

УДК 316.346.32

DOI <https://doi.org/10.32782/apfs.v050.2024.22>**О. Ю. Клименко**ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-8560-8642>

доктор соціологічних наук, професор,

провідний науковий співробітник

відділу соціальної експертизи

Інституту соціології Національної академії наук України

Г. І. ЧепуркоORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7540-5174>

доктор соціологічних наук, провідний науковий співробітник,

завідувачка відділу соціальної експертизи

Інституту соціології Національної академії наук України

ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ ТРАВМИ ПІД ВПЛИВОМ СТРЕСОВИХ СТАНІВ У ПРАЦІВНИКІВ ПРИВАТНОГО СЕКТОРУ ЕКОНОМІКИ УКРАЇНИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Постановка проблеми. Російсько-українська війна створила безпрецедентні умови для загострення психологічних і соціальних проблем у населення України – постійний страх, загроза переміщення та втрати майна, економічна нестабільність, релокація підприємств, руйнування робочих місць і порушення звичного способу життя, втрата соціального капіталу та вимушена міграція провокують виникнення стресових станів, тривале перебування в яких провокує формування дистресу, що на третій рік війни вже переростає у соціальну травму [1]. Соціальна травма включає психологічні, економічні та соціальні аспекти і визначається нами як колективна реакція на екстремальні стресові події, що порушують зв'язки між індивідом та суспільством. У приватному секторі економіки України це проявляється у вигляді порушення стосунків в трудових колективах, втрати почуття стабільності та прогнозованості майбутнього, виникненні нетрадиційних форм зайнятості, а також у зростанні недовіри до соціальних інституцій. Війна суттєво знизила економічну активність і підвищила рівень безробіття, створивши додатковий тиск на приватні підприємства та самозайнятих громадян. Соціально-економічні чинники, такі як безробіття, економічна нестабільність, зниження доходів і страх втрати роботи викликають у громадян хронічний стрес та є важливими предикторами розвитку соціальної травми, оскільки можуть мати кумулятивний ефект. Відсутність доступу до якісної психологічної допомоги посилює проблему, знижуючи шанси на подолання травматичних переживань на початковій стадії їх виникнення. Безпекові виклики війни вимагають розробки дієвих механізмів підтримки працівників приватного сектору економіки для зменшення негативних наслідків стресу і запобігання соціальній дезінтеграції та попередження формування соціальної травми,

яка є багатовимірною проблемою, що поєднує психологічні, соціальні та економічні аспекти життя суспільства. Її дослідження є надзвичайно актуальним для розробки ефективних стратегій подолання наслідків війни, як для окремих індивідів, так і для українського суспільства в цілому, що вимагає залучення міждисциплінарного підходу та детального аналізу проблеми формування соціальної травми під впливом стресових станів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Війна в Україні, спричинена російською збройною агресією, значно вплинула на всі сфери життя суспільства, включаючи ринок праці. На відміну від закладів та установ державної форми власності, де усі процеси регулюються бюджетними інтервенціями і адмініструються нормативними актами виконавчої влади, приватні підприємства зіткнулися з серйозними викликами та великими ризиками, що, безмовно, вплинуло на їх працівників, створивши умови для появи стресових станів, що з часом перетворюються в стрес, затяжний характер якого провокує появу дистресу. Оскільки війна, актуалізуючи соціальні стресори і предиктори, негативним чином впливає на робочі відносини, змінюючи акцент в балансі між вимогами до якості та кількості роботи і ресурсом, що пропонується у винагороду за її виконання, то для наукового аналізу є цікавою модель «Job Demands-Resources» (JD-R), запропоновану японською дослідницею Ю. Нагата [2, с. 620].

Модель «Job Demands-Resources» (JD-R) була розроблена як інтеграційний підхід до вивчення проблеми виникнення стресу, обумовленого соціальними взаємодіями в рамках робочого процесу та отриманими від цього результатами (розподілом ресурсів). Вона поєднує різні аспекти соціальних впливів робочого середовища, організаційної культури, безпекових гарантів, умов праці та механізмів прийняття управлінських рішень, щоб

пояснити, як робочі вимоги і отримані, в результаті виконання роботи, ресурси впливають на виникнення стресових станів у працівників приватного сектору, а також позначаються на продуктивності та результативності професійної діяльності. Основна ідея моделі JD-R полягає у тому, що люба працевзятість має свої унікальні робочі вимоги та гарантовану винагороду за їх виконання (конкретні ресурси, які отримуються за підсумками роботи). Робочі вимоги (Job Demands) можуть включати фізичні, психологічні, соціальні, організаційні аспекти, що виникають під час роботи і передбачають постійне залучення фізичних, інтелектуальних та психологічних зусиль працівника. Ресурси отримані в результаті роботи (Job Resources) сприяють підвищенню мотивації та досягненню цілей, знижують робочі вимоги і стимулюють особистий розвиток за рахунок дієвих мотиваційних, стимулюючих чинників [3, с. 3]. Підвищені вимоги та зменшені ресурси в умовах війни значно збільшують ризики виникнення стресових станів, що потребує більш детального вивчення та висвітлення.

Сам процес виникнення стресу в рамках JD-R моделі виглядає наступним чином – предиктори(певні обставини), провокують виникнення соціальних чинників негативного / позитивного впливу, які сприяють формуванню низки взаємопов'язаних стресорів, що створюють дисбаланс між існуючими вимогами, обумовленими певними реаліями, та наявними ресурсами, обмеженими тими чи іншими обставинами.

Окремої уваги заслуговує науковий доробок Тетяни Нікельсен та Ізраїля Ліберсона, що працюють в рамках наукового проекту «Building research capacity to implement outcome research and evidence-based trauma care after mass violence in Ukraine» фонду «Fogarty» -, який спрямований на розвиток досліджень і практик лікування травматичного стресу в Україні. Основна увага приділяється використанню доказових методів лікування посттравматичного стресового розладу (ПТСР), таких як когнітивна обробка, поведінкова активація та фармакотерапія. Їхні дослідження враховують вплив кумулятивних або тривалих травматичних подій, характерних для військового час [4].

Аналізом макро-соціальних індикаторів, які є критичними аналітичними інструментами в соціології для ідентифікації причин стресу та дистресу в різних соціальних групах, займаються українські науковці, що розглядають такі показники: економічні (наприклад, рівень безробіття), соціальні (рівень нерівності, соціальна напруженість, лояльність), безпекові (ризики для життя та здоров'я, умови праці), а також політичні (індекс демократії, політична стабільність, наявність конфліктів або воєн). Використання макро-соці-

альних показників сприяє комплексному розумінню природи стресу, допомагаючи ідентифікувати його ключові предиктори [5, с. 43-44].

Наведені наукові підходи сприяють розумінню складної природи виникнення стресу в умовах війни, а також створюють основу для підвищення адаптаційної здатності приватного сектору та підтримки працівників у стресових умовах, що в подальшій перспективі стане корисним для розробки теорії соціальної травми.

Формулювання мети статті. Метою статті є висвітлення проблеми формування соціальної травми під впливом стресових станів у працівників приватного сектору економіки України.

Методологічна база. Статтю підготовлено в перебігу виконання науково-дослідницької роботи «Стресові стани населення України в контексті війни: розповсюдженість, групи ризику та шляхи компенсації» (державний реєстраційний номер: 0123U100793) за конкурсною тематикою НАН України «Наукові і науково-технічні (експериментальні) роботи за пріоритетним напрямом «Українське суспільство в умовах війни, повоєнної трансформації та європейської інтеграції» на 2023-2024 рр.» (шифр: 6541230).

Польовий етап дослідження був проведений Соціологічною групою «Рейтинг» на замовлення Інституту соціології НАН України на всій території України (крім окупованих територій Криму та Донбасу) 6-10 жовтня 2023 року. Збір даних проводився у форматі «mixed mode» із застосуванням Computer Assisted Telephone Interviewing (CATI) для рекрутингу респондентів та Computer Assisted Web Interviewing (CAWI) для відповідей респондентів за основним блоком анкети. Вибірка, що була використана для фінального аналізу, включає 2767 респондентів і репрезентує жителів України у віці від 18 до 69, які користуються смартфоном (орієнтовно – 74% дорослого населення України). Вибірка не включає українців, які зараз не перебувають в Україні. Похибка вибірки з довірчою імовірністю 0,95 та врахуванням дизайн-ефекту становить $\pm 2,0\%$, коефіцієнт досяжності респондентів – 9,5%.

Виклад основного матеріалу. Виникнення стресових станів у працівників приватного сектору є важливою проблемою, яка привертає увагу науковців через свій вплив, як на продуктивність праці, так і на ефективність соціальних взаємодій на робочому місці, а також на особистий добробут пересічних громадян. Аналіз відповідей самозайнятих українців на питання щодо їх переживань під час війни, де було запропоновано 31 індикатор, продемонстрував відносно низький рівень постійного стресу серед цієї групи. Зокрема, лише 5,3% респондентів перебувають у стані майже постійного стресу, що свідчить про наявність певного рівня психологічної стійкості та адаптивності до

умов війни у більшості опитаних. Водночас варто звернути увагу на 20,5% респондентів, які періодично відчувають стрес та на 44,5% респондентів, які відчувають його лише зрідка, що на пряму вказує на присутність факту певної схильності до емоційних переживань, особливо в певних обставинах або ситуаціях, пов'язаних з умовами війни. Ці дані також вказують на необхідність подальших досліджень та наукових розвідок в напрямку розробки стратегій підтримки працівників приватного сектору, спрямованих на зниження рівня стресу серед самозайнятих, оскільки навіть епізодичний стрес може негативно впливати на їхню продуктивність, ефективність роботи і погіршувати загальний стан здоров'я (рис. 1).

Позитивним аспектом, на наш погляд, є те, що 29,6% респондентів зауважили, що взагалі не переживали стресових станів із запропонованого переліку індикаторів, що може бути результатом адаптації до складних умов, високим психологічним рівнем стресостійкості або наявності ефективних стратегій подолання стресу.

В цілому, результати дослідження (переважна більшість 70,4% респондентів в тій чи іншій мірі переживають стрес) вказують на необхідність впровадження цільових психологічних програм та заходів з підтримки, які б допомогли самозайнятим українцям ефективно справлятися зі стресом в умовах війни, запобігаючи його накопиченню та переходу в хронічну форму, коли адаптаційні можливості організму вичерпуються або стають недостатніми – дистрес. Приватний сектор, який характеризується конкурентним середовищем, динамічними вимогами до роботи та гіперболізованою мотивацією отримання прибутків, в умовах війни часто ставить працівників у ситуації підвищених ризиків та надмірного психологічного навантаження, що сприяє виникненню певних стресових станів, нами було виділено 10 найпоширеніших з них (рис. 2).

Аналізуючи найпоширеніші стресові стани, на які звернули увагу працівники приватного сектору можна виділити три ключові блоки:

1. Стресові стани, пов'язані з проблемами соціальної взаємодії;
2. Стресові стани, пов'язані з психологічними проблемами;
3. Стресові стани, пов'язані з проблемами погіршення здоров'я.

Окремо слід розглянути такий індикатор стресового стану, як «відсутність мотивації», яку 6,9% – переживають майже постійно, 29,6% – періодично, 39,6% – зрідка і лише 23,9% – ніколи.

Блок 1. Стресові стани пов'язані з проблемами соціальної взаємодії – «відчуття, що більшості людей не можна довіряти»; «відчуття, що люди зловживають довірою», якщо їм це дозволити; «відчуття незручності, коли люди спостерігають або говорять» про респондента, є наймасовішими. Так, респонденти зауважили: «Відчуття, що більшості людей не можна довіряти», – переживають майже постійно 14,5%, періодично – 35,3% і зрідка – 37,8%, ніколи – лише 12,4% (це найвищий показник з 31 запропонованого індикатору). В умовах тривалої війни джерелами виникнення стресу, що призводять до формування недовіри є невизначеність і нестабільність ситуації, яка підриває довіру до роботодавців, колег і навіть державних установ. Наявність відчуття, що люди зловживають їх довірою майже постійно підтвердили 9,1% опитаних, періодично – 32,0%, зрідка – 44,1% і тільки 14,8% – стверджують, що ніколи не перебували в такому стані.

Таким чином, недовіра є одним з ключових соціальних індикаторів стресових станів, пов'язаних з соціальною взаємодією в умовах тривалої війни та соціально-економічної кризи. Дослідження наочно демонструє, що значна частина респондентів майже постійно або періодично відчуває недовіру до людей з якими змушена взаємо-

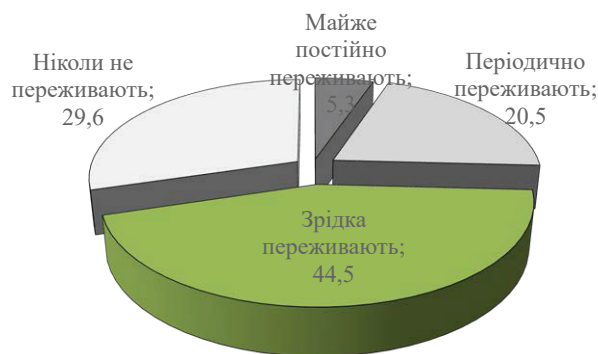


Рис. 1. Середній рівень переживання стресових станів у працівників приватного сектору, у %

Джерело: зроблено авторами статті за даними (соціологічного дослідження «Стресові стани населення України в контексті війни: розповсюдженість, групи ризику та шляхи компенсації»)

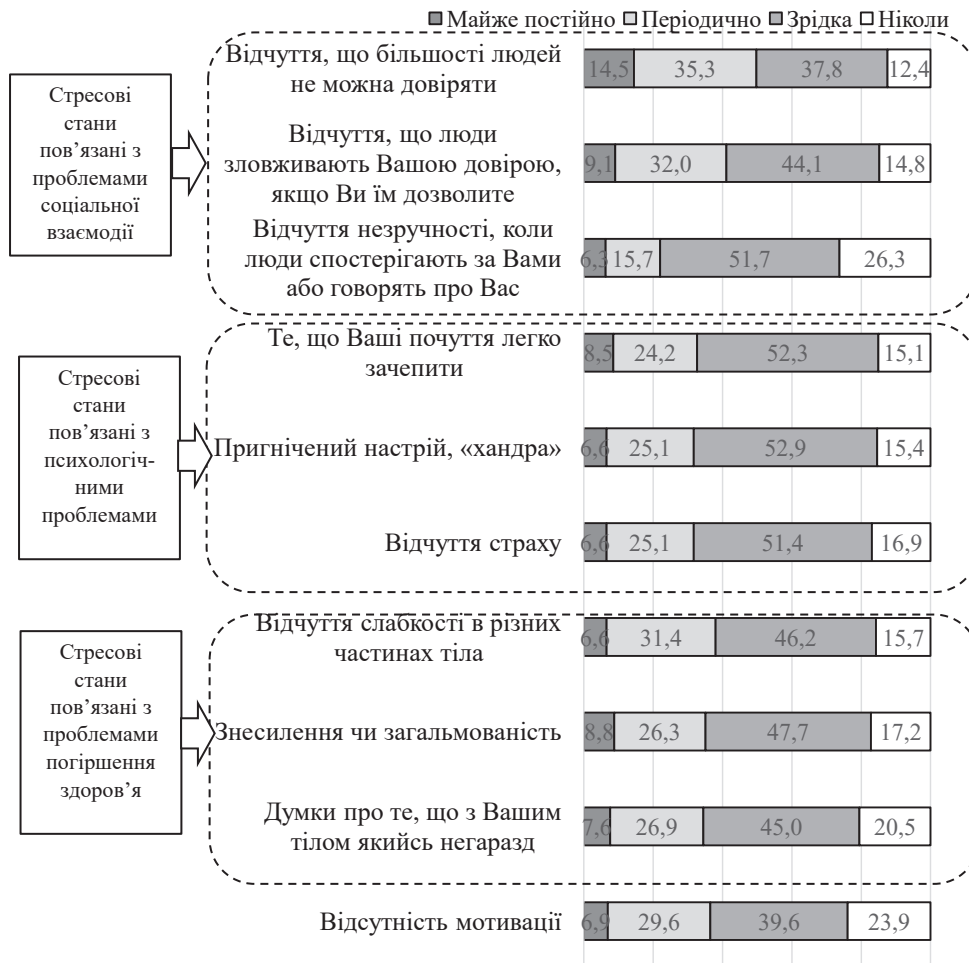


Рис. 2. Топ 10 найпоширеніших стресових станів, які спостерігаються у працівників приватного сектору, у %

Джерело: зроблено авторами статті за даними (соціологічного дослідження «Стресові стани населення України в контексті війни: розповсюдженість, групи ризику та шляхи компенсації»)

діяти і які знаходяться в її соціальному оточенні. Це свідчить про високий рівень соціальної недовіри, яка може бути результатом тривалої невизначеності та нестабільності, спровокованих умовами війни і може стати серйозною перешкодою для ефективної соціальної взаємодії та кооперації як на робочому місці, так і в більш широкому соціальному контексті. Відчуття, що інші люди можуть зловживати довірою, є ще одним поширеним джерелом стресу серед респондентів, що підсилює загальну тенденцію до підозрливості та обережності у соціальних взаємодіях, закритості особистих та робочих контактів, що підтверджує наше припущення про недовіру, як домінуючий індикатор стресу у представників приватного сектору.

В той же час, довіра є базовим управлінським критерієм для організації продуктивної командної роботи. За умов руйнування довіри на рівні соціальних взаємодій на робочому місці – ефективність співпраці різко знижується, оскільки

люди можуть неохоче ділитися інформацією, делегувати завдання або не підтримувати ініціативу своїх колег, наслідком чого є порушення ланцюгів комунікації та різке зниження продуктивності праці. В свою чергу, непорозуміння, спровоковане комунікаційними проблемами є пусковим механізмом виникнення соціальної напруги, суперечок і провокує виникнення конфліктів. Окрім того, недовіра має глибокі соціальні наслідки – вона може бути чинником послаблення згуртованості та інтенсифікації процесів соціального відчуження і передумовою для формування неспроможності колективно вирішувати нагальні проблеми, спровокувавши виникнення в суспільстві поляризації та дестабілізації.

В умовах тривалої війни соціальна недовіра та підозрливості є домінуючими стресорами, що мають значний вплив на психологічний стан людей. Недовіра до інших, особливо в контексті соціальної взаємодії на роботі та в громадському житті, може призводити до погіршення соці-

альних зв'язків і викликати додаткові психологічні та соціальні проблеми, таким чином актуалізуючи питання зміцнення соціальної довіри в українському суспільстві. Непередбачуваність російської збройної агресії створює середовище постійної невизначеності, що є джерелом стресу та загострює почуття незахищеності щодо свого майбутнього, а отже призводить до посилення занепокоєння, погіршення психологічного стану та формування переживань з приводу наявності недиагностованих захворювань або можливого виникнення серйозних проблем зі здоров'ям.

2. До блоку стресових станів пов'язаних з психологічними проблемами, спровокованих постійними загрозами війни та підвищеними соціально-економічними ризиками, входять емоційна вразливість; «відчуття страху»; «пригнічений настрій, хандра», майже постійне переживання яких визнали в середньому 7,2%, періодично відчують зазначені стани – 24,8%, зрідка можуть бути враженими 52,2% опитаних, а 15,8% респондентів стверджують, що ніколи не перебували в зазначених психологічних станах.

Дослідження показало чіткий взаємозв'язок між проблемами соціальної взаємодії, пов'язаними з розмиванням довіри і формуванням у респондентів таких психологічних станів, як почуття безнадії та хандра. Тривога, пов'язана з гіперболізацією власних почуттів у працівників приватного сектору провокує надмірну підозрливість та постійне напруження щодо мотивів інших людей майже постійно відчують вразливість 8,5% опитаних, періодично – 24,2%, зрідка – 52,3% і тільки 15,1% – стверджують, що ніколи не перебували в такому стані.

В комплексі, сукупність стресових станів, пов'язаних з психологічними проблемами є наслідком не тільки впливу недовіри, як домінантного стресора але й результатом безпекових занепокоєнь, які провокують високий рівень емоційної вразливості. Постійні загрози особистій безпеці, чи то через прямі бойові дії, чи пов'язані з ними збройну агресію (ракетні удари, атаки дронів, тощо), створюють посилене відчуття вразливості. Майже постійно відчують страх 6,6% опитаних, періодично – 25,1%, зрідка – 51,4%, а 16,9% – стверджують, що ніколи не перебували в такому стані.

Таким чином, результати дослідження засвідчують, що значна частина респондентів періодично або зрідка переживає емоційну вразливість, страх, пригнічений настрій, хандру. Це свідчить про те, що в умовах тривалої війни і підвищених соціально-економічних ризиків такі психологічні стани стають звичними, а отже підвищують загальний рівень стресу в суспільстві. Існує чіткий взаємозв'язок між соціальною недовірою і виникненням у працівників приватного сектору відчуття безнадії, хандри, страху.

Недовіра, що виникає в умовах соціальної нестабільності та невизначеності, призводить до зниження психологічної стійкості, посилює, в свою чергу, відчуття вразливості та пригніченості. Це підсилює загальний психологічний тиск на працівників приватного сектору, роблячи їх більш вразливими до стресових станів. Поширеність станів страху та пригніченості свідчить про те, що психологічний тиск, спричинений війною та соціально-економічними ризиками, постійно присутній у житті самозайнятих людей, що в перспективі буде мати серйозні наслідки для їхнього психічного та фізичного здоров'я.

Блок 3. Стресові стани, пов'язані з проблемами погіршення здоров'я – «відчуття слабкості в різних частинах тіла», «думки про те, що з тілом якийсь негаразд», «знесилення чи загальмованість» займають третє місце у ієрархії індикаторів стресових станів. Проблема погіршення здоров'я працівників приватного сектору під час війни є багатоаспектною та має глибокі соціальні наслідки. Триваючий збройний конфлікт загострює існуючі стресові фактори та створює нові, що призводить до ряду проблем із фізичним здоров'ям, що майже постійно на собі відчують 7,7% респондентів, періодично – 28,2%, зрідка – 46,3%, ніколи з цим не стикались – 17,8% [6, с. 48].

У зруйнованому війною середовищі багато працівників приватного сектору відчують збільшення робочого навантаження через скорочення робочої сили, збої в ланцюгах постачання, вимушену релокацію, втрату постачальників та необхідність швидко адаптуватися до мінливих умов. Таке посилене робоче навантаження сприяє вигоранню, що характеризується відчуттям слабкості, виснаження та втоми, які майже постійно на собі відчують 6,6% респондентів, періодично – 31,4%, зрідка – 46,2%, ніколи – 15,7% опитаних.

Окрім того, описані вище такі стресові стани, як емоційне виснаження, деперсоналізація і вразливість, не тільки провокують психологічне вигорання, але й негативним чином впливають на працівників приватного сектору, внаслідок чого вони відчують себе фізично виснаженими, психічно відокремленими та нездатними на високу продуктивність праці. Наслідком таких стресових впливів є хронічна втома яка проявляється у вигляді знесилення та загальмованості, а це майже постійно на собі відчують 8,8% респондентів, періодично – 26,3%, зрідка – 47,7%, ніколи – 17,2% опитаних, що, вочевидь, знижує, як їх фізичні, так і когнітивні функції. Підтвердженням цьому є той факт, що думки про наявність певних негаразд фізіологічного характеру майже постійно відчують 7,6% респондентів, періодично – 26,9%, зрідка – 45,0%, і ніколи – 20,5% опитаних. Сприйняття фізичної слабкості та втоми часто є не лише психологічним, а й фізі-

ологічним, оскільки ресурси організму постійно виснажуються постійним стресом

Хронічний стрес – дистрес, пов'язаний з роботою в умовах війни, може активувати реакцію організму, призвести до викиду гормону стресу – кортизолу, що може призвести до численних проблем зі здоров'ям, включаючи виникнення серцево-судинних захворювань, проблем з травленням і ослаблення імунної системи. Система охорони здоров'я України не готова до таких навантажень, фінансування масового лікування стресових станів законодавством не передбачено, а тому воно стане економічним тягарем для пересічних громадян [7]. Дистрес часто проявляється у вигляді тривоги, депресії та занепокоєння за своє здоров'я, він може спровокувати виникнення таких соматичних симптомів, як відчуття загальмованості (уповільнення рухів і мислення) та занепокоєння щодо наявності недиагностованих захворювань. Тож постійна тривога за стан власного здоров'я, або так звана іпохондрія, стимулює утворення циклу взаємопов'язаних тривог та фізичних скарг, оскільки змушує людину неправильно інтерпретувати нормальні тілесні відчуття як ознаки серйозної хвороби. Розпад соціальних структур і втрата соціального капіталу під час війни, провокують зниження соціальної підтримки, яка є критично важливим фактором захисту від стресу та погіршення здоров'я, її відсутність посилює відчуття виснаження та загальмованості.

Таким чином, поєднання підвищеного робочого навантаження, соціальної напруги, психологічного стресу, безпекових переживань, занепокоєнь за своє здоров'я створюють кумулятивний ефект, вплив якого на українців буде мати довгострокові наслідки, включаючи загострення хронічних захворювань, виникнення ментальних розладів та погіршення загальної якості життя. Тривалий характер війни означає, що ці проблеми не є тимчасовими, а можуть накопичуватись і погіршуватись з часом.

Відсутність мотивації у працівників приватного сектору економіки. Приватний сектор відіграє вирішальну роль у економічному відновленні України під час та після війни. Однак, якщо робоча сила деморалізована та недовірлива, здатність бізнесу впроваджувати інновації, розвиватися і робити внесок у економічне відновлення країни може бути серйозно обмежена.

«Відсутність мотивації» є критичним показником стресового стану, який відображає зниження бажання брати участь у професійній діяльності, соціальній активності чи особистому житті. Цей стан може бути симптомом більш глибоких психологічних і фізіологічних проблем, часто пов'язаних із тривалим впливом стресу. Наразі існує кореляція між стресом, який послаблює когнітивні

функції, знижуючи активність, і відсутністю мотивації. Тож, дистрес, особливо в умовах тривалої невизначеності або несприятливих ситуацій (таких як війна, економічна криза або докорінна трансформація ринку праці), може призвести до тривалої відсутності мотивації. Результати дослідження демонструють такі прояви стресових станів як апатія, депресія та емоційне виснаження, що сприяє втраті мотивації, особливо в рамках трудової діяльності. Для тих самозайнятих, хто відчуває зазначений стан майже постійно (6,9%), це вказує на наявність психологічного стресу високого рівня, що, ймовірно, потребує втручання фахівців. Періодичні або випадкові переживання такого стану (29,6% і 39,6%, відповідно) свідчать про коливання рівня стресу, пов'язані із соціальними предикторами (розглянуті нами вище).

Той факт, що 23,9% респондентів засвідчили, що ніколи не відчували браку мотивації, свідчить про наявність високого рівня психологічної стійкості або ефективних механізмів подолання стресу. Ці люди можуть мати доступ до кращої соціальної підтримки, більш здорових практик боротьби зі стресом або більш оптимістичні погляди на життя, що в комплексі захищає їх демотивуючих ефектів стресу. Відсутність мотивації є ключовою ознакою вигорання – стану емоційного, фізичного та розумового виснаження, спричиненого тривалим стресом, що може призвести до відсторонення від роботи, зниження продуктивності та погіршення якості життя. Для 6,9% респондентів, які відчувають цей стан майже постійно, існує значний ризик виникнення довгострокових проблем із психічним здоров'ям. Періодичні та випадкові переживання, про які повідомили 29,6% і 39,6% респондентів, можуть бути базовими симптомом виникнення депресії, особливо у поєднанні з такими стресовими станами як постійний смуток, безнадія або підозрілість. Мотивація тісно пов'язана з когнітивним функціонуванням людини, тож спричинені стресом когнітивні порушення, такі як труднощі з концентрацією, проблеми з пам'яттю та складності з прийняттям рішень, погіршують стан невмотивованості, створюючи нерозривне коло проблем, де зниження мотивації призводить до зниження продуктивності, що, у свою чергу, збільшує стрес.

В контексті професійної реалізації та продуктивності праці відсутність мотивації суттєво знижує працездатність, приводе до ігнорування службових обов'язків і незадоволеності роботою. Для підприємств та організацій це збільшує ризики плинності кадрів, зниження інновацій, погіршення загальної продуктивності праці – спаду виробництва та/або погіршення обслуговування. Усунення факторів, що сприяють демотивації, має вирішальне значення для попередження виникнення таких явищ, як соці-

альне відчуження та десолідаризація, оскільки співробітники можуть навмисно уникати соціальної взаємодії та ігнорувати колективну діяльність [8, с. 145].

Таким чином, аналіз такого індикатора стресового стану, як «відсутність мотивації» показує його значний вплив, як на професійну діяльність та особисте життя, так і на функціонування суспільства в цілому, що підкреслює необхідність цілеспрямованих заходів для подолання хронічного стресу та його наслідків в українському суспільстві. В той же час, періодичний і випадковий досвід демотивації серед значної частини працівників зайнятих у приватному секторі економіки є проблемою, яка на пряму залежить виключно від соціальних предикторів, а усунення, або нівелювання, основних з них сприятиме підвищенню стійкості психічного здоров'я та зменшить поширеність демотивації, покращуючи загальну якість життя.

Висновки. Дослідження показало, що стресові стани, які переживають працівники приватного сектору під час тривалої війни та соціально-економічної кризи, мають комплексний характер і включають як соціальні, так і психологічні фактори. Одним із найбільш поширених джерел стресу є недовіра до оточуючих, яка результат тривалої невизначеності та нестабільності. Недовіра, у свою чергу, сприяє формуванню підвищеної підозрливості, емоційної вразливості, страху та депресії серед працівників. Це значно знижує їх психологічну стійкість і здатність до ефективної соціальної взаємодії, що негативно впливає на продуктивність праці та якість життя. Крім того, стрес, пов'язаний із фізичним виснаженням, проблемами зі здоров'ям та надмірним робочим навантаженням, також є важливим аспектом, який призводить до емоційного вигорання і зниження когнітивних функцій. Система охорони здоров'я, зокрема в Україні, не готова до масового лікування стресових станів, що ускладнює ситуацію і ставить під загрозу здоров'я працівників. Відсутність мотивації в умовах стресу є ще одним критичним аспектом, що може призвести до зниження продуктивності та погіршення соціальної згуртованості.

Таким чином, комплексний підхід до розв'язання проблем стресових станів, що виникають через соціальну нестабільність та безпекові загрози, є необхідним для підвищення психологічної стійкості працівників, зниження рівня стресу та мотивації, а також для покращення загальної якості життя в умовах тривалої війни. Важливими заходами є зміцнення соціальної довіри, покращення системи соціальної підтримки та розробка ефективних методів психологічної допомоги для осіб, які переживають стресові стани. Тож, незважаючи на численні негативні фактори,

при належній підтримці та адаптації можна зберегти ефективність праці і підготуватися до відновлення виробничих потужностей після перемоги.

Література

1. Lushchak O., Velykodna M., Bolman S., Strilbytska O., Berezovskyi V., Storey K. Stress, anxiety and PTSD prevalence among Ukrainians grew dramatically during the first year of russian invasion: results of nationwide survey. 2023. URL: <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2023.06.24.23291803v1.full.pdf>
2. Nakata Y., Takahashi M. Work environment and stress among Japanese workers. *Journal of Occupational Health*, 2012, 54(1), 1–7.
3. Nakata Y., Ikeda T., Takahashi M., Haratani T. Impact of psychosocial job stress on non-fatal occupational injuries in small and medium-sized manufacturing enterprises. *American Journal of Industrial Medicine*, 2008, 51(9), 619–630.
4. Scutty S. Providing evidential assistance to Ukrainians suffering from PTSD. 2024. URL: <https://www.fic.nih.gov/News/GlobalHealthMatters/september-october-2023/Pages/bringing-evidence-based-ptsd-care-to-ukraine.aspx>
5. Сальнікова С., Мурадян О., Сидоров М. Міжнародні макро-соціальні показники як аналітичні інструменти в соціології. *Соціологічні студії*, 2020. 2 (17), 41–54. DOI: 10.29038/2306-3971-2020-02-41-54
6. Чепурко Г., Клименко О., Прівалов Ю. Поведінкові стратегії населення в умовах поширення соціально небезпечних хвороб. Київ: Інститут соціології НАН України. 2023. 263.
7. Про державні фінансові гарантії медичного обслуговування населення. Закон України *Відомості Верховної Ради (ВВР)*. № 5. 2018. 31. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2168-19#Text>
8. Клименко О. Ю. Взаємозв'язок динаміки розповсюдження соціально-небезпечних хвороб з соціальними нерівностями та умовами військового часу в Україні. *Соціологія: теорія, методи маркетинг*. 2023. № 2. С. 143–161. <https://doi.org/10.15407/sociology2023.02.143>

Анотація

Клименко О. Ю., Чепурко Г. І. Формування соціальної травми під впливом стресових станів у працівників приватного сектору економіки України під час війни. – Стаття.

У статті розглядається як війна в Україні спричинила суттєві трансформації в соціально-економічній структурі, зокрема ринку праці, викликавши зміни умова праці та змістивши баланс між вимогами і ресурсами, доступними для працівників приватного сектору, що стало пусковим механізмом виникнення стресових станів, формування стресу, переростання його в дистрес.

Метою статті є висвітлення проблеми формування соціальної травми під впливом стресових станів у працівників приватного сектору економіки України.

Авторками була проаналізована модель «Job Demands-Resources» (JD-R), в рамках якої дослідниці

пропонують ефективний підхід до аналізу цих змін, акцентуючи увагу на дисбалансі між підвищеними робочими вимогами та обмеженими ресурсами, який значно посилюється в Україні під час війни. Аналіз досліджень сучасних українських та міжнародних науковців, зроблений у статті, дає можливість висвітлити роль впливу тривалих стресорів на робочі процеси, що є важливими для подолання викликів, спричинених військовими діями, а використання макро-соціальних індикаторів для аналізу соціальної травми дозволило ідентифікувати ключові фактори стресу та предиктори переходу його у дистрес, допомагаючи в розробці ефективних стратегій управління робочим середовищем.

У статті проаналізовано результати соціологічного дослідження «Стресові стани населення України в контексті війни: розповсюдженість, групи ризику та шляхи компенсації», яке показало, що працівники приватного сектору під час війни та кризи стикаються зі стресом через соціальну нестабільність і психологічні фактори, такі як недовіра, страх і депресія, що знижує їх продуктивність і якість життя. Фізичне виснаження, проблеми зі здоров'ям і перевантаження також сприяють емоційному вигоранню. Відсутність належної медичної допомоги ускладнює ситуацію. Для вирішення проблем потрібна розробка комплексного підходу, зміцнення соціальної довіри, покращення системи підтримки та ефективні методи первинної психосоціальної допомоги.

Ключові слова: соціальна травма, дистрес, предиктори стресу, стресори, стресові стани, війна, приватний сектор економіки.

Summary

Klymenko O. Yu., Chepurko G. I. Formation of social trauma under the influence of stressful conditions in employees of the private sector of the economy of Ukraine during the war. – Article.

The article examines how the war in Ukraine caused significant transformations in the socio-economic structure, in particular the labor market, causing changes

in working conditions and shifting the balance between the demands and resources available to private sector employees, which became the trigger for the emergence of stressful conditions, the formation of stress, and its development into distress.

The aim of the article is to highlight the problem of the formation of social trauma under the influence of stressful conditions in employees of the private sector of the Ukrainian economy.

The authors analyzed the “Job Demands-Resources” (JD-R) model, within the framework of which the researchers offer an effective approach to the analysis of these changes, focusing on the imbalance between increased work demands and limited resources, which significantly increased in Ukraine during the war. The analysis of research by modern Ukrainian and international scientists, made in the article, makes it possible to highlight the role of the impact of long-term stressors on work processes, which is important for overcoming the challenges caused by military actions, and the use of macro-social indicators for the analysis of social trauma made it possible to identify key stress factors and predictors of its transition to distress, helping to develop effective strategies for managing the work environment. The article analyzes the results of the sociological study “Stress conditions of the population of Ukraine in the context of war: prevalence, risk groups and ways of compensation”, which showed that private sector employees during war and crisis face stress due to social instability and psychological factors, such as distrust, fear and depression, which reduces their productivity and quality of life. Physical exhaustion, health problems and overload also contribute to emotional burnout. The lack of proper medical care complicates the situation. Solving problems requires developing a comprehensive approach, strengthening social trust, improving the support system, and effective methods of primary psychosocial care.

Key words: social trauma, distress, stress predictors, stressors, stressful conditions, war, private sector of the economy.