Черненко Олександр, кандидат медичних наук, доцент, Національний університет цивільного захисту України, Черкаси, Україна, ORCID ID 0000-0002-8621-3175

Мохнар Людмила, кандидат педагогічних наук, Національний університет цивільного захисту України, Черкаси, Україна, ORCID ID 0000-0001-7753-2345

Дячкова Ольга, кандидат педагогічних наук, доцент, Національний університет цивільного захисту України, Черкаси, Україна, ORCID ID 0000-0001-5164-3522

Chernenko Oleksandr, PhD in Medical Sciences, associate professor, assistant professor of Department of Psychology of Activity in Special Conditions, National University of Civil Protection of Ukraine, ORCID ID 0000-0002-8621-3175

Mokhnar Liudmyla, PhD in Pedagogy, assistant professor of Department of Psychology of Activity in Special Conditions, National University of Civil Protection of Ukraine, ORCID ID 0000-0001-7753-2345

Diachkova Olha, PhD in Pedagogy, associate professor, assistant professor of Department of Psychology of Activity in Special Conditions, National University of Civil Protection of Ukraine, ORCID ID 0000-0001-5164-3522

ВІЙНА ТА ГУМАНІТАРНА КРИЗА ЯК ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО НАСИЛЬСТВА ЩОДО НАСЕЛЕННЯ ТИМЧАСОВО ОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ УКРАЇНИ

WAR AND THE HUMANITARIAN CRISIS AS FACTORS OF PSYCHOLOGICAL VIOLENCE AGAINST THE POPULATION OF THE TEMPORARILY OCCUPIED TERRITORIES OF UKRAINE

Анотація. Повномасштабна війна росії проти України спричинила глибоку гуманітарну кризу, найбільш гостро проявлену на тимчасово окупованих територіях, де цивільне населення тривалий час перебуває в умовах системного насильства, обмеження прав і свобод та відсутності ефективного державного захисту. У статті здійснено теоретичний аналіз психологічних аспектів життя українців на тимчасово окупованих територіях у контексті війни та гуманітарної кризи. Розглянуто вплив хронічної небезпеки, інформаційної ізоляції, економічної блокади, примусової мобілізації, депортацій і ідеологічного тиску на психічний стан та соціально-психологічне функціонування особистості. Показано, що сукупність зазначених чинників зумовлює формування хронічного стресу, психологічної травматизації, дезадаптивних форм подолання, порушення ідентичності та руйнування соціальних зв'язків. Особливу увагу приділено психологічним наслідкам практик воєнних злочинів і злочинів проти людяності, які сприяють розвитку посттравматичних розладів, депресивних і тривожних станів, а також моральної травми. Водночас проаналізовано прояви психологічної стійкості населення, що реалізуються через збереження повсякденних рутин, соціальної підтримки та національної ідентичності. Обґрунтовано необхідність системного розвитку програм психосоціальної підтримки й реабілітації населення тимчасово окупованих територій як складової гуманітарного реагування та післявоєнного відновлення України.

Ключові слова: тимчасово окуповані території, війна, геноцид, психологічне насильство, економічне насильство, гуманітарна криза.

Abstract. The full-scale war waged by russia against Ukraine has triggered a profound humanitarian crisis, most acutely manifested in the temporarily occupied

territories, where the civilian population has for a prolonged period lived under conditions of systematic violence, restrictions on rights and freedoms, and the absence of effective state protection. This article provides a theoretical analysis of the psychological aspects of the lives of Ukrainians in the temporarily occupied territories in the context of war and humanitarian crisis. It examines the impact of chronic danger, information isolation, economic blockade, forced mobilization, deportations and ideological pressure on mental health and the socio-psychological functioning of the individual. It is shown that the combination of these factors leads to the development of chronic stress, psychological traumatization, maladaptive coping strategies, identity disturbances and the destruction of social ties. Particular attention is paid to the psychological consequences of practices constituting war crimes and crimes against humanity, which contribute to the development of post-traumatic disorders, depressive and anxiety states, as well as moral injury. At the same time, manifestations of psychological resilience among the population are analyzed, expressed through the preservation of everyday routines, social support, and national identity. The necessity of the systematic development of psychosocial support and rehabilitation programs for the population of the temporarily occupied territories is substantiated as an integral component of humanitarian response and Ukraine's post-war recovery.

Keywords: temporarily occupied territories, war, genocide, psychological violence, economic violence, humanitarian crisis.

Постановка проблеми. Повномасштабна збройна агресія російської федерації проти України спричинила безпрецедентну за масштабами гуманітарну кризу, наслідки якої виходять далеко за межі безпосередніх бойових дій. Особливо гостро ці наслідки проявляються на тимчасово окупованих територіях, де цивільне населення тривалий час перебуває в умовах системного насильства, обмеження прав і свобод, руйнування

соціальної інфраструктури та відсутності ефективного захисту з боку держави. У таких умовах війна трансформується з воєнного протистояння у комплексний соціально-психологічний феномен, що безпосередньо впливає на психічне здоров'я, ідентичність та життєві стратегії людей.

Особливої актуальності проблема набуває у зв'язку з використанням державою-агресором практик психологічного, економічного та фізичного насильства, спрямованих на деморалізацію, примусову лояльність і витіснення нелояльного населення. Хронічний стрес, травматизація, руйнування соціальних зв'язків, деформація ідентичності, а також моральні дилеми виживання й вимушеного колабораціонізму формують довготривалі ризики для психічного здоров'я населення та ускладнюють процеси післявоєнної реінтеграції.

Метою статті є аналіз психологічних особливостей життя людей на тимчасово окупованих територіях та зумовленого насильства до місцевого населення в умовах збройного конфлікту (воєнного стану).

Виклад результатів. Війна та гуманітарна криза суттєво трансформують психологічні умови життя українців на тимчасово окупованих територіях, формуючи специфічний комплекс індивідуальних і соціально-психологічних наслідків. Тривале перебування в умовах окупації супроводжується постійною загрозою безпеці, невизначеністю майбутнього, обмеженням свободи пересування, доступу до інформації та базових соціальних послуг, що зумовлює хронічний стрес і виснаження адаптаційних ресурсів особистості. Крім того, дії російських військових мають ознаки воєнних злочинів та злочинів проти людяності – мова йде про тортури, позасудові страти, зґвалтування.

Понад 14,5 млн українців були змушені залишити своє житло, тікаючи від руйнацій та насильства. Місцеве населення вимушене переміщатися в глибину тимчасово окупованих територій для подальшої "евакуації" на

територію рф для того, щоб отримати російський паспорт для права на "соціальну допомогу". Це відбувається через складну безпекову ситуацію та знищення інфраструктури на захоплених територіях. Теоретично, такі порушення норм Женевської конвенції тягнуть за собою судову відповідальність та (принаймні) розголос серед світової спільноти. Міжнародні гуманітарні організації здійснюють як документування вчинення воєнних злочинів, так і допомогу постраждалим унаслідок збройних дій.

З лютого 2022 року відбулося значне розширення масштабів гуманітарної допомоги, яка складалася з кількох елементів. Велика увага приділяється підтримці людей на лінії фронту, численні так звані міжвідомчі конвої привозять життєво необхідну допомогу: непродовольчі товари, набори для укриттів та продукти харчування. Це все мало би допомогти постраждалим від російської агресії, як цивільним, так і військовослужбовцям, що перебувають у полоні рф. Однак, останні чотири роки війни виявили неспроможність потужних правозахисних організацій ефективно діяти в умовах повномасштабної війни [1, 2, 5].

Попри значну увагу міжнародної спільноти до гуманітарного виміру війни, психологічні аспекти життя людей на тимчасово окупованих територіях залишаються недостатньо систематизованими у науковому дискурсі. Це зумовлює актуальність комплексного аналізу психологічних наслідків війни та гуманітарної кризи для цивільного населення тимчасово окупованих тереторій, що є необхідною передумовою для розроблення ефективних програм психосоціальної підтримки, реабілітації та післявоєнного відновлення ментального здоров’я постраждалих громад.

Незважаючи на активну діяльність міжнародних гуманітарних і правозахисних організацій щодо документування воєнних злочинів і надання допомоги постраждалому населенню, психологічні наслідки тривалого життя в умовах окупації залишаються недостатньо дослідженими та

фрагментарно представленими в наукових працях. Наявні дослідження здебільшого зосереджені на загальних наслідках війни або внутрішньому переміщенні населення, тоді як специфіка психологічного досвіду осіб, які тривалий час проживають на тимчасово окупованих територіях, потребує окремого теоретичного осмислення.

Життя українців на тимчасово окупованих територіях (ТОТ) під час війни – це глибока гуманітарна криза, що характеризується фізичним та духовним виживанням, передусім дітей, жінок та літніх людей, в умовах відсутності контролю української влади, і включає проблеми з доступом до базових потреб, безпеки, порушення прав людини та складні моральні дилеми співпраці з окупантом (колабораціонізм), що створює «розрив» між очікуваними та реалістичними можливостями людей.

Ключові аспекти життя на ТОТ:

1) гуманітарна катастрофа (гостра нестача продовольства, медикаментів, води, зруйнована інфраструктура, проблеми з опаленням та зв’язком);

2) порушення прав та свобод (переслідування, примусова мобілізація, фільтраційні табори, цензура, примусова русифікація, знищення української ідентичності);

3) колабораціонізм (вимушена або свідома співпраця з окупаційною владою для виживання, що створює складні моральні вибори та соціальну напругу);

4) психологічний тиск (постійний страх, травматизація, невідомість майбутнього, ізоляція від українського світу);

5) економічна блокада (відсутність українських пенсій та соціальних виплат, відсутність роботи) [1].

З першого січня 2026 року російська влада забезпечила свою армію поповненням і влаштувала цілорічний призов. Оскільки власне

законодавство рф поширює і на захоплені території, та сама доля загрожує чоловікам призовного віку в окупованих районах Херсонської, Запорізької, Донецької та Луганської областей, а також у Криму. Російські загарбники формують повний реєстр населення для фіксації адрес, контролю переміщень й обліку.

Так, у Херсонській області окупаційна адміністрація розпочала кампанію з так званого "прикріплення" місцевих жителів до поліклінік за російськими полісами обов'язкового медичного страхування. Офіційно це називають "упорядкуванням медичного обслуговування" [1].

Російська пропаганда з притаманним набором кліше "про обов'язок перед Батьківщиною" і "так воювали діди" тиражує сюжети про черговий успішний призов в окупації й про те, що новобранців нібито не відправлять на фронт. Однак реальність разюче відрізняється від телевізійної картинки. Що стосується призову, то вони змогли систематизувати базу даних насамперед через медичні установи. Особливу увагу приділяють чоловікам призовного віку. Ці дані медичні установи передавали у військкомати. Тому вони більш-менш мають повну базу даних про населення, яке зараз проживає на території й підлягає за їхнім законодавством призову. Усе ще залишаються люди, які не стали на військовий облік, але їм дуже складно зараз уникати уваги з боку окупантів, тому що неможливе офіційне працевлаштування, отримання будь-яких соціальних виплат, гуманітарної підтримки й всього іншого. Тобто вони встановили прямий зв'язок з обліком у своїх військкоматах.

Коли людей призивають на строкову службу, то вони потрапляють до військової частини й підпорядковуються військовому командиру. По суті, дуже легко тиснути на цих людей різними способами. Заохочують, звісно, виплатами та тим, що на окупованій території, окрім як іти служити, не так уже й багато варіантів заробити на життя. Крім того, це, звичайно, й примус.

Коли людина перебуває у військовій частині, значно простіше на неї тиснути, погрожувати їй, казати, що якщо вона не підпише контракт, її просто відправлять у штурмовики. Це й маніпуляції: були факти, коли контракти підписували за людину заднім числом, і вона вже нічого не могла вдіяти [2].

У окупованих районах Луганщини та Донеччини, де після так званого "звільнення" російською армією розграбовано й практично вщент знищено металургійні та вугільні підприємства.

В Інституті вивчення війни вважають, що користуючись з особового складу чинного резерву кремль хоче підтримувати темп бойових дій навіть без оголошення другої хвилі мобілізації. А оскільки до Конституції країни-агресора незаконно як російські території були внесені українські області та Крим, резервісти, які підписали контракт, можуть бути відправлені нести службу саме туди. Посилення роботи з резервістами не обмежується виключно мобілізаційними заходами. Йдеться про впровадження системи безперервної взаємодії з резервним контингентом, що включає регулярні навчальні збори, підготовку та інші форми військово-професійної активності. Такий підхід спрямований на забезпечення можливості оперативного залучення резервістів у будь-який момент і в необхідній чисельності до складу Збройних сил рф з метою компенсації поточних бойових втрат у війні проти України або використання їх у гібридних військових операціях, зокрема на східному фланзі НАТО. У будь-якому разі – це індикатор того, що путінський режим абсолютно не розглядає варіантів ані мирної угоди, ані припинення вогню [3, 4].

В окупації посилилася так звана "внутрішня фільтрація", а Telegram-канали публікують десятки фото візитів озброєних людей, часто без розпізнавальних знаків, у квартири й приватні будинки під приводом розшуку тих, хто ховається від мобілізації або самовільно залишив військову

частину. Українці з окупованих територій – так само як і російські солдати – є “витратним матеріалом” для “м’ясних штурмів”. Це показала мобілізація 2022 року, оголошена путіним на початку повномасштабного вторгнення, коли на окупованих територіях угруповань “Л/ДНР” почали мобілізувати чоловіків без будь-якого урахування інвалідності чи іншого статусу за станом здоров’я для відстрочки. За відмову служити до того, як людину мобілізували, або вже на позиціях були жорсткі покарання з тортурами й поміщенням до так званої “ями” для відмовників. Точну кількість українців, примусово мобілізованих до російської армії з початку повномасштабного вторгнення, назвати неможливо.

Таким чином кремль не лише заміщує катастрофічні втрати російської армії, а й розв’язує демографічне питання на захоплених землях, позбавляючись потенційно нелояльного населення. Відбувається заміщення місцевого населення новоприбулими громадянами росії з депресивних регіонів і трудовими мігрантами. Ці процеси набувають неконтрольованого характеру.

У 2022 році збройні формування так званих «Л/ДНР» здійснювали примусову мобілізацію населення, включно зі здобувачами вищої освіти, оскільки механізми відстрочки для студентів були запроваджені лише через кілька місяців після початку відповідних мобілізаційних заходів. У довгостроковій перспективі російська сторона реалізує стратегію залучення громадян України з тимчасово окупованих територій до участі у війні проти власної держави шляхом поєднання примусових та ідеологічних інструментів впливу. Зокрема, здійснюється постановка на військовий облік осіб з 16-річного віку, тоді як системна ідеологічна індоктринація розпочинається ще на етапі дошкільної соціалізації.

Рф проводить комплексну кампанію з мілітаризації дітей і молоді на тимчасово окупованих територіях, спрямовану на формування лояльності до

окупаційного режиму та готовності до участі у збройних діях. Учнів шкіл і підлітків цілеспрямовано орієнтують на укладання контрактів на військову службу після завершення загальної середньої освіти, що подається як соціально схвалювана та «правильна» модель життєвого вибору. Одночасно відбулося зниження мінімального віку для укладання контракту з 21 до 18 років, а також скасування попередніх обмежувальних вимог, зокрема щодо наявності вищої освіти або проходження визначеного терміну строкової служби. У результаті будь-яка особа, яка досягла 18-річного віку, може бути негайно залучена до строкової військової служби з подальшою можливістю укладання контракту практично без перехідного періоду.

Примусовий призов жителів окупованих територій України до збройних сил держави-окупанта є порушенням міжнародного гуманітарного права. Женевська конвенція 1949 року забороняє державі-окупанту примушувати осіб, які перебувають під її владою, служити в її збройних чи допоміжних формуваннях. Будь-яка форма тиску, включно з погрозами, адміністративним примусом або обмеженням прав, також кваліфікується як порушення [5, 6].

За даними Всесвітньої організації охорони здоров’я, тривалий вплив воєнних чинників у поєднанні з гуманітарними обмеженнями істотно підвищує ризик розвитку тривожних і депресивних розладів, посттравматичного стресового розладу, психосоматичних порушень та суїцидальних тенденцій [7].

Особливу психологічну вразливість формують системні практики залякування, свавільних затримань, катувань, насильницьких зникнень і примусової лояльності, задокументовані Моніторинговою місією ООН з прав людини в Україні, що сприяють формуванню комплексної психологічної травми, почуття безпорадності, втрати контролю та порушення базової довіри до соціального середовища [8].

В умовах окупації також відбувається глибока деформація соціальних зв'язків, зростає міжособистісна недовіра, соціальна ізоляція та емоційне відчуження, що негативно позначається на психологічному благополуччі сімей і спільнот, ускладнюючи процеси колективної підтримки та взаємодопомоги. Інформаційний тиск і пропаганда, спрямовані на зміну ідентичності та нормалізацію насильства, викликають когнітивне перевантаження, внутрішні конфлікти, емоційне оніміння або, навпаки, посилення афективних реакцій, що відповідає механізмам вивченої безпорадності та дезадаптивного копінгу, описаним у теорії стресу і подолання [9].

Додатковим чинником психологічної дезадаптації є обмежений доступ до медичної та психосоціальної допомоги, що перешкоджає своєчасній діагностиці й лікуванню психічних розладів, посилюючи довготривалі негативні наслідки для ментального здоров'я населення. Водночас дослідження Міжнародної організації з міграції та гуманітарних агентств ООН засвідчують наявність у частини населення стратегій психологічної стійкості, які проявляються у збереженні повсякденних рутин, підтриманні соціальних контактів у вузьких колах, орієнтації на майбутнє та символічному збереженні національної ідентичності [8; 9].

Таким чином, психологічні аспекти життя українців на тимчасово окупованих територіях визначаються поєднанням глибокої травматизації, хронічного стресу та обмежених ресурсів відновлення, що зумовлює необхідність системного розвитку програм психосоціальної підтримки й реабілітації як складової гуманітарного реагування в умовах війни.

Висновки. Проведений аналіз засвідчує, що життя українців на тимчасово окупованих територіях у контексті війни та гуманітарної кризи характеризується системним і тривалим психологічним впливом, який має ознаки цілеспрямованого насильства над цивільним населенням. Поєднання

постійної загрози життю, порушення базових прав і свобод, економічної та соціальної ізоляції, а також примусових практик мобілізації, депортації й ідеологічної обробки формує умови хронічного стресу та глибокої психологічної дезадаптації. Такі умови сприяють розвитку тривожних і депресивних розладів, посттравматичного стресового розладу, психосоматичних порушень, а також порушень ідентичності та базової довіри до соціального середовища.

Встановлено, що окупаційна політика держави-агресора має комплексний характер і спрямована не лише на фізичне підкорення населення, а й на його психологічне виснаження, руйнування соціальних зв'язків, демографічне знекровлення та витіснення потенційно нелояльних груп. Особливо вразливими до таких впливів є діти, підлітки, жінки та особи працездатного віку, які опиняються перед моральними дилемами виживання, вимушеного колабораціонізму або участі в збройних формуваннях окупанта. Психологічний тиск, інформаційна ізоляція та пропаганда виступають важливими інструментами формування вивченої безпорадності, емоційного оніміння або дезадаптивних форм копінгу.

Водночас результати аналізу свідчать, що навіть за умов системного насильства частина населення зберігає психологічну стійкість завдяки використанню адаптивних стратегій виживання, підтриманню соціальних контактів у вузьких колах, збереженню національної ідентичності та орієнтації на майбутнє. Це підкреслює значущість ресурсного підходу у наданні психосоціальної допомоги.

Отже, психологічні наслідки життя на тимчасово окупованих територіях мають довготривалий і багатовимірний характер, що потребує системної, науково обґрунтованої та міждисциплінарної відповіді. Результати дослідження актуалізують необхідність розвитку спеціалізованих програм психосоціальної підтримки, реабілітації та

відновлення ментального здоров'я постраждалого населення як невід'ємної складової гуманітарного реагування та післявоєнної відбудови України.

Список використаних джерел

1. Лібанова Е.М., Позняк О.В., Цимбал Е.М. Масштаби та наслідки вимушеної міграції населення України. Демографія та соціальна економіка. 2022. № 2(48). С. 46.

2. Пищуліна О., Юрчишин В., Маркевич К., Міщенко М., Добровольський Д. Соціально-економічні та гуманітарні наслідки російської агресії для українського суспільства. Київ. 2022. Центр Разумкова. 277 с.

3. Стойков І. М. Стан дотримання основних прав і свобод громадян на окупованих територіях України. Вісник ОНУ імені І. І. Мечникова. Правознавство. 2019. Т. 24. Вип. 1 (34). С. 48-56.

4. Стрес-асоційовані розлади здоров'я в умовах збройного конфлікту: монографія / В. С. Гічун, А. Г. Кириченко, В. М. Корнацький. Дніпро: Акцент ПП, 2019. 324 с.

5. Щебетун І. С., Міхайліна Т. В. Захист прав дітей на окупованих територіях: міжнародний досвід та українські реалії. «Політичне життя». 2019. № 2. С. 33-37

6. Якість життя населення України та перші наслідки війни / Черенько Л.М., Полякова С.В., Шишкін В.С., Реут А.Г., Крикун О.І. та ін. Нац. акад. наук. Укр., Ін-т демогр.та соц. дослідж. ім. М.В. Птухи. Електронне видання. Київ, 2023. С. 191-197.

7. Cary L. Cooper, James Campbell Quick. The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice, First Edition. John Wiley & Sons Ltd, 2017. 669 p.

8. Report on the human rights situation in Ukraine. Geneva: United Nations, 2023. URL: https://www.ohchr.org/en/countries/ukraine

9. Mental Health and Psychosocial Support Needs in Ukraine. Geneva: IOM, 2023. URL: https://www.iom.int/mental-health-and-psychosocial-support

Referencies

1. Libanova E.M., Poznyak O.V., Tsymbal E.M. The scale and consequences of forced migration of the population of Ukraine. Demography and Social Economics. 2022. № 2(48). p. 46

2. Pishchulina, O., Yurchyshyn, V., Markevych, K., Mishchenko, M., Dobrovolskyi, D. Socio-economic and humanitarian consequences of russian aggression for Ukrainian society. Kyiv. 2022. Razumkov Center. 277 p.

3. Stoikov I. M. The state of observance of fundamental rights and freedoms of citizens in the occupied territories of Ukraine. Bulletin of the I.I. Mechnikov. Odessa National University. Jurisprudence. 2019. Vol. 24. Issue 1 (34). P. 48-56.

4. Stress-associated health disorders in armed conflict: monograph / V. S. Gichun, A. G. Kirichenko, V. M. Kornatsky. Dnipro: Akcent PP, 2019. 324 p.

5. Shebetun, I. S., Mikhailina, T. V. Protecting children's rights in occupied territories: international experience and Ukrainian realities. Political Life. 2019. №. 2. P. 33-37.

6. Quality of life of the Ukrainian population and the initial consequences of the war / Cherenko L.M., Polyakova S.V., Shishkin V.S., Reut A.G., Krykun O.I. etc. National Academy of Sciences of Ukraine, Institute for Demographic and Social Studies named after M.V. Ptukha. Electronic publication. Kyiv, 2023. P. 191-197.

7. Cary L. Cooper, James Campbell Quick. The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice, First Edition. John Wiley & Sons Ltd, 2017. 669 p.

8. Report on the human rights situation in Ukraine. Geneva: United Nations, 2023. URL: https://www.ohchr.org/en/countries/ukraine

9. Mental Health and Psychosocial Support Needs in Ukraine. Geneva: IOM, 2023. URL: https://www.iom.int/mental-health-and-psychosocial-support