,9 %) та маскуліність/фемінність (31,6 %). Не відбулося достовірних змін у жінок за такими шкалами: невротичність, дратівливість, реактивна агресивність, екстраверсія/інтроверсія.

Таблиця 1. Зміни психологічних характеристик у жінок під час війни,  $M \pm m$ ,  $n=30$

№ шкали	Назва шкали	Дата обстеження		p
		03.03.2022	24.02.2023	
I	Невротичність	6,07±0,26	5,30±0,17	p>0,05
II	Спонтанна агресивність	6,43±0,29	5,27±0,19	p<0,05
III	Депресивність	6,60±0,27	5,60±0,21	p<0,05
IV	Дратівливість	5,03±0,33	5,73±0,17	p>0,05
V	Товариськість	2,43±0,30	4,67±0,19	p<0,05
VI	Урівноваженість	3,83±0,28	4,90±0,18	p<0,05
VII	Реактивна агресивність	5,80±0,29	5,07 ±0,18	p>0,05
VIII	Сором'язливість	5,90±0,33	4,43±0,23	p<0,05
IX	Відкритість	6,23±0,31	4,97±0,17	p<0,05
X	Емоційна лабільність	6,53±0,25	5,43±0,16	p<0,05
XI	Екстраверсія/інтроверсія	5,23±0,30	5,90±0,21	p>0,05
XII	Маскуліність/фемінність	3,80±0,35	5,00±0,17	p<0,05

Якщо врахувати, що у жінок зменшилися спонтанна агресивність, депресивність, сором'язливість, емоційна лабільність, зросли товариськість, урівноваженість, то можна вважати, що студентки адаптувалися до умов сьогодення. Натомість зменшилася відкритість, що може вказувати на зменшення довіри, замкнутість, зниження самокритики. Це, можливо, пов'язано зі стресом, виділенням надмірної кількості андрогенів, що поєднується із зростанням маскуліності.

Аналізуючи отримані результати у чоловіків (табл. 2) ми виявили, що під час другого анкетування (24.02.2023), порівняно з першим (03.03.2022), достовірно зменшилися значення за такими шкалами: невротичність (на 20,9 %), спонтанна агресивність (на 22,2 %), дратівливість (на 33,1 %), реактивна агресивність (на 29,4 %). Натомість під час

другого анкетування достовірно зросли урівноваженість (на 26,8 %), відкритість (на 34,5 %). Не відбулося достовірних змін у чоловіків за такими шкалами: депресивність, товариськість, сором'язливість, емоційна лабільність, екстраверсія/інтроверсія, маскуліність/фемінність.

У чоловіків зменшилися невротичність, спонтанна і реактивна агресивність, дратівливість, зросли урівноваженість і відкритість, що вказує на хороші адаптаційні можливості. Тим більше, високі значення за шкалою відкритості свідчать про прагнення до довірливо-відвертої взаємодії з оточуючими людьми при високому рівні самокритичності.

При аналізі показників чоловіків і жінок у першому тестуванні (рис. 1) виявлено, що у чоловіків вищі значення за шкалами дратівливість (на

Таблиця 2. Зміни психологічних характеристик у чоловіків під час війни,  $M \pm m$ ,  $n=30$

№ шкали	Назва шкали	Дата обстеження		p
		03.03.2022	24.02.2023	
I	Невротичність	5,40±0,29	4,27±0,30	p=0,05
II	Спонтанна агресивність	6,13±0,34	4,77±0,31	p<0,05
III	Депресивність	5,53±0,36	4,27±0,32	p>0,05
IV	Дратівливість	6,53±0,28	4,37±0,29	p<0,05
V	Товариськість	5,63±0,37	6,37±0,33	p>0,05
VI	Урівноваженість	5,07±0,30	6,43±0,29	p<0,05
VII	Реактивна агресивність	6,90±0,28	4,87±0,29	p<0,05
VIII	Сором'язливість	4,77±0,36	4,77±0,33	p>0,05
IX	Відкритість	5,33±0,33	7,17±0,29	p<0,05
X	Емоційна лабільність	5,80±0,40	4,47±0,32	p>0,05
XI	Екстраверсія/інтроверсія	5,00±0,35	6,07±0,36	p>0,05
XII	Маскулінність/фемінність	6,20±0,36	4,93±0,40	p>0,05

29,8 %), товариськість (у 2,3 раза), урівноваженість (на 32,4 %), реактивна агресивність (на 19,0 %), маскулінність/фемінність (на 63,2 %). Дійсно, на початку війни чоловіки-студенти переживали як за долю України, так і за свою власну. Через невизначеність ситуації у них був нестійкий

емоційний стан зі схильністю до агресивності, бажання щось вирішити, у зв'язку з чим зростала соціальна активність, а для цього необхідно було налагоджувати соціальні контакти, багато спілкуватися, що потребувало значної фізичної активності.

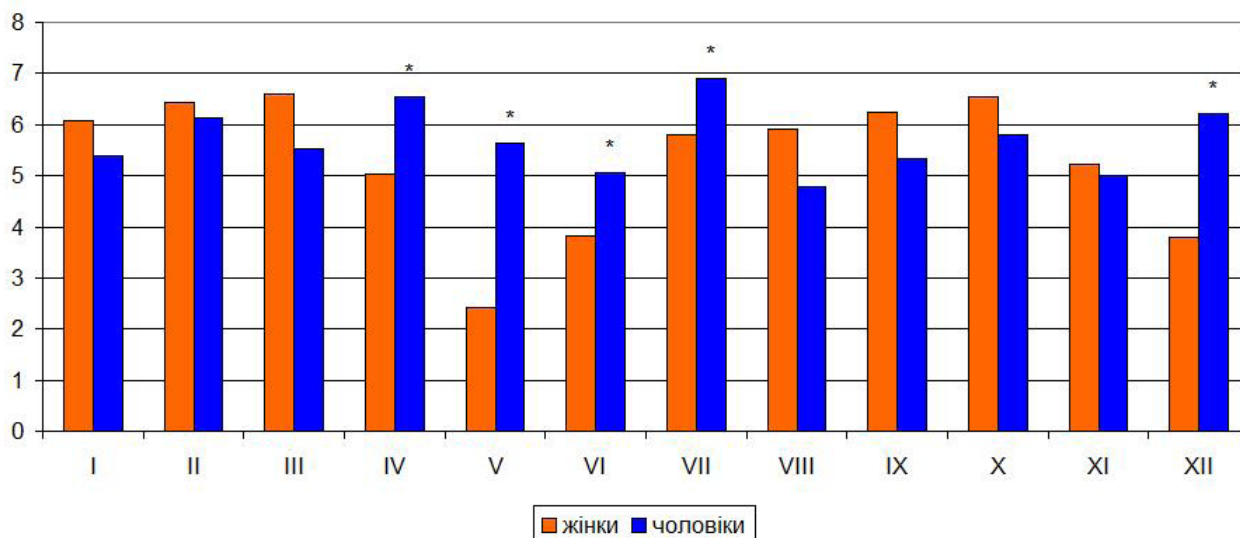


Рис. 1. Значення показників Фрайбурзького опитувальника FPI, форма B, студентів ТНМУ 3.03.2022 року (показники у балах).

Примітка. \* – достовірні значення у чоловіків, порівняно з жінками.

При аналізі показників чоловіків і жінок у другому тестуванні (рис. 2) виявлено, що у чоловіків вищі значення за шкалами товариськість (на 36,4 %), урівноваженість (на 31,2 %), відкритість (на 44,3 %), а у жінок – більшими є невротичність (на 19,4 %), депресивність (на 23,7 %), дратівливість (на 23,7 %), емоційна лабільність (на 17,7 %). Дійсно, через рік від початку повномасштабної війни чоловіки-студенти стали урівноваженішими, соціальна активність не зменшилася, оскільки

необхідно добре вчитися, необхідно багато спілкуватися. Психологічні особливості у жінок характерні для осіб, у яких переважають естрогени, і не є патологією, оскільки знаходяться у межах середніх показників.

Аналізуючи результати досліджень за 03.03.2022 та 24.02.2023, можна зробити висновок, що студенти адаптувалися до навчання в умовах війни. Стійкість організму молоді за рік стала вищою. Нервова система має достатній по-

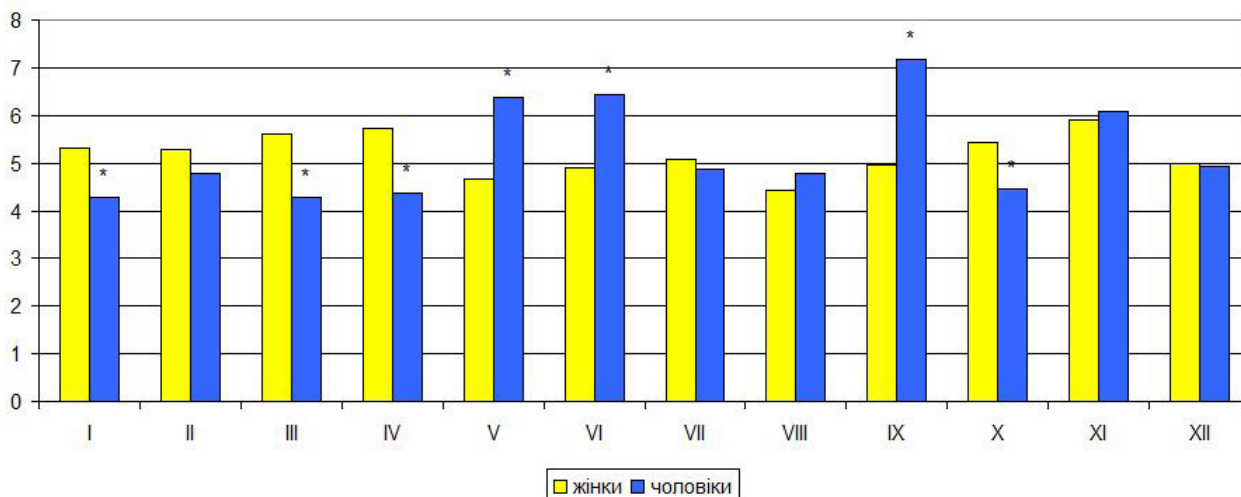


Рис. 2. Значення показників Фрайбурзького опитувальника FPI, форма В, студентів ТНМУ 24.02.2023 року (показники у балах).

Примітки. \* – достовірні значення у чоловіків, порівняно з жінками.

тенціал для того, щоб впоратися з новими викликами. Про це свідчить зниження невротичності, спонтанної агресивності, депресивності, реактивної агресивності та емоційної лабільності. Відповідно, такі показники як урівноваженість, екстраверсія/інтроверсія, зросли, оскільки студенти навчилися розподіляти ресурс у такий спосіб, щоб не виснажувати організм.

Перше анкетування показало, що студенти перебували у стадії тривоги загального адаптаційного стрес-синдрому. На цьому етапі відбувається мобілізація захисних сил організму. До мозку надходить сигнал про небезпеку, який активізує гіпоталамус, який, по суті, відповідає за готовність організму відреагувати на загрозу. У них проявилися нервозність, агресивність, нестійкість емоційного стану. На час другого анкетування спостерігалася позитивна динаміка. Стійкість організму до подразників стала вищою, що відповідає наступній стадії – розвитку стійкої резистентності. Підвищення показників товариськості та врівноваженості свідчить про соціальну активність та пристосовуваність до впливу стресу.

Отже, можна сказати, що війна спровокувала адаптаційний синдром – комплекс різноманітних

реакцій захисного характеру, що виникають в організмі людини і тварини у відповідь на значні пошкоджувальні чинники (стресори). «Кожен стрес залишає на людині незмінний рубець» – писав Ганс Сельє, так і війна не залишиться непомітною. Стресори впливають не лише на психологічний стан, а й на фізичне здоров'я людини. Вони є головними «чинниками ризику» та прояву й загострення таких захворювань, як серцево-судинні та захворювання шлунково-кишкового тракту.

**Висновок.** Результати психологічних досліджень студентів за 03.03.2022 та 24.02.2023, показали, що молодь повернула всі звичні захисні механізми, адаптувалася та відновила психологічний ресурс. Психоемоційний стан студентів стабілізувався. Отже, війна спровокувала стадію резистентності загального адаптаційного стрес-синдрому, при якому нервова система змогла виробити достатню кількість ресурсів для того, щоб впоратися зі стресом.

**Перспективи подальших досліджень.** У перспективі доцільно дослідити особливості психологічних змін в студентів у динаміці, вивчити особливості поведінки та подальше пристосування до стресового впливу.

#### ЛІТЕРАТУРА

- Хаустова О. О. Медико-психологічні наслідки дистресу війни в Україні / О. О. Хаустова // Український медичний часопис. – 2022. – № 4 (1). – С. 8–19.
- Рештакова Н. О. Оцінка якості життя осіб з психосоматичними захворюваннями / Н. О. Рештакова // Медсестринство. – 2021. – № 1. – С. 10–14.

- Климчук В. О. Психологія посттравматичного зростання: монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології / В. О. Климчук. – Кропивницький : Імекс – ЛТД, 2020. – С. 8–10.
- Рештакова Н. О. Тривога як одна з форм невро-



Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення  
тичних захворювань та методи її діагностики / Н. О. Рештакова // Медсестринство. – 2020. – № 1. – С. 65–66.

5. Хаустова О. О. Психосоматичні маски тривоги / О. О. Хаустова // Український медичний часопис. – 2019. – № 4 (1). – С. 53–60.

6. Маркова М. В. Постстрессова психологічна дезадаптація: закономірності розвитку і специфіка клінічних проявів дезадаптивних станів у окремих специфічних груп населення, вразливих до дії макросоціального стресу / М. В. Маркова. – Харків: Друкарня «Мадрид», 2019. – С. 320–323.

7. Булах В. П. Стрес та його вплив на організм людини / В. П. Булах // Медсестринство. – 2014. – № 3. – С. 10–15.

8. Денефіль О. В. Особливості кардіоінтервалографії та психологічного стану молодих людей з різним ризиком розвитку артеріальної гіпертензії / О. В. Денефіль // Запорозький медичний журнал. – 2013. – № 3. – С. 21–24.

9. Петьков В. А. Психологічні особливості впливу стресу на загальний розвиток дитини / В. А. Петьков // Освіта та розвиток обдарованої особистості. – 2015. – № 6 (37). – С. 33–36.

10. Євтушик Ю. О. Дослідження впливу стресу на життя та діяльність людини / Ю. О. Євтушик, І. В. Чернецька // Студентський вісник НУВГП. – 2015. – Т. 3(5). – С. 71–73.

11. Луценко О. Л. Фрайбурзький особистісний опитувальник FPI – перевірка валідності та локальна стандартизація / О. Л. Луценко // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія, – 2017. – Т. 61. – С. 49–54.

12. Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 23327. Психодіагностична комп'ютерна програма «Фрайбурзький особистісний опитувальник FPI, форма В» / О. В. Денефіль, Т. М. Білінська. – К. : Державний департамент інтелектуальної власності, 25.12.2007 р.

#### REFERENCES

1. Khaustova, O.O. (2022). Medyko-psykholohichni naslidky dystresu viiny v Ukraini [Medical and psychological consequences of war distress in Ukraine]. *Ukrainskyi medychnyi chasopys – Ukrainian Medical Journal*, 4(1), 8-19 [in Ukrainian].

2. Reshtakova, N.O. (2021). Otsinka yakosti zhyttia osib z psykhatychnymy zakhvoriuvanniamy [Assessment of the quality of life of persons with psychotic diseases]. *Medsestrynstvo – Nursing*, 1, 10-14 [in Ukrainian].

3. Klymchuk, V.O. (2020). *Psykhologhiia posttravmatychnoho zrostannia: monohrafiia – The psychology of post-traumatic growth: monograph*. Kropyvnytsky: Imeks – LTD [in Ukrainian].

4. Reshtakova, N.O. (2020). Tryvoha yak odna z form nevrotychnykh zakhvoriuvan ta metody yiyi diahnostryky [Anxiety as one of the forms of neurotic diseases and methods of its diagnosis]. *Medsestrynstvo – Nursing*, 1, 65-66 [in Ukrainian].

5. Khaustova, O.O. (2019). Psykhsomatychni masky tryvohy [Psychosomatic masks of anxiety]. *Ukrainskyi medychnyi chasopys – Ukrainian Medical Journal*, 4(1), 53-60 [in Ukrainian].

6. Markova, M.V. (2019). *Poststresova psykholohichna dezadaptatsiia: zakonirnosti rozvytku i spetsyfika klinichnykh proiaviv dezadaptivnykh staniv u okremykh spetsyfichnykh hrup naseleння, vrazlyvykh do dii makrosotsialnoho stresu – Post-stress psychological maladaptation: patterns of development and specificity of clinical manifestations of maladaptive states in certain specific population groups vulnerable to macrosocial stress*. Kharkiv: Drukarnia «Madryd» [in Ukrainian].

7. Bulakh, V.P. (2014). Stres ta yoho vplyv na orghanizm liudyny [Stress and its effects on a human body]. *Medsestrynstvo – Nursing*, 3, 10-15 [in Ukrainian].

8. Denefil, O.V. (2013). Osoblyvosti kardiointervalohrafiy ta psykholohichnoho stanu molodykh liudei z riznym ryzykom rozvytku arterialnoi hipertenzii [Features of cardiointervalography and psychological state of young people with different risk of developing arterial hypertension]. *Zaporozhskyy meditsynskyy zhurnal – Zaporizhia Medical Journal*, 3, 21-24 [in Ukrainian].

9. Petkov, B.A. (2015). Psykhologhichni osoblyvosti vplyvu stresu na zahalnyi rozvytok dytyny [Psychological features of the influence of stress on the general development of a child]. *Osvita ta rozvytok obdarovanoji osobystosti – Education and Development of a Gifted Personality*, 6(37), 33-36 [in Ukrainian].

10. Jevtushyk, Ju.O., & Chernecjka, I.V. (2015). Doslidzhennia vplyvu stresu na zhyttia ta dialnostj liudyny [Study of the impact of stress on human life and activity]. *Studentskyj visnyk NUVGhP – Student Bulletin of the National University of Water Management and Nature Management*, 3(5), 71-73 [in Ukrainian].

11. Lutcenko, O.L. (2017). Fraiburzkyi osobystisnyi opytuvalnyk FPI – perevirka validnosti ta lokalna standartyzatsiia [FPI Freiburg Personality Questionnaire – validation and local standardization]. *Visnyk Kharkivskogho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina. Serija Psykhologhija – Bulletin of Kharkiv National University named after V. N. Karazin. Psychology Series*, 61, 49-54 [in Ukrainian].

12. Denefil, O.V., & Bilinska, T.M. (2007). Svidoctvo pro reiestratsiu avtorskoho prava na tvir № 23327 [Certificate of copyright registration for the work No. 23327]. *Psykhodiahnostychna kompiuterna prohrama «Frajburzkyi osobystisnyi opytuvalnyk FPI, forma B» – Psychodiagnostic computer program “Freiburg Personality Questionnaire FPI, Form B”*. Kyiv: Derzhavny departament intelektualnoji vlasnosti [in Ukrainian].

## CHANGES IN THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF SENIOR STUDENTS DURING THE YEAR OF FULL-SCALE WAR IN UKRAINE

©O. V. Denefil, Yu. V. Ziomko, S. A. Musiienko

*I. Horbachevsky Ternopil National Medical University*

**SUMMARY.** The article presents research materials on changes in the psychological characteristics of students during the war.

**The aim** – to investigate changes in the psychological characteristics of students of the 4th-5th year of the medical faculty one week and one year after the start of the war according to the FPI form B test.

**Material and Methods.** 30 men and 30 women who are IV–V year students of the I. Horbachevsky Ternopil National Medical University, aged 20–22 years. The first survey was conducted on March 3, the second on February 24, 2023. The psychological examination was carried out with the help of the Freiburg personality questionnaire FPI form B. Before the start of each test, the subjects were informed about the conditions of its conduct and the methods that will be used, they were given guarantees of non-disclosure of the received information, which corresponds to the principles of informed consent.

**Results.** According to the obtained studies, it was found that during the second questionnaire, compared to the first, women had significantly lower values in the scales: spontaneous aggressiveness (by 18.0 %), depression (by 15.1 %), shyness (by 24.9 %), openness (by 20.2 %) and emotional lability (by 16.8 %). Instead, sociability (by 92.2 %), equanimity (by 27.9 %) and masculinity (by 31.6 %) increased significantly during the second questionnaire. Analyzing the results obtained in men, we found that during second the questionnaire, compared to the first, there were significantly lower values of the scales: neuroticism (by 20.9 %), irritability (by 33.1 %), spontaneous aggressiveness (by 22.2 %), reactive aggressiveness (by 29.4%). Instead, equanimity (by 6.8 %) and openness (by 34.5 %). increased significantly during the second questionnaire.

**Conclusions.** Results of psychological research of students on 03.03.2022 and 24.02.2023, showed that young people returned all their usual protective mechanisms, adapted and restored psychological resources. The psycho-emotional state of students stabilized. Consequently, the war triggered the resistance stage of the general adaptive stress syndrome, in which the nervous system was able to develop sufficient resources to cope with the stress.

**KEY WORDS:** questionnaire; FPI form B; students, war; psychological changes; health.

Отримано 10.05.2023

Електронна адреса для листування: denefil@tdmu.edu.ua