



Трансгенераційна передача стресу внутрішньо переміщених осіб: емпіричний аналіз та сімейна психоедукація

Оксана Нікітіна*

Кандидат психологічних наук, доцент
Харківський національний університет міського господарства імені О.М. Бекетова
61002, вул. Чорноглазівська, 17, м. Харків, Україна
<https://orcid.org/0000-0003-4028-1321>

Оксана Резван

Доктор педагогічних наук, професор
Харківський національний університет міського господарства імені О.М. Бекетова
61002, вул. Чорноглазівська, 17, м. Харків, Україна
<https://orcid.org/0000-0002-7371-3605>

Олена Романовська

Кандидат педагогічних наук, доцент
Харківський національний університет міського господарства імені О.М. Бекетова
61002, вул. Чорноглазівська, 17, м. Харків, Україна
<https://orcid.org/0000-0002-4898-2141>

Мар'яна Марусинець

Кандидат психологічних наук, професор
Закарпатська обласна державна адміністрація
88000, пл. Народна, 4, м. Ужгород, Україна
<https://orcid.org/0000-0002-9935-3337>

◆ **Анотація.** Актуальність проблеми обумовлена тим, що психологічні наслідки вимушеного переміщення, зокрема хронічний стрес і посилення посттравматичної симптоматики, можуть формувати механізми трансгенераційної передачі травми внаслідок психоемоційної взаємозалежності членів родини. Метою було дослідження трансгенераційної передачі стресу в українських родинах внутрішньо переміщених осіб в умовах воєнного стану та розробка відповідної психоедукативної програми. Емпірично перевірено гіпотези, висунуті на основі теоретичного аналізу джерельної бази. Виявлено високий рівень стресу та травматизації серед досліджуваної групи (26 осіб, з яких 13 дорослих віком від 41 до 48 років і 13 дітей віком від 10 до 11 років). Половина дорослих, які є внутрішньо переміщеними особами, схильна оцінювати своє теперішнє життя як непередбачуване, а рівень посттравматичних стресових симптомів у дітей свідчить про високу ймовірність наявності розладу. Також було визначено статистично значущий позитивний взаємозв'язок між рівнем стресу, що сприймають батьки, та загальним рівнем психоемоційного дистресу у їхніх дітей, що підтверджує механізм трансгенераційної передачі стресу. Отримані емпіричні дані та аналіз сучасних психологічних досліджень стали основою для розробки відповідної сімейної психоедукативної програми, в межах якої передбачено покращення психоемоційного стану дітей через супровід батьківського сприйняття стресу й сімейної динаміки. Програма включає компоненти, спрямовані на підвищення обізнаності учасників щодо стресу та стресових розладів, розвиток копінг-стратегій та сприяння посттравматичному зростанню. Практична значущість представлена у розробці сімейної психоедукативної програми, що поєднує принципи роботи з негативними психологічними наслідками

Приклад цитування:

Nikitina, O., Rezvan, O., Romanovska, O., & Marusynets, M. (2025). Transgenerational transmission of stress among internally displaced persons: Empirical analysis and family psychoeducation. *The Bulletin of National Defence University of Ukraine*, 20(6), 68-75. doi: 10.33099/2617-6858-25-20-6-68-75.

Історія статті: Отримано: 16.06.2025; Доопрацьовано: 18.10.2025; Прийнято: 27.11.2025



Copyright © The Author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

*Автор-кореспондент

війни та можливостями посттравматичного зростання в умовах воєнного часу. Результати дослідження можуть бути використані для створення програм соціально-психологічного супроводу родин внутрішньо переміщених осіб, що сприятиме підтримці ментального здоров'я родин як в Україні, так і поза її межами

♦ **Ключові слова:** сімейна динаміка; вимушене переміщення; психоемоційний дистрес дітей; батьківський стрес; резильєнтність; посттравматичне зростання

♦ Вступ

Військові конфлікти підвищують актуальність проблеми вимушеного переміщення осіб через різке збільшення числа біженців. Психологічні наслідки та соціальна стигматизація терміну «біженець» ускладнюють інтеграцію та адаптацію переміщених осіб (Fransen & De Naas, 2022; Salim, 2024). Актуальність проблеми вимушеного переміщення осіб в Україні зросла з 2014 р., після анексії Криму та окупації східних територій, і значно загострилася з початком повномасштабного вторгнення Росії. Мільйони українців були змушені покинути свої домівки, шукаючи прихисток у інших регіонах країни або за кордоном. За висновками V. Andriiash *et al.* (2023), понад 5 млн людей отримали статус внутрішньо переміщених осіб (ВПО), тобто тих, хто потребує захисту через загрозу життю, безпеці та правам у прифронтових або окупованих зонах. Як зазначали J.C. Morganstein *et al.* (2022), крім прямої фізичної загрози у прифронтових і відносно безпечних регіонах, населення України зазнає значного психологічного навантаження, стикаючись із наслідками військових дій, включно з руйнуванням житла, втратами родини та порушенням соціальних зв'язків, що формує високий рівень стресу. Вищезгадані фактори разом із відчуттям нестабільності, неможливістю побудувати траєкторію майбутнього спричиняють потужний хронічний стрес, який розповсюджується на всіх членів родини. Це призводить до накопичення травматичного досвіду та поширення посттравматичних стресових симптомів серед усіх вікових груп, включно з дітьми та їхніми батьками. За даними національної статистики кількість пацієнтів із діагнозом посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у 2023 р. зросла майже вчетверо порівняно з 2021 р., а в січні-лютому 2024 р. зареєстровано майже стільки ж нових випадків, скільки за весь 2021 р., при цьому розлад зафіксований серед усіх вікових груп та обох статей (Significant increase in PTSD cases in Ukraine..., 2024). У системі батьки-діти є циклічний взаємозв'язок між станом ментального здоров'я, а сам посттравматичний стрес у ній може бути двостороннім процесом. Такий процес має назву «трансгенераційна передача травми» і здоров'я родини опосередковується нею (Reese *et al.*, 2022). До порушень функціонування може призводити травматичний досвід батьків, що впливає на психічне здоров'я їх дітей. Водночас розробки P. Hyland *et al.* (2023) підкреслили, що в умовах війни догляд за дитиною, яка вже має емоційні або поведінкові проблеми збільшує ризики для стану ментального здоров'я батьків.

A. Kotsakis Ruehlmann *et al.* (2023) зазначали, що трансгенераційна передача травми відбувається як

через психосоціальні, так і біологічні механізми. Так пренатальні стресові події, пережиті вагітною жінкою, можуть асоціюватися зі змінами метилювання ДНК у новонароджених. Означені модифікації лежать в основі проявів подальших несприятливих наслідків у дітей. Відповідно до висновків G. Uwizeye *et al.* (2023), внутрішньоутробний вплив екстремального стресу є взаємопов'язаним з погіршенням ментального здоров'я в дорослому віці. C.J. Mulligan *et al.* (2025) виявили, що діти, які самі безпосередньо не переживали травматичну подію, можуть успадкувати змінені епігенетичні механізми. У зазначених працях війна розглядається як складне біопсихосоціальне травмувальне явище, що впливає на всю сімейну систему. Тому психологічний супровід має включати не лише індивідуальну терапію, а й сімейно орієнтовані практики. Розробки L. Dell'Osso *et al.* (2022) і A. Kadri *et al.* (2022) засвідчили, що досвід війни може бути осмислений не тільки як деструктивний, оскільки разом із ПТСР існує і ПТЗ (посттравматичне зростання), тобто ті позитивні психологічні зміни, ресурсами яких є, наприклад, поглиблення стосунків та переоцінка життєвих пріоритетів. Соціально-психологічний супровід є важливим чинником таких змін і посттравматичних особистісних трансформацій. Родина, як цілісна система, містить вбудовані механізми адаптації, підтримки та відновлення, проте ефективно сприяння посттравматичному зростанню вимагає розуміння її принципів і практичних аспектів. Незважаючи на підтверджену трансгенераційну передачу травми у світовій практиці, сучасна українська психологія потребує емпірично обґрунтованих системних втручань, спрямованих на стабілізацію та підвищення стійкості сімей ВПО. Метою був емпіричний аналіз трансгенераційної передачі стресу, обумовленого воєнним станом, в українських родинах ВПО та розробка відповідної психоедукативної програми, спрямованої на підвищення резильєнтності й добробуту цих родин. Мету дослідження конкретизовано через такі завдання: здійснити теоретичний аналіз феномену трансгенераційної передачі стресу та його особливостей, обумовлених війною, у родинах ВПО; емпірично вивчити кореляційні зв'язки між стресом дорослих та психоемоційним дистресом дітей; а також розробити сімейну психоедукативну програму, спрямовану на підвищення резильєнтності та сприяння посттравматичному зростанню.

♦ Матеріали та методи

Поперечне емпіричне вивчення було проведено протягом лютого-березня 2025 р. на базі центрів допомоги

ВПО м. Харкова, Громадської організації «Живи», а також частина учасників долучалась до опитувань дистанційно за допомогою онлайн-анкетування. Емпірична вибірка формувалась методом цілеспрямованого відбору: до неї увійшли батьки, які є законними представниками дітей і мають статус ВПО внаслідок збройної агресії (віком від 41 до 48 років), а також їхні діти (віком від 10 до 11 років). У дослідженні взяли участь загалом 26 осіб, серед яких 13 батьків та 13 дітей. Емпіричний збір результатів здійснювався паралельно. На базі центрів допомоги ВПО та Громадської організації «Живи» учасники наживо заповнювали опитувальники. Досліджувані, які доєднувались дистанційно, заповнювали за допомогою онлайн-інструменту Google forms. В очному і онлайн форматі всі досліджувані заповнювали опитувальники самостійно і незалежно один від одного, одночасно й окремо, що надало змогу мінімізувати взаємний вплив батьків і дітей та упередженість відповідей. Збір даних здійснювався дослідниками-психологами, що забезпечило дотримання процедури й коректну комунікацію з досліджуваними. Емпіричне дослідження було проведено із дотриманням норм і положень Гельсінської декларації Всесвітньої медичної асоціації (WMA, 2024). Участь у дослідженні була добровільною, анонімною і конфіденційною. Концептуальна гіпотеза дослідження передбачала, що травматичні досвіди війни та вимушеного переселення зумовлюють трансгенераційну передачу стресу в сімейних системах українських родин ВПО, де високий рівень батьківського стресу негативно впливає на психоемоційний стан дітей. Психодіагностичний компонент емпіричного дослідження був спрямований на перевірку гіпотези про позитивний кореляційний зв'язок між рівнем сприйнятого стресу дорослих ВПО та проявами психоемоційного дистресу їхніх дітей, зокрема симптомами інтрузії та уникнення. Для перевірки гіпотез було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Вибір такого непараметричного критерію обумовлений малим розміром вибірки, нетиповим розподілом даних (зміщення в бік високих балів), актуальністю роботи з порядковими місцями балів, а не з сирими значеннями та потребою визначення наявності монотонного зв'язку. Для підрахунків отриманих даних була використана програма Microsoft Excel.

Сприятий стрес батьків (незалежна змінна), що фіксує загальне емоційне навантаження батьків як наслідок травматичного досвіду ВПО досліджувався за допомогою україномовної версії Шкали сприйнятого стресу Коена (Veldbrekht & Tavrovetska, 2022). Ця версія методики містить десять запитань стосовно частоти негативних думок та почуттів, які віднаходили прояв у досліджуваного упродовж останнього місяця, що дає змогу діагностувати ступінь суб'єктивної оцінки поточної життєвої ситуації як неконтрольованої й непередбачуваної. Психометричні властивості Шкали були підтверджені в умовах війни й було визначено високу внутрішню узгодженість за коефіцієнтом Кронбаха

($\alpha = 0,840$). Методика має підтверджену конструктивну і прогностичну валідність, коректно відокремлюючи стійких осіб від вразливих, а її показник є предиктором психічних порушень. Позитивні кореляції Шкали з частотою травмувальних подій підтверджують, що психодіагностичний інструмент добре вимірює означений теоретичний конструкт. Скорочена версія Дитячої шкали впливу подій (CRIES-8) в українській адаптації від Children and War Foundation (n.d.) була використана для оцінки впливу травматичних подій на дітей. Показники дослідження були подані у шкалах, що визначають інтрузивні симптоми, а також симптоми уникнення. Доцільність вибору саме цієї методики полягала у її відповідності віковому діапазону досліджуваних (дітей від 8 років). За даними S. Perrin *et al.* (2005), саме цей варіант методики має підтверджену клінічну валідність, класифікуючи від 75 % до 83 % респондентів як таких, які мають/не мають діагноз ПТСР. Означене підтверджує її ефективність для скринінгового дослідження травматичного дистресу у дітей. Як допоміжний метод була використана бесіда з кожним учасником, яка дозволила виявити подію, що викликала стрес і її час походження.

♦ Результати та обговорення

У результаті діагностики за україномовною версією Шкали сприйнятого стресу Коена було визначено, що у підгрупі батьків середнє значення складає 26,84 бали та наближається до високого рівня (0-13 балів відповідає низькому рівню, 14-26 балів – помірному, 27-40 балів – високому). Розподіл досліджуваних за рівнями прояву сприйнятого стресу дав змогу визначити, що лише у незначній кількості опитаних за даними опитувальника він знаходиться на низькому рівні. Натомість у половині вибірки дорослих ВПО він знаходиться на високому рівні, а у третини – на середньому рівні (Рис. 1).

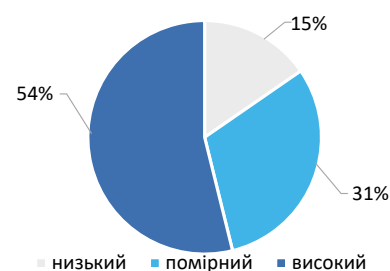


Рисунок 1. Розподіл досліджуваних дорослих ВПО за рівнем прояву сприйнятого стресу (за україномовною версією Шкали сприйнятого стресу Ш. Коена)

Джерело: розроблено авторами

Рисунок 1 продемонстрував, що більше ніж половина вибірки дорослих схильна оцінювати поточне життя непередбачуваним, неконтрольованим, перевантаженим. Такі результати свідчать про високий рівень суб'єктивного стресу та знижену здатність до саморегуляції, що може призводити до зниження емоційної регуляції та зростання вразливості до психоемоційних розладів,

зокрема тривожності, депресивних проявів і дистресу. Тривале перебування в умовах підвищеного суб'єктивного стресу також асоціюється з порушеннями когнітивного

функціонування, зменшенням ефективності копінг-стратегій та виснаженням адаптаційних ресурсів. Результати діагностування дітей опитуваних ВПО подано у Таблиці 1.

Таблиця 1. Середньогрупові бали учасників дослідження за субшкалами скороченої версії Дитячої шкали впливу подій (CRIES-8)

Рівень прояву у підгрупі	Субшкала	
	Інтрुзія	Уникнення
Низький	6,00	5,33
Високий	15,90	14,40

Джерело: розроблено авторами

Загальний рівень прояву посттравматичної симптоматики у дітей становить 25,92 бала. Це відповідає високій ймовірності появи ПТСР, оскільки контрольний бал шкали бал складає 17. Середньогруповий профіль симптомів складає 13,62 бала за субшкалою «Інтрुзія» та 12,31 бала за субшкалою «Уникнення». Розподіл досліджуваних за рівнем прояву ПТСР показав, що 77 % дитячої вибірки мають високий рівень ймовірності ПТСР, і лише 23 % – низький. Таким чином, дитяча підгрупа демонструє виражену травматичну симптоматику. Діти пережили події, які мають значний психологічний вплив на них. У бесідах з дітьми було визначено, що війна (зокрема, початок повномасштабного

вторгнення), вимушений виїзд з рідного міста/селища, смерть близьких, розлука з рідними, обстріли, булінг у нових навчальних закладах тощо визначалися дітьми як події, що викликали стрес. Дещо більший рівень прояву за субшкалою «Інтрузія» у порівнянні з субшкалою «Уникнення» може вказувати на повторне переживання травмувальних подій, бурхливе реагування на подразники, які їх нагадують, повторювані кошмарні сни тощо. Статистично значущі взаємозв'язки, встановлені за допомогою коефіцієнта рангової кореляції Спірмена, підтвердили асоціацію між рівнем сприйнятого стресу дорослих ВПО та загальним показником психоемоційного дистресу їхніх дітей (Таблиця 2).

Таблиця 2. Взаємозв'язок рівня сприйнятого стресу у дорослих ВПО з показниками ймовірності прояву ПТСР та його симптомів у їхніх дітей

	ПТСР у дітей		
	Загальний показник	Інтрузія	Уникнення
Рівень сприйнятого стресу у дорослих ВПО	0,70*	0,38	0,66*

Примітка: * $p \leq 0,05$

Джерело: розроблено авторами

Визначено зв'язок між рівнем сприйнятого стресу дорослих ВПО та вираженістю симптомів уникнення у дітей свідчить про можливий вплив батьківського стану на поведінкові реакції дитини, зокрема на засвоєння моделей уникнення, що проявляються у приховуванні емоцій та униканні обговорення травматичних подій. Виявлена у значної частини дорослих тенденція сприймати поточне життя як непередбачуване та неконтрольоване, а також підвищений рівень стресу можуть позначатися на їхніх поведінкових реакціях, зокрема сприяти дратівливості й емоційній напруженості. Такі прояви здатні модифікувати поведінку дитини: вона може утримуватися від вираження власних емоцій, аби не посилювати напруження в родині або уникнути негативних реакцій, що в подальшому формує стратегії емоційного блокування та уникнення. Таким чином, симптоми консервуються, оскільки дитяча психіка не здатна обробити травму, у довгостроковій перспективі це може призводити до ускладнення перебігу і тривалості ПТСР. Водночас уникнення як захисна стратегія може у призводити до того, що дитина, яка пережила досвід вимушеного переміщення, буде прагнути не лише до того, щоб уникати згадок про травмувальну

подію, але і до глибоких емоційних переживань загалом, а також до емоційного відсторонення від батьків, однолітків. Отримані емпіричні результати узгоджуються із дослідженням емоційних та поведінкових реакцій дітей після міграції A.S. Andrade *et al.* (2023). Автори зазначали, що хронічний стрес, взаємопов'язаний з економічними труднощами, дискримінацією, втратою соціальних контактів, тягарем відповідальності батьків за виживання дітей є типовим для мігрантських родин і виникає у них внаслідок переміщення та виснажує сімейну систему. Отримані в цьому дослідженні зв'язки засвідчили, що з одного боку – емоційно виснажені дорослі ВПО транслюють на дитину свій стрес, з іншої – прояв дітьми симптоматики ПТСР призводить до зростання рівня сприйнятого стресу дорослих.

На основі аналізу даних було розроблено сімейну едукативну програму, концептуально спрямовану на психологічні впливи, що враховують залежність зниження психоемоційної напруги дитини від рівня батьківського сприйнятого стресу та сімейної динаміки стресу. Підвищення рівня інформованості щодо особливостей функціонування психіки у кризові періоди життя, зокрема, період вимушеної міграції, є важливими

для саморегуляції поведінки та створення підтримувального середовища (Kostruba & Kostruba, 2024). На думку I.S. Todorova & D.V. Bulchenko (2024), отримання зрозумілої фахової достовірної інформації щодо ментального здоров'я, шляхів розробки копінг-стратегій, вибудовування стосунків тощо є одним зі шляхів до поліпшення самопочуття та взаємин. У кризовий час, коли доступна інформація не завжди може бути перевіреною, а рівень самокритичності людини під впливом стресу може знижуватися, важливим є включення психоедукації у склад супроводжувальних програм для ВПО. Сімейна психоедукативна програма є комплексним системним втручанням, що складається з п'яти тематичних модулів, орієнтованих на роботу з батьками та дитячо-батьківською дуадою. Модуль 1 спрямований на інформування учасників про природу стресу та наслідки травматичних подій, їх вплив на психоемоційний стан та функціонування сім'ї. Модуль 2 передбачає оволодіння навичками емоційної саморегуляції та стабілізації психоемоційного стану у стресових ситуаціях. Модуль 3 зосереджений на розвитку адаптивних копінг-стратегій, що сприяють ефективному подоланню стресових чинників. Модуль 4 включає відбудову сімейної комунікації, зміцнення взаємопідтримки та соціальної підтримки як факторів захисту. Модуль 5 орієнтований на активізацію внутрішніх та зовнішніх ресурсів родини та сприяння посттравматичному зростанню її членів. Програма має на меті не замінити психотерапевтичний вплив, а збільшити його ефективність шляхом надання батькам знань та інструментів для підтримки сімейної резильєнтності. Ключовим практичним елементом є «Гайд зі сприяння ПТЗ у родині ВПО». Він містить структуровану, фахову, зрозумілу інформацію, що допомагає дестигматизувати важкі переживання ВПО, пояснюючи їх як природну реакцію на травмувальні обставини. Практичні рекомендації спрямовані на реконцептуалізацію травми, розвиток нових копінг-навичок, сприяння сімейній єдності, пошуку сенсу та надії. Впровадження гайду та комплексної програми підвищує рівень розуміння необхідності психологічного звернення. Ефективність такого підходу підтверджується даними дослідження психологічних втручань при ПТСР, депресії, тривозі вимушених мігрантів M. Molendijk *et al.* (2024), яке вказує на доцільність включення до супроводу цієї категорії клієнтів, поряд із методами когнітивно-поведінкової терапії та десенсибілізації та опрацювання рухом очей, засобів психоедукації. За даними вищезгаданих дослідників, у такому випадку отримані ефекти були значними й зберігались після завершення психотерапії.

Порівняння результатів визначення стресового навантаження у підгрупі дорослих ВПО із даними інших українських досліджень, зокрема N.P. Chelobitko & I.V. Yastremska (2024), показало переважання відсотка осіб із високим рівнем сприйнятого стресу в представленому дослідженні (54 % проти 24 %). Це може свідчити про специфіку вибірки, оскільки вона включала

дорослих – батьків, які відчувають додаткове навантаження та відповідальність за безпеку й добробут дітей в умовах невизначеності, зумовленої воєнним станом. Щодо поширеності ПТСР серед внутрішньо переміщених осіб у м. Могадішу (Сомалі) виявило їхню узгодженість, що свідчить про майже неминучий вплив психологічного стресу та травмувальних подій на життя ВПО незалежно від країни, культури чи причини переміщення. Травматичний досвід ВПО розглядається не як одноразова подія, а як хронічний процес, що може зумовлювати високий рівень ПТСР та загального психоемоційного дистресу, що підтверджується порівняннями даних з України та Сомалі. За результатами даного дослідження 77 % дітей мають ймовірнісний прояв ПТСР. Ці дані підтверджують і результати аналізу C. Spaas *et al.* (2022) щодо проблем ментального здоров'я біженців і мігрантів у європейських освітніх закладах. З іншого боку, C. Spaas *et al.* виявлено, що дискримінація пов'язана зі зростанням проблем психічного здоров'я в групах біженців і мігрантів. Ці дані співзвучні з отриманими в цьому дослідженні дітей ВПО, де було визначено прояви булінгу у нових школах, що ставало стресовою подією для дітей. Соціальне відторгнення є формою дискримінації, тож можна висунути гіпотетичне припущення, що булінг буде посилювати трансгенераційну травму. Проте зазначене потребує детальнішого дослідження. Аналіз емоційного стану підлітків, проведений L.A. Strashok *et al.* (2024), виявив домінантне почуття страху за життя та долю родичів як серед ВПО, так і серед місцевих мешканців. Високий рівень сприйнятого стресу батьків, визначений у представленому дослідженні, ймовірно, посилює цей страх. Майже половина опитаних підлітків демонструвала або відчувала власні агресивні реакції, що узгоджується з результатами цього дослідження, оскільки гнів може виступати інтрузивною реакцією високого рівня стресу та чинником ризику булінгу. Відповідно, розробка та впровадження психоедукативних програм вважається необхідною для підтримки психічного здоров'я ВПО на глобальному рівні. Праця L. Stark *et al.* (2022) підкреслила, що суїцидальні наміри підлітків знижуються зі зростанням резильєнтності, надії та шкільної приналежності, тоді як більше стресових життєвих подій і нижча шкільна приналежність підвищують ризик суїцидальних думок. Важливим видається також питання розлуки з родиною. Результати цього дослідження корелюють із висновками C. Spaas *et al.* (2022), які досліджували психічне здоров'я молодих біженців і мігрантів у європейських освітніх закладах. Сімейна розлука постає більш значущим чинником ПТСР саме у біженців, у порівнянні з мігрантами. Учасники даного дослідження пережили/переживають розлуку з близькими. Передбачається, що високий рівень стресу у дорослих внутрішньо переміщених осіб унаслідок цієї розлуки може посилювати трансгенераційну передачу травми дітям. На основі аналізу досліджень можна припустити гендерну специфіку проявів ПТСР, зокрема, що підгрупа

вимушено переміщених жінок належить до групи підвищеного ризику, оскільки трансгенераційна травма у них потенційно накладається на гендерну вразливість.

♦ Висновки

У результаті дослідження було підкреслено, що досвід війни та міграції є глибоким біопсихосоціальним травмувальним явищем. Такі обставини впливають на сімейну систему, порушуючи її функціонування. Виявивши не лише негативні наслідки травмувальних подій, а й потенціал ПТЗ, підкреслено значущість спрямування соціально-психологічного супроводу родин ВПО на підвищення їхньої стійкості та добробуту. Родина як унікальна система має вбудовані механізми відновлення, що обґрунтовує застосування не лише індивідуальних, а й сімейно орієнтованих інтервенцій. Концептуальна гіпотеза, що була підтверджена у здійсненому дослідженні, стосувалася осмислення травмувального досвіду війни й, зокрема, досвіду вимушеного переселення як чинника, що спричиняє трансгенераційну передачу стресу у сімейній системі українських родин внутрішньо переміщених осіб. Враховуючи статистично значущу кореляцію між рівнем сприйнятого стресу батьків і психоемоційним дистресом їхніх дітей, а також високі показники дистресу у досліджуваній вибірці (54 % батьків із високим рівнем стресу та 77 % дітей із високою ймовірністю прояву симптомів ПТСП), припущено, що емоційне виснаження батьків транслюється на дітей. Зростання стресу дітей, у свою чергу, посилює стрес батьків. Окрім того, виявлена статистично значуща

кореляція між рівнем сприйнятого стресу батьків і симптоматикою уникнення ПТСП у дітей дозволяє припустити, що високий батьківський стрес сприяє закріпленню травматичного досвіду у дітей. На основі отриманих емпіричних даних та проведеного порівняльного аналізу сучасних досліджень була розроблена сімейна психоедукативна програма, спрямована на підтримку як ПТЗ, яка може бути використана для подальших практичних розробок. Обмеженням здійсненого дослідження є невеликий обсяг вибірки, а також реалізований поперечний зріз даних, які у порівнянні з лонгitudним вивченням не здатні показати всю специфіку розгортання ПТСП-динаміки. Перспективи подальших досліджень полягають у поглибленому вивченні гендерних особливостей проявів ПТСП у дітей ВПО з більшою вибіркою для перевірки гіпотези про підвищений ризик для дівчат через накладання трансгенераційної травми на гендерну вразливість.

♦ Подяку

Автори висловлюють подяку Громадській організації «Живи» (м. Харків) за сприяння у проведенні емпіричного дослідження, зокрема, за допомогу в організації збору даних та залученні учасників.

♦ Фінансування

Немає.

♦ Конфлікт інтересів

Немає.

♦ Джерела

- [1] Andrade, A.S., Roca, J.S., & Pérez, S.R. (2023). Children's emotional and behavioral response following a migration: A scoping review. *Journal of Migration and Health*, 20(7), article number 100176. doi: 10.1016/j.jmh.2023.100176.
- [2] Andriiash, V., Hromadska, N., & Malikina, O. (2023). The main problems of internally displaced persons in Ukraine. *Scientific Works of Interregional Academy of Personnel Management. Political Sciences and Public Management*, 4(70), 5-12. doi: 10.32689/2523-4625-2023-4(70)-1.
- [3] Chelobitko, N.P., & Astremska, I.V. (2024). Stress disorders in internally displaced persons in conditions of martial law. *Habitus*, 67, 229-232. doi: 10.32782/2663-5208.
- [4] Children and War Foundation. (n.d.). *Revised child impact of events scale (CRIES-8)*. Retrieved from <https://surl.li/ntxetn>.
- [5] Dell'Osso, L., Lorenzi, P., Nardi, B., Carmassi, C., & Carpita, B. (2022). Post traumatic growth (PTG) in the frame of traumatic experiences. *Clinical Neuropsychiatry*, 19(6), 390-393. doi: 10.36131/cnforitieditore20220606.
- [6] Fransen, S., & De Haas, H. (2022). Trends and patterns of global refugee migration. *Population and Development Review*, 48(1), 97-128. doi: 10.1111/padr.12456.
- [7] Hyland, P., Vallières, F., Shevlin, M., Karatzias, T., Ben-Ezra, M., McElroy, E., Vang, M.L., Lorberg, B., & Martenskovskyi, D. (2023). Psychological consequences of war in Ukraine: Assessing changes in mental health among Ukrainian parents. *Psychological Medicine*, 53(15), 7466-7468. doi: 10.1017/S0033291723000818.
- [8] Kadri, A., Gracey, F., & Leddy, A. (2022). What factors are associated with posttraumatic growth in older adults? A systematic review. *Clinical Gerontologist*, 48(1), 4-21. doi: 10.1080/07317115.2022.2034200.
- [9] Kostruba, N., & Kostruba, A. (2024). Social support as a factor of mental health in wartime conditions: Communication and interaction. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 30(1), 39-45. doi: 10.61727/sssppj/1.2024.39.
- [10] Kotsakis Ruehlmann, A., et al. (2023). Epigenome-wide meta-analysis of prenatal maternal stressful life events and newborn DNA methylation. *Molecular Psychiatry*, 28(12), 5090-5100. doi: 10.1038/s41380-023-02010-5.
- [11] Molendijk, M., Baart, C., Schaffeld, J., Akçakaya, Z., Rönna, C., Kooistra, M., de Kleine, R., Strater, C., & Mooshammer, L. (2024). Psychological interventions for PTSD, depression, and anxiety in child, adolescent and adult forced migrants: A systematic review and frequentist and Bayesian meta-analyses. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 31(4), article number e3042. doi: 10.1002/cpp.3042.

- [12] Morganstein, J.C., Bromet, E.J., & Shigemura, J. (2022). The neuropsychiatric aftermath of exposure to weapons of mass destruction: Applying historical lessons to protect health during the war in Ukraine. *Psychological Medicine*, 53(11), 5353-5355. doi: [10.1017/S0033291722002872](https://doi.org/10.1017/S0033291722002872).
- [13] Mulligan, C.J., Quinn, E.B., Hamadmad, D., Dutton, C.L., Nevell, L., Binder, A.M., Panter-Brick, C., & Dajani, R. (2025). Epigenetic signatures of intergenerational exposure to violence in three generations of Syrian refugees. *Scientific Reports*, 15(1), article number 5945. doi: [10.1038/s41598-025-89818-z](https://doi.org/10.1038/s41598-025-89818-z).
- [14] Perrin, S., Meiser-Stedman, R., & Smith, P. (2005). The children's revised impact of event scale (CRIES): Validity as a screening instrument for PTSD. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 33(4), 487-498. doi: [10.1017/S1352465805002419](https://doi.org/10.1017/S1352465805002419).
- [15] Reese, E.M., Barlow, M.J., Dillon, M., Villalon, S., Barnes, M.D., & Crandall, A. (2022). Intergenerational transmission of trauma: The mediating effects of family health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), article number 5944. doi: [10.3390/ijerph19105944](https://doi.org/10.3390/ijerph19105944).
- [16] Salim, S. (2024). The burden of trauma in the life of a refugee. *Frontiers in Public Health*, 12, article number 1298544. doi: [10.3389/fpubh.2024.1298544](https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1298544).
- [17] Significant increase in PTSD cases in Ukraine: Almost 4-fold increase in 2023 compared to pre-war levels. (2024). Retrieved from <https://unn.ua/en/news/significant-increase-in-ptsd-cases-in-ukraine-almost-4-fold-increase-in-2023-compared-to-pre-war-levels>.
- [18] Spaas, C., et al. (2022). Mental health of refugee and non-refugee migrant young people in European secondary education: The role of family separation, daily material stress and perceived discrimination in resettlement. *Journal of Youth and Adolescence*, 51(5), 848-870. doi: [10.1007/s10964-021-01515-y](https://doi.org/10.1007/s10964-021-01515-y).
- [19] Stark, L., Seff, I., Yu, G., Salama, M., Wessells, M., Allaf, C., & Bennouna, C. (2022). Correlates of suicide ideation and resilience among native- and foreign-born adolescents in the United States. *Journal of Adolescent Health*, 70(1), 91-98. doi: [10.1016/j.jadohealth.2021.07.012](https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.07.012).
- [20] Strashok, L.A., Mikhanovska, N.H., Danylenko, H.M., Sydorenko, T.P., Isakova, M.Yu., Zavelia, E.M., & Vodolazhskyi, M.L. (2024). Dynamics of the psychological state of internally displaced school-age children and adolescents. *Modern Pediatrics. Ukraine*, 7(143), 68-74. doi: [10.15574/SP.2024.7\(143\).6874](https://doi.org/10.15574/SP.2024.7(143).6874).
- [21] Todorova, I.S., & Bulchenko, D.V. (2024). Conceptual principles of psychoeducation as a method of psychological assistance. *Scientific Innovations and Advanced Technologies*, 7(35), 1103-1116. doi: [10.52058/2786-5274-2024-7\(35\)-1103-1116](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-7(35)-1103-1116).
- [22] Uwizeye, G., Rutherford, J.N., & Thayer, Z.M. (2023). Associations between duration of first trimester intrauterine exposure to genocide against the Tutsi and health outcomes in adulthood. *American Journal of Biological Anthropology*, 181(3), 341-351. doi: [10.1002/ajpa.24708](https://doi.org/10.1002/ajpa.24708).
- [23] Veldbrekht, O.O., & Tavrovetska, N.I. (2022). The Perceived Stress Scale (PSS-10): Adaptation and approbation in wartime conditions. *Journal of Modern Psychology*, 2, 16-27. doi: [10.26661/2310-4368/2022-2-2](https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-2).
- [24] WMA. (2024). *WMA Declaration of Helsinki – ethical principles for medical research involving human participants*. Retrieved from <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki/>.

Transgenerational transmission of stress among internally displaced persons: Empirical analysis and family psychoeducation

Oksana Nikitina

PhD in Psychological Sciences, Associate Professor
Kharkiv National University of Urban Economy named after O.M. Beketov
61002, 17 Chornoglazivska Str., Kharkiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0003-4028-1321>

Oksana Rezvan

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Kharkiv National University of Urban Economy named after O.M. Beketov
61002, 17 Chornoglazivska Str., Kharkiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-7371-3605>

Olena Romanovska

PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor
Kharkiv National University of Urban Economy named after O.M. Beketov
61002, 17 Chornoglazivska Str., Kharkiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-4898-2141>

Maryana Marusynets

PhD in Psychological Sciences, Professor
Transcarpathian Regional State Administration
88000, 4 Narodna Sq., Uzhhorod, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-9935-3337>

♦ **Abstract.** The relevance of the issue stems from the fact that the psychological consequences of forced displacement, in particular chronic stress and intensified post-traumatic symptoms, may give rise to mechanisms of transgenerational transmission of trauma due to the psycho-emotional interdependence of family members. The aim of the study was to examine the transgenerational transmission of stress in Ukrainian families of internally displaced persons under martial law and to develop an appropriate psychoeducational programme. The hypotheses put forward on the basis of a theoretical analysis of the source base were empirically tested. A high level of stress and trauma was found among the study group (26 people, including 13 adults aged 41 to 48 and 13 children aged 10 to 11). Half of the adults who are internally displaced persons tend to assess their current life as unpredictable, and the level of post-traumatic stress symptoms in children indicates a high probability of disorder. A statistically significant positive correlation was also found between the level of stress perceived by parents and the overall level of psycho-emotional distress in their children, confirming the mechanism of transgenerational transmission of stress. The empirical data obtained and the analysis of current psychological research formed the basis for the development of an appropriate family psychoeducational programme, which aims to improve the psycho-emotional state of children by supporting parental perception of stress and family dynamics. The programme includes components aimed at raising participants' awareness of stress and stress disorders, developing coping strategies and promoting post-traumatic growth. The practical significance is represented in the development of a family psychoeducational programme that combines the principles of working with the negative psychological consequences of war and the opportunities for post-traumatic growth in wartime conditions. The results of the study can be used to create programmes of social and psychological support for families of internally displaced persons, which will contribute to the mental health of families both in Ukraine and abroad

♦ **Keywords:** family dynamics; forced displacement; children's psycho-emotional distress; parental stress; resilience; post-traumatic growth