

<https://doi.org/10.31891/PT-2023-3-10>

УДК 159.942.5

**В'ячеслав ГАВРИЛЬКЕВИЧ**

кандидат психологічних наук, доцент,  
Хмельницький національний університет  
<https://orcid.org/0000-0001-9473-7844>

e-mail: [havrylkevychv@khmnu.edu.ua](mailto:havrylkevychv@khmnu.edu.ua)

**Маріна ОЛІЙНИК**

здобувачка,  
Хмельницький національний університет  
e-mail: [marinaolinyk18@gmail.com](mailto:marinaolinyk18@gmail.com)

## ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО РЕАГУВАННЯ НА ВІЙНУ

*Дослідження присвячене проблемі гендерних особливостей емоційного реагування на війну, а також виявленню гендерних особливостей та відмінностей у переживанні різноманітних психічних проблем, які є наслідками та проявами емоційного реагування. Метою статті є теоретичний аналіз гендерних відмінностей емоційного реагування на війну. Для досягнення цієї мети проаналізовано праці вітчизняних та закордонних дослідників.*

*В статті здійснено огляд таких емоційних реакцій та станів у чоловіків та жінок під час війни як: стрес, тривога, роздратування, страх, гнів, посттравматичний стресовий розлад.*

***Ключові слова:** емоційне реагування, стрес, посттравматичний стресовий розлад, гендерні особливості.*

**Viacheslav HAVRYLKEVYCH, Marina OLIYNYK**

Khmelnyskyi National University

## GENDER CHARACTERISTICS OF EMOTIONAL RESPONSE TO WAR

*The study is dedicated to the problem of gender characteristics of emotional response to war, as well as to the identification of gender characteristics and differences in the experience of various mental problems, which are the consequences and manifestations of emotional response. The purpose of the article is a theoretical analysis of gender differences in emotional response to war. To achieve this goal, the works of domestic and foreign researchers were analyzed.*

*Men and women are sexes that have certain differences in the context of experiencing different events in terms of emotions. In addition, both sexes are distinguished by different emotionality, which may affect their emotional response to war.*

*War is closely related to the constant experience of fear, anger and sadness, which can lead to certain mental disorders, which can be closely related to the emotional response, emotionality of a person, his emotional intelligence and his emotional experience of certain events, mostly negative. In general, women are more emotional than men are. Women are more prone to empathy, more expressive, that is why they are more prone to complex emotional experience of negative emotions during war. However, men tend to suppress their own emotions,*

*so such actions during war can lead to negative consequences, such as high levels of anxiety, fear, emotional burnout, etc.*

*Women more than men are exposed to certain negative emotional changes in the process of overcoming stress, which indicates that women are characterized by less stress resistance, therefore they are prone to certain negative mental states that arise as a result of experiencing stressful situations.*

*The article reviews such emotional reactions and states of men and women during the war as stress, anxiety, irritation, fear, anger, post-traumatic stress disorder.*

**Key words:** *emotional response, stress, post-traumatic stress disorder, gender characteristics.*

### **Постановка проблеми у загальному вигляді**

**та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями**

Військові дії сьогодення спричиняють низку негативних ситуацій, які викликають особливу реакцію з боку емоцій представників як чоловічої, так і жіночої статі. Однак у даній ситуації, згідно з науковими дослідженнями та реальною практикою, існує чимало гендерних відмінностей, які можна чітко прослідкувати між жінками та чоловіками. Так, жінки та чоловіки по-різному реагують на стрес, по-різному реагують на смерть, а також можуть мати різні відмінності у контексті стресостійкості та емоційного вигорання, яке виникає саме у результаті бойових дій та інших негативних факторів, пов'язаних із війною. Разом із тим, зауважимо, що чоловіки та жінки у більшості випадків стикаються з різними проявами війни: жінки можуть виїхати з країни та перебувати у безпеці, чоловіки зобов'язані захищати рідну країну, тож можуть або вже бути у складі українських збройних сил, або очікувати на власну чергу. Поруч із цим, можуть мати місце і відмінності серед жінок, пов'язані з тим, що деяка частка має чоловіків або інших близьких, які вже воюють, або, на жаль, померли від рук агресора. Інша ж частка живе мирним життям, однак все ж реагує емоційно на події війни. Разом із тим, не виключено, що жінки та чоловіки можуть перебувати у стані окупації або навіть у полоні, що, загалом, викликає певні емоційні реакції з боку їхньої психіки. Окрім цього, існують і індивідуальні особливості, пов'язані зі схильністю до низької стресостійкості, до депресивних розладів тощо, як серед жінок, так і серед чоловіків, які не пов'язані з їхнім фізичним або матеріальним станом під час війни. Враховуючи все це, ми звернули увагу на гендерні особливості емоційного реагування на війну та сукупність інших негативних факторів, які з нею пов'язані.

### **Аналіз досліджень та публікацій**

На жаль, сьогодні існує доволі обмежена кількість досліджень, присвячених питанням гендерних відмінностей емоційного реагування

людини на війну в залежності від її статі. Так само існує невелика кількість досліджень, присвячених питанням гендерних відмінностей різних проблем емоційного характеру. До питань вивчення різних психологічних проблем, що виникають під час та після війни, звертались такі дослідники, як В. Гіларовський, І. Введенський, Є. Краснушкин, Є. Холодовський, D. Zatzick та інші. Важливий внесок у дослідження гендерних відмінностей психологічних та емоційних особливостей людини зробили Т. Іванова, І. Зозуля, У. Михайлишин та інші. Однак, аналізуючи дослідження, присвячені особливостям емоційного переживання та психологічних особливостей людини під час війни, на жаль, існує обмежена кількість вітчизняних досліджень, спрямованих на вивчення даного питання.

### **Формулювання цілей статті**

**Метою статті** є теоретичний аналіз гендерних відмінностей емоційного реагування на війну. Для досягнення цієї мети ми проаналізували праці вітчизняних і закордонних дослідників.

### **Виклад основного матеріалу**

Війна – негативне явище, яке впливає не лише на безпеку всіх громадян і спричиняє низку негативних наслідків економічного, демографічного, політичного й іншого характеру, а й значним чином впливає на психічне здоров'я кожного, хто стикається з даним явищем. Не обов'язково бути військовим, аби на власному досвіді відчути всі негативні наслідки війни для психічного здоров'я. Війна у нашій країні деструктивно впливає на кожного українця, незалежно від статі, віку, матеріального становища та положення у суспільстві. Війна постійно впливає на психічне здоров'я громадян, викликаючи низку психічних проблем. Так, група індійських дослідників встановила, що війна значним чином впливає на психічне здоров'я мирних людей. Під час та після війни спостерігається стрімке зростання захворюваності та поширеності психічних розладів, причиною яких стає саме війна. При цьому дослідники зазначають, що серед мирного населення саме жінки є більш схильними до психічних проблем, аніж чоловіки. Окрім цього, особливо вразливими є діти, люди похилого віку та особи з інвалідністю. Незалежно від того, скільки років триває війна та до яких наслідків вона призвела, її вплив на психічне здоров'я кожної її жертви – неминучий. При цьому вплив війни на психічне здоров'я може спостерігатись навіть серед громадян тих країн, які не постраждали від війни, а лише надають допомогу постраждалій стороні. Так, група європейських дослідників визначила, що війна негативно впливає на

психічне здоров'я громадян ЄС, зокрема, на психічне здоров'я громадян Італії, які страждають на підвищений рівень стресу, тривоги та депресії, не дивлячись на те, що живуть за тисячі кілометрів від України [14, с.15]. Особливо страждають від війни діти, психіка яких лише розвивається. Таким чином, війна – негативне явище, з яким може зіткнутись особа будь-якої статі та віку, і в однаковій мірі може бути схильною до негативних емоційних реакцій та, як наслідок, певних психічних проблем. Тож чоловіки та жінки на сьогоднішній день у нашій країні стикаються з низкою проблем, пов'язаних із емоційним реагуванням на війну, що в подальшому призводить до виникнення певних психічних розладів та негативного психічного стану [11].

В цілому, емоційне реагування являє собою інтегральну реакцію організму на впливи зовнішнього і внутрішнього середовища, яка проявляється в суб'єктивних переживаннях, в специфічних рухових реакціях і неспецифічних змінах у діяльності внутрішніх органів [7, с. 10]. Окрім цього, виділяють таке поняття, як емоціональне реагування, що, у свою чергу, є короткочасною емоційною відповіддю на той чи інший вплив, який має ситуаційний характер [8, с. 11]. При цьому, емоційне реагування тісно пов'язане з емоційністю людини, що може проявлятися у її суб'єктивному переживанні – переживанні радості, страху, гніву, суму, любові тощо. Війна – негативна подія, яка тісно пов'язана з постійним переживанням страху, гніву та суму, що, загалом, у сукупності з різними негативними факторами може призвести до певних психічних розладів, які можна тісно пов'язати саме з емоційним реагуванням, емоційністю людини, її емоційним інтелектом та її емоційним переживанням певних подій, здебільшого негативних. Загалом, жінки є більш емоційними, ніж чоловіки. Вони більше схильні до емпатії, більш експресивні, саме тому більше схильні до складного емоційного переживання негативних емоцій під час війни. Однак, слід врахувати те, що чоловіки схильні до стримування власних емоцій, тому подібні дії під час війни можуть призвести до негативних наслідків, таких як високий рівень тривожності, страху, емоційного вигорання тощо [9].

Одним із найбільш поширених проявів емоційного реагування на війну як з боку чоловіків, так і з боку жінок, є посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), який виникає у результаті певних травматичних подій, під час війни переважним чином внаслідок безпосередньої участі у бойових діях. Посттравматичний стресовий розлад у такому випадку являє собою постійне переживання людиною негативних емоцій, викликане тривалою дією негативного стресового фактору – фізичної або психічної травми, війни в цілому тощо. Згідно з

Міжнародною класифікацією хвороб 10-го перегляду, ПТСР являє собою тяжкий психічний стан, який виникає в результаті одиначної або повторюваної психотравмуючої події (воєнних дій, природних або техногенних катастроф, серйозних нещасних випадків, спостережень за насильницькою смертю, перебування в ролі жертви знущань, тероризму, сексуального насилля або іншого злочину. В умовах війни ПТСР – особливо актуальний, адже війна деструктивно впливає на особистість, змушуючи її перебувати у постійному стресі. При цьому у випадку емоційних проявів ПТСР проявляється у відсутності мотивації на майбутнє, тривожності, спалахів гніву, постійних спогадів про травматичні події, самотності, безпораддя тощо [2, с. 25].

Так, згідно з дослідженням О. Корольчук, в умовах воєнного стану ПТСР виникає у 15-30 % осіб, що, однак, є меншим, ніж у осіб, які стали жертвами злочинів, адже серед них ПТСР виникає у 15-50 % випадків. Окрім цього, зауважимо, що автор звертає увагу на те, що серед демобілізованих частка військових, які страждають від посттравматичного стресового розладу, становить 20 % [8, с. 106-109]. При цьому за сучасних умов частка жінок, які беруть участь у війні у рядах військових, становить усього 4 %. Враховуючи усе це, можна констатувати той факт, що посттравматичний стресовий розлад у рядах військових значним чином є характерним саме для чоловіків, адже вони значно більше беруть участь у війні, аніж жінки [5, с. 68].

При цьому, розглядаючи закордонні дослідження, зауважимо, що у переживанні посттравматичного стресового розладу серед жінок та чоловіків, які перебувають у рядах військовослужбовців, все ж можуть бути деякі відмінності. Так, дослідження групи американських психологів, яке було спрямоване на визначення гендерних відмінностей у стані здоров'я військовослужбовців армії США, свідчить, що жінки значно частіше повідомляють про проблеми з психічним здоров'ям, аніж чоловіки [5, с. 70]. Зокрема, група інших дослідників виявила, що серед військовослужбовців 22 % жінок та 15,5 % чоловіків відповідно страждають на високий рівень тривожності, 12,0 % та 9,2 % жінок та чоловіків відповідно характеризуються високим рівнем депресії. Окрім цього, саме більша частка жінок, аніж чоловіків, мають більше симптомів посттравматичного стресового розладу після бойових травм, аніж чоловіки [10, с. 22]. Серед причин подібних відмінностей дослідники зазначають наявність гендерної дискримінації та сексуальних домагань, від яких страждають жінки серед військовослужбовців. Внаслідок цього у рядах військових жінки більше вразливі стосовно різних стресових факторів та посттравматичного стресового розладу, аніж чоловіки. Однак, враховуючи те, що чоловіки

значно частіше беруть участь у бойових діях та стикаються з бойовими травмами, то саме вони найбільше схильні до ПТСР, який спричинений безпосередньо бойовими травмами та іншими стресовими факторами, пов'язаними з бойовими діями [11]. Зазначимо, що ПТСР – це такий психічний розлад, який може мати місце серед мирних людей, які не беруть участь у бойових діях, однак, на жаль, на власному досвіді зіткнулись з травмуючим впливом війни. Серед них – в однаковій мірі можуть бути як жінки, так і чоловіки. Життя на окупованих територіях, бомбардування населених пунктів, смерть близьких людей тощо – усе це може призвести до значних психічних порушень, на які й страждають ті, хто має посттравматичний стресовий розлад.

Разом із тим, нами було розглянуто таку складову емоційного реагування на війну, як реагування на стресові фактори та переживання стресу, що також має певні гендерні відмінності. Водночас не лише у контексті частки чоловіків та жінок, які стикаються з різними стресовими факторами, але й у контексті особливостей переживання стресу у чоловіків та жінок. Причини стресу під час війни для чоловіків та жінок можуть бути різними. Так, як зазначалось вище, серед військових лише 4% – жінки, тож стрес у процесі безпосередньо бойових дій майже не притаманний для жінок. Натомість жінки переживають значний стрес, коли їхні близькі, зокрема – чоловіки, беруть участь у бойових діях. Окрім цього, враховуючи, що кількість загиблих на фронті серед військових є значно більшою, ніж кількість загиблих мирних осіб на різних територіях України, то саме емоційна реакція на смерть близької людини внаслідок дій ворога є більш характерною для жінок, чоловіки та близькі люди яких загинули під час виконання бойових завдань. Однак, серед тих, близькі яких загинули на війні, є чимала частка і чоловіків, тож без додаткових досліджень та опитувань для визначення їх кількості не можна з точністю констатувати те, що даний фактор є більш характерним для жінок, аніж для чоловіків. При цьому, і чоловіки, і жінки однаково перебувають під впливом постійних тривог, бомбардувань, життя в окупації тощо. Також, є й інші стресові фактори, такі як невизначеність, звільнення з роботи, затримка заробітної плати, безробіття, бідність тощо, на які однаково страждають обидві статі. Разом із тим, додатковим стресовим фактором для чоловіків зазначимо страх мобілізації, адже далеко не кожен українець спроможний вправно володіти зброєю, воювати та з гідністю захищати нашу державу. Серед них абсолютна більшість чоловіків, адже жінок сьогодні у нашій країні не мобілізують. Враховуючи усе це, важко сказати, що певна стать більше схильна до

переживання стресу, аніж інша, адже стрес в однаковій мірі характерний для усіх верств населення та усіх статей.

Для того, аби визначити гендерні відмінності емоційного реагування на стрес та переживання стресу, було проаналізовано дослідження закордонних вчених у галузі психології. Вчені визначили, що жінки більше, ніж чоловіки, піддаються певним негативним емоційним змінам у процесі подолання стресу, що свідчить про те, що жінки характеризуються меншою стресостійкістю, тому схильні до певних негативних психічних станів, які виникають внаслідок переживання стресових ситуацій [13, с. 28].

Тривога та депресія – ще одні важливі проблеми у контексті емоційного реагування на війну, з якими стикаються українці чоловічої та жіночої статі у контексті емоційного реагування на військові дії у нашій країні. На жаль, сьогодні поки немає достатньо досліджень, які б дали можливість визначити особливості переживання тривоги та депресії в умовах війни. Загалом, зазначимо, що саме тривожно-депресивні розлади є однією з найбільш поширених психологічних проблем для індивідів, які пережили або переживають війну. Війна провокує значну кількість психічних проблем, які проявляються у тому числі й у вигляді тривоги та депресії. О. Хаустова у своєму дослідженні розглядає досвід закордонних дослідників, які вивчали прояви даних розладів під час військових подій у інших країнах. Зокрема, дослідники у метааналізі, який був присвячений дослідженням психічних розладів, асоційованих із війнами та збройними конфліктами, зазначається, що сукупна поширеність депресії становила 28,9 %, тривоги – 30,7 % та ПТСР – 23,5 %. При цьому тривожність та депресія, як одні з актуальних проблем, проявляються у більшій мірі саме у цивільних осіб, аніж у військових: депресія – 34,7 % проти 21,1 %; тривога – 38,6 % проти 16,2 % у цивільних та військовослужбовців відповідно [10, с. 22-24].

Окрім цього, достовірні дані щодо психічного здоров'я українців дає можливість отримати дослідження на тему: «Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни», що було проведено у межах ініціативи Олени Зеленської. Згідно з даним дослідженням можна сказати, що понад третина опитаних відчували напруженість (42 %), надію (41 %), втому (41 %), а до третини – страх (26 %) та гнів (24 %). Притому 71 % опитаних осіб відчували останнім часом стрес або сильну знервованість. Серед причин стресу – найчастіше називали війну (72 %), на другому місці були фінансові труднощі (44 %). Так, серед аспектів війни, що зумовлюють стрес, на першому місці була небезпека для близьких людей (63 %), на другому –

втрата джерела доходу та роботи (42 %), на третьому – ризик втратити майно або загинути під час бойових подій (37 %). Також зауважимо, що одними з негативних станів, які відчували українці останнім часом, були тривожність та напруга (50 %), поганий настрій (45 %), погіршення сну (41 %), а також роздратування і злість (38 %). Важливо відмітити той факт, що більшість негативних станів була зафіксована саме серед жінок, що свідчить про те, що вони більше схильні до негативного емоційного реагування на війну, аніж чоловіки. Дослідники визначили дві групи осіб, які наразі найбільше потребували психологічної допомоги, а саме: військові, що брали участь у бойових діях (51 %), а також ті, хто втратили близьких через війну (48 %) [12, с.22].

Звертаючи увагу на гендерні відмінності проявів тривоги та депресії, можна сказати те, що серед фемінних жінок та чоловіків обидві статі в однаковій мірі схильні до тривоги. Фемінність у даному випадку характеризується значною емоційністю та емоційною вразливістю, тому саме дана група найбільше схильна до важкого переживання тривоги та депресії, у тому числі і в умовах війни. При цьому зауважимо, що рівень депресії у жінок з фемінними рисами є значно вищим, ніж у чоловіків з фемінними рисами. У жінок з маскулініними рисами рівень депресії є нижчим, порівняно з чоловіками. Рівень тривоги у жінок з маскулініними рисами є дещо вищим, ніж рівень тривоги у чоловіків відповідно. Рівень тривоги у жінок з андрогінними рисами є трохи вищим, ніж рівень тривоги у чоловіків. У випадку депресії показники для андрогінних чоловіків та жінок є наближеними. Враховуючи усе це, можна сказати, що жінки дещо більш схильні до тривожно-депресивних розладів, аніж чоловіки. У більшій мірі відмінності проявляються не за рахунок гендеру, а за рахунок статево-рольової ідентифікації, яка, у свою чергу, здатна впливати на емоційність чоловіків та жінок, від чого й залежить їх схильність до тривожно-стресових розладів в умовах війни [1].

Окрім цього, варто звернути увагу на ще один важливий аспект, у якому можуть мати місце гендерні відмінності, а саме – страх смерті. Смерть – на жаль, найбільш поширене явище на війні, з яким стикається велика частина українців. Смерть родичів, друзів, або страх власної смерті – усе це супроводжує людей день за днем. Водночас обидві статі можуть по-різному переживати страх смерті та по-різному сприймати дане явище. Дослідження емоційного реагування на страх смерті під час війни, а також загалом дослідження психологічних особливостей переживання страху є доволі ускладненим, адже людина схильна уникати думок про смерть, вибудовуючи різні психологічні механізми захисту від страху смерті. Подібним чином реагують і на смерть під час



війни, внаслідок чого страх смерті переважним чином є прихованим. У мирні часи страх смерті та тривожність, пов'язана з даним явищем, є найбільше притаманною саме для людей похилого віку, переважним чином для жінок, які більше, ніж чоловіки, бояться смерті [3, с. 99]. Однак під час війни страх смерті – поширений прояв емоційного реагування на війну для осіб будь-якої статі та будь-якого віку, незалежно від того, чи наближені вони фізично до смерті, чи ні. Враховуючи усе це, зазначимо, що страх смерті найбільше притаманний саме для жінок, аніж для чоловіків, як за мирних часів, так і під час війни [3, с.100].

Також однією з важливих проблем, з якою стикаються представники обох статей під час війни, є проблема емоційного вигорання, що, у свою чергу, також може мати певні гендерні відмінності. В цілому, емоційне вигорання під час війни є однією з найбільш актуальних проблем, пов'язаних з наслідками емоційного реагування на війну для обох статей. Згідно з визначенням, емоційне вигорання являє собою фізичне, емоційне або мотиваційне виснаження, яке можна охарактеризувати порушенням продуктивності в роботі, втому, безсонням, підвищеною схильністю до соматичних захворювань, а також вживанням алкоголю або інших психоактивних речовин з метою отримання тимчасового полегшення, що має тенденцію до розвитку фізіологічної залежності і (у багатьох випадках) суїцидальної поведінки. Окрім цього, даний стан характеризується відчуттям втоми, погіршенням стану фізичного та психологічного здоров'я, безсонням, роздратованістю, апатією тощо. Емоційне вигорання є характерним для кожного, хто стикається з різними стресовими факторами, які викликають емоційне виснаження, незалежно від особливостей професійної діяльності людини. Тому емоційне вигорання – це актуальна проблема для обох статей, тож гендерні відмінності у даному випадку спостерігаються саме у переживанні даної проблеми, а не у її виникненні [14, с.21].

Емоційне вигорання є особливо характерним для військових, абсолютна більшість яких – чоловіки. На жаль, сьогодні існує недостатня кількість досліджень, які б дали можливість точно визначити особливості емоційного вигорання та виснаження військовослужбовців під час сучасної повномасштабної війни. Однак, згідно з дослідженням Х. Вержиківської та О. Кихтюк, слід зазначити, що емоційне вигорання спостерігається у більшій частині військових, серед яких 14 % перебувають у стані серйозного психоемоційного виснаження, що можна пов'язати з емоційним вигоранням. Подібний стан характерний для осіб, які страждають на даний синдром. При

цьому 31 % військовослужбовців страждали на низький рівень професійної мотивації, що є також одним із проявів емоційного вигорання. Усе це дозволяє нам констатувати, що емоційне вигорання – поширене явище серед військових, абсолютна більшість яких – чоловіки. Однак належним чином встановити гендерні відмінності у даному випадку складно за відсутності достатньої репрезентативності [1].

Жінки є більш схильними до подібного розладу, натомість чоловіки легше справляються зі стресами та є менш емоційними. Проте, як доводить дослідження, проведене саме над військовими, вони також схильні до емоційного вигорання, адже стикаються з низкою стресових факторів, особливо під час активних бойових дій. У такому разі можна констатувати, що емоційне вигорання значною мірою залежить від зовнішніх факторів та індивідуальних особливостей людини, зокрема – її емоційності та стресостійкості, у меншій мірі – від статі людини та її гендерної ідентичності [17].

### **Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі**

Згідно з проведеним аналізом досліджень, присвячених гендерним відмінностям психічного стану жінок та чоловіків, а також відмінностям їхнього емоційного реагування, встановлено, що чоловіки та жінки по різному реагують на війну.

Війна тісно пов'язана з постійним переживанням страху, гніву та суму, що може призвести до певних психічних розладів, які можна тісно пов'язати саме з емоційним реагуванням, емоційністю людини, її емоційним інтелектом та її емоційним переживанням певних подій, здебільшого негативних. Загалом, жінки є більш емоційними, аніж чоловіки, жінки більше схильні до емпатії, більш експресивні, саме тому більше схильні до складного емоційного переживання негативних емоцій під час війни. Однак, чоловіки схильні до стримування власних емоцій, тому подібні дії під час війни можуть призвести до негативних наслідків, таких як високий рівень тривожності, страху, емоційного вигорання тощо.

Жінки більше, ніж чоловіки, піддаються певним негативним емоційним змінам у процесі подолання стресу, що свідчить про те, що жінки характеризуються меншою стресостійкістю, тому схильні до певних негативних психічних станів, які виникають внаслідок переживання стресових ситуацій. Зокрема, жінки є більш схильними до депресій, адже причину свого стресу починають шукати у собі. Жінка

фокусується на проблемі, значним чином переживає, близько приймає усе до серця тощо.

Серед фемінних жінок і чоловіків обидві статі в однаковій мірі схильні до тривоги. Також страх смерті є поширеним проявом емоційного реагування на війну для осіб будь-якої статі та будь-якого віку. Та все ж, страх смерті найбільше притаманний саме для жінок, аніж для чоловіків, як за мирних часів, так і під час війни.

Під час тривалого стресу, зумовленого війною, і у чоловіків і у жінок спостерігається емоційне вигорання, воно значною мірою залежить від зовнішніх факторів та індивідуальних особливостей людини, зокрема – її емоційності та стресостійкості, у меншій мірі – від статі людини та її гендерної ідентичності.

Дана тема потребує додаткових емпіричних та теоретичних досліджень, які дозволять актуалізувати дані, проаналізовані у нашому огляді, та більш точно визначити гендерні особливості емоційного реагування на війну у контексті війни у нашій країні.

### Література

1. Вержевська Х., Кихтюк О. Психологічні аспекти емоційного вигорання військовослужбовців збройних сил України. URL: <https://www.inforum.in.ua/conferences/21/61/463> (дата звернення: 18.07.2023).
2. Галич М. Ю., Литвин В. В. Загальна характеристика посттравматичного стресового розладу в умовах воєнного часу : діагностика та профілактика. *Юридична психологія*. Випуск № 1 (30). 2022. С. 22-28.
3. Гриценко А. Аналіз гендерних аспектів тривожності в підлітковому середовищі. *Актуальні проблеми психології*. Т. 7. Випуск № 20. 2009. С. 99-104.
4. Емоційне вигорання під час війни: ознаки та шляхи подолання URL: <https://nuph.edu.ua/wp-content/uploads/2015/03/2022-emocijne-vigorannja-pid-chas-vijni.pdf>(дата звернення: 11.07.2023).
5. Іванова Т., Зозуля І. Гендерні особливості прояву тривоги та депресії. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. Випуск № 10. С. 68-76.
6. Корольчук О. Л. Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні. *Інвестиції: практика та досвід*. 2016. Випуск №17. С. 104-111.
7. Панько Т. В. Депресія та війна. *Психіатрія : огляд*. 2023. Випуск № 1. С. 10-11.

8. Панько Т. В. Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни. *Психіатрія : огляд*. 2023. Випуск №11. С. 10-15.
9. Рогачко В. О. Гендерні особливості поведінки в стресових ситуаціях. URL: <http://dspace.onu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/28115/1/192-195.pdf>(дата звернення:19.07.2023).
10. Хаустова О. О. Тривожно-депресивні розлади в умовах дистресу війни в Україні. *Психіатрія: погляд на проблему*. 2022. Випуск № 4. С. 22-24.
11. Чеканська Л. М. Емоційне реагування під час війни та методи саморегуляції особистості. URL: [http://www.soippo.edu.ua/images/Новини/2022/04/27/Емоційне вигорання під час війни та методи саморегуляції особистості.pdf](http://www.soippo.edu.ua/images/Новини/2022/04/27/Емоційне_вигорання_під_час_війни_та_методи_саморегуляції_особистості.pdf)(дата звернення:01.07.2023).
12. Lisa H. Jaycox et al. Gender Differences in Health Among U.S. Service Members: Unwanted Gender-Based Experiences as an Explanatory Factor. *Rand Health Q*.2023.Volume 10 (2). 22-30 pp.
13. Motolla S. et al. The impact of the Russian-Ukrainian war on the mental health of Italian people after 2 years of the pandemic: risk and protective factors as moderators. *Front. Psychol.*, 26 May 2023. *Sec. Health Psychology*. 2023.Volume 14. 29-30 pp.
14. Redondo-Flórez L. et al. Gender Differences in Stress- and Burnout-Related Factors of University Professors. *Hindawi*. 2020. 20-30 pp.
15. Srinivasa Murthy R., Lakshminarayana R. Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*. 2006. Volume №5 (1). 25-30 pp.
16. Verma R. et al. Gender differences in stress response: Role of developmental and biological determinants. *Ind Psychiatry J*.2011. Volume 20(1). 4-10 pp.
17. Women who experience trauma are twice as likely as men to develop PTSD. URL: <https://psychcentral.com/ptsd/signs-and-symptoms-of-ptsd-in-women#symptoms-and-signs>(дата звернення:18.07.2023).

## References

1. Verzhavska Kh., Kykhtiuik O. Psykholohichni aspekty emotsiinoho vyhorannia viiskovosluzhbovtiv zbroinykh syl Ukrainy. URL: <https://www.inforum.in.ua/conferences/21/61/463> (accessed:18.07.2023)
2. Halych M. Y., Lytvyn V. V. Zahalna kharakterystyka posttravmatychnoho stresovoho rozladu v umovakh voiennoho chasu: diahnozyka ta profilaktyka. *Yurydychna psykholohiia*. 2022. Vypusk №1 (30). S. 22-28
3. Hrytsenko A. Analiz hendernykh aspektiv tryvozhnosti v pidlitkovomu sere dovshchi. *Aktualni problemy psykholohii*. 2009. T.7. Vypusk №20. S. 99-104

4. Emotsiine vyhorannia pid chas viiny: oznaky ta shliakhy podolannia URL: <https://nuph.edu.ua/wp-content/uploads/2015/03/2022-emocijne-vigorannja-pid-chas-vijni.pdf> (accessed:18.07.2023)
5. Ivanova T., Zozulia I. Henderni osoblyvosti proiavu tryvohy ta depresii. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriya psykholohichni nauky*. 2021. Vypusk №10. S. 68-76.
6. Kozhushko A. R. Henderni osoblyvosti emotsiinoho vyhorannia pratsivnykiv politsii. *Psykholohichni ta pedahohichni problemy profesiinoi osvity ta patriotychnoho vykhovannia personalu systemy MVS Ukrainy*. Kharkiv, 2020. S. 202-204.
7. Panko T. V. Depressiia ta viina. *Psykhiiatriia: ohliad*. 2023. Vypusk №1. S. 10-11.
8. Panko T. V. Psykhichne zdorov'ia ta stavlennia ukrainsiv do psykholohichnoi dopomohy pid chas viiny *Psykhiiatriia: ohliad*. 2023. Vypusk №11. S. 10-15.
9. Rohachko V. O. Henderni osoblyvosti povedinky v stresovykh sytuatsiiah. URL:<http://dspace.onu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/28115/1/192195.pdf> (accessed:19.07.2023)
10. Khaustova O. O. Tryvozhno-depresyvn rozlady v umovakh dystresu viiny v Ukraini. *Psykhiiatriia: pohliad na problemu*. 2022. Vypusk №4. S. 22-24.
11. Chekanska L.M. Emotional response during the war and methods of self-regulation of personality. URL: [http://www.soippo.edu.ua/images/Novyny/2022/04/27/Emotional burnout during the war and methods of self-regulation of personality.pdf](http://www.soippo.edu.ua/images/Novyny/2022/04/27/Emotional%20burnout%20during%20the%20war%20and%20methods%20of%20self-regulation%20of%20personality.pdf) (accessed:01.07.2023)
12. Lisa H. Jaycox et al. Gender Differences in Health Among U.S. Service Members: Unwanted Gender-Based Experiences as an Explanatory Factor. *Rand Health Q*. 2023. Volume 10 (2). 22-30 pp.
13. Motolla S. et al. The impact of the Russian-Ukrainian war on the mental health of Italian people after 2 years of the pandemic: risk and protective factors as moderators. *Front. Psychol.*, 26 May 2023. *Sec. Health Psychology*. 2023. Volume 14. 29-30 pp.
14. Redondo-Flórez L. at el. Gender Differences in Stress- and Burnout-Related Factors of University Professors . *Hindawi*. 2020. 20-30 pp.
15. Srinivasa Murthy R., Lakshminarayana R. Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*. 2006. Volume №5 (1). 25-30 pp.
16. Verma R. at el. Gender differences in stress response: Role of developmental and biological determinants. *Ind Psychiatry J*. 2011. Volume 20 (1). 4-10 pp.
17. Women who experience trauma are twice as likely as men to develop PTSD. URL: <https://psychcentral.com/ptsd/signs-and-symptoms-of-ptsd-in-women#symptoms-and-signs> (accessed:18.07.2023)