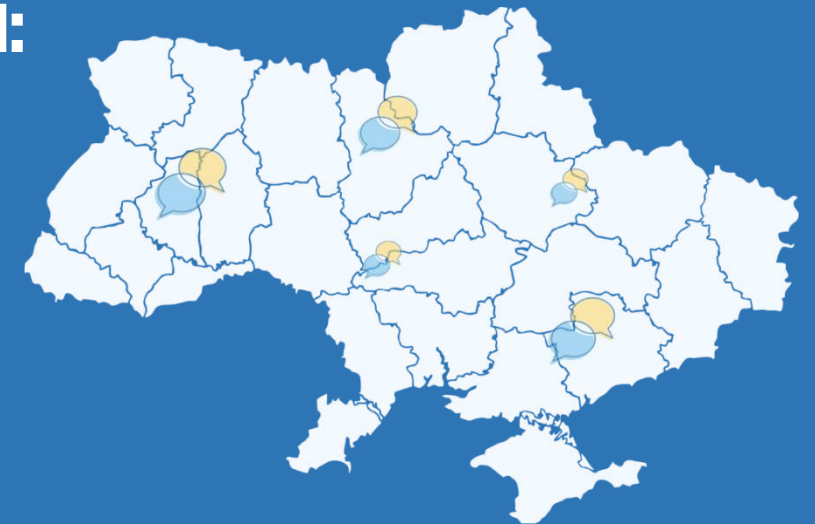


Чотирнадцяте загальнонаціональне опитування: Психологічні маркери війни

18-19 червня 2022

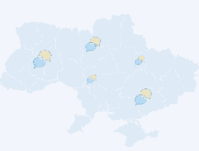


Методологія

- Аудиторія: населення України віком від 18 років і старші в усіх областях, крім тимчасово окупованих територій Криму та Донбасу, а також територій, де на момент опитування відсутній український мобільний зв'язок. Результати зважені з використанням актуальних даних Державної служби статистики України
- Вибірка репрезентативна за віком, статтю і типом поселення
- Вибіркова сукупність: **1200 респондентів**
- Метод опитування: CATI (Computer Assisted Telephone Interviewing – телефонні інтерв'ю з використанням комп'ютера). На основі випадкової вибірки мобільних телефонних номерів
- Помилка репрезентативності дослідження з довірчою імовірністю 0,95: **не більше 2,8%**
- Терміни проведення: **18-19 червня 2022 р.**

*З питань коментування результатів цього дослідження просимо звертатися до директора дослідницької лабораторії «Рейтинг Лаб», доктора психологічних наук, професора **Маріанни Ткалич**.*

Тел.: +38 (050) 322-09-25 (WhatsApp, Signal), e-mail:
tkalych@ratinggroup.ua

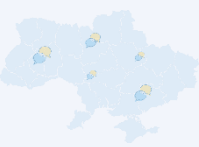


РЕЙТИНГ

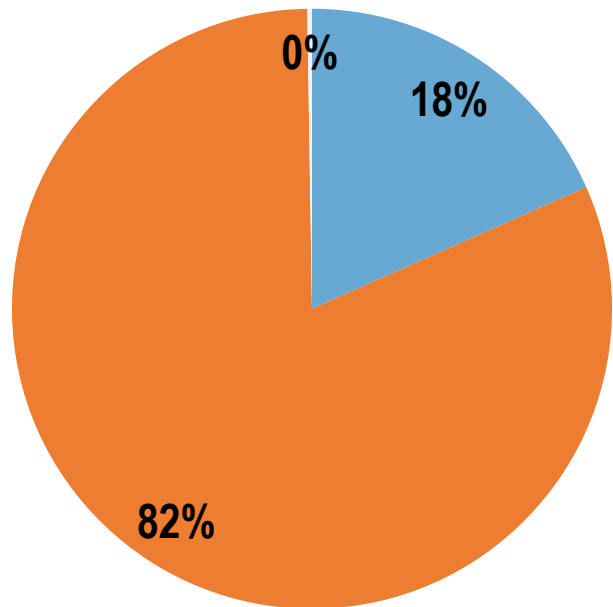
Соціально-економічне становище громадян

Резюме:

- Практично незмінною залишається кількість респондентів, які змушені були покинути місце постійного проживання з 24 лютого 2022 року. На відміну від попередніх замірів, зростає кількість внутрішньо переміщених осіб зі східних та південних регіонів, зменшується – з центральних.
- 87% опитаних висловлюють намір повернутися додому: 15% – найближчим часом, 24% – хочуть повернутися, але ще чекають, 48% – повернуться, але після закінчення війни. 8% зазначили, що вже не повернуться додому. У порівнянні із квітнем ц.р. зменшується кількість тих, хто планує повертатися негайно, зростає кількість тих, хто повернеться після війни, або ж взагалі не повернеться.
- Продовжується поступове повернення громадян до місць роботи. Сьогодні 38% з тих, хто працював до війни, повернулися на свої робочі місця у звичному режимі, 18% – працюють дистанційно, 7% – знайшли нове місце праці. Попри це третина таких опитаних до цього часу не працюють. Найбільше останніх серед наймолодших та найстарших опитаних, жінок, мешканців сходу та півдня країни. У динаміці найкраща ситуація з поверненням на роботу – серед мешканців центру та заходу, найгірша – мешканців сходу.



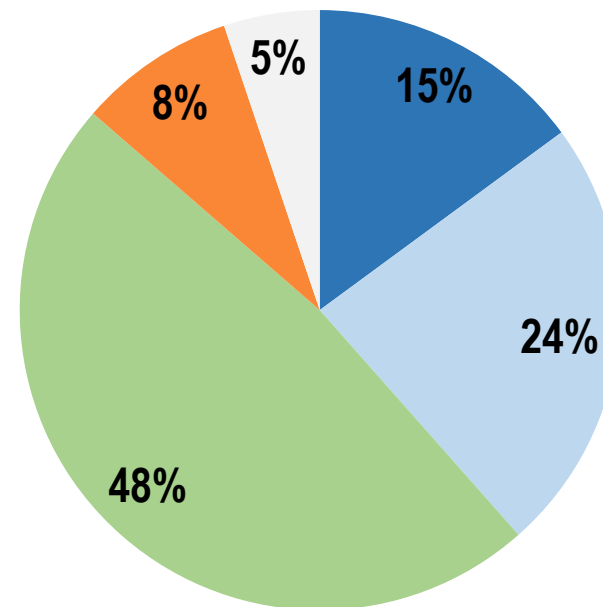
Чи змінили Ви місце постійного проживання після 24 лютого у зв'язку з війною?



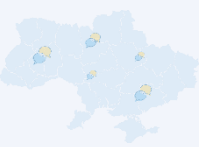
■ Так ■ Ні ■ Важко відповісти

Чи плануєте Ви повертатись додому і коли?

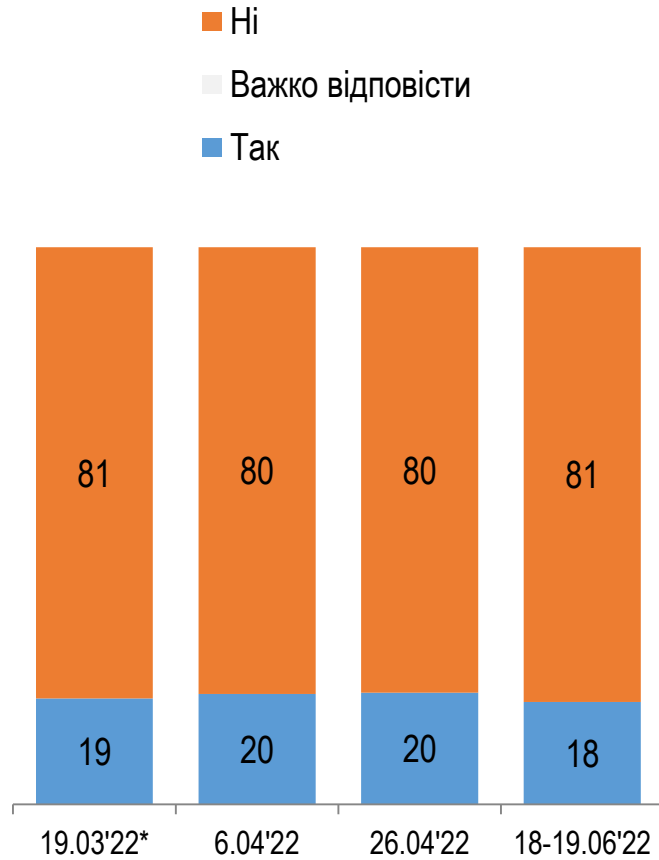
Серед тих, хто змінив місце проживання



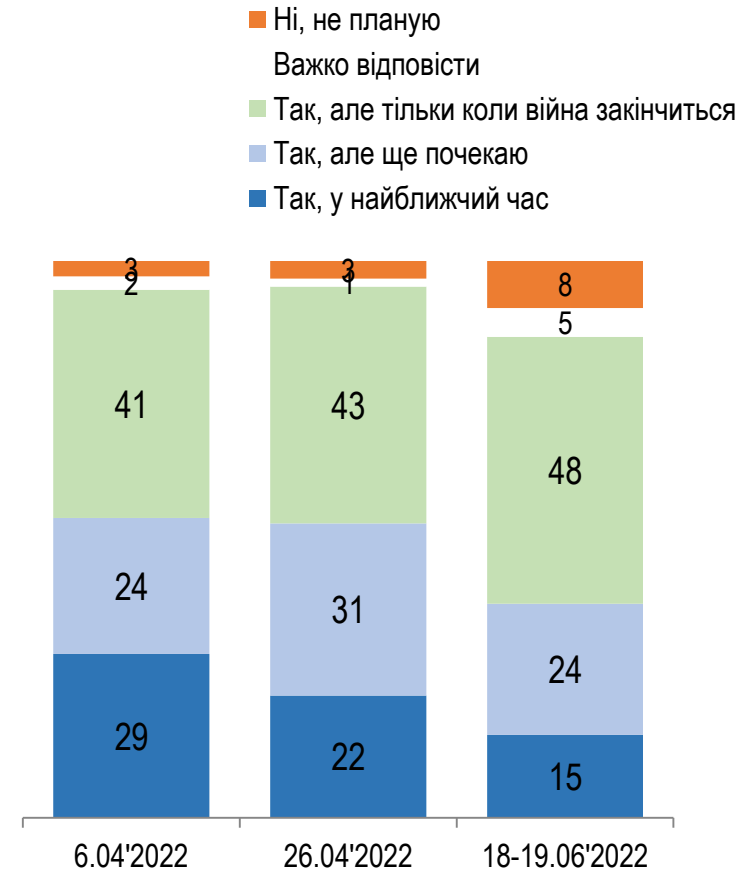
■ Так, у найближчий час
■ Так, але ще почекаю
■ Так, але тільки коли війна закінчиться
■ Ні, не планую
■ Важко відповісти



Чи змінили Ви місце постійного проживання після 24 лютого у зв'язку з війною?

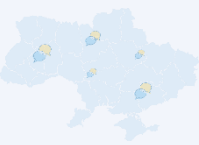


Чи плануєте Ви повертатись додому і коли?

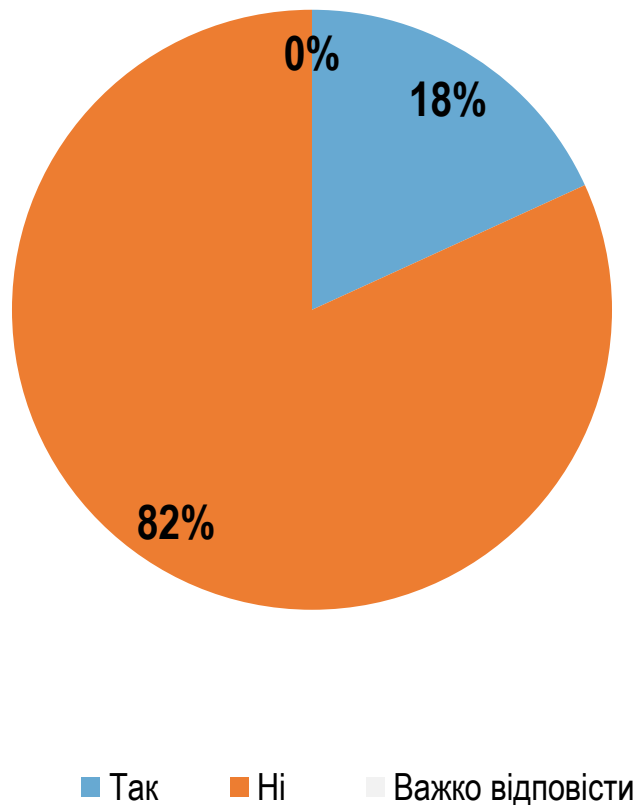


*У березні 2022 питання звучало:
«Чи довелось Вам покинути своє місто/село на час війни?»

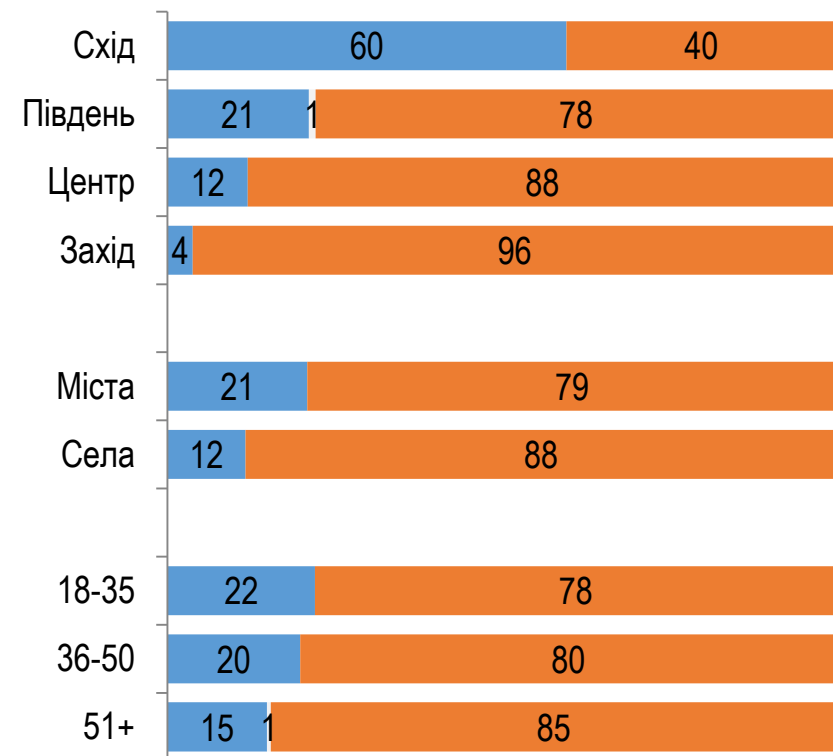
18-19 червня,
2022



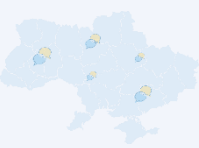
Чи змінили Ви місце постійного проживання після 24 лютого у зв'язку з війною?



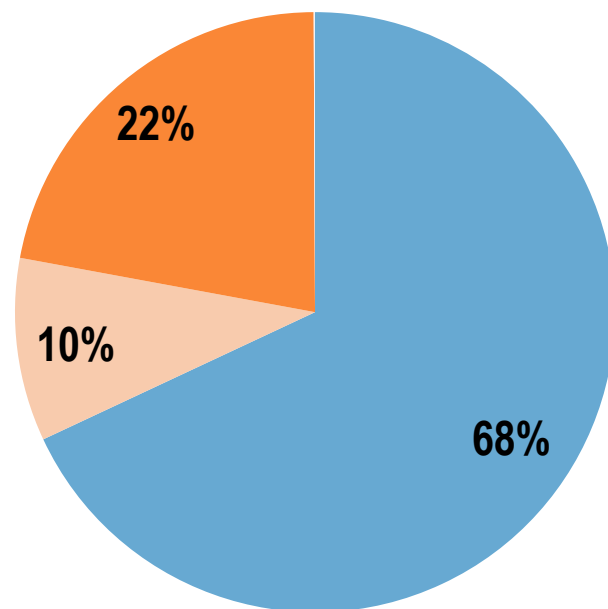
Регіони. Тип поселення. Вік



18-19 червня, 2022



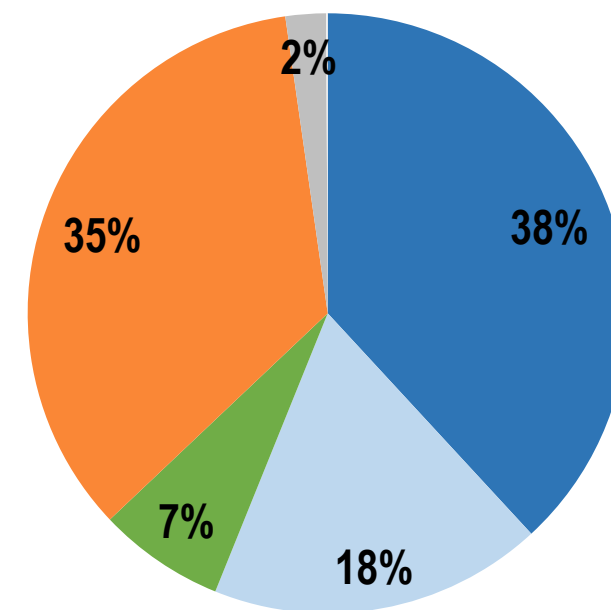
У Вас була робота до війни?



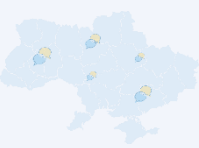
- Так
- Ні
- На пенсії, інвалідність
- Важко відповісти

Чи працюєте Ви зараз?

Серед тих, хто мав роботу до війни

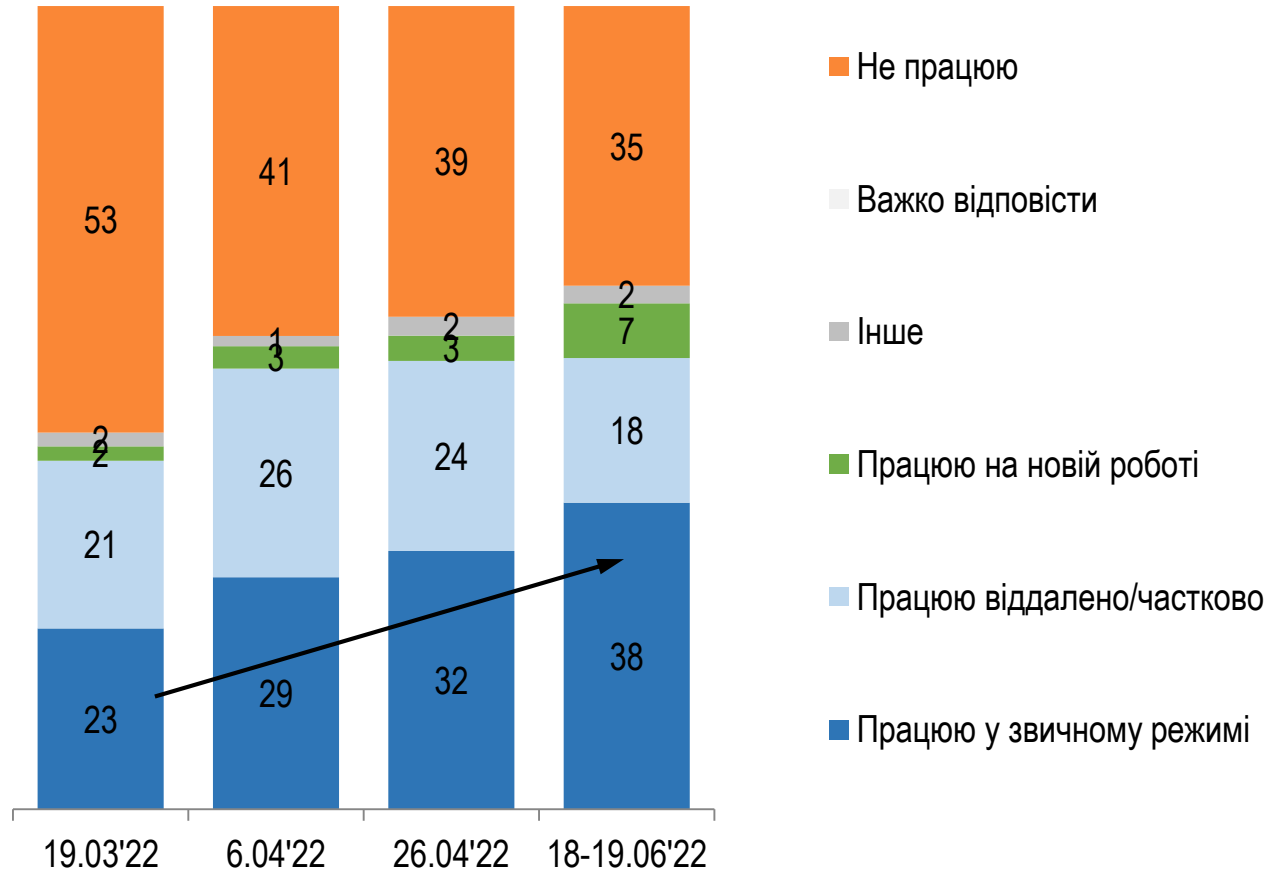


- Працюю у звичному режимі
- Працюю віддалено/частково
- Працюю на новій роботі
- Не працюю
- Інше
- Важко відповісти

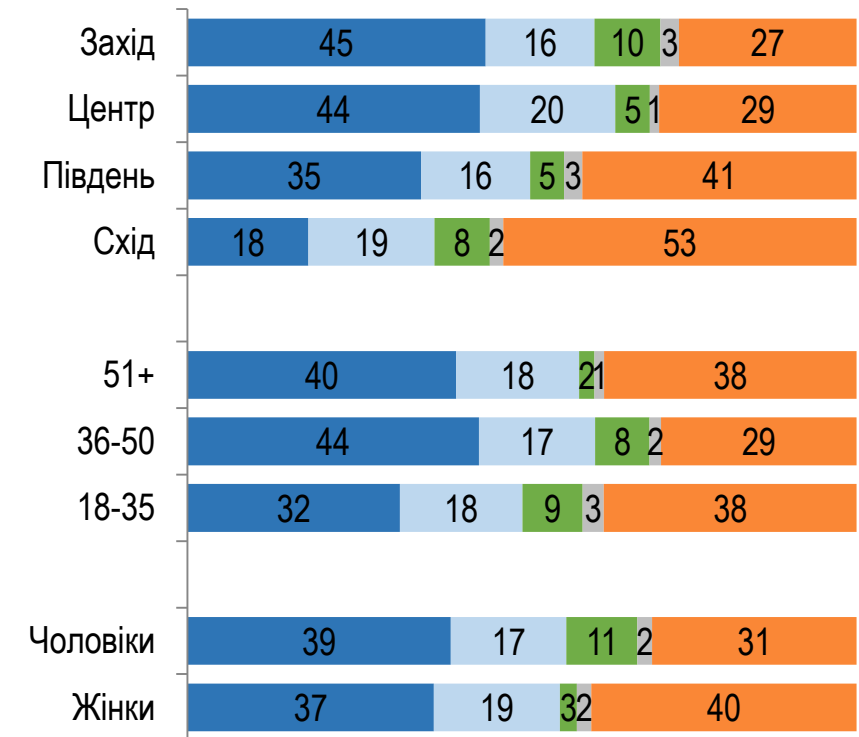


Чи працюєте Ви зараз?

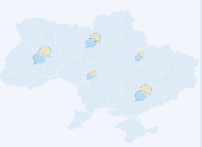
Серед тих, хто мав роботу до війни



Регіони. Вік. Стать

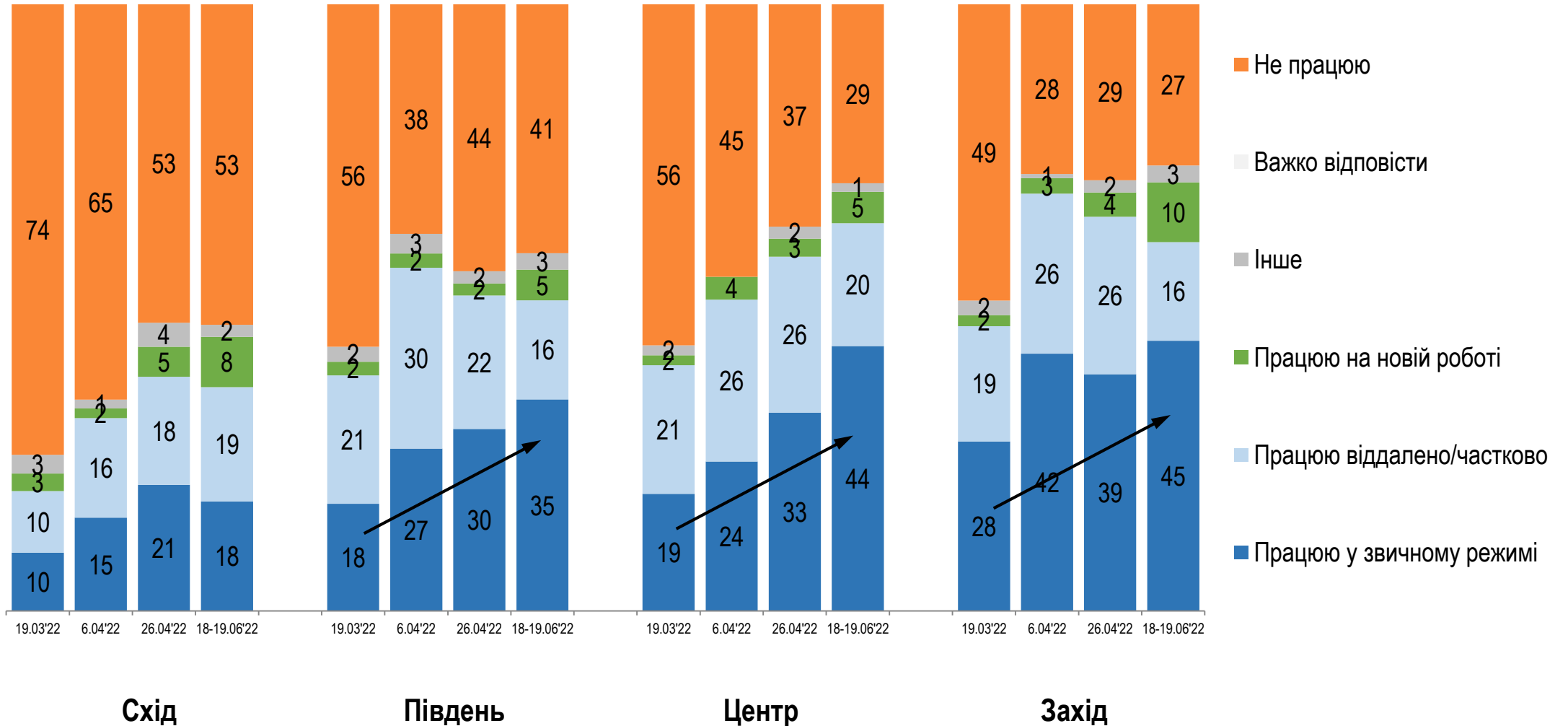


18-19 червня, 2022

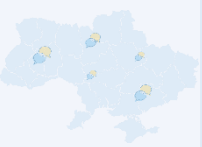


Чи працюєте Ви зараз?

Серед тих, хто мав роботу до війни



18-19 червня, 2022

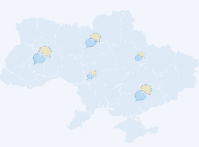


РЕЙТИНГ

Рівень життєстійкості

Резюме:

- Українці на четвертому місяці війни надалі демонструють хороший рівень життєстійкості (3.8 з 5.0). Складові цього показника: психологічна стійкість (3.9) та підтримка фізичного здоров'я (3.7) – не зазнали суттєвих змін, хоча і дещо знизилися, порівняно з квітнем.
- Відносно високий показник психологічної стійкості забезпечується в першу чергу цікавістю до того, що відбувається навколо (4.4), нормальним харчуванням (4.2), планами на майбутнє (4.2), впевненістю у своїх рішеннях (4.0) та відсутністю жалю про минуле (4.0).
- Найбільше сьогодні українці потерпають від втоми (лише 36% її не відчувають) та нестачі повноцінного сну (лише 44% мають повноцінний сон). Такі реакції організму є природними для стресу. Попри це інші емоційні та моральні показники громадян у кращому стані.
- Жінки мають нижчий рівень життєстійкості, ніж чоловіки. З віком життєстійкість також знижується. Наявність роботи позитивно впливає на життєстійкість: ті, хто працює повноцінно або частково почуваються краще, ніж ті, хто не працюють.
- Чим більше людина вважає, що треба жити повноцінним життям, тим вищий рівень життєстійкості. Вищий рівень життєстійкості мають ті, хто має родичів, які сьогодні воюють. Можливо, це пояснюється підвищеним відчуттям відповідальності та переживань за близьких, які знаходяться в потенційній небезпеці.
- У регіональному розрізі, найгірша ситуація із життєстійкістю у мешканців сходу країни, де сьогодні основна лінія фронту, найбільше руйнувань та смертей.
- В усіх категоріях опитаних психологічна життєстійкість (3.9) є вищою за показники фізичного стану (3.7). Війна фізично виснажила більше, а психологічна витривалість поки краща.
- Динаміка індексу життєстійкості дещо погіршилася з квітня (з 3.9 до 3.8). Однак, в українців все ще вистачає фізичних та моральних сил жити під час війни, працювати, допомагати, воювати. Сприятливим у цьому є літній період: довжина дня та сонячна активність зазвичай позитивно впливають на настрій та самопочуття. Найбільше негативних змін відбулося із цікавістю до життя навколо та харчуванням, проблемами з планами на майбутнє, шкодуванням про минуле.



ІНДЕКС ЖИТТЄСТІЙКОСТІ

Оцініть кожне з наступних тверджень наскільки воно зараз описує Вас ...
за шкалою від 1 до 5, де 1- це зовсім не про мене, 5 – це повністю про мене

■ 1-зовсім не про мене ■ 2 ■ 3 ■ Важко відповісти ■ 4 ■ 5-повністю про мене

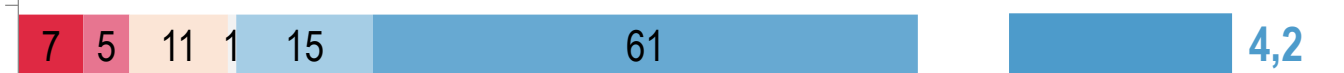
Я цікавлюсь тим, що відбувається навколо мене



Я нормально харчуюся



У мене є плани на майбутнє



Я упевнений у своїх рішеннях



Я не шкодую про минуле



Я відчуваю себе корисним



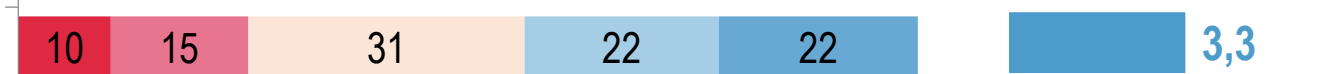
Складнощі мене не лякають



Слідкую за своїм здоров'ям



Маю повноцінний сон

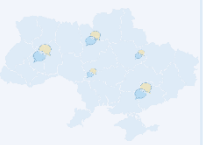


Я майже не відчуваю втоми



Індекс життєстійкості:

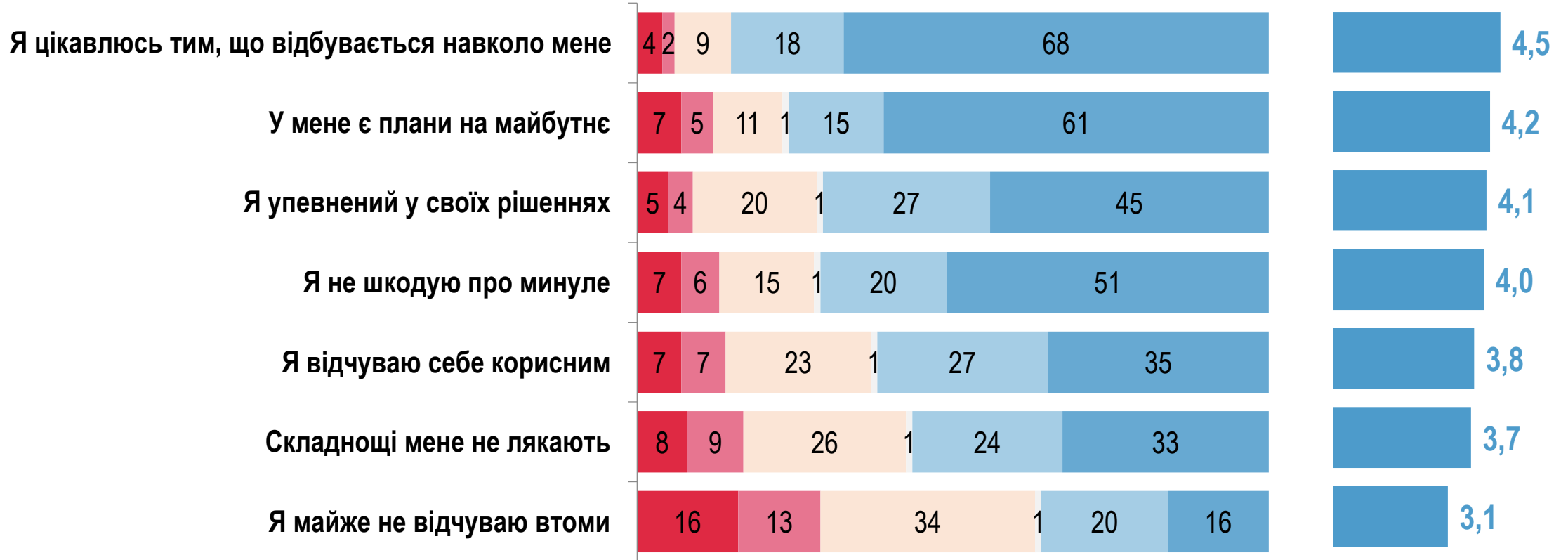
3,8



Індекс психологічної стійкості (складова Індексу життестійкості)

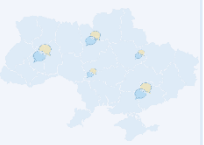


■ 1-зовсім не про мене ■ 2 ■ 3 ■ Важко відповісти ■ 4 ■ 5-повністю про мене



Індекс психологічної життестійкості:

3,9

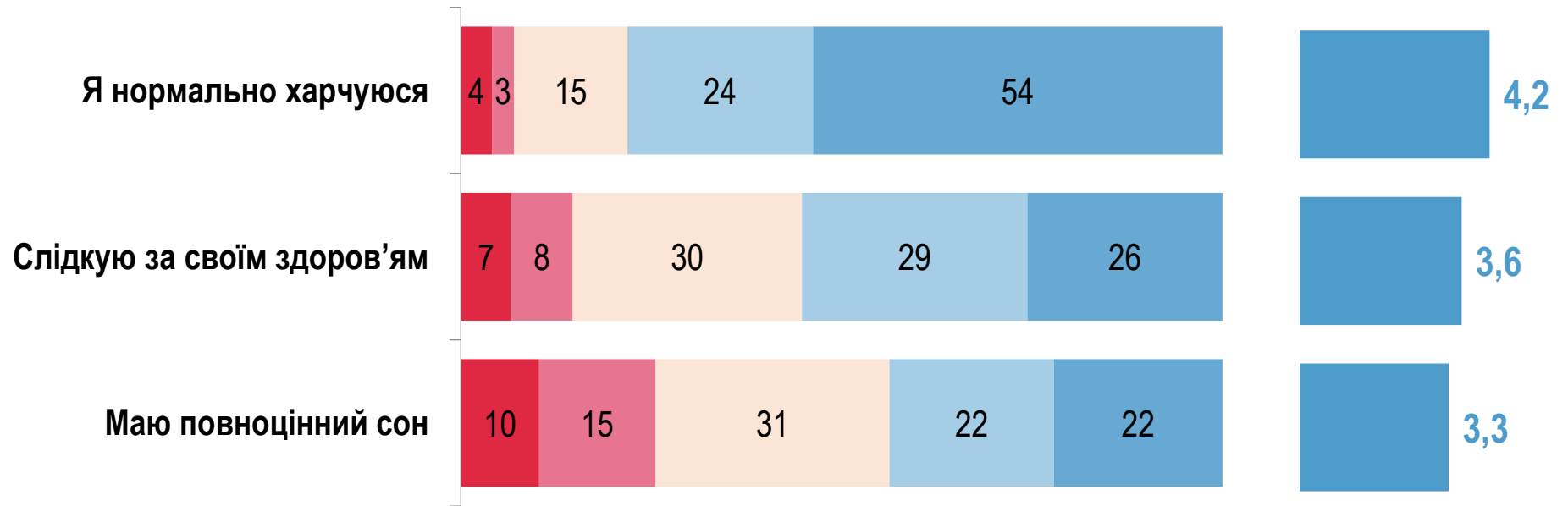


Індекс підтримки фізичного здоров'я

(складова Індексу життєстійкості).

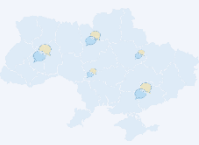


■ 1-зовсім не про мене ■ 2 ■ 3 ■ Важко відповісти ■ 4 ■ 5-повністю про мене




Індекс підтримки фізичного здоров'я:

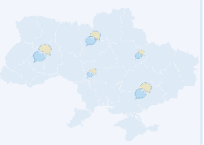
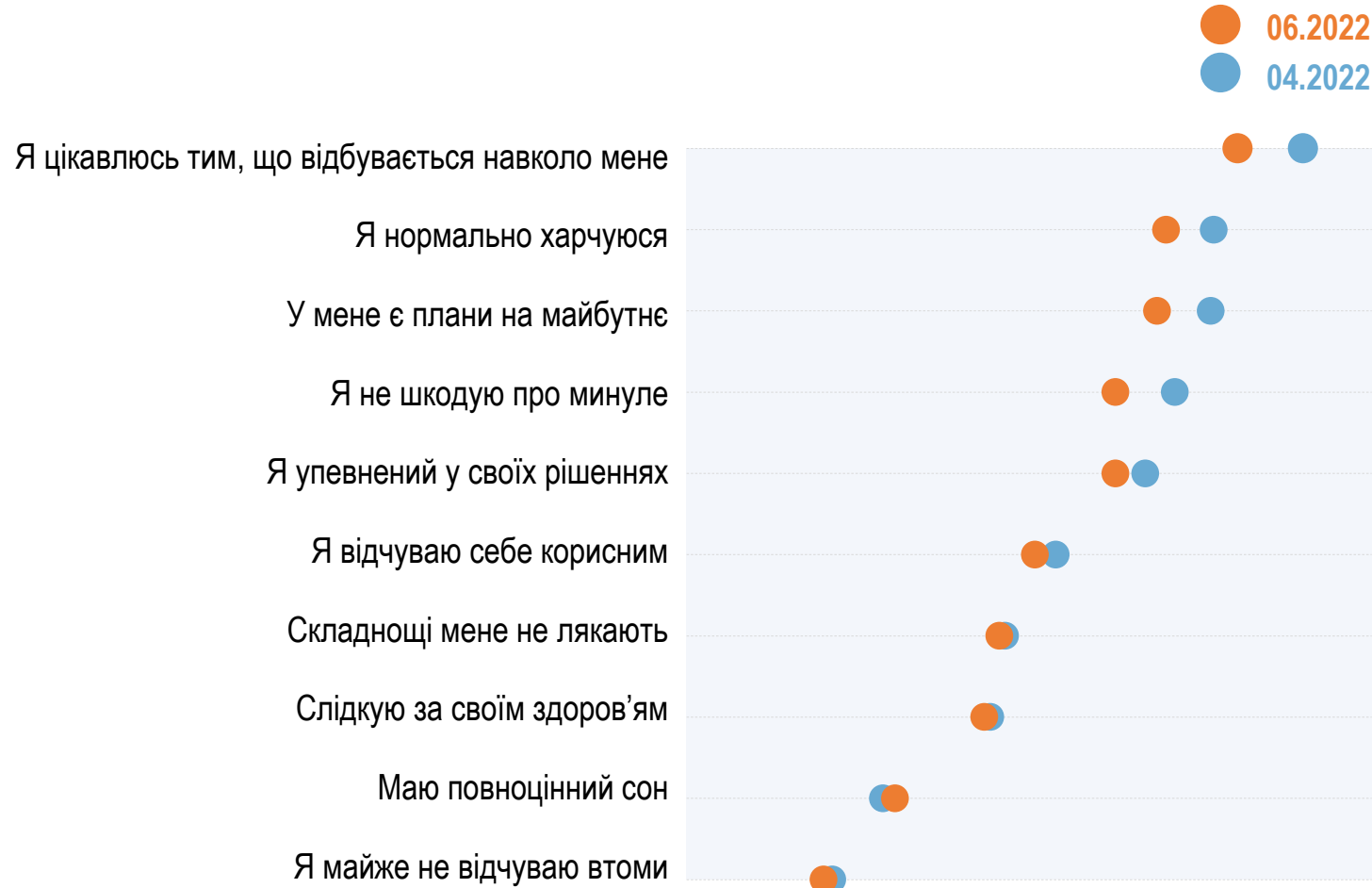
3,7



ІНДЕКС ЖИТТЄСТІЙКОСТІ: Динаміка

Оцініть кожне з наступних тверджень наскільки воно зараз описує Вас ...
за шкалою від 1 до 5, де 1- це зовсім не про мене, 5 – це повністю про мене

Чим вищі значення, тим вищий індекс: 



Індекс життєстійкості

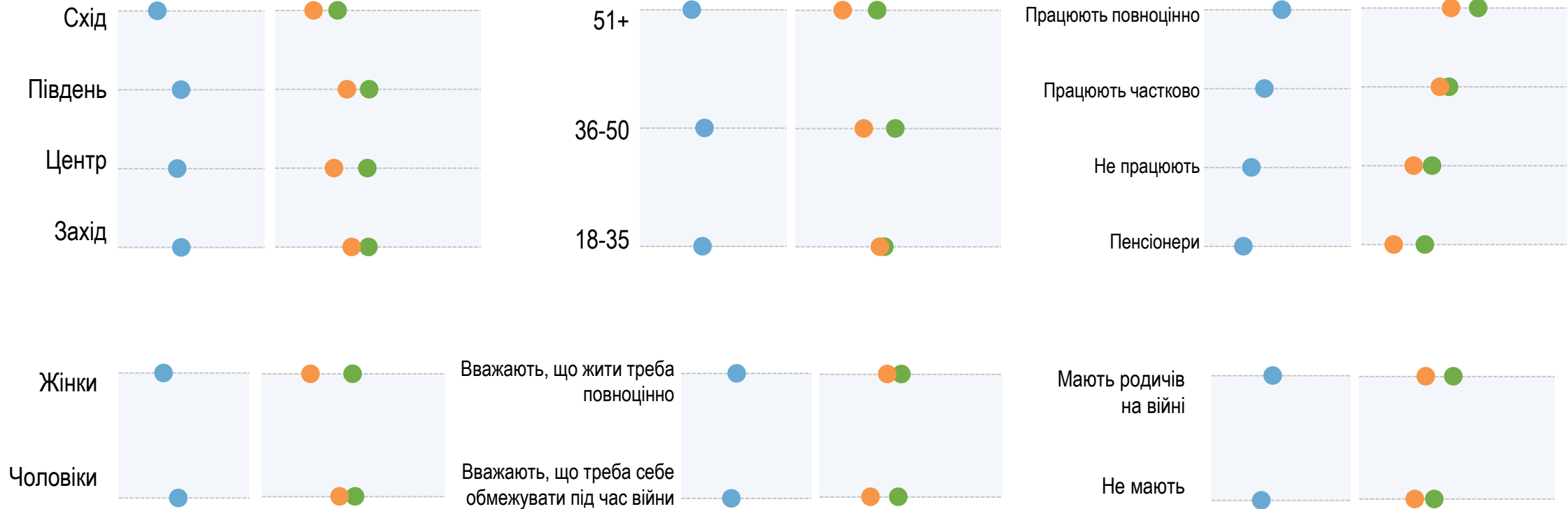
за шкалою від 1 до 5, де 1- це зовсім не про мене, 5 – це повністю про мене

Чим вищі значення, тим вищий індекс:

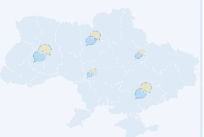
Індекс життєстійкості

Індекс підтримки фізичного здоров'я

Індекс психологічної стійкості



18-19 червня, 2022



РЕЙТИНГ

Рівень психологічного виснаження

Резюме:

- Динаміка дослідження емоційних станів за період з березня 2020 по червень 2022, показує, що зміни у повсякденній оцінці власного емоційного напруження незначні. Пік напруження спостерігався на початку квітня 2022 року (3.5). Але на червень 2022 року спостерігається поступове повернення до показників «мирного» часу (2.9). Вірогідно це є емоційною адаптацією до війни, яка може бути пов'язана як з резервами психіки людини, так і з зовнішніми обставинами, які для більшості громадян відносно стабілізувалися або хоча б стали зрозумілими і визначеними.
- У спокійному та дуже спокійному стані знаходяться чверть українців. У напруженому та дуже напруженому – майже 40%. Напруженість зростає з віком. Також вона частіше притаманна жінкам (вірогідно через вищу чутливість та необхідність піклуватися не лише про себе, а і про дітей) та особам, які вважають, що під час війни треба себе обмежувати, – така вимога значно підвищує стрес.
- Індекс психологічного виснаження все ще є достатньо помірним (2.0). В динаміці від квітня до червня 2022 року він не змінився. Водночас, побільшало тих, хто вважає, що людям не можна довіряти, та думає про те, що зі мною може статися щось погане. Останнє пов'язане з новинами про руйнування та загиблих, та з усвідомленням, що мало залишилося тих, кого це хоча б це опосередковано не торкнулося.

- Індекс психологічного виснаження в основному «забезпечений» сумним настроєм (2.7) та недовірою до людей (2.6). Однак, українці все ще можуть покластися на себе (1.6) та не відчувають себе «мертвими» всередині (1.4).
- Найбільше виснаженими почуваються жінки, мешканці зі сходу країни, ті, хто не працює або на пенсії, змінили своє місце проживання, а також ті, хто схильні до самообмежень.

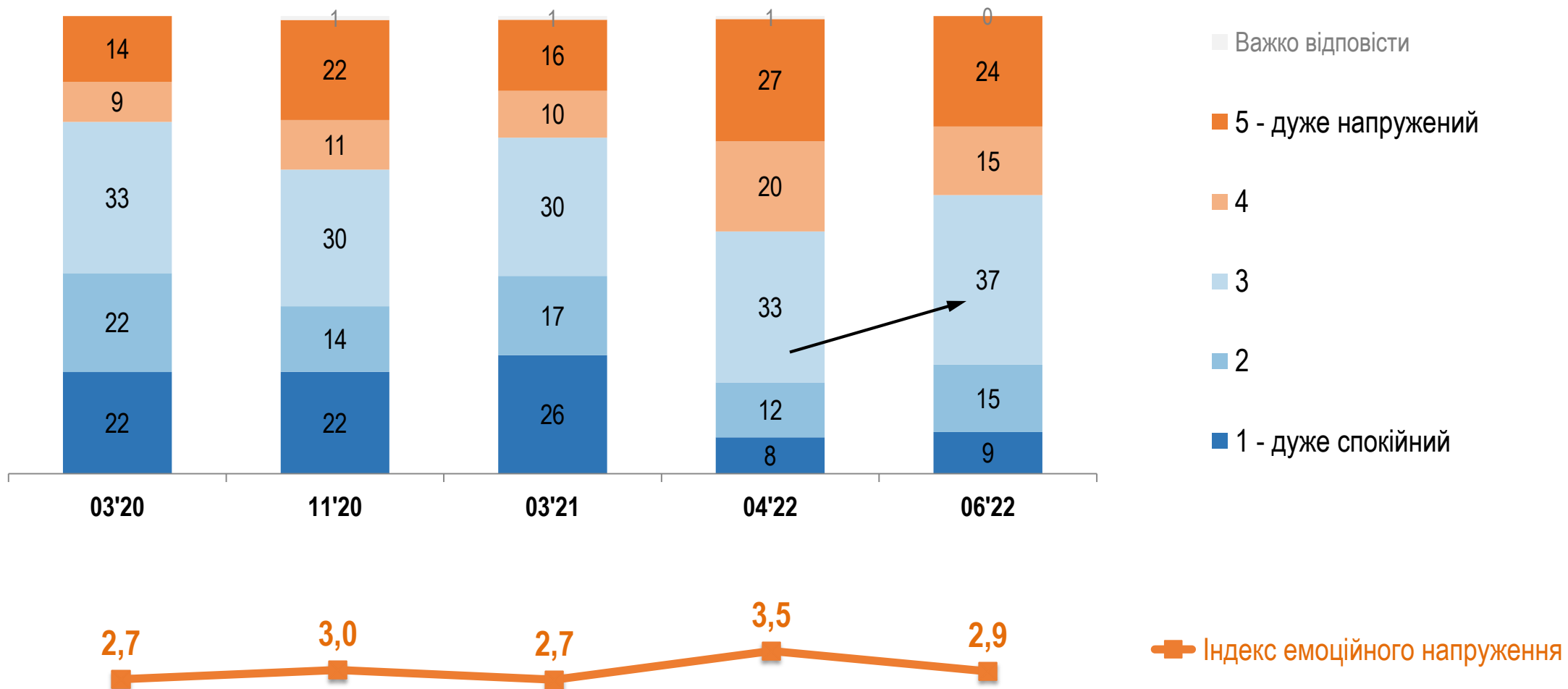
ТИПИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО ВІЙНИ

- Результати аналізу дозволили виокремити дві групи населення за рівнем адаптації до умов війни. «**Адаптовані**»: мають високу життєстійкість, вони не обмежують себе в задоволеннях, мають низьке емоційне напруження та психологічне виснаження, використовують більш адаптивні стратегії для подолання стресових станів. «**Не адаптовані**»: переживають значне емоційне напруження, схильні себе обмежувати в розвагах та задоволеннях, мають психологічне виснаження та низьку життєстійкість. Стратегії подолання стресу тут не є малоефективними і часто призводять до пригнічення психологічного стану і виснаження.

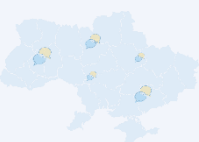


Оцініть свій емоційний стан за останній тиждень. ДИНАМІКА

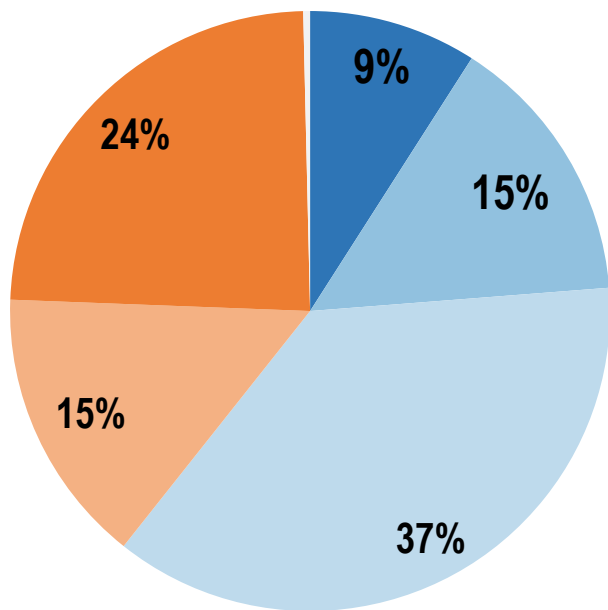
використовуючи шкалу від 1 до 5, де 1 - дуже спокійний, 5 - дуже напружений



18-19 червня, 2022

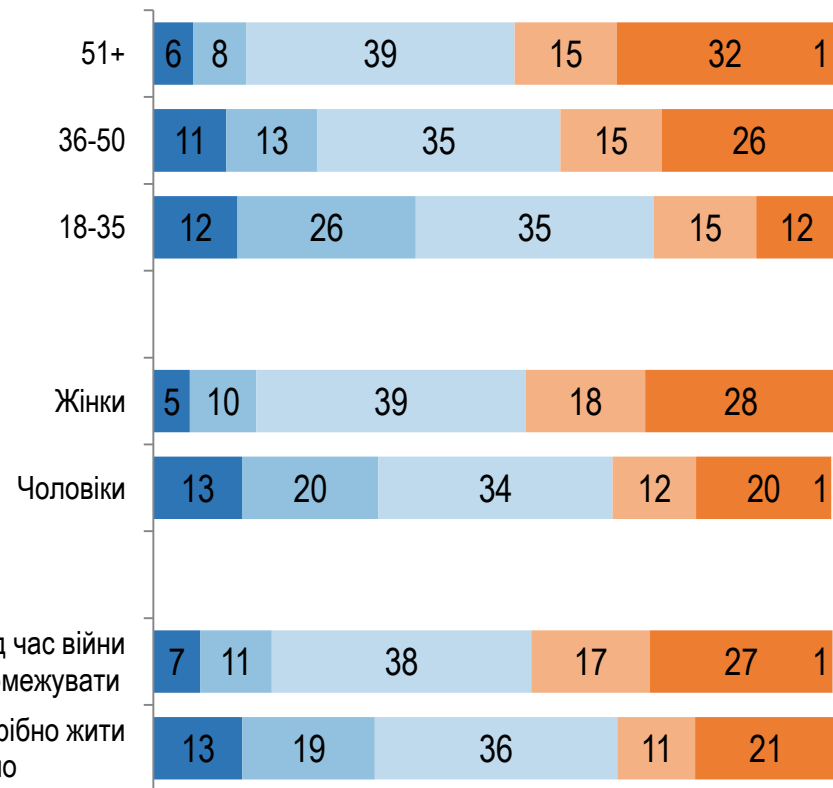


Оцініть свій емоційний стан за останній тиждень. використовуючи шкалу від 1 до 5, де 1 - дуже спокійний, 5 - дуже напружений



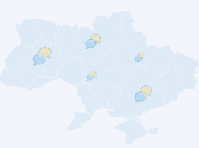
- 1 - дуже спокійний
- 2
- 3
- 4
- 5 - дуже напружений
- Важко відповісти

Вік. Стать. Сприйняття умов війни



Вважають, що під час війни потрібно себе обмежувати

Вважають, що потрібно жити повноцінно



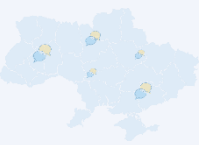
Індекс психологічного виснаження

Оцініть як часто у Вас були такі думки або почуття останнім часом ... за шкалою від 1 до 5, де 1- ніколи, 5 – дуже часто



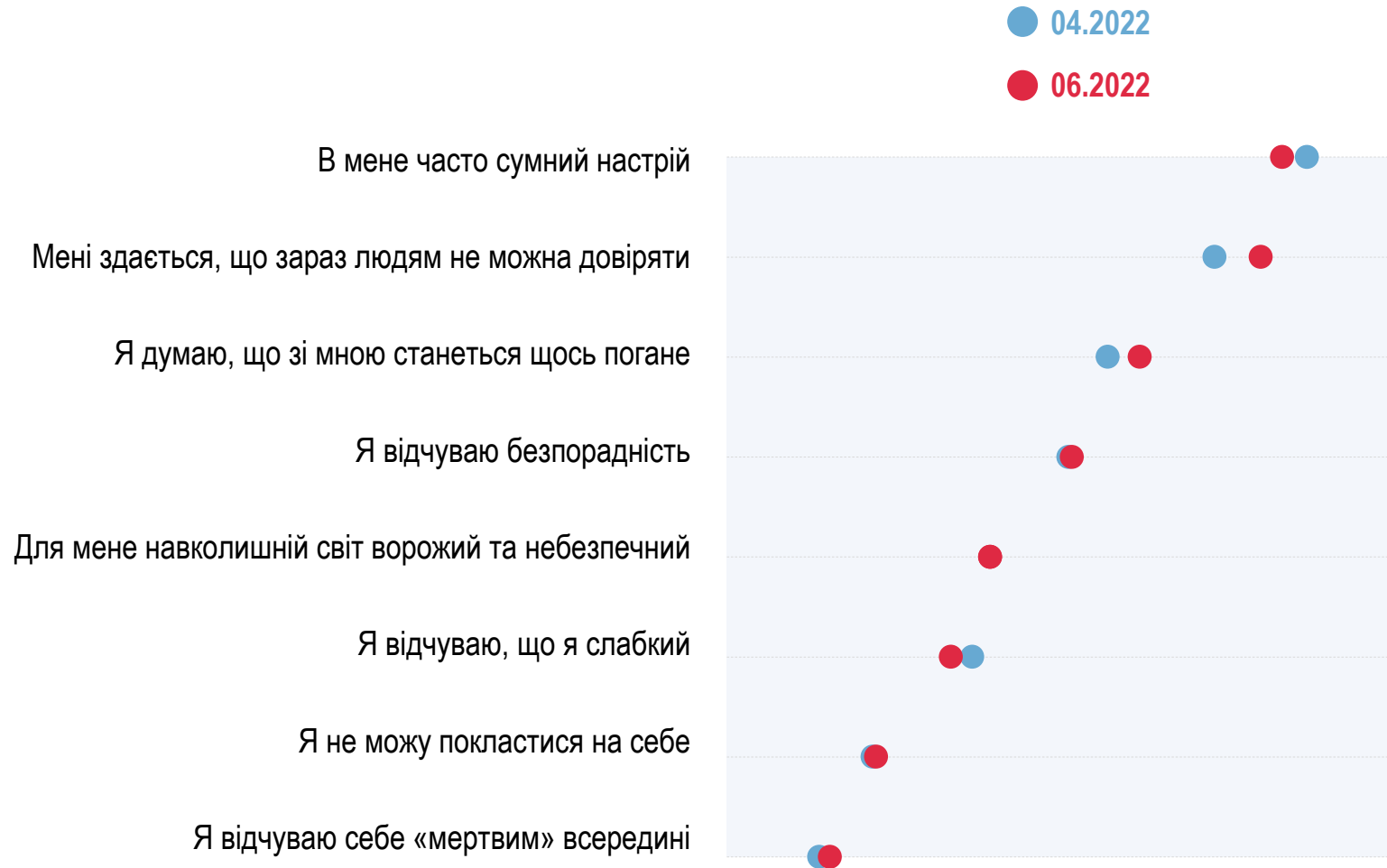
Індекс психологічного виснаження:

2,0



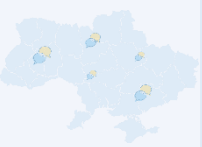
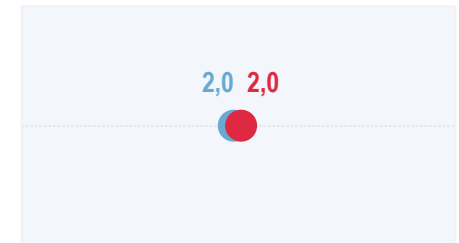
Індекс психологічного виснаження: ДИНАМІКА

Оцініть як часто у Вас були такі думки або почуття останнім часом ... за шкалою від 1 до 5, де 1- ніколи, 5 – дуже часто



Чим вищі значення, тим вищий індекс:

Індекс психологічного виснаження



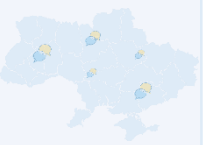
Індекс психологічного виснаження

Оцініть як часто у Вас були такі думки або почуття останнім часом ... за шкалою від 1 до 5, де 1- ніколи, 5 – дуже часто

Чим вищі значення, тим вищий індекс: 



18-19 червня,
2022

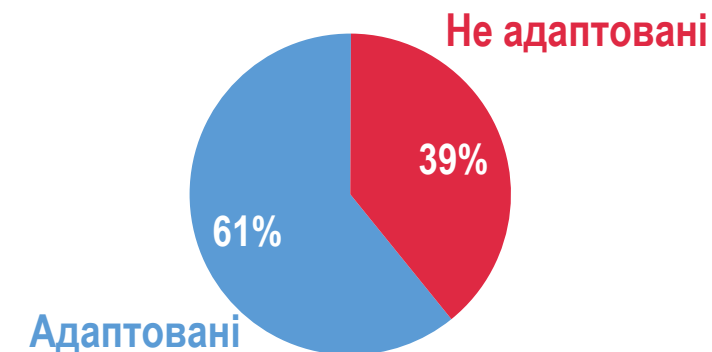


Типи психологічної адаптації до ВІЙНИ

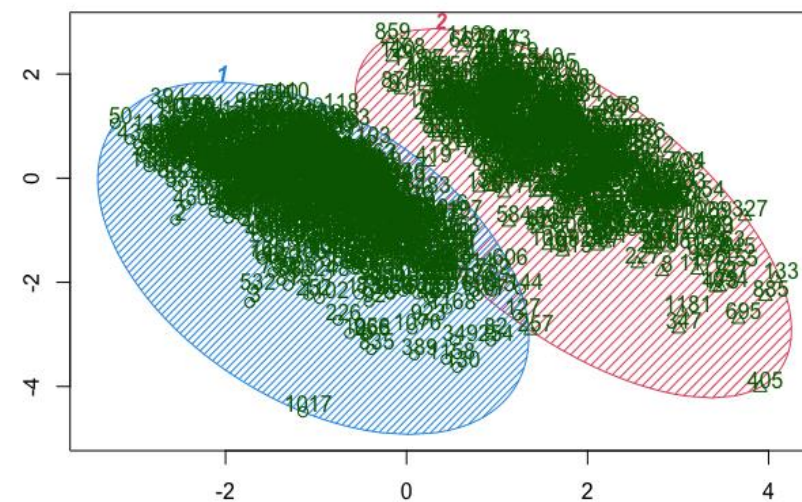
Дві групи населення за рівнем адаптації до умов війни (за результатами кластерного аналізу)

РЕЙТИНГ

Дві групи ↓	Індекс			
	Життестійкість	Емоційне напруження	Психологічне виснаження	Само-обмеження
АДАПТОВАНІ	3.9	2.4	1.9	2.1
НЕ АДАПТОВАНІ	3.7	4.6	2.3	2.4

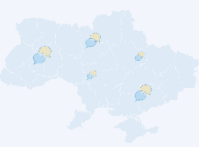
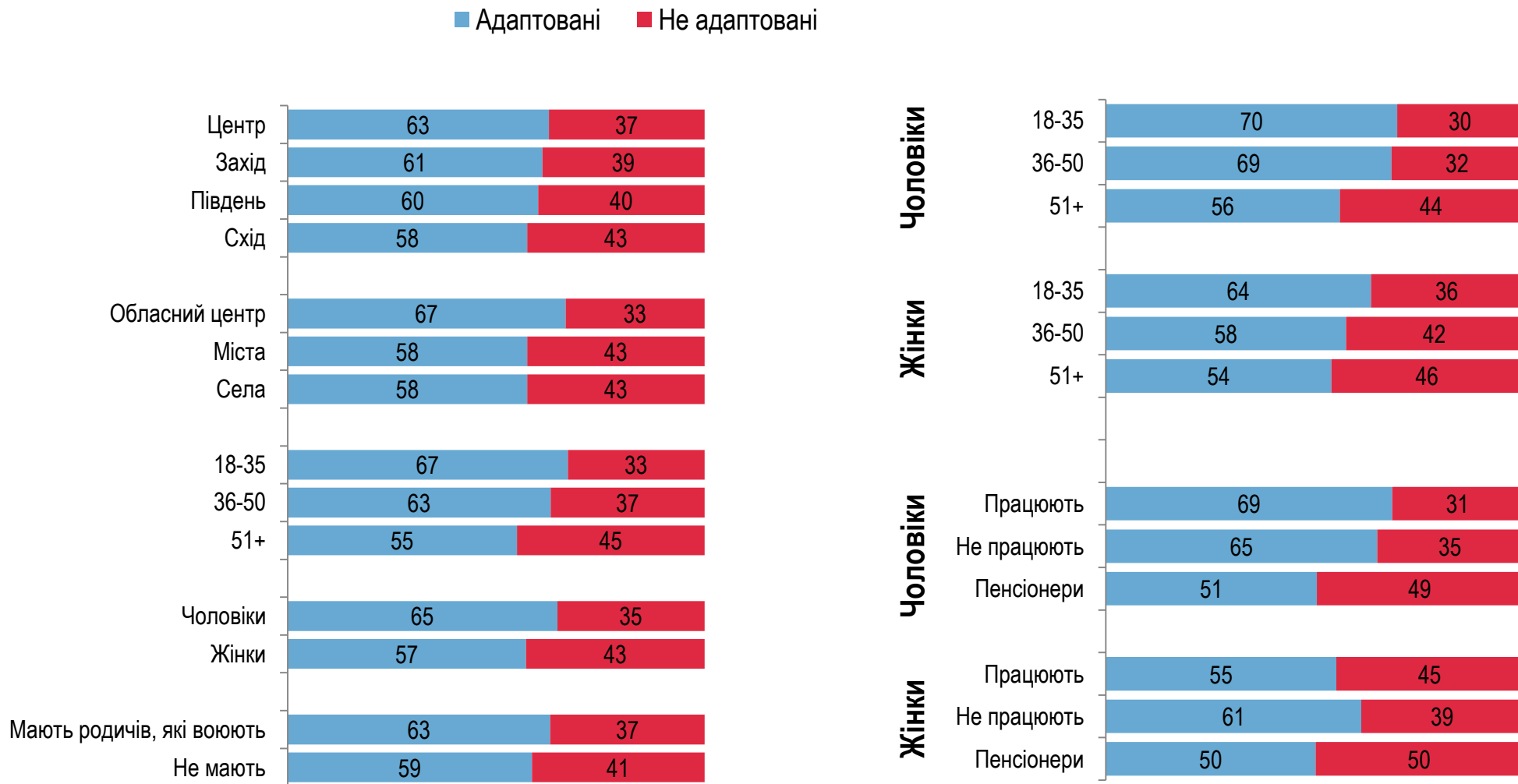


- **«Адаптовані»:** мають високу життестійкість, вони не обмежують себе в задоволеннях, мають низьке емоційне напруження та психологічне виснаження, використовують більш адаптивні стратегії для подолання стресових станів.
- **«Не адаптовані»:** переживають значне емоційне напруження, схильні себе обмежувати в розвагах та задоволеннях, мають психологічне виснаження та низьку життестійкість. Стратегії подолання стресу тут не є ефективними і призводять до пригнічення психологічного стану і виснаження.



Діаграма розсіювання з сегментацією 2 груп: два виокремлених кластери пояснюють 68,7% розподілу відповідей.

Дві групи населення за рівнем адаптації до умов війни (за результатами кластерного аналізу)

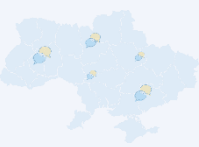


РЕЙТИНГ

Життя під час війни

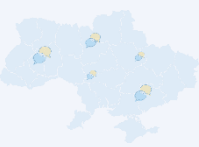
Резюме:

- Війна викликає велику кількість почуттів та думок, які часто є протилежними та суперечливими, багато чого більше не має відтінків, а стає чорно-білим, набуває однозначності та категоричності. Людина стикається з високим рівнем стресу, переживає «провину вцілілого», «травму свідка» та інші стани, які пов'язані із війною. Одним з наслідків таких станів є зміна звичної поведінки та пріоритетів. Зростає самозвинувачення, обмеження себе у задоволеннях, можливості радіти життю або навіть вести звичайне «мирне життя».
- Сьогодні 59% вважають за необхідне суттєво обмежувати себе у розвагах і покупках, 36% натомість вважають, що потрібно намагатися жити повноцінним життям.
- Молодь до 35 років менш схильна до самообмежень (лише 46% це підтримують). Також менше обмежують себе люди, які повноцінно (55%) або частково працюють (58%), вірогідно вважаючи, що їх фронт – економічний (сплата податків, допомога армії).
- На загал, суттєвих гендерних відмінностей у самообмеженні не знайдено. Однак, молоді жінки до 35 років частіше схильні намагатися жити повноцінним життям (54%), на відміну від своїх однолітків-чоловіків (44%). Однією з важливих причин такої відмінності є соціальна прийнятність такої поведінки для жінок. У чоловіків під час війни, на думку більшості, – інші ролі.
- Найбільш прийнятним є ходити в спортзал (84%); відвідувати салони краси (67%), святкувати власний день народження (62%). Менш прийнятними є дозвілля на природі (смажити шашлики) – 42%, ходити в ресторани та кафе (37%) та купувати дорогі продукти, одяг (36%). Отже спорт, як ознака здорового способу життя та підтримки себе в хорошій фізичній формі і догляд за собою є позитивною поведінкою, дозволеною під час війни. Інші позиції вірогідно вважаються надлишковими, такими, без яких можна обійтися. Особливо це стосується дорогих продуктів та одягу, які не є тим, що потрібно першочергово, тим більше на тлі того, що окуповані регіони або пошкоджені міста потерпають від нестачі елементарних продуктів, чистої води, ліків та ін. і тому це викликає більше провини та вважається надлишком.

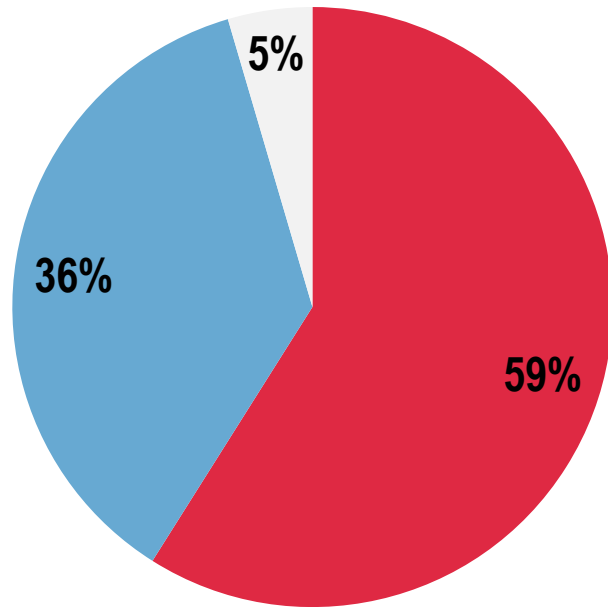


Резюме:

- Найбільше до заборон схильна старша вікова група (51+), особливо щодо купівлі дорогих продуктів, одягу та відвідувань ресторанів і кафе. Найменше вікові відмінності стосуються спорту та салонів краси. Отже, ті зразки поведінки, які викликають засудження та самообмеження, в основному представлені у старшій віковій групі. Найменше – у молоді до 35 років, які намагаються жити мирним життям та менше себе обмежувати.
- Жінки, на відміну від чоловіків, також менш прихильно ставляться до «поведінки мирного життя» за виключенням відвідувань салонів краси, де немає гендерних відмінностей. Вірогідно прихильність салонам краси жінками вважається не надлишком, а необхідністю, а чоловіки прихильно ставляться до салонів краси, бо це більше жіноче і тому дозволене жінкам, до яких у воєнний час інші вимоги, ніж до чоловіків.
- Щодо макрорегіональних відмінностей: мешканці заходу частіше вважають неприйнятним святкування власного дня народження та купівлю дорогих продуктів та одягу.
- Ті, хто вважають, що треба себе обмежувати під час війни, набагато більше вважають неприйнятним різні активності, за виключенням відвідування спортзалу, ніж ті, хто вважають, що треба жити повноцінним життям.
- Також дещо менше схильні себе обмежувати ті, хто мають родичів, які воюють. Можливо це пов'язано з тим, що вони менше відчують провини, оскільки хтось з близьких вже «сплачує» за їх мирне життя.

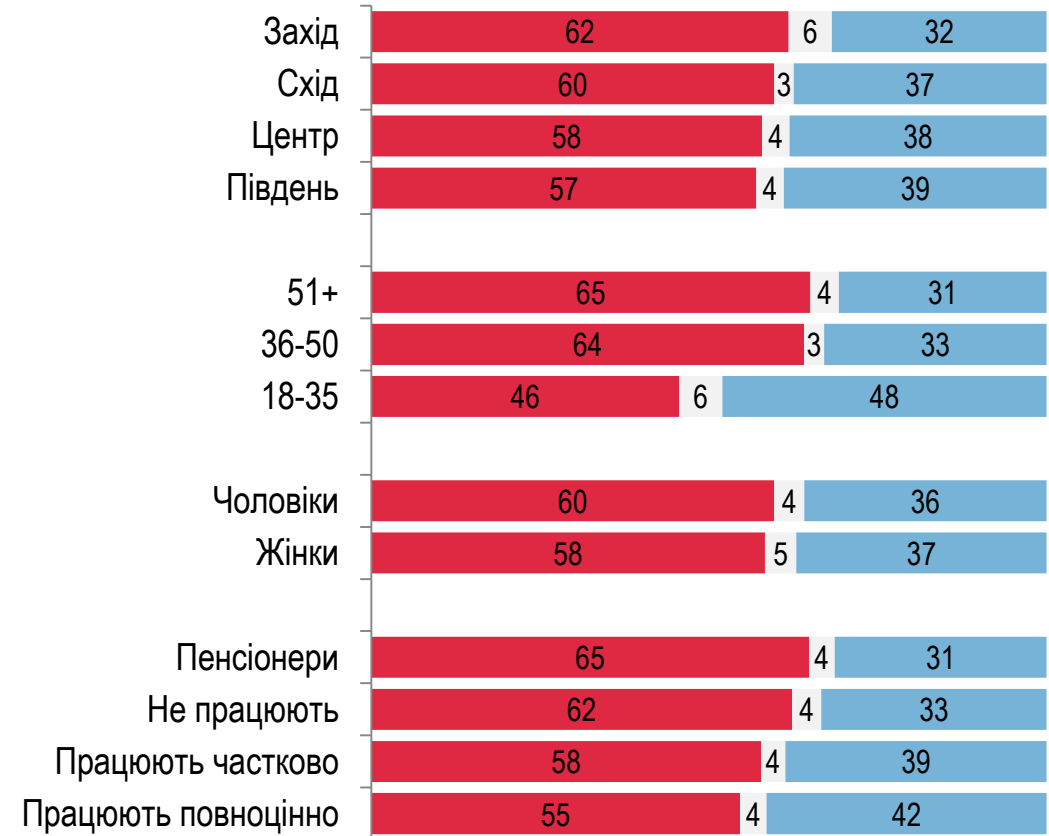


Яка з цих думок Вам ближча?

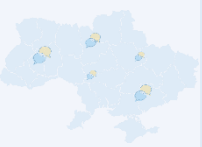


- Під час війни потрібно суттєво себе обмежувати в розвагах і покупках
- Потрібно намагатися жити повноцінним життям
- Важко відповісти

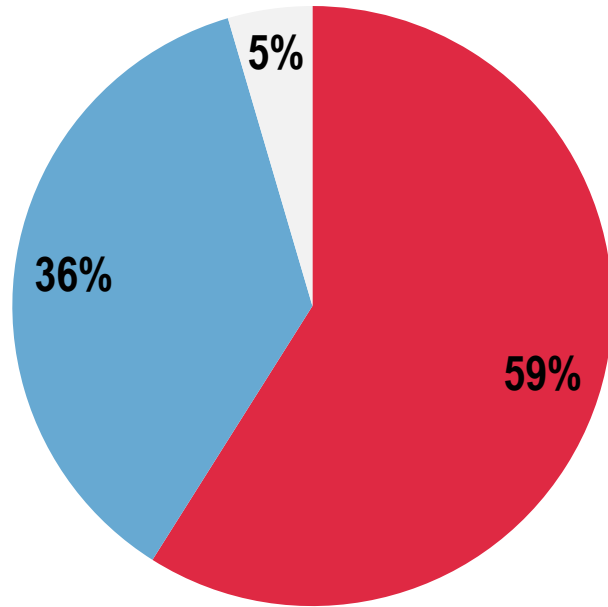
Регіони. Вік. Стать. Робота



18-19 червня, 2022



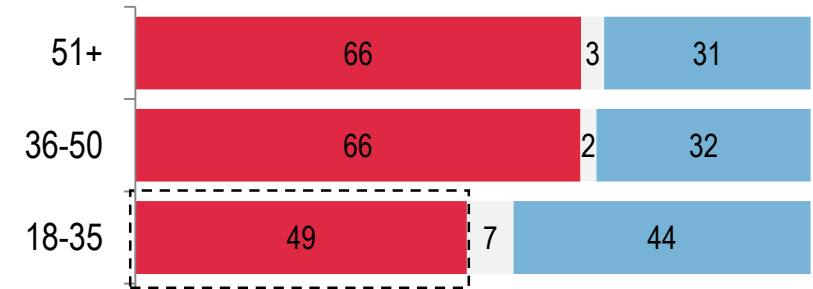
Яка з цих думок Вам ближча?



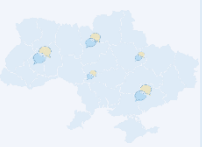
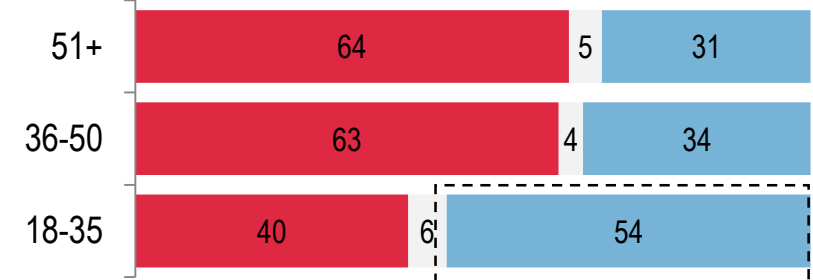
- Під час війни потрібно суттєво себе обмежувати в розвагах і покупках
- Потрібно намагатися жити повноцінним життям
- Важко відповісти

Статеві-вікові групи

Чоловіки

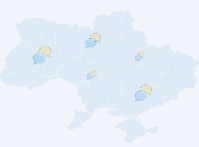
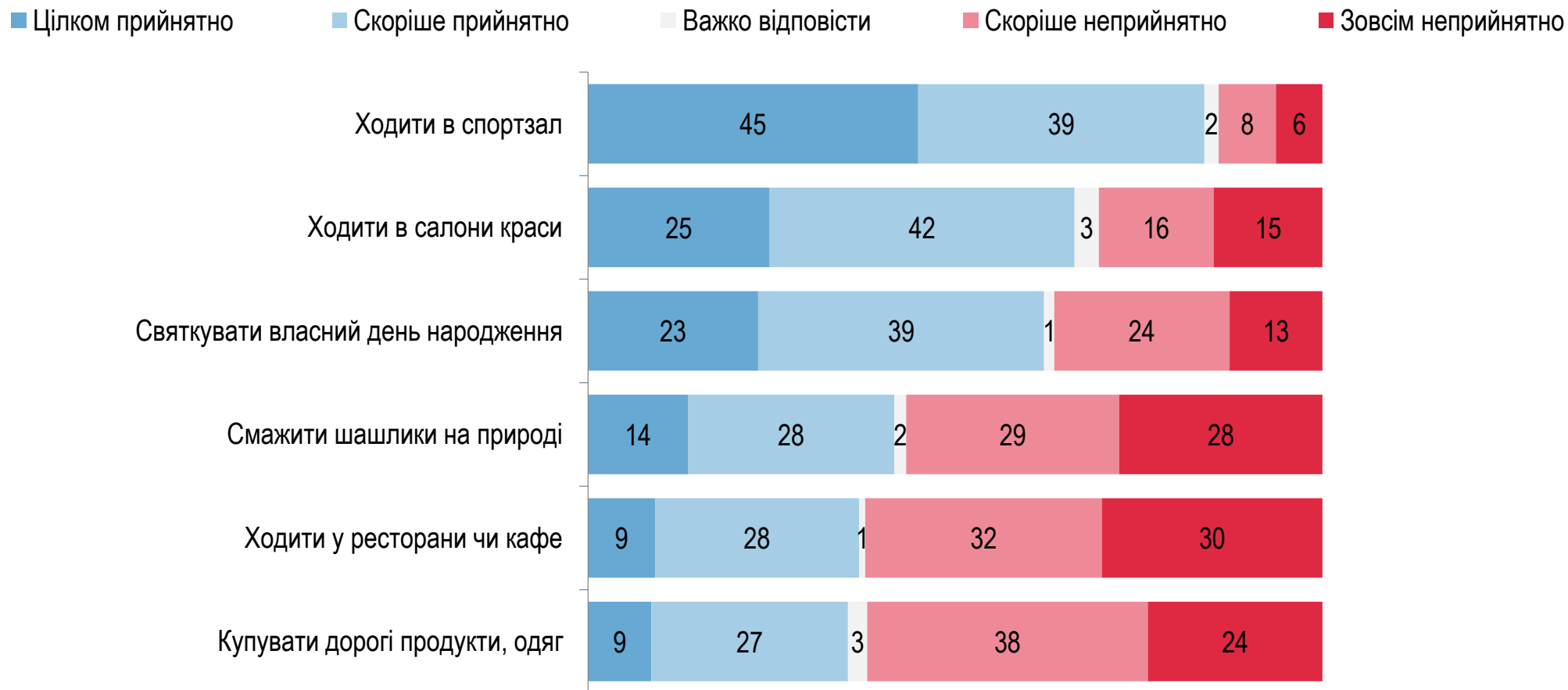


Жінки



Як Ви вважаєте, прийнятно чи непринятно під час війни ...

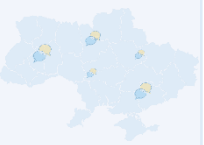
РЕЙТИНГ



Як Ви вважаєте, прийнятно чи непринятно під час війни ...

за шкалою від 1 до 5, де 1- це зовсім не прийнятно, 5 – це цілком прийнятно

Чим вищі значення, тим більш прийнятно



Як Ви вважаєте, прийнятно чи непринятно під час війни ...

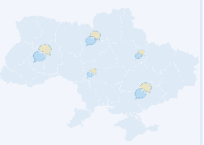
за шкалою від 1 до 5, де 1- це зовсім не прийнятно, 5 – це цілком прийнятно



Чим вищі значення, тим більш прийнятно



18-19 червня, 2022



КОНТАКТИ

Соціологічна група «РЕЙТИНГ»

01010, м. Київ, вул. Івана Мазепи, 3

(+380 98) 575-7020

(+380 98) 937-4288

<http://ratinggroup.ua/>

info@ratinggroup.ua

