

АНОТАЦІЯ

**кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістр
Волинчук Тимур Іванович
«Вплив воєнного стану на психологічний стан молодого покоління»
м. Одеса 2024 рік**

Магістерська робота присвячена дослідженню впливу воєнного стану на психологічний стан молоді в Україні та розробці ефективних підходів до надання психологічної допомоги. Дослідження охоплює аналіз рівнів посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії та резильєнтності серед молодих людей, які зазнали впливу воєнних подій. Для оцінки психологічного стану використовувалися методики PCL-5, PHQ-9 і CD-RISC, що дозволило визначити як кількісні показники, так і якісні аспекти емоційних переживань учасників. Особливу увагу приділено міжнародному досвіду роботи з молоддю, постраждалою від війни, а також адаптації цих підходів до українського контексту.

У рамках дослідження було розроблено та впроваджено три основні психологічні інтервенції: травмофокусовану когнітивно-поведінкову терапію, програму усвідомленого зниження стресу та групову терапію для розвитку стійкості. На основі дослідження розроблено рекомендації для психологів, соціальних працівників та освітніх установ щодо створення комплексних програм допомоги молоді в умовах тривалого стресу. Робота має значущість як для наукової спільноти, так і для практичного впровадження ефективних методів підтримки молоді, постраждалої від війни.

Ключові слова: ментальне здоров'я, психологічна інтервенція, резильєнтність, ПТСР, психотравма, психотерапія, стрес.

ANOTATION

**The influence of martial law on the psychological state of the young generation
Volynchuk Tymur
Master's qualification work in the specialty
053 «Psychology», for the educational program « Practical psychology»
Odesa National Economic University.
Odesa 2024**

The master's thesis is devoted to the study of the impact of martial law on the psychological state of youth in Ukraine and the development of effective approaches to providing psychological assistance. The study includes an analysis of the levels of post-traumatic stress disorder (PTSD), depression and resilience among young people who were affected by military events. The methods of PCL-5, PHQ-9 and CD-RISC were used to assess the psychological state, which made it possible to determine both quantitative indicators and qualitative aspects of the emotional experiences of the participants. Particular attention is paid to

international experience in working with youth affected by war, as well as the adaptation of these approaches to the Ukrainian context.

As part of the study, three main psychological interventions were developed and implemented: trauma-focused cognitive-behavioral therapy, a program of conscious stress reduction and group therapy for the development of resilience. Based on the study, recommendations were developed for psychologists, social workers and educational institutions on the creation of comprehensive programs to assist youth in conditions of prolonged stress. The work is significant both for the scientific community and for the practical implementation of effective methods of supporting youth affected by war.

Key words: mental health, psychological intervention, resilience, PTSD, trauma, psychotherapy, stress.