

<https://doi.org/10.32999/2663-970X/2025-13-3>

How to Cite (Style APA):

Yablonska, T., Vernik, O., & Haivoronskyi, H. (2025). Coping strategies of displaced Ukrainian mothers. *Insight: the psychological dimensions of society*, 13, 49–70. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-13>

Як цитувати (Стиль ДСТУ 8302: 2015):

Яблонська Т., Вернік О., Гайворонський Г. Стратегії подолання переміщених українських матерів. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2025. № 13. С. 49–70. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-13>

UDC 314.151.3-054.73-055.26-044.332

Coping strategies of displaced Ukrainian mothers

Стратегії подолання переміщених українських матерів

Received: January 27, 2025

Accepted: May 26, 2025

Tetyana Yablonska*

Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Department of Psychodiagnostics and Clinical
Psychology, Taras Shevchenko National
University of Kyiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0001-7272-9691>

Oleksiy Vernik

PhD of Psychology, Senior Research Fellow,
Leading Research Fellow,
Laboratory of Environmental Psychology
H.S. Kostyuk Institute of Psychology of the
National Academy of Educational Sciences of
Ukraine, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-0572-2005>

Hlib Haivoronskyi

Master's degree student, Faculty of Psychology,
Taras Shevchenko National University of Kyiv,
Ukraine

<https://orcid.org/0009-0001-4285-9732>

Тетяна Яблонська*

доктор психологічних наук, професор,
кафедра психодіагностики та клінічної
психології, Київський національний
університет імені Тараса Шевченка, Україна
<https://orcid.org/0000-0001-7272-9691>

Олексій Вернік

кандидат психологічних наук, старший
науковий співробітник,
провідний науковий співробітник,
лабораторія екологічної психології,
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН
України, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-0572-2005>

Гліб Гайворонський

магістрант, факультет психології,
Київський національний університет імені
Тараса Шевченка, Україна

<https://orcid.org/0009-0001-4285-9732>

Abstract

Modern research shows the extreme trauma of forced displacement as a result of war; the severity of PTSD, anxiety, and depression in Ukrainian displaced women. Overcoming the stress of war and displacement is considered through the prism of the concept of coherence;

Анотація

Сучасні дослідження свідчать про надзвичайну травматичність вимушеного переміщення внаслідок війни; вираженість в українських переміщених жінок проявів ПТСР, тривоги, депресії. Подолання стресу війни й переміщення розглянуто через призму концепції когерентності; додатковими чин-

* Corresponding Author: t_yablonska@ukr.net

* Автор-кореспондент: t_yablonska@ukr.net

additional factors are depression and decision-making styles. It is substantiated that in the context of the psychological consequences of war, their comorbidity with PTSD, depression, and other disorders, and their potential impact on children, the study of mothers' coping strategies is of particular importance. **The purpose** of the study is to investigate the coping strategies of Ukrainian mothers in the context of war. The sample consisted of 215 women aged 23–56 who had children. The sample was divided into three groups: 1) mothers who went abroad ($n = 74$); 2) internally displaced mothers ($n = 77$); 3) mothers who did not leave their place of residence ($n = 64$). **Methods:** a survey based on a socio-demographic questionnaire, SOC-29 scale by A. Antonovsky (1993) adapted by I. Haletska, Brief-COPE questionnaire by C. Carver (1997) adapted by T. Yablonska et al. (2023), Melbourne Decision Making Questionnaire by L. Mann et al. (1997) and Beck Depression Scale. Statistical analysis was performed using SPSS version 23 and Jamovi version 2.2.5. Descriptive statistics and frequency and correlation analyses were used. **Results.** It was found that most mothers, regardless of the situation of displacement, showed a sufficient level of coherence, which was manifested in more constructive coping strategies. The specifics of the measured indicators in the selected groups of mothers are characterized, and common and distinctive features are identified. In all groups, strong inverse relationships of coherence with depression and avoidance strategies were recorded, so individuals with a high level of coherence are characterized by the refusal to use unconstructive strategies and solutions, as well as lower levels of depression. In the group of mothers who went abroad, a strong inverse relationship between coherence and depression was found; these respondents are less likely to use avoidance coping, as well as procrastination and overvigilance in decision-making; they are more likely to use problem-oriented coping strategies. In the group of internally displaced mothers, there are pronounced inverse correlations of coherence with indicators of avoidance coping and non-constructive decision-making styles – avoidance, procrastination, and vigilance. In the group of mothers who did not leave their place of residence,

никами виступають депресивність та стилі прийняття рішень. Обґрунтовано, що в контексті психологічних наслідків війни, їх коморбідності з ПТСР, депресивним й іншими розладами та їх потенційного впливу на дітей, вивчення копінг-стратегій матерів набуває особливого значення. **Метою** є вивчення копінг-стратегій українських матерів в умовах війни. Вибірку склали 215 жінок віком 23–56 років, які мали дітей. Вибірка була поділена на три групи: 1) матері, які виїхали закордон ($n = 74$); 2) внутрішньо переміщені матері ($n = 77$); 3) матері, які не залишали свого місця проживання ($n = 64$). **Методи:** опитування за соціально-демографічною анкетною шкалою SOC-29 А. Antonovsky (1993) в адаптації І. Галецької, опитувальником Brief-COPE С. Carver (1997) в адаптації Т. Яблонської та ін. (2023), Мельбурнським опитувальником прийняття рішень Л. Mann et al. (1997), шкалою депресії Бека. Статистичний аналіз здійснено за допомогою SPSS версія 23 та Jamovi версія 2.2.5. Використано описові статистики, частотний і кореляційний аналізи. **Результати.** Установлено, що більшість матерів, незалежно від ситуації переміщення, виявляли достатній рівень когерентності, що знайшло прояв у більш конструктивних стратегіях подолання. Схарактеризовано специфіку вимірюваних показників у виокремлених групах матерів, виявлено спільні й відмінні риси. В усіх групах зафіксовано сильні обернені зв'язки когерентності з депресивністю та стратегією уникнення, тож особи з високим рівнем когерентності характеризуються відмовою від використання неконструктивних стратегій і рішень, а також нижчим рівнем депресії. У групі матерів, які виїхали закордон, виявлено сильний обернений зв'язок когерентності з депресивністю; для цих опитаних менш характерні копінги уникнення, а також прокрастинація і надпильність при прийнятті рішень; вони частіше звертаються до стратегій проблемно-орієнтованого копінгу. У групі внутрішньо переміщених матерів спостерігаються виражені обернені кореляції когерентності з показниками копінгу уникнення та неконструктивними стилями прийняття рішень – униканням, прокрастинацією, надпильністю. У групі матерів, які не залишали свого місця проживання, почуття когерентності має виражені обернені кореляції з депресивністю, копінгом уникнен-

the sense of coherence has pronounced inverse correlations with depression, avoidance coping, procrastination, and vigilance in decision-making; these mothers used emotion-focused coping to a lesser extent. **Discussion and Conclusions.** The specificity of the displacement situation and the sample led to differences in the identified relationships compared to other studies. The inverse correlations of a sense of coherence with the maladaptive avoidance strategy in all groups of mothers were found, which allows us to consider coherence as a trait that keeps a person from unconstructive strategies and decisions. In addition, in all groups of mothers, coherence is inversely correlated with depression, which allows it to be considered as a factor that prevents depression; accordingly, the development of a sense of coherence should be the basis of psychological assistance programs.

Keywords: sense of coherence, coping strategies, decision-making styles, avoidance, displacement, psychological consequences of war, depression.

Introduction

The full-scale war in Ukraine, which has been going on for three years now, has resulted in losses, trauma, and negative changes in the lives of every citizen. Since the beginning of the war, the people of Ukraine have been facing a “complex trauma” that combines a variety of multiple, overlapping traumas (Jawaid et al., 2022). One of the consequences of war is massive population displacement. Current research shows that forced displacement from the country of origin as a result of war or other threats is a highly traumatic and stressful event in a person’s life. Disruption of the usual way of life, socio-normative and cultural differences, and problems of adaptation to new living conditions lead to prolonged stress (Malm et al., 2020; Stefanelli, Cinti, 2025). The main post-migration stressors are socio-economic factors related to financial and housing security, the threat of unemployment, which is a risk factor for the onset and development of depression and anxiety (Kim, 2015); socio-psychological difficulties associated with changing social roles and the risk of social isolation, discrimination, increased anxiety and interpersonal problems due to separation

ня, прокрастинацією і надпильністю в процесі прийняття рішень; ці матері меншою мірою користувалися копінгамі, фокусованими на емоціях. **Дискусія і висновки.** Специфічність ситуації переміщення й вибірки зумовили відмінності виокремлених зв’язків порівняно з іншими дослідженнями. З’ясовано обернені кореляції почуття когерентності з неадаптивною стратегією уникнення в усіх групах матерів, що дозволяє розглядати когерентність як рису, що утримує особу від неконструктивних стратегій і рішень. Крім того, в усіх групах матерів когерентність обернено корелює з депресивністю, що дозволяє розглядати її як чинник, який запобігає депресії; відповідно, розвиток почуття когерентності доцільно покласти в основу програм психологічної допомоги.

Ключові слова: почуття когерентності, копінг-стратегії, стилі прийняття рішень, уникнення, переміщення, психологічні наслідки війни, депресія.

Вступ

Повномасштабна війна в Україні, що триває вже три роки, призвела до втрат, травматизації і негативних змін у житті кожного громадянина. З початку війни жителі України стикаються з “комплексною травмою”, яка поєднує різноманітні багаторазові травми, що накладаються одна на одну (Jawaid et al., 2022). Одним із наслідків війни є масове переміщення населення. Сучасні дослідження свідчать, що вимушене переміщення з країни походження внаслідок війни або інших загроз є надзвичайно травматичною та стресовою подією в житті людини. Злам звичного способу життя, соціально-нормативні й культурні відмінності, проблеми адаптації до нових умов проживання зумовлюють тривале переживання стресу (Malm et al., 2020; Stefanelli, Cinti, 2025). Основними постміграційними стресорами є соціально-економічні чинники, пов’язані з фінансовою та житловою безпекою, загрозою безробіття, що є фактором ризику виникнення й розвитку депресії та тривоги (Kim, 2015); соціально-психологічні труднощі, пов’язані зі зміною соціальних ролей і ризиком соціальної ізоляції, дискримінації, посилення тривоги та міжособистісних проблем через розлуку з рідними (Correa-Velez et al., 2010). Доведено, що досвід міграції спричиняє довгострокові не-

from relatives (Correa-Velez et al., 2010). The experience of migration has been shown to have long-term negative consequences for the mental and physical health of refugees (Sangalang et al., 2018). For example, the prevalence of PTSD and depressive episodes among displaced persons is significantly higher, ten times higher than in the general population (Skalski-Bednarz et al., 2023).

According to statistics, since the beginning of the military aggression in Ukraine, millions of people have left for other countries for a certain or even indefinite period or have become internally displaced (Eurostat, 2024). At the same time, Ukrainian mothers are one of the largest and most vulnerable groups among displaced people; many of them have needed and still need psychological support (Kozmuk, 2024; Serdiuk et al., 2024). Among Ukrainian women who have minor children and are abroad, 40.5% have severe symptoms of PTSD; 57.8% of respondents have depressive symptoms not lower than moderate, and 30.1% have moderate or severe depression (Danyliuk, Tokhtamych, 2024). Other studies confirm that women have more pronounced anxiety, symptoms of depression and PTSD (Kurapov et al., 2023), a significantly higher level of maladjustment and mental exhaustion. They are more likely to try to cope with the problem, preferring social support or the desire to wait out difficult times (Rating Group Ukraine, 2022). Therefore, it is important to study the resources and tools that help displaced mothers overcome stressful situations and adapt to the new reality.

An analysis of research shows that the coping behavior of displaced Ukrainian mothers as a separate vulnerable group has not been the subject of research attention. However, in the context of the psychological consequences of war, in particular their pronounced comorbidity with PTSD, depression and other disorders (Hoppen et al., 2021) and taking into account their potential impact on the psycho-emotional state and development of children, the study of mothers' coping strategies is of particular importance. The study results will supplement the data on the specifics of the coping behavior of mothers, which will make it possible to take this data into account when creating psychological assistance programs.

The purpose of the study is to examine the

гати́вні наслідки для психічного й фізичного здоров'я біженців (Sangalang et al., 2018). Так, серед переміщених осіб зафіксовано значно вищу поширеність ПТСР і депресивних епізодів, що в десять разів перевищує показник у загальній популяції (Skalski-Bednarz et al., 2023).

Як свідчить статистика, з початку військової агресії в Україні мільйони людей здійснили виїзд до інших країн на певний або й невизначений час або стали внутрішньо переміщеними особами (Eurostat, 2024). При цьому українські матері складають одну з найчисельніших і найбільш уразливих груп серед переміщених осіб; багато з них потребували й досі потребують психологічної підтримки (Kozmuk, 2024; Serdiuk et al., 2024). Серед українок, які мають неповнолітніх дітей і перебувають за кордоном, виражені симптоми ПТСР проявляються в 40.5%; 57.8% опитаних мають депресивну симптоматику не нижчу від помірної, а 30.1% – помірну або важку вираженість депресії (Danyliuk, Tokhtamych, 2024). Інші дослідження підтверджують, що жінки мають більш виражену тривогу, симптоми депресії та ПТСР (Kurapov et al., 2023), значно вищий рівень дезадаптації та психічної виснаженості, також вони частіше намагаються впоратися з проблемою, надаючи перевагу соціальній підтримці або бажанню перечекати складні часи (Rating Group Ukraine, 2022). Тож актуальним є вивчення тих ресурсів і засобів, що допомагають переміщеним матерям долати стресові ситуації та адаптуватися до нової реальності.

Аналіз досліджень свідчить, що долаючи поведінка переміщених українських матерів як окремої вразливої групи не була предметом уваги науковців. Проте, в контексті психологічних наслідків війни, зокрема їх вираженої коморбідності з ПТСР, депресивним й іншими розладами (Hoppen et al., 2021) та врахування їх потенційного впливу на психоемоційний стан і розвиток дітей, вивчення копінг-стратегій матерів набуває особливого значення. Результати дослідження дозволять доповнити дані щодо специфіки долаючої поведінки матерів, що дасть можливість врахувати ці дані при створенні програм психологічної допомоги.

Метою дослідження є вивчення копінг-стратегій українських матерів в умовах війни.

coping strategies of Ukrainian mothers in the context of war.

Hypotheses: 1) the coping strategies of Ukrainian mothers are related to their sense of coherence; 2) there are specifics of coping strategies in different groups of mothers – internally displaced, those who have moved abroad, and those who have not left their place of residence.

Methods

Methodology. Modern psychological research considers the resources of the individual in coping with stress through the prism of the concepts of resilience (Lahad & Leykin, 2015), coherence (Antonovsky, 1987), coping strategies (Carver, 1997), and other phenomena. In particular, the Sense of Coherence (SOC) model states that individuals with a strong SOC possess a set of generalized coping resources that allow them to perceive stressors as manageable challenges rather than threats, contributing to their overall well-being (Antonovsky, 1987). A sense of coherence is understood as a special structure of attitudes that includes interrelated components: comprehensibility – an individual's confidence in the ability to understand and know the world and themselves; manageability – a belief in one's ability to build one's life; meaningfulness – the ability to comprehend meaning in the process of processing life experience.

The concept of coherence is used in the study of coping with difficult life situations, in particular in situations of stress among students (Li et al., 2021; Konaszewski et al., 2021), healthcare workers in the context of the COVID-19 pandemic (Gómez-Salgado, 2020; Masanotti et al., 2020). Scientists study various aspects of coping in wartime: the specifics of coping strategies of employees of educational and scientific organizations (Karamushka, 2022), refugees in different countries (Lunov, 2024; Tennebo, 2024); coping strategies of young people and their relationship with anxiety characteristics (Kuznetsov et al., 2021, Okolotenko et al., 2023; Halian et al., 2024).

Researchers distinguish groups of coping strategies: problem-focused, emotion-focused, and avoidance strategies (Carver et al., 1989, Endler & Parker, 1994). The problem-focused strategy is

Гіпотези: 1) копінг-стратегії українських матерів пов'язані з їхнім почуттям когерентності; 2) існує специфіка стратегій подолання в різних групах матерів – внутрішньо переміщених; тих, які виїхали закордон; і тих, які не покидали місця проживання.

Методи

Методологія. Сучасні психологічні дослідження розглядають ресурси особистості у протистоянні стресу через призму концепції резильєнтності (Lahad, Leykin, 2015), когерентності (Antonovsky, 1987), копінг-стратегій (Carver, 1997) та інших феноменів. Зокрема, модель “почуття когерентності” (SOC) стверджує, що особи з сильним SOC володіють набором узагальнених ресурсів опору, які дозволяють їм сприймати стресори як керовані виклики, а не загрози, що сприяє покращенню їхнього загального самопочуття (Antonovsky, 1987). Почуття когерентності розуміють як особливу структуру настанов, що включає взаємопов'язані компоненти: зрозумілість (comprehensibility) – упевненість індивіда в можливості розуміння й пізнання світу та себе самого; керованість (manageability) – віра у власну здатність будувати своє життя; осмисленість (meaningfulness) – здатність досягнути сенс у процесі перероблення життєвого досвіду.

Концепцію когерентності використовують при вивченні подолання складних життєвих ситуацій, зокрема в ситуаціях стресу студентів (Li et al., 2021; Konaszewski et al., 2021), медичних працівників в умовах пандемії COVID-19 (Gómez-Salgado, 2020; Masanotti et al., 2020). Науковці вивчають різні аспекти подолання в умовах війни: специфіку копінг-стратегій працівників освітніх і наукових організацій (Карамушка, 2022), біженців у різних країнах (Lunov, 2024; Tennebo, 2024); копінг-стратегії молоді та їх зв'язок із характеристиками тривожності (Кузнецов et al., 2021, Okolotenko et al., 2023; Halian et al., 2024).

Дослідники виокремлюють групи копінг-стратегій: стратегії, фокусовані на проблемі, на емоціях та стратегії уникнення (Carver et al., 1989, Endler, Parker, 1994). Стратегію, орієнтовану на проблему, вважають найбільш конструктивною і такою, що передбачає активні зусилля індивіда, спрямовані на взаємодію з проблемною ситуацією шляхом

considered to be the most constructive. It involves active efforts of an individual to interact with a problematic situation by modifying or eliminating sources of stress. Globally, the situation of war and its consequences is a problem of a scale that exceeds any individual's capabilities. That is why at the beginning of the full-scale invasion, this strategy was rarely observed; the first reactions of a significant part of the population were confusion, feelings of defenselessness, disorientation, and loss of control; intense experiences of depression, anxiety, stress, intrusion, and hyperarousal (Chudzicka-Czupata et al., 2023).

Emotion-focused coping involves an individual's regulatory efforts to reduce the emotional consequences of stressful events (Baker and Berenbaum, 2007; Carver et al., 1989). In the short term, this type of coping is a fairly adaptive strategy, especially in uncontrollable (Endler, 1997) or unchangeable (Folkman & Lazarus, 1985) situations, when the subject feels that the stressful situation must be experienced, so it is important to mitigate the emotional consequences of stressful events. At the same time, in the long run, this strategy can lead to avoidance. The avoidance strategy involves the tendency to refrain from thinking about the stressful situation, experiencing it, and actively interacting with it. The avoidance style can take two forms: engaging in substitute activities (e.g., overeating or sleeping) or seeking social contacts (Endler & Parker, 1994). It has been found that maladaptive coping strategies can cause additional stress and lead to negative behavioral patterns and the development of psychosomatic symptoms (Yussuf et al., 2013).

Another construct that is associated with coping with stressful situations and, at the same time, can exacerbate stress itself is decision-making. I. Janis and L. Mann (1977) suggested that decision-making stress is a major factor in the failure to achieve quality decision-making. When studying decision-making in a displacement situation, it is often emphasized that it is forced. At the same time, a study by O. Tarkhanova and T. Pyrogoва (2023) on decision-making about displacement at the beginning of the war showed that all respondents exercised free will in one way or another. Ukrainian women made quick and

модифікації або усунення джерел стресу. Глобально ситуація війни та її наслідки є проблемою такого масштабу, який перевищує будь-які можливості індивіда. Саме тому на початку повномасштабного вторгнення ця стратегія спостерігалася рідко; першими реакціями в значної частини населення була розгубленість, почуття беззахисності, дезорієнтації і втрати контролю; інтенсивні переживання депресії, тривоги, стресу, інтрузії та гіперзбудження (Chudzicka-Czupata et al., 2023).

Подолання, фокусоване на емоціях, передбачає регулятивні зусилля індивіда для зменшення емоційних наслідків стресових подій (Baker, Berenbaum, 2007; Carver et al., 1989). Цей вид подолання в короткостроковій перспективі є досить адаптивною стратегією, особливо в неконтрольованій (Endler, 1997) або незмінній (Folkman, Lazarus, 1985) ситуації, коли суб'єкт відчуває, що стресову ситуацію потрібно пережити, тож важливо пом'якшити емоційні наслідки стресових подій. Водночас у довгостроковій перспективі така стратегія може вести до уникнення. Стратегія уникнення передбачає тенденцію утримання від думок про стресову ситуацію, її переживання та активної взаємодії з нею. Силь, зосереджений на уникненні, може мати дві форми: залучення до замінної діяльності (наприклад, переїдання або сон) або пошук соціальних контактів (Endler, Parker, 1994). Виявлено, що неадаптивні стратегії подолання можуть спричиняти додатковий стрес, призводити до негативної моделі поведінки та розвитку психосоматичних симптомів (Yussuf et al., 2013).

Ще один конструкт, що пов'язується з подоланням стресової ситуації і водночас сам може посилювати стрес, – це прийняття рішень. І. Janis, L. Mann (1977) висловили припущення, що стрес, породжений прийняттям рішень, є основним фактором, що визначає невдачу в досягненні прийняття якісних рішень. При вивченні прийняття рішень у ситуації переміщення часто наголошують на його вимушеності. Водночас дослідження О. Tarkhanova, D. Pyrogoва (2023) щодо прийняття рішення про переміщення на початку війни показало, що всі опитані так чи інакше виявляли свободу волі. Українські жінки приймали швидкі та складні рішення щодо переміщення через гостру кризу; при цьому на перший план виходили афективні, часові аспекти, а також

difficult decisions to move due to the acute crisis, with affective, temporal, and relationship aspects coming to the fore. At the same time, it should be emphasized that the situation of war, which has been going on for three years, is a situation of constant threat and tension, as well as constant revision of decisions, with a constant weighing of different safety factors and resources, in the face of accumulated stress.

Our study considers decision-making styles such as procrastination, vigilance, hypervigilance, and avoidance (Mann et al., 1997). Hypervigilance is characterized by the fact that a person, due to time constraints, impulsively resorts to quick decisions that promise immediate relief. The full range of consequences of the choice is not considered, as emotional arousal, perseverance, and limited attention dominate. In its more extreme form, hypervigilance is a panic-like condition; heightened vigilance is associated with severe emotional stress. Vigilance is a style in which a person clearly defines the goals to be achieved by a decision, searches for relevant information, formulates alternative options, and carefully evaluates them before making a choice. Vigilance is characteristic of a moderate level of psychological stress; it is a pattern that allows for making informed and rational decisions. Decision avoidance is caused by a pessimistic belief that there is little prospect of finding a good solution (Mann et al., 1997).

Participants. Inclusion criteria: female gender, age 18 years and older, and at least one minor child. The total number of subjects was 215 people aged 23 to 56 ($M = 37.4$, $SD = 8.2$). According to the planned research design, the sample was divided into three groups: 1) mothers who had traveled abroad (34.4%, $n = 74$); 2) internally displaced mothers (35.8%, $n = 77$); 3) mothers who had not left their place of residence (29.8%, $n = 64$), acted as a control group.

The study was based on ethical principles (confidentiality, voluntary participation, informed consent). The study design, questionnaire questions, and psychodiagnostic methods were approved by the Committee on Research Ethics of the Faculty of Taras Shevchenko National University of Kyiv (Protocol № 11-22/10 of November 3, 2022).

Variables. The study examines the relationship

стосунки. Водночас необхідно наголосити, що ситуація війни, яка триває вже три роки, є ситуацією постійної загрози й напруги, а також перманентного перегляду рішень, при постійному зважуванні різних чинників безпеки і ресурсів, в умовах накопиченого стресу.

У нашому дослідженні враховано стилі прийняття рішень, такі як прокрастинація, пильність, гіперпильність і уникнення (Mann et al., 1997). Гіперпильність характеризується тим, що особа у зв'язку з дефіцитом часу імпульсивно вдається до швидких рішень, що обіцяють негайне полегшення. Увесь спектр наслідків вибору не береться до уваги, оскільки домінують емоційне збудження, наполегливість та обмежена увага. У більш екстремальній формі гіперпильність – це стан, схожий на паніку; підвищена пильність, пов'язана з сильним емоційним стресом. Пильність – це стиль, при якому особа чітко визначає цілі, що повинні бути досягнуті рішенням, шукає актуальну інформацію, формулює альтернативні варіанти, ретельно оцінює їх, перш ніж зробити вибір. Пильність характерна для помірного рівня психологічного стресу; це патерн, що дозволяє приймати обґрунтовані та раціональні рішення. Варіант уникання рішення викликається песимістичним переконанням про незначну перспективу знайти хороше рішення (Mann et al., 1997).

Учасники. Критерії включення: жіноча стать, вік від 18 років, наявність принаймні одної неповнолітньої дитини. Загальна кількість досліджуваних склала 215 осіб віком від 23 до 56 років ($M = 37.4$, $SD = 8.2$). Відповідно до запланованого дизайну дослідження вибірка була поділена на 3 групи: 1) матері, які виїхали закордон (34.4 %, $n = 74$); 2) внутрішньо переміщені матері (35.8 %, $n = 77$); 3) матері, які не залишали свого місця проживання (29.8 %, $n = 64$), виступали контрольною групою.

Дослідження базувалося на дотриманні етичних принципів (конфіденційність, добровільність участі, інформована згода). Дизайн дослідження, питання анкети та психодіагностичні методики були схвалені Комітетом з етики наукових досліджень факультету Київського національного університету імені Тараса Шевченка (протокол №11-22/10 від 3.11.2022 р.).

between a sense of coherence and various types of coping behavior to achieve adaptation under war-related stress. Modern researchers refer to coherence as a personality resource and describe it mainly in terms of a dispositional trait – a relatively stable property that, correlated with behavioral manifestations in different life situations, helps to effectively overcome stressful situations and adapt to a changing reality (Konaszewski et al., 2021). The study of behavioral reactions is based on the generally accepted position that there is a functional relationship between behavior, personal characteristics of a person, and environmental conditions: $B = f(P, E)$. Additionally, a search was made for the connection between coping behavior and indicators of depression as a condition associated with a negative distortion of the perception of the surrounding situation and one's life experience, as well as decision-making styles, which occupy an intermediate place between dispositional and situational traits, since they depend on both personal traits and the nature of the situation, in particular the degree of its uncertainty.

Procedures and Instruments. A questionnaire with questions on the socio-demographic block (age, gender, number and age of children, place of residence, period of absence from home) and psychological questionnaires: SOC-29 Scale (Antonovsky, 1993) adapted by I. Haletska (2005), Brief-COPE Questionnaire (Carver, 1997) adapted by T. Yablonska et al. (2023), Melbourne Decision Making Questionnaire (Mann et al., 1997) and Beck Depression Scale (Beck et al., 1996) in the Ukrainian version.

Organization of Research. The empirical study was conducted through a survey using Google Forms. It was distributed on social networks such as Facebook, Instagram, Twitter, as well as Telegram, Viber, and Facebook Messenger. The data collection was implemented in one stage, without repeated measurements. All questions of the survey were provided to respondents in Ukrainian. The questionnaire included 2 main blocks: socio-demographic and psychological. The socio-demographic block was aimed at obtaining information about age, marital status, presence and number of children, and the specifics of displacement during the full-scale invasion. The

Змінні. У межах дослідження розглянуто зв'язок між почуттям когерентності й різними типами долаючої поведінки для досягнення адаптації в умовах стресу, пов'язаного з війною. Сучасні дослідники відносять когерентність до ресурсів особистості та описують її здебільшого в категоріях диспозиційної ознаки – відносно стійкої властивості, що, корелюючи з поведінковими проявами в різних життєвих ситуаціях, допомагає ефективно долати стресові ситуації й адаптуватися до мінливої реальності (Konaszewski et al., 2021). Дослідження поведінкових реакцій зумовлюється загальноновизнаним положенням, згідно з яким існує функційний зв'язок між поведінкою, особистісними характеристиками людини й умовами середовища: $B = f(P, E)$. Додатково здійснено пошук зв'язку долаючої поведінки з показниками депресії як станом, пов'язаним із негативним викривленням сприйняття навколишньої ситуації та власного життєвого досвіду, а також стилями прийняття рішень, що займають проміжне місце між диспозиційними й ситуаційними ознаками, оскільки залежать як від особистісних рис, так і від характеру ситуації, зокрема ступеня її невизначеності.

Процедура та інструменти. Анкета із запитаннями соціально-демографічного блоку (вік, стать, кількість і вік дітей, місце перебування, термін перебування не вдома) та психологічні опитувальники: шкала SOC-29 (Antonovsky, 1993) в україномовній адаптації Галецької (Галецька, 2005), опитувальник Brief-COPE (Carver, 1997) в адаптації Т. Яблонської та ін. (2023), Мельбурнський опитувальник прийняття рішень (Mann et al., 1997), шкала депресії Бека (Beck et al., 1996) в україномовній версії.

Організація дослідження. Емпіричне дослідження проведено шляхом опитування за допомогою Google Forms. Поширення здійснено в соціальних мережах Facebook, Instagram, Twitter, а також месенджерах Telegram, Viber, Facebook Messenger. Збір даних реалізовано в один етап, без проведення повторних вимірювань. Усі питання опитувальника були надані респондентам українською мовою. Опитувальник включав 2 основні блоки: соціально-демографічний і психологічний. Соціально-демографічний блок мав на меті отримання інформації про вік, сімейне становище, наявність і кількість дітей, особливості перемі-

psychological block included questionnaires on coping strategies, a sense of cohesion, and decision-making.

The data collection process took place from November 4, 2022, to March 14, 2023; by this time, a significant number of displaced mothers had left for foreign countries or western Ukraine, but there were subsequent waves of mothers and children actively leaving the country due to the intensification of shelling and blackouts in the fall of 2022 and winter of 2023.

Statistical analysis. Statistical analysis was performed using SPSS version 23 and Jamovi version 2.2.5. Descriptive statistics and frequency analysis were used to describe the general characteristics of the sample and the variables under study; correlation analysis was used to test the research hypotheses.

Results

Maternal coherence shows high mean values ($M = 137.86$, $SD = 18.55$) with a minimum of 81 and a maximum of 178. The skewness (Skewness = -0.162) and kurtosis (Kurtosis = -0.384) are close to zero, which, together with the Shapiro-Wilk test ($W = .991$; $p = .216$), indicates a distribution close to normal. Depression has an average level ($M = 13.68$, $SD = 8.44$) with a markedly positive skewness (Skewness = 1.01), indicating that most of the surveyed mothers have a low level of depression. However, there are some cases of high values ($\max = 44$). At the same time, the conditions of the Shapiro-Wilk normality criterion were not met ($W = .937$; $p < .001$).

Problem-oriented coping ($M = 2.8$, $SD = 0.5$) has the highest mean score among all coping strategies, indicating frequent use of constructive ways to overcome difficulties. The lowest value is for the avoidance strategy ($M = 2.0$, $SD = .44$). The relatively low mean scores of this coping strategy may indicate Ukrainian mothers' orientation toward more constructive ways of overcoming problems. General descriptive statistics for the variables under study are presented in Tabl. 1.

щення під час повномасштабного вторгнення. Психологічний блок включав опитувальники щодо копінг-стратегій, почуття когерентності та прийняття рішень.

Процес збору даних проходив з 4 листопада 2022 року до 14 березня 2023 року; на цей час значна частина переміщених матерів виїхали за кордон або на захід України, проте були й наступні хвилі, коли матері з дітьми активно покидали країну в зв'язку з посиленням обстрілів і блекаутами восени 2022 та взимку 2023 р.

Статистичне аналізування. Статистичний аналіз проведено за допомогою програмного забезпечення SPSS версія 23 та Jamovi версія 2.2.5. Описові статистики й частотний аналіз використано для опису загальних характеристик вибірки та досліджуваних змінних; для перевірки дослідницьких гіпотез застосовано кореляційний аналіз.

Результати

Когерентність матерів демонструє високі середні значення ($M = 137.86$, $SD = 18.55$) з мінімальним рівнем 81 і максимальним – 178. Показники асиметрії (Skewness = -0.162) й ексцесу (Kurtosis = -0.384) близькі до нуля, що, разом з показником Шапіро-Уїлка ($W = .991$; $p = .216$), свідчить про розподіл, близький до нормального. Депресія має середній рівень ($M = 13.68$, $SD = 8.44$) з помітно позитивною асиметрією (Skewness = 1.01), що вказує на те, що більшість опитаних матерів мають низький рівень депресії, але є окремі випадки високих значень ($\max = 44$). При цьому не виконано умови критерію нормальності Шапіро-Уїлка ($W = .937$; $p < .001$).

Проблемно-орієнтований ($M = 2.8$, $SD = 0.5$) тип копінгу має найвищий середній показник серед усіх копінг-стратегій, що вказує на часте використання конструктивних способів подолання труднощів. Найнижче значення має показник стратегії уникнення ($M = 2.0$, $SD = .44$). Порівняно низькі середні показники цієї копінг-стратегії можуть бути ознакою орієнтації українських матерів на більш конструктивні способи подолання проблем. Загальну описову статистику для досліджуваних змінних наведено у табл. 1.

Table 1. Descriptive frequency characteristics by research methods

Таблиця 1. Описові частотні характеристики за методами дослідження

Descriptive characteristics/ Описові характеристики						
Variable/ Показник	M	SD	min	max	Skewness	Kurtosis
Sense of Coherence/ Почуття когерентності	137.86	18.549	81	178	-.162	-.384
Depression/ Депресія	13.68	8.437	.0	44	1.015	1.204
Coping strategies (Brief-COPE)/ Стратегії подолання за Brief-COPE						
Problem-focused/ Проблемно-фокусовані	2.7837	.51880	1.125	3.875	-.286	-.206
Active coping/ Активне подолання	3.091	.707	1	4	-.526	-.155
Use of instrumental support/ Використання інструментальної підтримки	2.591	.7763	1	4	.185	-.491
Positive reframing/ Позитивне переосмислення	2.351	.9049	1	4	.213	-.821
Planning/ Планування	3.102	.7226	1	4	-.522	-.261
Emotion-focused/ Емоційно-фокусовані	2.3818	.38206	1.167	3.333	-.155	.045
Use of emotional support/ Використання емоційної підтримки	2.788	.7722	1	4	-.249	-.428
Venting/ Відреагування емоцій	2.537	.6328	1	4	-.015	-.236
Humor/ Гумор	1.884	.8499	1	4	.807	-.136
Acceptance/ Прийняття	3.244	.666	1.5	4	-.472	-.696
Self-blame/ Самозвинувачення	1.735	.7295	1	4	1.076	.773
Religion/ Релігія	2.102	.9734	1	4	.572	-.732
Avoidant/ Уникнення	1.996	.4363	1	3.125	.302	-.002
Self-distraction/ Самовідволікання	2.853	.7601	1	4	-.307	-.494
Denial/ Відмова	2.058	.8218	1	4	.545	-.438
Substance use/ Вживання речовин	1.572	.8583	1	4	1.458	1.21
Behavioral disengagement/ Поведінкова відстороненість	1.5	.6133	1	3.5	.935	-.194
Decision Making Styles, The Melbourne Decision Making Questionnaire (MDMQ)/ Стилі прийняття рішень, The Melbourne Decision Making Questionnaire (MDMQ)						
Vigilance/ Пильність	1.4942	.3741	.33	2	-.725	.049
Avoidance/ Уникання рішень	.7752	.4382	.0	2	.17	-.374
Procrastination/ Прокрастинація	.8363	.5263	.0	2	.332	-.628
Hypervigilance/ Гіперпильність	.8977	.4446	.0	2	.16	-.513

Note: M – mean of the distribution; SD – standard deviation; min, max – minimum and maximum value of the distribution.

Примітка: М – середнє значення розподілу; SD – стандартне відхилення; min, max – мінімальне і максимальне значення розподілу.

An analysis of the data obtained regarding the relationships between the measured indicators and their differences in different groups of mothers shows that a significant part of the correlations of coherence and coping strategies of Ukrainian mothers are similar for different groups (Table 2). The corresponding coefficients are of medium to high severity and inverse in the case of many non-constructive strategies, such as escape from stressful situations, substance use, and behavioral detachment, which are the content of avoidance. That is, it can be argued that most

mothers, regardless of the situation of displacement, showed a sufficient level of coherence, which was manifested in more constructive coping strategies.

Аналізування отриманих даних з точки зору зв'язків між вимірюваними показниками та їхніх відмінностей у різних групах матерів показує, що значна частина кореляцій когерентності й копінг-стратегій українських матерів є схожою для різних груп (табл. 2). Відповідні коефіцієнти мають середню й високу міру вираженості та обернений характер у випадку багатьох неконструктивних стратегій, таких як: втеча від стресової ситуації, вживання психоактивних речовин, поведінкова відстороненість, що складають зміст уникнення. Тобто можна стверджувати, що більшість матерів незалежно від ситуації переміщення виявляли достатній рівень когерентності, що знайшло прояв у більш конструктивних стратегіях подолання.

Table 2. Correlations of sense of coherence with other indicators

Таблиця 2. Кореляції почуття когерентності з іншими показниками

Groups of interviewed mothers/ Групи опитаних матерів	Depression/ Депресивність	Coping Strategies/ Копінг-стратегії			Decision Making Styles/ Стилі прийняття рішень			
		Problem-focused/ Проблемноорієнтований	Emotion-focused/ Емоційноорієнтований	Avoidant/ Уникнення	Vigilance/ Пильність	Avoidance/ Уникання рішень	Procrastination/ Прокрастинація	Hyper-vigilance/ Надпильність
Mothers who went abroad/ Матері, які виїхали закордон	-.596**	.249*	.019	-.230*	.082	-.577**	-.521**	-.528**
Internally displaced mothers/ Матері-ВПО	-.598**	.016	-.065	-.548**	.054	-.388**	-.476**	-.549**
Mothers who did not leave their place of residence/ Матері, які не переміщувалися	-.591**	-.128	-.248*	-.480**	.118	-.206	-.298*	-.576**

Note: * $p \leq .05$, ** $p \leq .01$, *** $p \leq .001$.

Примітка: * $p \leq .05$, ** $p \leq .01$, *** $p \leq .001$.

The group of mothers who went abroad (n = 74) is characterized primarily by a strong inverse relationship between coherence and depression, as well as with non-constructive decision-making strategies: avoidance, procrastination, and vigilance. For subjects in this group, avoidance coping, as well as procrastination and vigilance in decision-making, are less typical; they more often turn to problem-oriented coping strategies.

In the group of *internally displaced mothers (n = 77)*, there are inverse correlations between the level of coherence and indicators of avoidance coping, which includes the scales of distraction, denial, substance use, and behavioral detachment, and non-constructive decision-making styles such as avoidance, procrastination, and vigilance. The indicators of this group are characterized by a pronounced inverse correlation of coherence with the avoidance scale.

In the group of *mothers who did not leave their place of residence (n = 64)*, a sense of coherence has weak inverse relationships with the emotion-focused coping behavior. More pronounced correlations of coherence are inverse relationships with depression, avoidance coping, procrastination, and overvigilance in decision-making. These mothers were less likely to use emotion-focused coping.

It is important to note that in all groups, there was a strong inverse relationship between coherence and depression. In general, based on the fact that most of the relationships were inverse, we can say that a high level of coherence may not encourage mothers to use constructive coping as much as to prevent the use of destructive coping. At the same time, in all groups of mothers, there was a high correlation between problem-focused and emotion-focused coping strategies (from $r = .535$, $p < .010$ to $r = .598$, $p < .010$). In addition, a weak positive correlation was found between problem-focused and avoidance coping in the groups of mothers who had moved abroad ($r = .239$, $p < .05$) and those who had not moved ($r = .250$, $p < .050$). Also, in the groups of displaced mothers, problem-focused coping is related to the vigilance decision-making style. Thus, avoidance appeared to be most related to coherence, which is a trait that keeps a person from unconstructive strategies and decisions.

Група досліджуваних матерів, які виїхали закордон (n = 74), характеризується насамперед сильним оберненим зв'язком когерентності з депресивністю, а також із неконструктивними стратегіями прийняття рішень: уникання, прокрастинації та надпильності. Для досліджуваних цієї групи менш характерні копінги уникнення, а також прокрастинація і надпильність при прийнятті рішень; вони частіше звертаються до стратегій проблемно-орієнтованого копінгу.

У групі *внутрішньо переміщених матерів (n = 77)* спостерігаються обернені кореляції рівня когерентності з показниками копінгу уникнення, що охоплює шкали самовідволікання, заперечення, вживання психоактивних речовин і поведінкової відстороненості, та неконструктивними стилями прийняття рішень – униканням, прокрастинацією, надпильністю. Показники цієї групи відрізняються вираженою оберненою кореляцією когерентності зі шкалою уникнення.

У *групі матерів, які не залишали свого місця проживання (n = 64)*, почуття когерентності має слабкі обернені зв'язки з показником копінг-поведінки, зосередженої на емоціях. Більш виражені кореляції когерентності – це обернені зв'язки з депресивністю, копінгом уникнення, прокрастинацією і надпильністю в процесі прийняття рішень. Ці матері меншою мірою користувалися копінгами, фокусованими на емоціях.

Важливо, що в усіх групах зафіксовано сильний обернений зв'язок когерентності з депресивністю. Загалом, виходячи з того, що більшість зв'язків виявилися оберненими, можна говорити про те, що високий рівень почуття когерентності може не стільки спонукати матерів до використання конструктивних копінгів, скільки запобігати використанню деструктивних. Водночас в усіх групах матерів зафіксовано високу кореляцію між проблемно-орієнтованою та емоційно-орієнтованою стратегіями копінгу (від $r = .535$, $p < .010$ до $r = .598$, $p < .010$). Крім того, була виявлена слабка позитивна кореляція проблемно-орієнтованого й копінгу та уникнення в групах матерів, які вихали закордон ($r = .239$, $p < .05$), та тих, які не змінювали місце проживання ($r = .250$, $p < .050$). Також у групах переміщених матерів проблемно-фокусований копінг має зв'язок зі стилем прийняття рішень "пильність". Таким чином, уникнення виявилися найбільше пов'язане з когерентністю, яка є ознакою, що утримує особу від неконструктивних стратегій і рішень.

Discussion

Current research shows a positive relationship between a sense of coherence and a problem-focused style (Cohen et al., 2008; Krok, 2016). It has been noted that individuals with a high sense of coherence are more likely to use problem-focused strategies in stressful situations, such as planning, positive rethinking, or active problem-focused behavior. At the same time, the relationship between a sense of coherence and an emotion-focused style is mostly negative (Cohen et al., 2008; Krok, 2016). Our study partially confirmed the nature of these relationships: for example, in the group of mothers who moved abroad, a weak correlation between coherence and problem-focused coping was recorded ($r = .249, p < .050$); in other groups, no such relationship was found (see Table 2).

Regarding the avoidance strategy that is the focus of our attention, researchers are mostly unanimous about its association with mental health problems, while the connection between avoidance and coherence has not been as clear. For example, studies conducted after the outbreak of the war in 2022 in Ukraine showed that avoidance coping strategies were associated with all categories of psychological distress (Chudzicka-Czupata et al., 2023; Khailenko & Bacon, 2024). At the same time, some researchers confirm the negative relationship between this strategy and a sense of coherence (Cohen et al., 2008), while there are opposing observations. In particular, Konaszewski et al. (2021) found that a sense of coherence, together with resilience and self-efficacy, explained 39.00% of the variance in problem-focused style and 44.00% of the variance in emotion-focused style; at the same time, no relationship with the avoidance strategy was found. Instead, our study showed that a sense of coherence was negatively related to avoidance strategy in all samples of mothers, especially in the group of internally displaced mothers (see Table 2).

Emotion-focused coping strategies have been shown to be negatively related to a sense of coherence (Cohen et al., 2008; Krok, 2016). A sense of coherence was the strongest predictor of emotion-focused style in the group of students, as well as a significant predictor of avoidance

Дискусія

Сучасні дослідження свідчать здебільшого про позитивний зв'язок між почуттям когерентності та стилем, фокусованим на проблемі (Cohen et al., 2008; Krok, 2016). Зазначено, що особи з високим почуттям когерентності частіше застосовують проблемно-орієнтовані стратегії в стресових ситуаціях, такі як планування, позитивне переосмислення або активна поведінка, зосереджена на проблемі. При цьому зв'язок між почуттям когерентності та стилем, фокусованим на емоціях, є здебільшого негативним (Cohen et al., 2008; Krok, 2016). Наше дослідження частково підтвердило характер цих зв'язків: так, у групі матерів, які виїхали закордон, зафіксовано слабку кореляцію між когерентністю та проблемно-орієнтованим копінгом ($r = .249, p < .050$); в інших групах такого зв'язку не виявлено (див. табл. 2).

Щодо стратегії уникнення, яка опинилася у фокусі нашої уваги, дослідники здебільшого досить одностайні в питанні її пов'язаності з проблемами ментального здоров'я, водночас зв'язок уникнення з когерентністю не був таким однозначним. Так, дослідження, проведені після початку війни 2022 року в Україні, показали зв'язок копінг-стратегій уникнення з усіма категоріями психологічного дистресу (Chudzicka-Czupata et al., 2023; Khailenko, Bacon, 2024). При цьому деякі дослідники підтверджують негативний зв'язок між цією стратегією і почуттям когерентності (Cohen et al., 2008), водночас є протилежні спостереження. Зокрема, у дослідженні Konaszewski et al. (2021) виявлено, що почуття когерентності, спільно зі стійкістю та самоефективністю, пояснюють 39.00% дисперсії стилю, орієнтованого на проблему, і 44.00% дисперсії стилю, орієнтованого на емоції; водночас зв'язку зі стратегією уникнення не виявлено. Натомість наше дослідження показало, що почуття когерентності негативно пов'язане зі стратегією уникнення в усіх вибірках матерів, особливо в групі внутрішньо переміщених матерів (див. табл. 2).

Стратегії подолання, орієнтовані на емоції, як показують дослідження, негативно пов'язані з почуттям когерентності (Cohen et al., 2008; Krok, 2016). Почуття когерентності було найсильнішим предиктором емоційно-орієнтованого стилю в групі студентів, а також значущим предиктором стратегії уникнення: у випадку залучення до заміної діяльності

strategy: in the case of engaging in substitute activities, it is an inverse relationship, in the case of seeking contact with other people, it is a direct relationship. In addition, data from various studies confirm that women's coping style is more emotionally focused than men's (Yablonska et al., 2024). Women report higher levels of anxiety, depression, and health problems, reflecting a greater emotional and physical burden (Lunov, 2024), which may influence their choice of coping strategies. A cross-cultural study conducted at the beginning of the war found that Ukrainian respondents' coping strategies were problem- and emotion-focused and highly correlated with levels of psychological distress (Chudzicka-Czupala et al., 2023). In our study, a weak inverse relationship of coherence with emotionally focused coping ($r = -.248, p < .050$) was recorded only in the group of mothers who did not change their place of residence during the war (see Table 2). At the same time, the system of mothers' coping strategies revealed the following correlations: positive correlations between problem-focused and emotion-focused coping, as well as a weak positive correlation between problem-focused and avoidance coping, which is probably related to the purpose of leaving – to avoid danger.

The study of coherence in the context of posttraumatic growth of women with children with disabilities showed that this growth has a significant positive correlation with all subdimensions of coping styles and a sense of coherence (Farhadi et al., 2022). At the same time, an important role of the emotionally oriented coping style in predicting posttraumatic growth in mothers with children with disabilities was revealed.

A sense of coherence has also been considered to mediate the link between coping and adaptation to difficulties and well-being (Calandri et al., 2017). It has been found that restoring a sense of coherence after traumatic events enhanced people's quality of life and improved mental and physical health (Bonzanini et al., 2020; Tan et al., 2020). These findings are consistent with our results on the inverse relationship of coherence with depression as one of the significant indicators of mental ill-being (see Table 1). Previous research has found that a sense of coherence can reduce the

це обернений зв'язок, в у пошуку контакту з іншими людьми – прямий зв'язок. Крім того, дані різних досліджень підтверджують те, що в жінок стиль подолання більшою мірою зосереджений на емоціях, порівняно з чоловіками (Yablonska et al., 2024). Жінки повідомляють про вищий рівень тривоги, депресивних станів і проблем зі здоров'ям, що відображає більший емоційний і фізичний тягар (Lunov, 2024), що може впливати на вибір їхніх стратегій подолання. Крос-культурне дослідження, проведене на початку війни показало, що стратегії подолання українських респондентів були зосереджені на проблемі та емоціях і високо корелювали з рівнями психологічного дистресу (Chudzicka-Czupala et al., 2023). У нашому дослідженні слабкий обернений зв'язок когерентності з емоційно-фокусованим копінгом ($r = -.248, p < .050$) був зафіксований тільки в групі матерів, які не змінювали своє місце перебування під час війни (див. табл. 2). Водночас у самій системі копінг-стратегій матерів виявлено зв'язки: позитивні між проблемно- та емоційно-орієнтованим копінгам, а також слабкий позитивний зв'язок між проблемно-орієнтованим та копінгом уникнення, що, ймовірно, пов'язане з метою виїзду – уникненням небезпеки.

Вивчення когерентності в контексті посттравматичного зростання жінок, які мають дітей-інвалідів, показало, що це зростання має значущу позитивну кореляцію з усіма підвимирами стилів копіngu та почуттям когерентності (Farhadi et al., 2022). При цьому виявлено важливу роль емоційно-орієнтованого стилю подолання у прогнозуванні посттравматичного зростання в матерів, які мають дітей з обмеженими можливостями.

Почуття когерентності розглянуто також як медіатор зв'язку між подоланням та адаптацією до труднощів і благополуччям (Calandri et al., 2017). Виявлено, що відновлення почуття когерентності після травматичних подій покращувало якість життя людей і сприяло забезпеченню психічного та фізичного здоров'я (Bonzanini et al., 2020; Tan et al., 2020). Ці висновки співзвучні отриманим нами результатам щодо оберненого зв'язку когерентності з показником депресії як одним із суттєвих показників психічного неблагополуччя (див. табл. 1). Попередніми дослідженнями встановлено, що почуття когерентності може зменшити вплив дисфункціональних

impact of dysfunctional coping strategies on well-being and promote the use of coping strategies that lead to posttraumatic growth (Skalski-Bednarz et al., 2023). This was partially confirmed in our study, as it was found that a sense of coherence was directly related to the use of constructive strategies and inversely related to the use of non-constructive avoidance strategies (see Table 2).

Conclusions

The specificity of the situation of displacement as a result of war, as well as the group of subjects – women who took responsibility, sometimes solely, for the safety of children – led to the complexity of the study and its ambiguous conclusions about the specifics of their coping strategies in war. The study found inverse correlations of coherence with maladaptive avoidance strategies in all groups of mothers, so individuals with a high level of coherence are characterized by a refusal to use unconstructive strategies and solutions.

At the same time, the connections of coherence with problem- and emotion-focused coping strategies are ambiguous, as well as connections within the system of coping strategies, likely due to the scale and nature of the stressful situation and limited opportunities to influence the situation. In all groups of mothers, there was a high correlation between problem-focused and emotion-focused coping strategies, as well as a weak connection between problem-focused and avoidance coping in the groups of mothers who had left the country and those who had not changed their place of residence. For displaced mothers, problem-focused coping is associated with the “vigilance” decision-making style.

Clarifying the relationship of coherence with coping strategies and decision-making makes it possible to develop a model of psychological assistance to displaced mothers who have difficulties in adaptation. In all groups of mothers studied, coherence is inversely correlated with depression, which allows it to be considered as a dispositional trait that counteracts depression; accordingly, the development of a sense of coherence through strengthening an individual's confidence in the ability to understand and know the world and oneself; belief in one's ability to build one's life; meaningfulness as the

стратегій подолання на благополуччя і сприяти використанню стратегій подолання, що приводять до посттравматичного зростання (Skalski-Bednarz et al., 2023). Це частково знайшло підтвердження в нашому дослідженні, оскільки було виявлено, що почуття когерентності мало прямий зв'язок із використанням конструктивних стратегій і обернений – із застосування неконструктивної стратегії уникнення (див. табл. 2).

Висновки

Специфічність ситуації переміщення внаслідок війни, а також групи досліджуваних – жінок, які взяли на себе відповідальність, часом одноосібну, за безпеку дітей, зумовили складність дослідження та його неоднозначні висновки щодо специфіки їхніх копінг-стратегій в умовах війни. Емпірично виявлено обернені кореляції почуття когерентності з неадаптивною стратегією уникнення в усіх групах матерів, тож особи з високим рівнем когерентності характеризуються відмовою від використання неконструктивних стратегій і рішень.

Водночас зв'язки когерентності з проблемно- та емоційно-фокусованими копінг-стратегіями є неоднозначними, так само як і зв'язки всередині системи копінг-стратегій, що зумовлено, ймовірно, масштабом і характером стресової ситуації та обмеженими можливостями впливу на ситуацію. В усіх групах матерів зафіксовано високу кореляцію між проблемно-орієнтованою та емоційно-орієнтованою стратегіями копінгу, а також слабкий зв'язок проблемно-орієнтованого й копінгу уникнення в групах матерів, які вихали закордон, та тих, які не змінювали місце проживання. Для переміщених матерів проблемно-фокусований копінг пов'язаний зі стилем прийняття рішень “пильність”.

Уточнення зв'язку когерентності зі стратегіями подолання та прийняттям рішень дає можливість розробки моделі психологічної допомоги переміщеним матерям, які мають труднощі адаптації. В усіх групах досліджуваних матерів когерентність обернено корелює з депресивністю, що дозволяє розглядати її як диспозиційну ознаку, яка протистоїть депресії; відповідно розвиток почуття когерентності через посилення впевненості індивіда в можливості розуміння та пізнання світу й себе самого; віри у власну здатність будувати своє

ability to comprehend meaning in the process of processing life experience should be the basis of psychocorrective and therapeutic programs for displaced persons.

Prospects for further research. The results show that it is important to study the deeper aspects of decision-making and coping strategies of displaced mothers further, as well as to develop strategies for psychological assistance to different groups of mothers based on strengthening their sense of coherence.

Declaration of conflict of interest. The authors declare that they have no potential conflicts of interest in relation to the research, authorship, and/or publication of this article.

References

- Antonovsky, A. (1987). Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. <https://psycnet.apa.org/record/1987-97506-000>
- Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social science & medicine*, 36(6). P. 725-733. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(93\)90033-Z](https://doi.org/10.1016/0277-9536(93)90033-Z)
- Beck, A.T., Steer, R.A., & Brown, G.K. (1996). Beck depression inventory. <https://doi.org/10.1037/t00742-000>
- Betke, K., Basińska, M. A., & Andruszkiewicz, A. (2021). Sense of coherence and strategies for coping with stress among nurses. *BMC nursing*, 20(1), 107. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00631-1>
- Bonzanini, L.I.L., Soldera, E.B., Ortigara, G.B., Schulz, R.E., Knorst, J.K., Ardenghi, T.M. et al. (2020) Effect of the sense of coherence and associated factors in the quality of life of head and neck cancer patients. *Brazilian Oral Research*, 34. <https://doi.org/10.1590/1807-3107bor-2020.vol34.0009>
- Calandri, E., Graziano, F., Borghi, M. & Bonino, S. (2017). Coping strategies and adjustment to multiplesclerosis among recently diagnosed patients: the mediating role of sense of coherence. *Clinical Rehabilitation*, 31(10), 1386-1395. <https://doi.org/10.1177/0269215517695374>
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief cope. *International journal of behavioral medicine*; осмисленості як здатності досягнути сенс у процесі перероблення життєвого досвіду має бути покладений в основу психокорекційних і терапевтичних програм для переміщених осіб.
- Перспективи подальших досліджень.** Результати показують, що актуальним є подальше вивчення більш глибоких аспектів прийняття рішень і копінг-стратегії переміщених матерів, а також розробка на цій основі стратегій психологічної допомоги різним групам матерів, з опорою на посилення їхнього почуття когерентності.
- Декларація про конфлікт інтересів.** Автори заявляють про відсутність потенційних конфліктів інтересів стосовно дослідження, авторства та/або публікації цієї статті.

Список використаних джерел

- Antonovsky A. Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. 1987. <https://psycnet.apa.org/record/1987-97506-000>
- Antonovsky A. The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social science & medicine*. 1993. Vol. 36(6). P. 725-733. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(93\)90033-Z](https://doi.org/10.1016/0277-9536(93)90033-Z)
- Beck A. T., Steer R. A., Brown G. K. Beck depression inventory. 1996. <https://doi.org/10.1037/t00742-000>
- Betke K., Basińska M. A., Andruszkiewicz A. Sense of coherence and strategies for coping with stress among nurses. *BMC nursing*. 2021. Vol. 20(1). P. 107. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00631-1>
- Bonzanini L. I. L., Soldera E. B., Ortigara G. B., Schulz R. E., Knorst J. K., Ardenghi T. M., Ferrazzo K. L. Effect of the sense of coherence and associated factors in the quality of life of head and neck cancer patients. *Brazilian Oral Research*. 2020. Vol. 34. <https://doi.org/10.1590/1807-3107bor-2020.vol34.0009>
- Calandri E., Graziano, F., Borghi M. Bonino S. Coping strategies and adjustment to multiple sclerosis among recently diagnosed patients: the mediating role of sense of coherence. *Clinical Rehabilitation*. 2017. Vol. 31(10). P. 1386-1395. <https://doi.org/10.1177/0269215517695374>
- Carver C. S. You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief cope. *International journal of behavioral medicine*.

- icine, 4(1), 92–100. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Catalano, D., Chan, F., Wilson, L., Chiu, C. Y., & Muller, V. R. (2011). The buffering effect of resilience on depression among individuals with spinal cord injury: A structural equation model. *Rehabilitation Psychology*, 56(3), 200–211. <https://doi.org/10.1037/a0024571>
- Chen, Y., McCabe, B., & Hyatt, D. (2017). Impact of individual resilience and safety climate on safety performance and psychological stress of construction workers: A case study of the Ontario construction industry. *Journal of Safety Research*, 61, 167–176. <https://doi.org/10.1016/j.jsr.2017.02.014>
- Chwalisz, K., Altmaier, E. M., & Russell, D. W. (1992). Causal attributions, self-efficacy cognitions, and coping with stress. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 11(4), 377–400. <https://doi.org/10.1521/jscp.1992.11.4.377>
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155–159.
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and
1997. Vol. 4(1). P. 92–100. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Carver C. S., Scheier M. F., Weintraub J. K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Vol. 56(2). P. 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Catalano, D., Chan, F., Wilson, L., Chiu, C. Y., & Muller, V. R. (2011). The buffering effect of resilience on depression among individuals with spinal cord injury: A structural equation model. *Rehabilitation Psychology*, 56(3), 200–211. <https://doi.org/10.1037/a0024571>
- Chen, Y., McCabe, B., & Hyatt, D. (2017). Impact of individual resilience and safety climate on safety performance and psychological stress of construction workers: A case study of the Ontario construction industry. *Journal of Safety Research*, 61, 167–176. <https://doi.org/10.1016/j.jsr.2017.02.014>
- Chwalisz, K., Altmaier, E. M., & Russell, D. W. (1992). Causal attributions, self-efficacy cognitions, and coping with stress. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 11(4), 377–400. <https://doi.org/10.1521/jscp.1992.11.4.377>
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155–159.
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and

- Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>.
- Cohen, M., Ben-Zur, H., & Rosenfeld, M. J. (2008). Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Correa-Velez, I., Gifford, S.M. & Barnett, A. G. (2010) Longing to belong: social inclusion and wellbeing among youth with refugee backgrounds in the first three years in Melbourne, Australia. *Social Science & Medicine*, 71(8), 1399–1408. <https://doi.org/10.1016/j.SOCSCIMED.2010.07.018>
- Danyliuk, I. & Tokhtamych, O. (2024). Characteristics of war stress experienced by ukrainians. *Ukrainian Psychological Journal*. 1. 23–39. [https://doi.org/10.17721/upj.2024.1\(21\).2](https://doi.org/10.17721/upj.2024.1(21).2)
- Endler, N. S. (1997). Stress, anxiety and coping: The multidimensional interaction model. *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne*, 38, 136–153. <https://doi.org/10.1037/0708-5591.38.3.136>
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1994). Assessment of multidimensional coping: Task, emotion, and avoidance strategies. *Psychological Assessment*, 6(1), 50–60. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.6.1.50>
- Eurostat. (2024, November 8). *4.2 million under temporary protection in September*. Retrieved from <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/w/ddn-20241108-2>
- Farhadi, A., Bahreini, M., Moradi, A. et al. (2022). The predictive role of coping styles and sense of coherence in the post-traumatic growth of mothers with disabled children: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry* 22, 708 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04357-5>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150–170. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.150>
- Gómez-Salgado, J., Domínguez-Salas, S., Rome-test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>.
- Cohen M., Ben-Zur H., Rosenfeld M. J. Sense of coherence, coping strategies, and test anxiety as predictors of test performance among college students. *International Journal of Stress Management*. 2008. Vol. 15(3). P. 289–303. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.289>
- Correa-Velez I., Gifford S. M., Barnett A. G. Longing to belong: social inclusion and wellbeing among youth with refugee backgrounds in the first three years in Melbourne, Australia. *Social Science & Medicine*. 2010. Vol. 71(8). P. 1399–1408. <https://doi.org/10.1016/j.SOCSCIMED.2010.07.018>
- Danyliuk I., Tokhtamych O. Characteristics of war stress experienced by ukrainians. *Ukrainian Psychological Journal*. 2024. Vol. 1. 23–39. [https://doi.org/10.17721/upj.2024.1\(21\).2](https://doi.org/10.17721/upj.2024.1(21).2)
- Endler N. S. Stress, anxiety and coping: The multidimensional interaction model. *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne*. 1997. Vol. 38. P. 136–153. <https://doi.org/10.1037/0708-5591.38.3.136>
- Endler N. S., Parker J. D. A. Assessment of multidimensional coping: Task, emotion, and avoidance strategies. *Psychological Assessment*. 1994. Vol. 6(1). P. 50–60. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.6.1.50>
- Eurostat. (2024, November 8). *4.2 million under temporary protection in September*. URL: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/w/ddn-20241108-2>
- Farhadi A., Bahreini M., Moradi A., Mirzaei K., Nemati R. The predictive role of coping styles and sense of coherence in the post-traumatic growth of mothers with disabled children: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*. 2022. Vol. 22. P. 708. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04357-5>
- Folkman S., Lazarus R. S. If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1985. Vol. 48. P. 150–170. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.150>
- Галецька І. Психологічні властивості компонентів відчуття когеренції. *Вісник*

- ro-Martín, M., Ortega-Moreno, M., García-Iglesias, J. J., & Ruiz-Frutos, C. (2020). Sense of coherence and psychological distress among healthcare workers during the COVID-19 pandemic in Spain. *Sustainability*, 12(17), 6855. <https://doi.org/10.3390/su12176855>
- Haletska, I. (2005) Psykholohichni vlastyvoli komponentiv vidchuttia koherentsii [Psychological properties of the components of the sense of coherence]. *Visnyk Lvivskoho universytetu*. 7(8), 273–281.
- Hoppen, T. H., Priebe, S., Vetter, I., & Morina, N. (2021). Global burden of post-traumatic stress disorder and major depression in countries affected by war between 1989 and 2019: a systematic review and meta-analysis. *BMJ Global Health*, 6(7), 1–13. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2021-006303>
- Janis, I. L., & Mann, L. (1977). Decision making: A psychological analysis of conflict, choice, and commitment. *Free press*. 488. <https://psycnet.apa.org/record/1978-00284-000>
- Jawaid, A., Gomolka, M., & Timmer, A. (2022). Neuroscience of trauma and the Russian invasion of Ukraine. *Nature Human Behaviour*, 6(6), 748–749. <https://doi.org/10.1038/s41562-022-01344-4>
- Karamushka L. (2022) Kopinh-strategii personalu osvitynikh ta naukovykh orhanizatsii pid chas viiny: riven vyrazhenosti ta zviazok z psykhnichnym zdoroviam [Coping strategies of personnel of educational and scientific organizations during the war: level of severity and connection with mental health]. *Zhurnal suchasnoi psykholohii*, 4(27). 31–40. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-4-4>
- Khailenko, O., & Bacon, A. M. (2024). Resilience, avoidant coping and post-traumatic stress symptoms among female Ukrainian refugees and internally displaced people. *International Journal of Social Psychiatry*, 70(6), 1164–1174. <https://doi.org/10.1177/00207640241264662>
- Konaszewski, K., & Niesiobędzka, M. (2022). Sense of Coherence and Ego-Resiliency as Predictors of Maladaptive Coping Among Juveniles with Different Levels of Delinquency. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 66(16), 1862–1878. <https://doi.org/10.1177/00207640241264662>
- Львівського університету. 2005. № 7(8). С. 273–281.
- Gómez-Salgado J., Domínguez-Salas S., Romero-Martín M., Ortega-Moreno M., García-Iglesias J. J., Ruiz-Frutos C. Sense of coherence and psychological distress among healthcare workers during the COVID-19 pandemic in Spain. *Sustainability*. 2020. Vol. 12(17). P. 6855. <https://doi.org/10.3390/su12176855>
- Halian I., Halian O., & Myshchysyn M. (2024). Coping Strategies in the Behavioral Models of Youth in Martial Law Conditions. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, (12), 44–65. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-17>
- Hoppen T. H., Priebe S., Vetter I., Morina N. Global burden of post-traumatic stress disorder and major depression in countries affected by war between 1989 and 2019: a systematic review and meta-analysis. *BMJ global health*. 2021. Vol. 6(7). P. 1–13. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2021-006303>
- Janis I. L., Mann L. Decision making: A psychological analysis of conflict, choice, and commitment. *Free press*. 1977. Vol. 488. <https://psycnet.apa.org/record/1978-00284-000>
- Jawaid A., Gomolka M., Timmer A. Neuroscience of trauma and the Russian invasion of Ukraine. *Nature Human Behaviour*. 2022. Vol. 6(6). P. 748–749. <https://doi.org/10.1038/s41562-022-01344-4>
- Карамушка Л. Копінг-стратегії персоналу освітніх та наукових організацій під час війни: рівень вираженості та зв'язок з психічним здоров'ям. *Журнал сучасної психології*. 2022. №4(27). С. 31–40. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-4-4>
- Khailenko O., Bacon A. M. Resilience, avoidant coping and post-traumatic stress symptoms among female Ukrainian refugees and internally displaced people. *International Journal of Social Psychiatry*. 2024. Vol. 70(6). P. 1164–1174. <https://doi.org/10.1177/00207640241264662>
- Konaszewski K., Niesiobędzka M. Sense of Coherence and Ego-Resiliency as Predictors of Maladaptive Coping Among Juveniles with Different Levels of Delinquency. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*. 2022.

- org/10.1177/0306624X211049198
- Konaszewski, K., Kolemba, M., & Niesiołędzka, M. (2021). Resilience, sense of coherence and self-efficacy as predictors of stress coping style among university students. *Current psychology*, 40(8), 4052–4062. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-019-00363-1>
- Krok, D. (2016). Sense of coherence mediates the relationship between the religious meaning system and coping styles in polish older adults. *Aging & Mental Health*, 20(10), 1002–1009. <https://doi.org/10.1080/13607863.2015.1056772>
- Kurapov, A., Danyliuk, I., Loboda, A., Kalaitzaki, A., Kowatsch, T., Klimash, T., & Predko, V. (2023). Six months into the war: a first-wave study of stress, anxiety, and depression among in Ukraine. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1190465 <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1190465>
- Kuzmuk, O. (2024). Ukrainian refugee women's experiences in Poland in the first months of Russian invasion: a qualitative account. *European societies*, 26(2), 501–521. <https://doi.org/10.1080/14616696.2024.2351595>
- Kuznietsov, M., Diab, N., & Tatiievska, M. (2022). Ekzystentsiini chynnyky tsinnosti vlasnoho zhyttia u studentiv [Existential factors of the value of one's own life among students]. *Visnyk KhNPU imeni HS Skovorody "Psykhologhiia"*, 65, 106–137. <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.65.07>
- Lahad, M., & Leykin, D. (2015). The Integrative Model Of Resiliency: The "BASIC Ph" Model, Or What Do We Know About Survival?. *Resiliency: Enhancing coping with crisis and terrorism*, 71–91. <https://doi.org/10.3233/978-1-61499-490-9-71>
- Li M, Xu Z., He X., Zhang J., Song R., Duan W., Liu T. and Yang H. (2021). Sense of Coherence and Mental Health in College Students After Returning to School During COVID-19: The Moderating Role of Media Exposure. *Frontiers in Psychology*, 12, 687928. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.687928>
- Lunov, V. (2024). Coherence-Sense experiencing of Ukrainian Forced Migrants in The Conditions of a Full-Scale Russian Military Invasion: Behavioral Patterns, Mental Health, Believes and Everyday Challenges. <https://doi.org/10.1177/0306624X211049198>
- Vol. 66(16). P. 1862–1878. <https://doi.org/10.1177/0306624X211049198>
- Konaszewski K., Kolemba M., Niesiołędzka M. Resilience, sense of coherence and self-efficacy as predictors of stress coping style among university students. *Current psychology*. 2021. Vol. 40(8). P. 4052–4062. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-019-00363-1>
- Krok D. Sense of coherence mediates the relationship between the religious meaning system and coping styles in polish older adults. *Aging & Mental Health*. 2016. Vol. 20(10). P. 1002–1009. <https://doi.org/10.1080/13607863.2015.1056772>
- Kurapov A., Danyliuk I., Loboda A., Kalaitzaki A., Kowatsch T., Klimash T., Predko V. Six months into the war: a first-wave study of stress, anxiety, and depression among in Ukraine. *Frontiers in Psychiatry*. 2023. Vol. 14, 1190465 <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1190465>
- Kuzmuk O. Ukrainian refugee women's experiences in Poland in the first months of Russian invasion: a qualitative account. *European societies*. 2024. Vol. 26(2). P. 501–521. <https://doi.org/10.1080/14616696.2024.2351595>
- Кузнєцов М., Діаб Н., Татієвська М. Екзистенційні чинники цінності власного життя у студентів. Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди "Психологія". 2021. №65. С. 106–137. <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.65.07>
- Lahad M., Leykin D. The Integrative Model Of Resiliency: The "BASIC Ph" Model, Or What Do We Know About Survival?. *Resiliency: Enhancing coping with crisis and terrorism*. 2015. Vol. 71–91. <https://doi.org/10.3233/978-1-61499-490-9-71>
- Li M., Xu Z., He X., Zhang J., Song R., Duan W., Liu T. and Yang H. Sense of Coherence and Mental Health in College Students After Returning to School During COVID-19: The Moderating Role of Media Exposure. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12, 687928. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.687928>
- Lunov V. Coherence-Sense experiencing of Ukrainian Forced Migrants in The Conditions of a Full-Scale Russian Military Invasion: Behavioral Patterns, Mental Health, Believes and Everyday Challenges. 2024. <https://doi.org/10.1177/0306624X211049198>

- org/10.1101/2024.06.29.24309715
- Malm, A., Tinghög, P., Narusyte, J. & Saboonchi, F. (2020) The refugee post-migration stress scale (RPMS) – development and validation among refugees from Syria recently resettled in Sweden. *Conflict and Health*, 14(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s13031-019-0246-5>
- Mann, L., Burnett, P., Radford, M., & Ford, S. (1997). The Melbourne Decision Making Questionnaire: An instrument for measuring patterns for coping with decisional conflict. *Journal of behavioral decision making*, 10(1), 1–19. [https://doi/10.1002/\(SICI\)1099-0771\(199703\)10:1%3C1::AID-BDM242%3E3.0.CO;2-X](https://doi/10.1002/(SICI)1099-0771(199703)10:1%3C1::AID-BDM242%3E3.0.CO;2-X)
- Michele Masanotti, G., Paolucci, S., Abbafati, E., Serratore, C., & Caricato, M. (2020). Sense of Coherence in Nurses: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 1861. <https://doi.org/10.3390/ijerph17061861>
- Rating Group Ukraine. (2022, April 6). *Eighth nationwide survey: Psychological markers of the war*. Retrieved from <https://rating-group.ua/research/ukraine/b29c8b7d-5de3de02ef3a697573281953.html>
- Sangalang, C. C., Becerra, D., Mitchell, F. M., Lechuga-Peña, S., Lopez, K. & Kim, I. (2018) Trauma, post-migration stress, and mental health: a comparative analysis of refugees and immigrants in the United States. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 21(5), 909–919. <https://doi.org/10.1007/s10903-018-0826-2>
- Serdiuk L., Kuprieieva O., Otenko C. (2022) Saliutohenetychni osnovy zhyttiistiikosti osobystosti [Salutogenic foundations of personality resilience]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka*, 1(15), 56–60. [https://doi.org/10.17721/BSP.2022.1\(15\).9](https://doi.org/10.17721/BSP.2022.1(15).9)
- Serdiuk, L., Lytvynenko, O., Serdiuk, O., & Denchyk, A. (2024). Personal resources of resilience in conditions of uncertainty and crises. *Psychological journal*, 10(2), 27–37. <https://doi.org/10.31108/1.2024.10.2.2>
- Shaheen, M., Schindler, L., Saar-Ashkenazy, R., Bani Odeh, K., Soreq, H., Friedman, A., & Kirschbaum, C. (2020). Victims of war-Psychoendocrine evidence for the impact of traumatic stress on
- org/10.1101/2024.06.29.24309715
- Malm A., Tinghög P., Narusyte J., Saboonchi, F. The refugee post-migration stress scale (RPMS) – development and validation among refugees from Syria recently resettled in Sweden. *Conflict and Health*. 2020. Vol. 14(1). P. 1–12. <https://doi.org/10.1186/s13031-019-0246-5>
- Mann L., Burnett P., Radford M., Ford S. The Melbourne Decision Making Questionnaire: An instrument for measuring patterns for coping with decisional conflict. *Journal of behavioral decision making*. 1997. Vol. 10(1). P. 1–19. [https://doi/10.1002/\(SICI\)1099-0771\(199703\)10:1%3C1::AID-BDM242%3E3.0.CO;2-X](https://doi/10.1002/(SICI)1099-0771(199703)10:1%3C1::AID-BDM242%3E3.0.CO;2-X)
- Michele Masanotti G., Paolucci S., Abbafati E., Serratore C., Caricato M. Sense of Coherence in Nurses: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Vol. 17(6). P. 1861. <https://doi.org/10.3390/ijerph17061861>
- Rating Group Ukraine. (2022, April 6). *Eighth nationwide survey: Psychological markers of the war*. URL: <https://ratinggroup.ua/research/ukraine/b29c8b7d5de3de02ef3a697573281953.html>
- Sangalang C. C., Becerra, D., Mitchell F. M., Lechuga-Peña S., Lopez K. Kim I. Trauma, post-migration stress, and mental health: a comparative analysis of refugees and immigrants in the United States. *Journal of Immigrant and Minority Health*. 2018. Vol. 21(5). P. 909–919. <https://doi.org/10.1007/s10903-018-0826-2>
- Сердюк Л., Купрієєва О., Отенко С. Салютогенетичні основи життєстійкості особистості. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2022. № 1(15). С. 56–60. [https://doi.org/10.17721/BSP.2022.1\(15\).9](https://doi.org/10.17721/BSP.2022.1(15).9)
- Serdiuk L., Lytvynenko O., Serdiuk O., Denchyk A. Personal resources of resilience in conditions of uncertainty and crises. *Psychological journal*. 2024. Vol. 10(2). P. 27–37. <https://doi.org/10.31108/1.2024.10.2.2>
- Shaheen M., Schindler L., Saar-Ashkenazy R., Bani Odeh K., Soreq H., Friedman A., Kirschbaum C. Victims of war-Psychoendocrine evidence for the impact of traumatic stress on psychological well-being of adolescents growing up during the Israeli-Palestinian conflict.

- psychological well-being of adolescents growing up during the Israeli-Palestinian conflict. *Psychophysiology*, 57(1), e13271. <https://doi.org/10.1111/psyp.13271>
- Skalski-Bednarz, S. B., Konaszewski, K., Muszyńska, J., Maier, K. & Surzykiewicz, J. (2023). Negative situation appraisal and mental well-being among refugees in Germany: Serial mediation by religious coping and sense of coherence. *International Migration*, 61, 139–151. <https://doi.org/10.1111/imig.13087>
- Stefanelli, M. A., & Cinti, C. (2025). Women Refugees in Italy During the Russian-Ukrainian Conflict. In *Scars of War: Migration, Security and Sustainable Future*, 30, 121–136. <https://doi.org/10.1108/S0895-993520250000030009>
- Tan, W. H., Sheffield, J., Khoo, S. K., Byrne, G. D., & Pachana, N. A. (2020) Influences on psychological well-being and ill-being in older women. *Australian Psychologist*, 53(3), 203–212. <https://doi.org/10.1111/AP.12297>
- Tarkhanova, O., & Pyrogorova, D. (2023). Forced displacement in Ukraine: understanding the decision-making process. *European Societies*, 26(2), 481–500. <https://doi.org/10.1080/14616696.2023.2280680>
- Tennebø, H. M. (2024). The sense of coherence among Ukrainian refugees, and their experiences of social support and language learning in Norway (Master's thesis, The University of Bergen). <https://hdl.handle.net/11250/3144435>
- Yablonska T., Vernik O., & Haivoronskyi H. (2023). Ukrainian Adaptation of the Brief-COPE Questionnaire. *Insight: the psychological dimensions of society*, 10, 66–89. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-4>
- Yablonska T., Bulatevych N., Sirokha L. (2024) Emotional Experiences and Their Connection with Coping Strategies During the COVID-19 Pandemic: Gender Differences. *Roczniki Psychologiczne*, 27(1), 67–90. <https://doi.org/10.18290/rpsych2024.0004>
- Yussuf, A., Issa, B., Ajiboye, P., & Buhari, O. (2013). The correlates of stress, coping styles and psychiatric morbidity in the first year of medical education at a Nigerian University. *African Journal of Psychiatry*, 16(3), 206–215. <https://doi.org/10.4314/ajpsy.v16i3.28>
- Psychophysiology*. 2020. Vol. 57(1), e13271. <https://doi.org/10.1111/psyp.13271>
- Skalski-Bednarz S. B., Konaszewski K., Muszyńska J., Maier K., Surzykiewicz J. Negative situation appraisal and mental well-being among refugees in Germany: Serial mediation by religious coping and sense of coherence. *International Migration*. 2023. Vol. 61. P. 139–151. <https://doi.org/10.1111/imig.13087>
- Stefanelli M. A., Cinti C. Women Refugees in Italy During the Russian-Ukrainian Conflict. In: *Scars of War: Migration, Security and Sustainable Future*. 2025. Vol. 30. P. 121–136. <https://doi.org/10.1108/S0895-993520250000030009>
- Tan W. H., Sheffield J., Khoo S. K., Byrne G. D., Pachana N. A. Influences on psychological well-being and ill-being in older women. *Australian Psychologist*. 2020. Vol. 53(3). P. 203–212. <https://doi.org/10.1111/AP.12297>
- Tarkhanova O., Pyrogorova D. Forced displacement in Ukraine: understanding the decision-making process. *European Societies*. 2023. Vol. 26(2), 481–500. <https://doi.org/10.1080/14616696.2023.2280680>
- Tennebø H. M. The sense of coherence among Ukrainian refugees, and their experiences of social support and language learning in Norway (Master's thesis, The University of Bergen). 2024. <https://hdl.handle.net/11250/3144435>
- Яблонська Т., Верник О., Гайворонський Г. Українська адаптація опитувальника Brief-COPE. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2023. № 10. С. 66–89. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-4>
- Yablonska T., Bulatevych N., Sirokha L. Emotional Experiences and Their Connection with Coping Strategies During the COVID-19 Pandemic: Gender Differences. *Roczniki Psychologiczne*. 2024. Vol. 27(1). P. 67–90. <https://doi.org/10.18290/rpsych2024.0004>
- Yussuf A., Issa B., Ajiboye P., Buhari O. The correlates of stress, coping styles and psychiatric morbidity in the first year of medical education at a Nigerian University. *African Journal of Psychiatry*. 2013. Vol. 16(3). P. 206–215. <https://doi.org/10.4314/ajpsy.v16i3.28>