



ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ТА СТАВЛЕННЯ УКРАЇНЦІВ ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПІД ЧАС ВІЙНИ: ХВИЛЯ 3

Аналітичний звіт

Січень 2024

© Gradus Research, 2024



Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України





Метод збору інформації: самозаповнення анкет у мобільному додатку



Цільова група дослідження: чоловіки та жінки віком 18-60 років, які проживали у містах з населенням 50К+ на території України до початку повномасштабної війни та мешкають в них зараз



Кількість результативних інтерв'ю:

Хвиля 1: 2001

Хвиля 2: 2000

Хвиля 3: 2423



Період опитування:

Хвиля 1: 22–26 вересня 2022

Хвиля 2: 18–20 жовтня 2023

Хвиля 3: 10–15 січня 2024

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



ОСНОВНІ ВИСНОВКИ (1/3)



Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



ОСОБЛИВОСТІ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ

Оцінка свого ментального здоров'я	13% визначають свій ментальний стан як незадовільний . Цей показник зріс, порівняно з 2023 роком, на 2 в.п.. Загалом 36% опитаних вважають свій ментальний стан задовільним, а 51% - оцінюють його на середньому рівні.
	Більшість (77%) оцінює свій стан, спираючись на власні відчуття та переживання (цей показник зменшився, порівняно з 2023 роком на 4 в.п.)
Емоції, що найбільше переважають останнім часом у настрої	Топ-3 емоції , які відзначають у себе респонденти: втома (46%), напруженість (44%) і надія (31%).
	Порівняно з 2023 роком, збільшилась кількість тих, хто переживає напруженість, страх, гнів, роздратування, безсилля, розчарування та відчай, зменшилась частка тих, хто відчуває надію.
Переживання стресу та сильної знервованості	77% переживали останнім часом ці стани . Цей показник залишився незмінним, порівняно з 2023 роком
	Ті, хто переживав стрес і сильну знервованість останнім часом, основними причинами називають повномасштабну війну з росією (72%), фінансові труднощі (41%) та соціально-політичну ситуацію в країні (38%, показник зріс на 4 в.п.)
	Ті, хто переживає ці стани через повномасштабну війну, більшість (70%) пов'язують їх з хвилюванням за безпеку близьких, а також із ризиком для життя та високою вірогідністю отримати травми (51%, показник зріс на 9 в.п.)
	Щоб впоратися із нервозністю або стресом продовжують використовувати сидіння в Інтернеті (39%), перегляд ТБ / фільми / серіали (34%) чи спілкування з друзями, сім'єю (32%).
Негативний досвід, що пов'язаний з війною	25% мають досвід перебування поблизу або безпосередньо у зоні активних бойових дій , 22% втратили роботу внаслідок війни . Ці показники залишилися без змін до попередньої хвили.

ДОСВІД ЗВЕРНЕННЯ ЗА ПСИХОЛОГІЧНОЮ ДОПОМОГОЮ ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ

Загальний досвід звернення до спеціаліста	78% опитаних ніколи не відвідувала психолога/психотерапевта , з них 40% - не виключають звернення у майбутньому. Ці показники залишилися без змін до попередньої хвили
Необхідність у психологічній допомозі впродовж останніх 6 місяців	40% за останні півроку відчували необхідність у психологічній допомозі . При цьому лише 8% звертались до спеціаліста , що є значуще більше, ніж у 2023 році на 2 в.п.
	Серед тих, хто не звертався за психологічною допомогою, 29% - не вважають свої проблеми вартими такого звернення, а 25% пояснюють це своєю впевненістю у тому, що вони можуть впоратися самостійно (їх частка у порівнянні з 2023 роком зменшилась на 4 в.п.)

ОСНОВНІ ВИСНОВКИ (2/3)



Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



ЗНАННЯ ТА ДОВІРА ІНСТИТУЦІЯМ З ПИТАНЬ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я

Довіра до осіб та джерел у питаннях ментального здоров'я	Найбільше довіряють психологам і психотерапевтам (24%), сімейному лікарю (16%) та психіатрам (15%). Серед джерел найбільше довіри викликає інформація на особистій консультації з психологом / психотерапевтом (15%), інформація на особистій консультації з психіатром (14%) та спеціалізовані сайти / блоги та сторінки на тему ментального здоров'я (13%).
Знання програм підтримки ментального здоров'я в Україні	34% опитаних декларують певну обізнаність про наявні в Україні програми підтримки ментального здоров'я (показник зріс на 4 в.п.) Серед них 28% називають програму «Ти як?» (програма Олени Зеленської) (показник зріс на 9 в.п.)

ТЕМА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я У СУСПІЛЬСТВІ

Увага до теми ментального здоров'я	За останній рік 64% відчувають себе більш самотніми , серед основних причин зазначають відсутність сил та бажання спілкуватись з людьми (43%)
	44% респондентів вважає, що темі ментального здоров'я останнім часом приділялося більше уваги в інфопросторі , 35% опитаних останнім часом стали більше говорити про ментальне здоров'я у власному оточенні, та 28% – у родині. 75% - вважає, що ця тема потребує більшої уваги в інфопросторі.
	27% опитаних вважають, що ставлення у суспільстві до теми ментального здоров'я стало більш позитивним , а 25% - покращилося ставлення до людей, які мають такі проблеми . 42% та 44% відповідно вагаються із відповіддю.
	Серед заходів, які варто було б запровадити у сфері ментального здоров'я 49% опитаних вказали на покращення доступу до послуг з ментального здоров'я, а 44% - проводити навчання з навичок самодопомоги, першої психологічної допомоги. Серед джерел отримання інформації 48% зазначили канали у Телеграм / Вайбер фахівців з ментального здоров'я.
	57% опитаних вважають, що сімейний лікар може допомогти з проблемами з ментальним здоров'ям
	71% респондентів зазначили, що кількість ментальних розладів у найближчі 2 роки зросте і якби дізнались, що знайомі чи колеги мають труднощі з ментальним здоров'ям, то 57% опитаних відчули б бажання допомогти чи хоча б поговорити.

ОСНОВНІ ВИСНОВКИ (3/3)



Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



РОЛЬ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ ТА МЕСЕНДЖЕРІВ У МЕНТАЛЬНОМУ ЗДОРОВ'І

Проведення часу у соціальних мережах / месенджерах та залежність від них

Найбільша кількість опитаних у середньому проводить 1-2 години (27%) та 3-4 години (27%) на день у **соціальних мережах / месенджерах**, при чому 30% вважають, що можливо, проводять забагато часу, але це не залежність.

Щодо **оцінки впливу соціальних мереж / месенджерів на ментальне здоров'я**, то 27% вбачають позитивний вплив, а 26% - негативний. Серед тих, хто зазначає **позитивний вплив** причиною вказують можливість підтримки зв'язку з близькими та друзями (50%), а також дозволяють бути в курсі новин та менше тривожитись (47%). Тоді як серед тих, хто визначає **негативний вплив**, вказують на наявність великої кількості недостовірної та непрофесійної інформації, що шкодить (62%), а також збільшують рівень переживань та погіршують стан ментального здоров'я (52%)

41% опитаних **декларує довіру послугам з ментального здоров'я, що надаються онлайн**. З них 25% - довіряють таких послугам тільки в тому випадку, коли це спілкування з людиною – фахівцем.

ОСОБЛИВОСТІ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ

ХАРАКТЕРИСТИКИ ПСИХІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ: Відкрите запитання



Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



2023
N=2000

2024
N=2423

	2023 N=2000	2024 N=2423
Спокійна людини	37%	36%
Врівноважена / стабільна людина	14%	15%
Гарний настрій / позитивні думки / радість / посмішка	8%	10% ↑
Впевненість / Впевненість у завтрашньому дні	7%	8%
Стресостійкість / відсутність стресу в житті	5%	5%
Живе в гармонії з собою та світом умиротворення	2%	4%
Оптимізм / Радіння життю / Задоволеність	4%	4%
Мир в країні	1%	3%
Фізичне / матеріальне благополуччя	4%	3%
Щасливість	2%	3%
Контроль власних емоцій / самоконтроль	1%	2%
Турботливість / Доброзичливість / Кооперативність	3%	2%
Працездатність / Активність / Мотивація	2%	2%
Розсудливість / Раціональність	2%	2%
Людина адекватна / адекватно реагує на події навколо	2%	1%

*Питання було змінено у поточній хвилі.

На слайді представлені альтернативи, які набрали більше 2% згадувань (Загалом)

База: всі респонденти

Які характеристики, на Вашу думку, описують психічне благополуччя людини?



Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилею

СУБ'ЄКТИВНА ОЦІНКА ВЛАСНОГО МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я



Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



Оцінка ментального здоров'я



Як визначають свій стан:

2022 (N=2001) 2023 (N=2000) 2024 (N=2423)

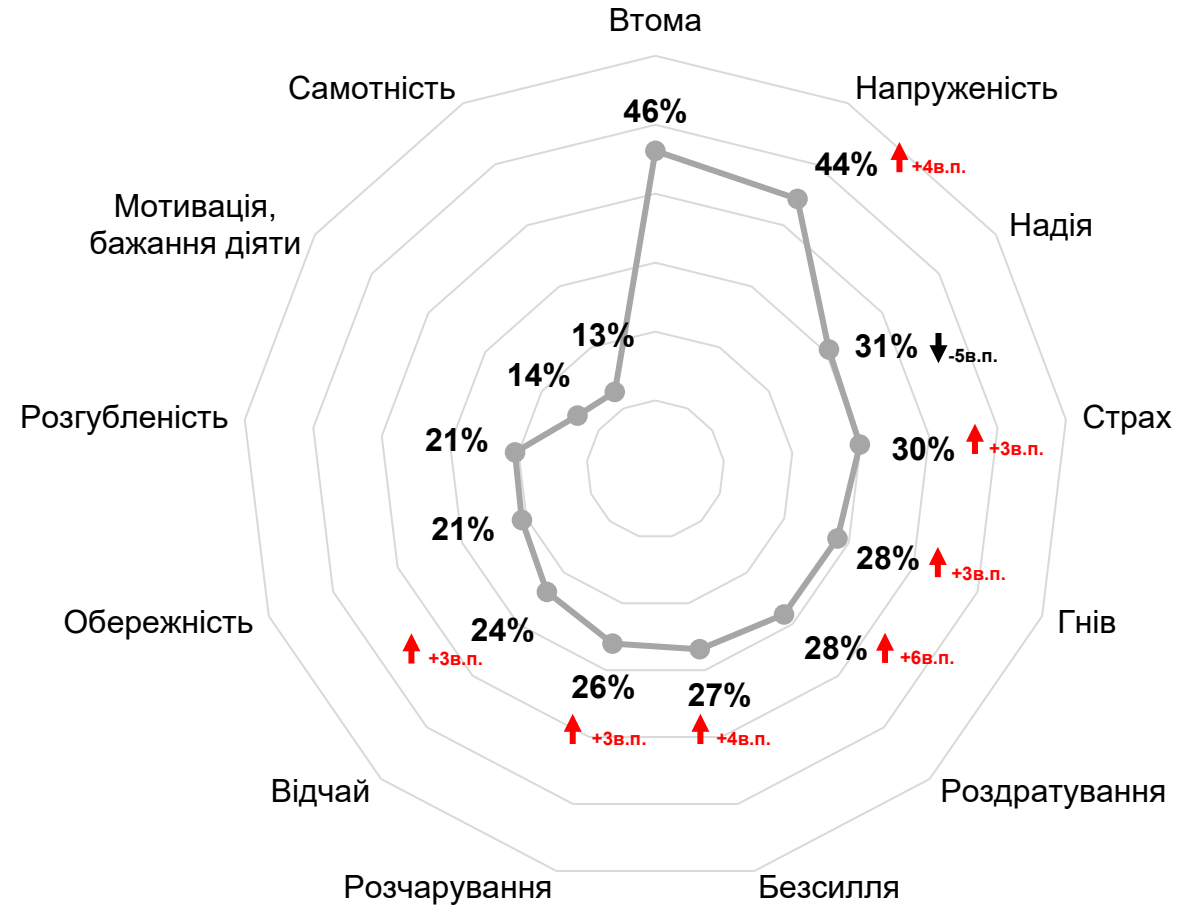


База: всі респонденти

Оцініть, будь ласка, стан свого психологічного (ментального) здоров'я. Дайте відповідь за шкалою від 1 до 10, де 1 означає 'з моїм психологічним здоров'ям багато проблем', а 10 – 'з моїм психологічним здоров'ям взагалі немає проблем'. На основі чого Ви робите такий висновок?

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**, в порівнянні з попередньою хвилиною

ЕМОЦІЇ, ЩО ОСТАННІМ ЧАСОМ НАЙБІЛЬШЕ ПЕРЕВАЖАЮТЬ У НАСТРОЇ УКРАЇНЦІВ: Хвиля 3



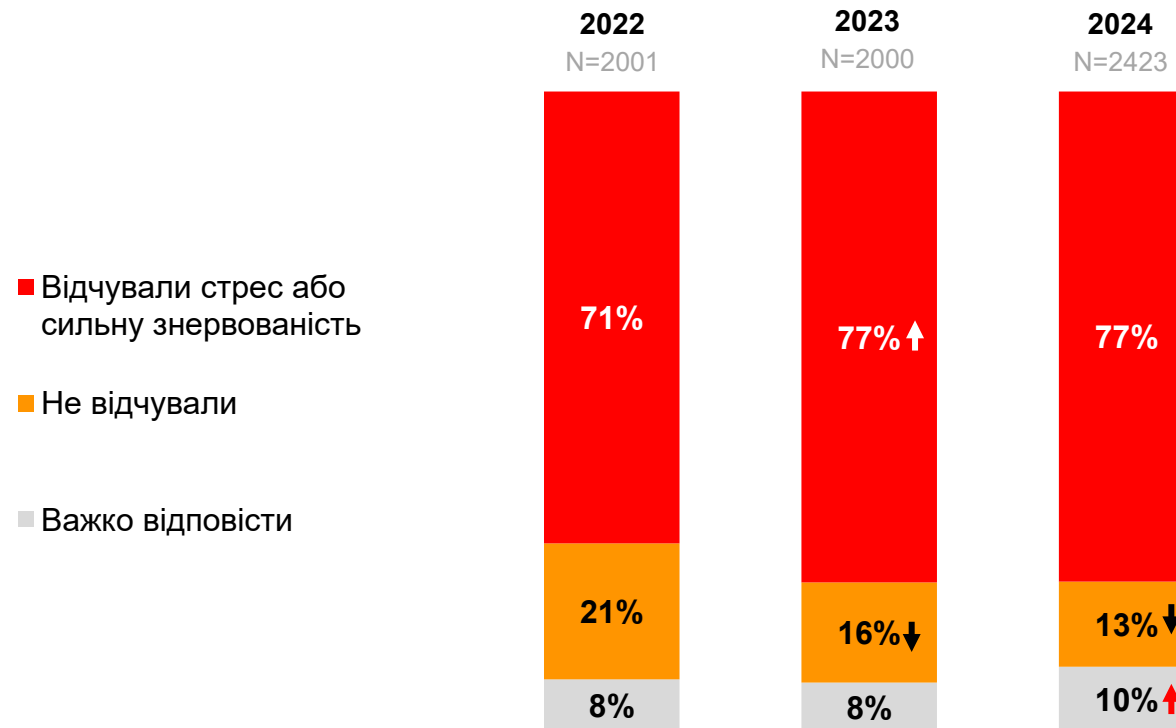
На слайді представлені емоції, які набрали більше 10% згадувань
База: всі респонденти, N=2423
Які емоції переважають у Вашому настрої останнім часом?

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилею

ВІДЧУТТЯ СТРЕСУ ТА ЗНЕРВОВАНОСТІ ОСТАННІМ ЧАСОМ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



База: всі респонденти
Скажіть, будь ласка, чи відчували Ви останнім часом стрес або сильну знервованість?

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилиною

ПРИЧИНИ ВІДЧУТТЯ СТРЕСУ АБО СИЛЬНОЇ ЗНЕРВОВАНОСТІ ОСТАННІМ ЧАСОМ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



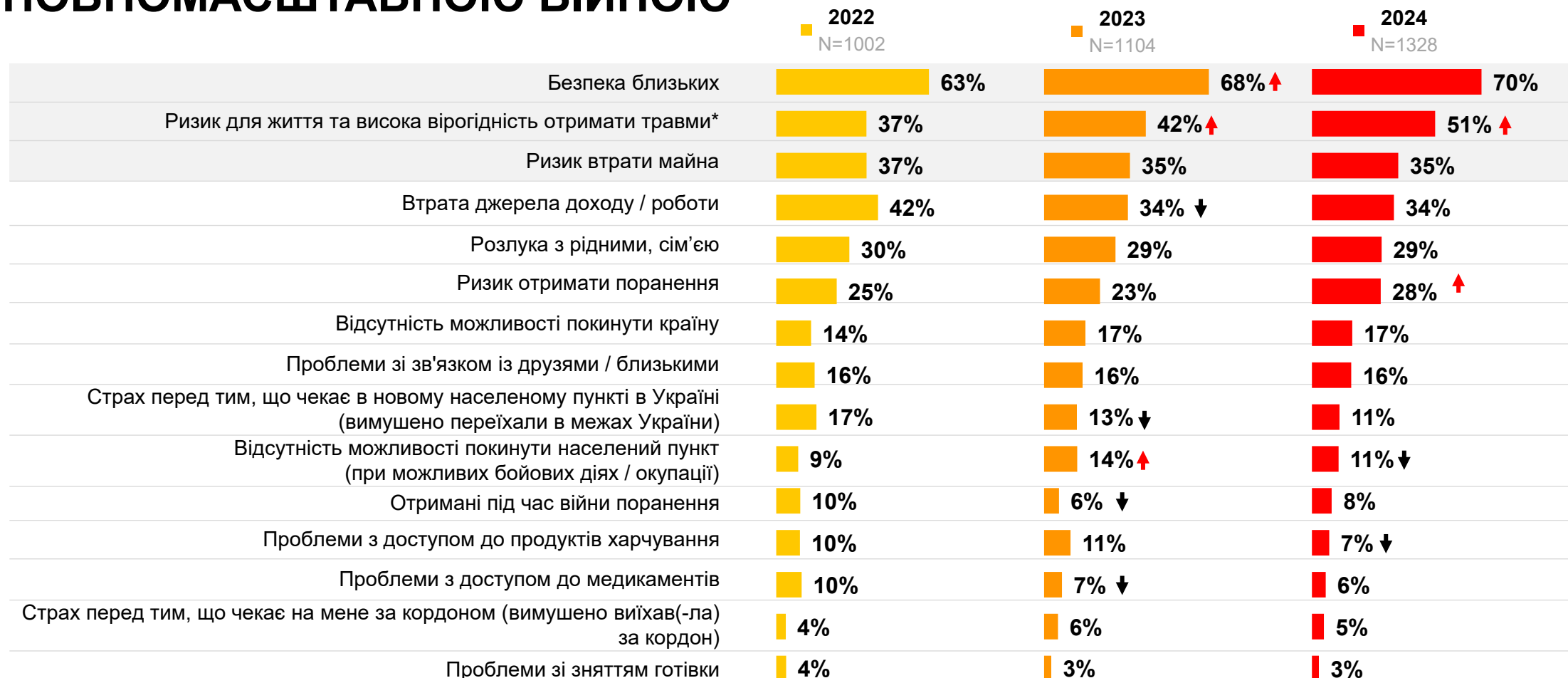
База: респонденти, які відчували стрес або сильну знервованість останнім часом
Що саме стало причиною Вашого занепокоєння чи стресу останнім часом?

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилиною

ПРИЧИНИ ВІДЧУТТЯ СТРЕСУ АБО СИЛЬНОЇ ЗНЕРВОВАНОСТІ, ЩО ПОВ'ЯЗАНІ З ПОВНОМАСШТАБНОЮ ВІЙНОЮ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



*У першій хвилі було інше формулювання альтернативи «Ризик для життя та висока вірогідність отримати травми»

База: респонденти, які відчували стрес або сильну знервованість останнім часом через повномасштабну війну

Які саме аспекти повномасштабної війни з росією ставали причиною Вашого занепокоєння чи стресу?



Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилею

ОСНОВНІ СПОСОБИ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ ТА ЗНЕРВОВАНОСТІ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



	2022 N=2001	2023 N=2000	2024 N=2423
Сидіння в інтернеті	39%	39%	39%
Перегляд ТВ / фільми / серіали	29%	33% ↑	34%
Спілкування з друзями, сім'єю	30%	31%	32%
Прослуховування музики	24%	31% ↑	29%
Проведення часу з близькими	25%	30% ↑	26% ↓
Заняття улюбленими справами, хобі	19%	25% ↑	21% ↓
Читання книг	14%	17% ↑	18%
Заглиблення в роботу	20%	22%	18% ↓
Приймання ліки від стресу / для заспокоєння	16%	18% ↑	18%
Споживання більше солодкого / смачної їжі	13%	16% ↑	16%
Вживання алкоголю	17%	16%	15%
Прогулки на природі	13%	16% ↑	11% ↓
Заняття спортом	10%	11%	9%

На слайді представлені альтернативи, які набрали більше 9% згадувань
База: всі респонденти
До чого Ви зазвичай вдаєтеся, щоб впоратися із знервованістю або стресом?

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилиною

НЕГАТИВНІ СТАНИ, ЯКІ ВІДЧУВАЛИ ОСТАННІМ ЧАСОМ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



	2022 N=2001	2023 N=2000	2024 N=2423
Тривожність, напруга	50%	50%	52%
Поганий настрій	45%	51% ↑	47% ↓
Погіршення сну	41%	47% ↑	47%
Роздратування, злість	38%	43% ↑	42%
Відчуття виснаженості	32%	40% ↑	39%
Емоційна нестабільність	28%	34% ↑	32%
Відсутність душевної гармонії	26%	29% ↑	30%
Апатія	24%	31% ↑	29%
Нав'язливі негативні / неприємні думки	25%	26%	29%
Страх гучних звуків*			28%
Відсутність мотивації	23%	27% ↑	27%
Зниження продуктивності	25%	29% ↑	27%
Втрата апетиту або постійне бажання їсти	12%	15% ↑	18% ↑
Постійне бажання плакати	12%	14%	14%

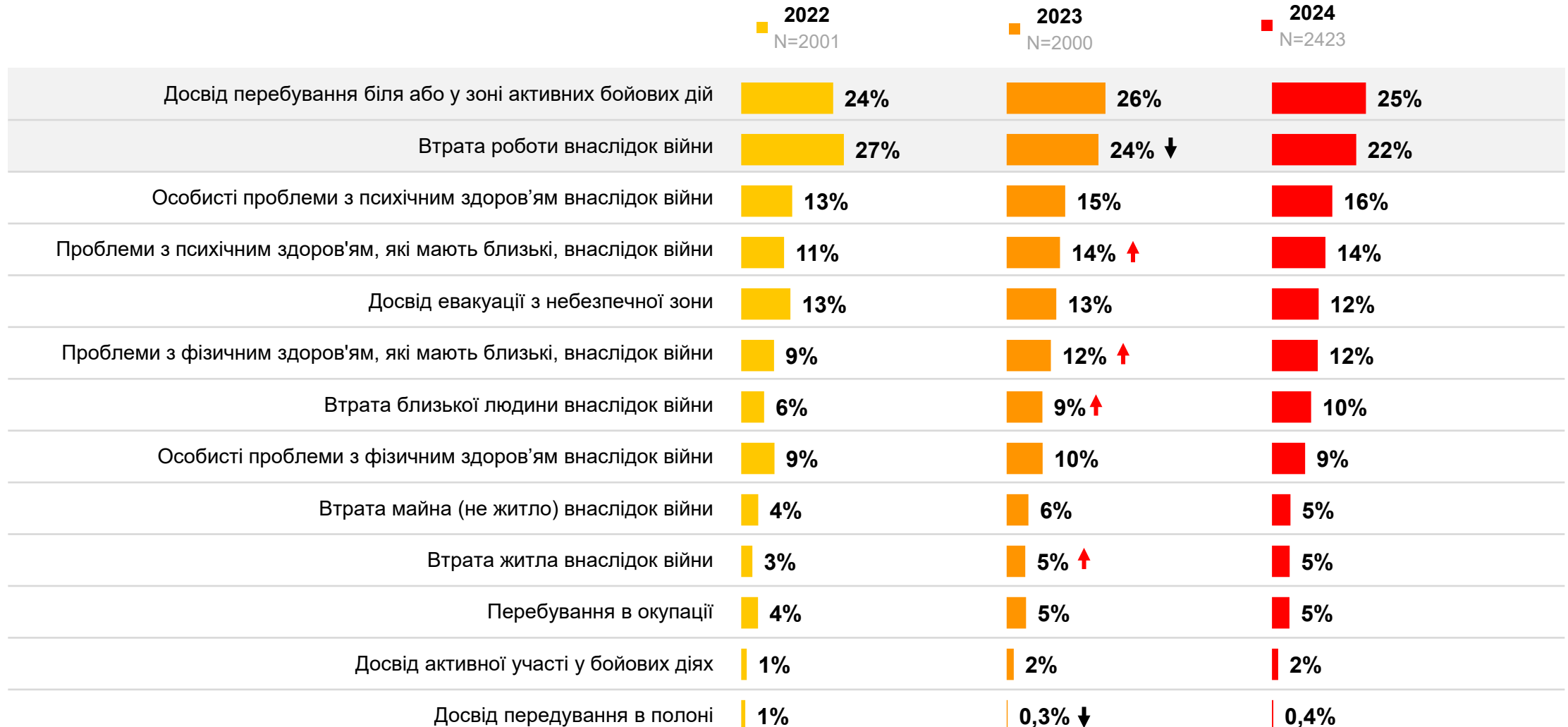
*Нова альтернатива третьої хвили
База: всі респонденти
Що з цього Ви відчували останнім часом?

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилиною

НЕГАТИВНИЙ ДОСВІД, ЯКИЙ ОТРИМАЛИ ПІСЛЯ ПОЧАТКУ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр з психічного здоров'я Кабінету Міністрів України

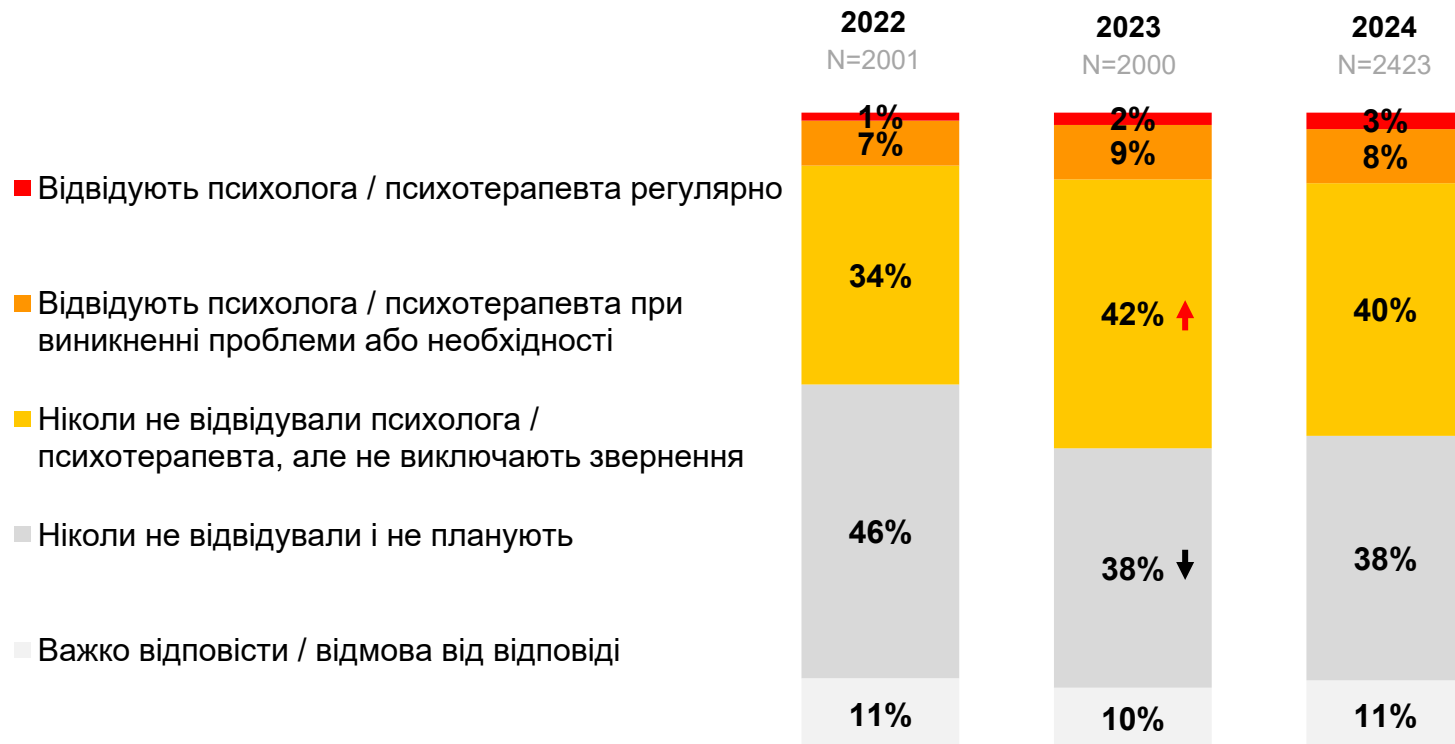


ДОСВІД ЗВЕРНЕННЯ ЗА ПСИХОЛОГІЧНОЮ ДОПОМОГОЮ ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ

ЗАГАЛЬНИЙ ДОСВІД ЗВЕРНЕННЯ ДО СПЕЦІАЛІСТА

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



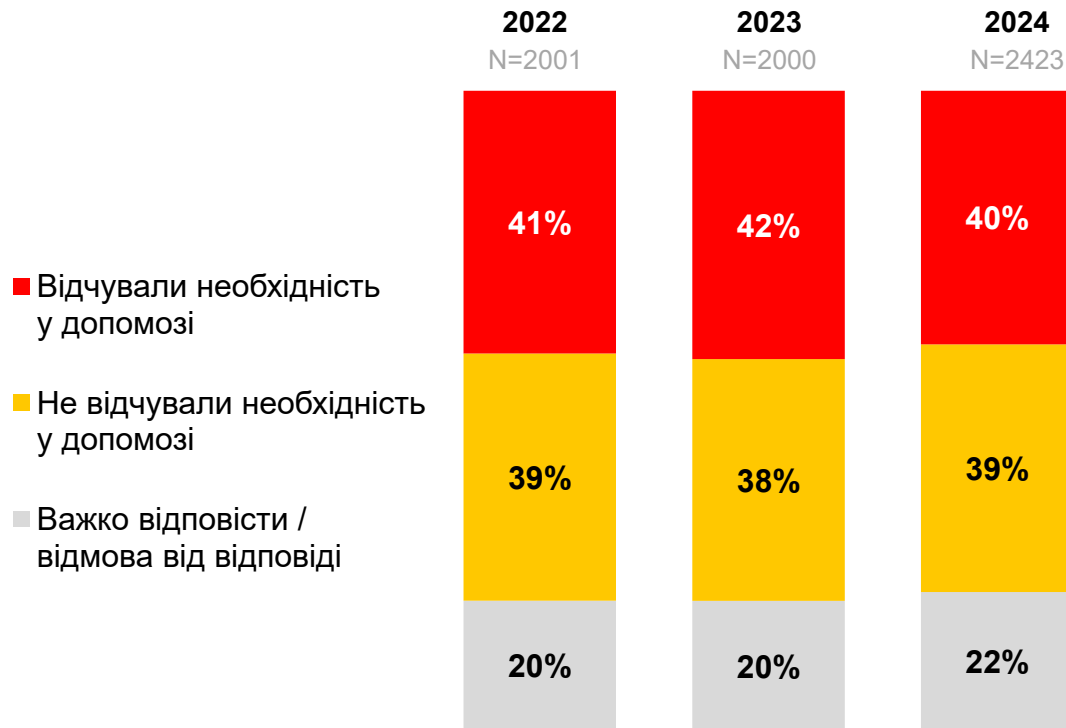
НЕОБХІДНІСТЬ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ДОПОМОЗІ ВПРОДОВЖ ОСТАННІХ 6 МІСЯЦІВ



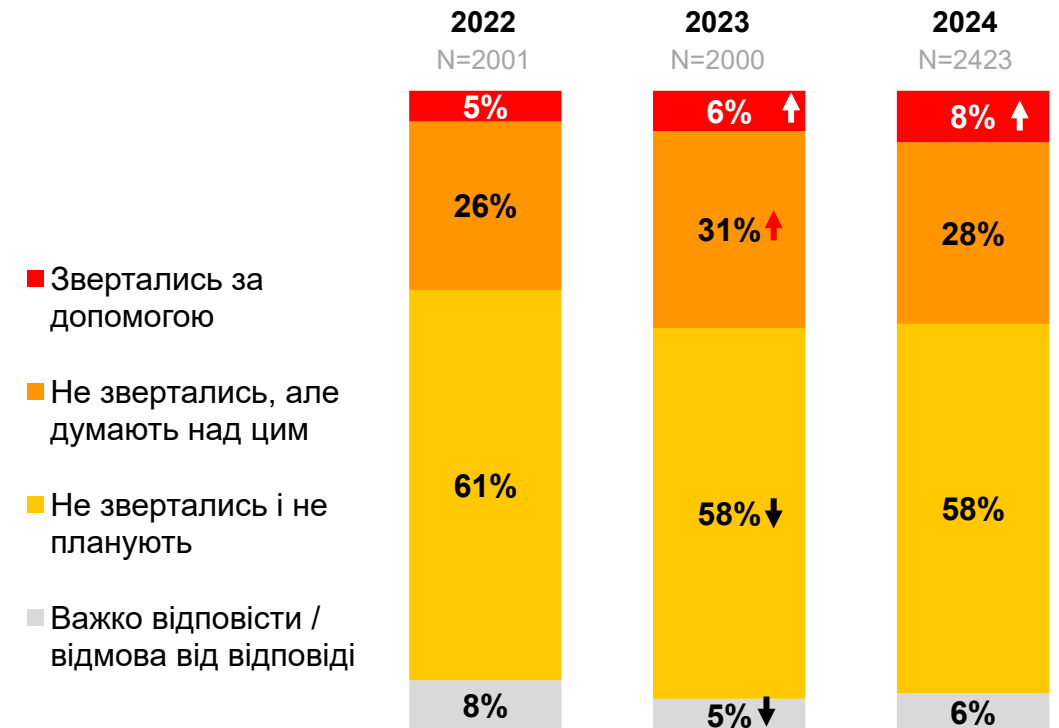
Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



Відчуття необхідності у психологічній допомозі



Звернення за психологічною допомогою



База: всі респонденти

Чи відчували Ви впродовж останніх 6 місяців, що Вам потрібна допомога психологічного характеру (поговорити з кимось, розказати про свій стан)? | Чи зверталися Ви за психологічною допомогою впродовж останніх 6 місяців?



Статистично значущо **вище/нижче**, в порівнянні з попередньою хвилиною

БАР'ЄРИ ЗВЕРНЕННЯ ЗА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГОЮ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



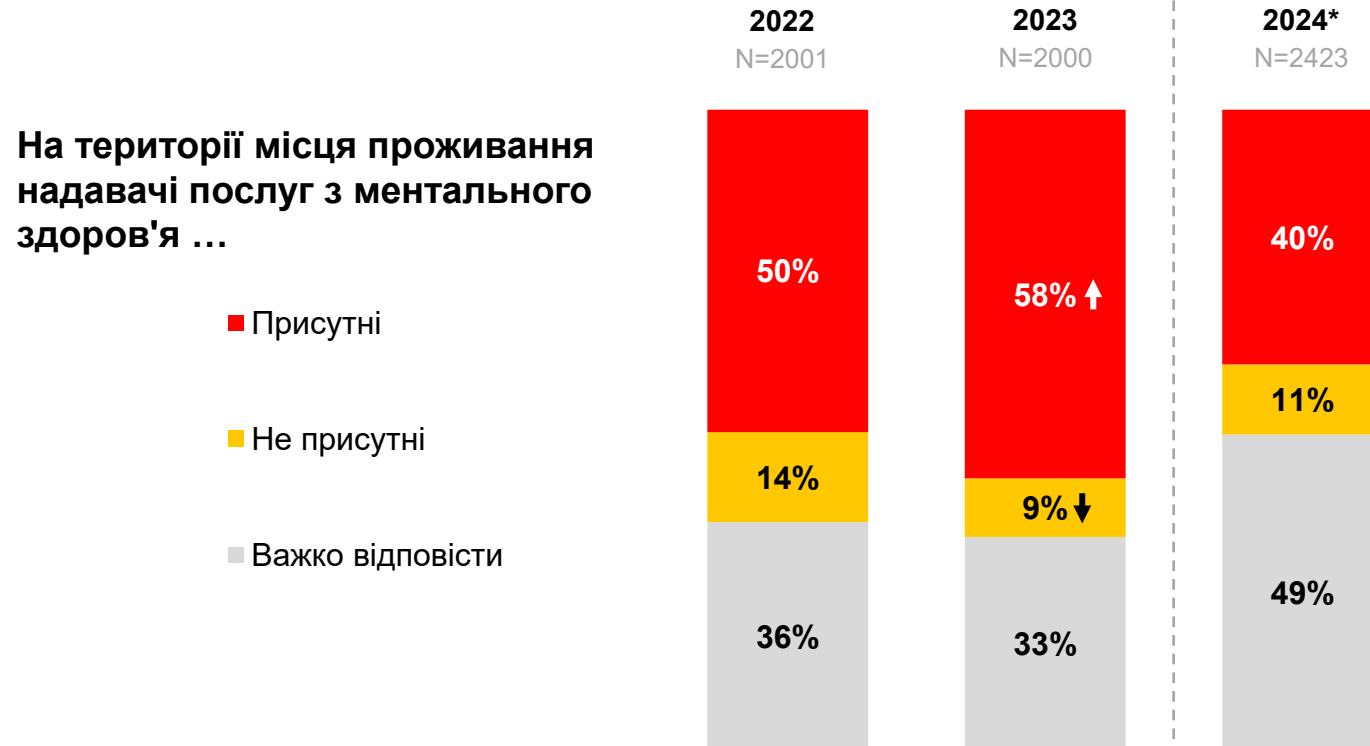
На слайді представлені альтернативи, які набрали більше 2% згадувань (Загалом)
База: ті, хто не звертався за психологічною допомогою впродовж останніх 6 місяців
Чому Ви не зверталися за психологічною допомогою впродовж останніх 6 місяців?

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилиною

ДОСТУПНІСТЬ НАДАВАЧІВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПОСЛУГ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



База: всі респонденти

*Зміна формулювання питання у третій хвилі Чи є на території місця вашого проживання надавачі послуг з ментального здоров'я?

У перших 2 хвилях було інше питання : Чи є на території місця Вашого проживання надавачі психологічних послуг?



Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилею

ПРОБЛЕМИ, ЯКІ ВВАЖАЮТЬСЯ ДОСТАТНІМИ ДЛЯ ЗВЕРНЕННЯ ЗА ПСИХОЛОГІЧНОЮ ДОПОМОГОЮ: Хвиля 3



Координаційний центр з психічного здоров'я Кабінету Міністрів України



База: всі респонденти, N=2423

Що з нижченаведеного Ви вважаєте достатньою проблемою для звернення за психологічною допомогою?



Статистично значущо **вище/нижче**, в порівнянні з попередньою хвилею

ГРУПИ ЛЮДЕЙ, ЯКІ НАРАЗІ ПОТРЕБУЮТЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



ГРУПИ ЛЮДЕЙ, ЯКІ НАРАЗІ НАЙБІЛЬШЕ ПОТРЕБУЮТЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



База: респонденти, які могли надати відповідь на запитання стосовно груп, які зараз потребують психологічної допомоги
А хто зараз потребує психологічної допомоги найбільше? (МАХ-5)

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилиною

ЗНАННЯ ТА ДОВІРА ІНСТИТУЦІЯМ З ПИТАНЬ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я

ДОВІРА ДО ОСІБ / ДЖЕРЕЛ ІНФОРМАЦІЇ У ПИТАННЯХ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я: Хвиля 3

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



Довіра до осіб



Довіра до джерел



База: всі респонденти, N=2423

Яким джерелам інформації ви довіряєте у питаннях ментального здоров'я? / Кому ви довіряєте у питаннях ментального здоров'я?



Статистично значущо **вище/нижче**, в порівнянні з попередньою хвилею

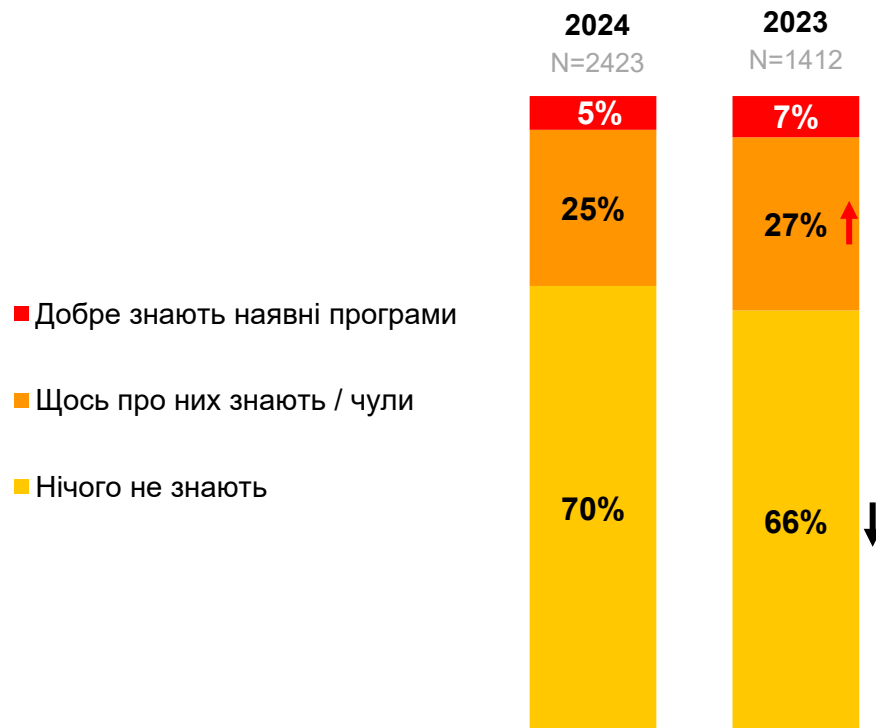
ЗНАННЯ ПРОГРАМ ПІДТРИМКИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я В УКРАЇНІ



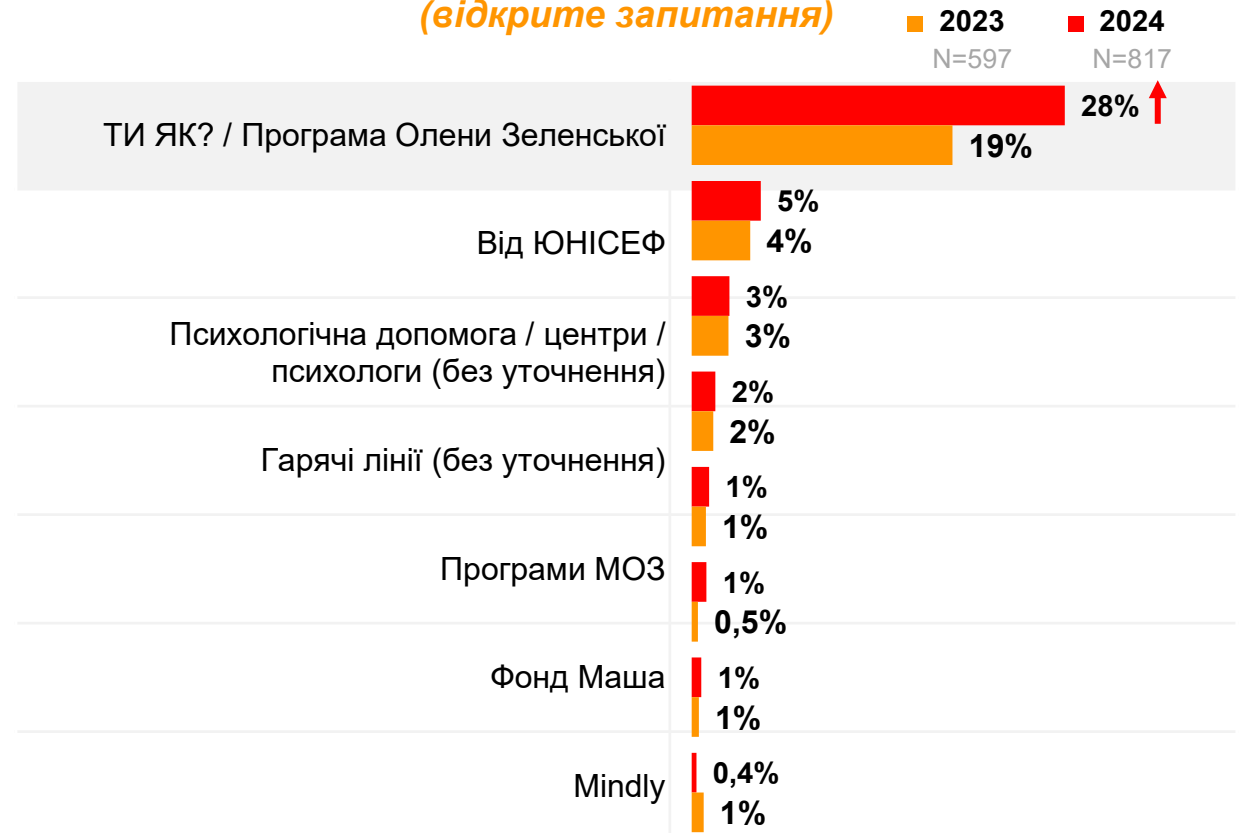
Координаційний центр з психічного здоров'я Кабінету Міністрів України



Рівень знання



Програми, які знають* (відкрите запитання)



База: респонденти, які хоча б щось знають/чули про програми підтримки ментального здоров'я в Україні

*Представлені альтернативи, які набрали більше 1% згадувань (Загалом)
 Чи знаєте Ви про які-небудь програми підтримки ментального здоров'я в Україні? | Які програми підтримки ментального здоров'я в Україні Ви знаєте? (відкрите запитання)

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**, в порівнянні з попередньою хвилиною

ТЕМА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я У СУСПІЛЬСТВІ

УВАГА ДО ТЕМИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я: Хвиля 3



Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України

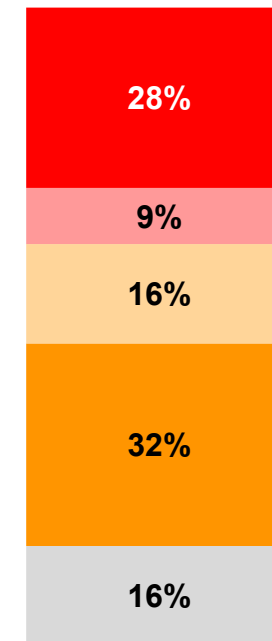
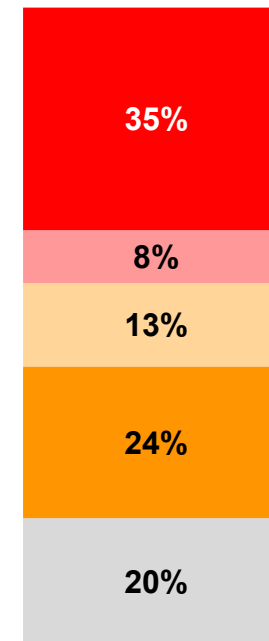
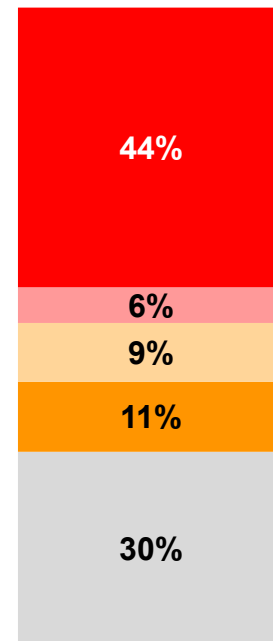


Темі ментального здоров'я
останнім часом приділятися
більше уваги в інфопросторі

У власному оточенні останнім
часом стали більше говорити
про ментальне здоров'я

У родині останнім часом
стали більше говорити про
ментальне здоров'я

- Так (Однозначно + скоріше)
- Залишилось без змін - багато
- Залишилось без змін - мало
- Ні (Однозначно + скоріше)
- Важко відповісти



База: всі респонденти, N=2423

На вашу думку, чи стало в інфопросторі приділятися темі ментального здоров'я більше уваги останнім часом? / ... стали більше говорити про ментальне здоров'я у вашому оточенні останнім часом? / ... більше говорити про ментальне здоров'я у вашій родині останнім часом?

УВАГА ДО ТЕМИ МЕНТАЛЬНОГО ИЗДОРОВ'Я: Хвиля 3



Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України

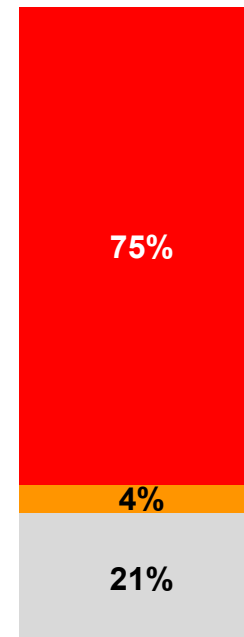


Темі ментального здоров'я треба
приділяти більше уваги в
інфопросторі

■ Так (Однозначно + скоріше)

■ Ні (Однозначно + скоріше)

■ Важко відповісти



СТАВЛЕННЯ У СУСПІЛЬСТВІ ДО ПРОБЛЕМ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я: Хвиля 3

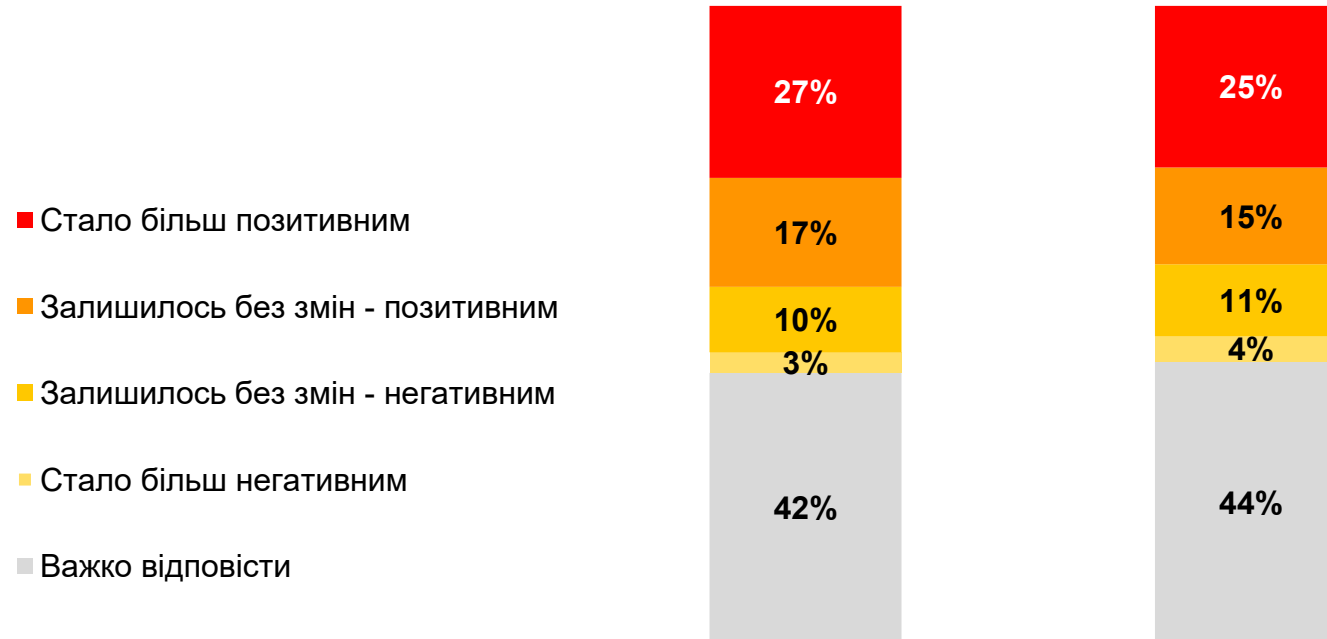


Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



ставлення у суспільстві до теми ментального здоров'я

ставлення до людей, що мають проблеми з ментальним здоров'ям у суспільстві



База: всі респонденти, N=2423

На вашу думку, чи змінилося ставлення у суспільстві до теми ментального здоров'я останнім часом? / ... до людей, що мають проблеми з ментальним здоров'ям?

ДУМКА ЯК ЗМІНИТЬСЯ КІЛЬКІСТЬ МЕНТАЛЬНИХ РОЗЛАДІВ У НАЙБЛИЖЧІ 2 РОКИ: Хвиля 3

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



СТАВЛЕННЯ ДО ЗНАЙОМИХ ЧИ КОЛЕГ, ЯКІ Б МАЛИ ТРУДНОЩІ З МЕНТАЛЬНИМ ЗДОРОВ'ЯМ: Хвиля 3

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



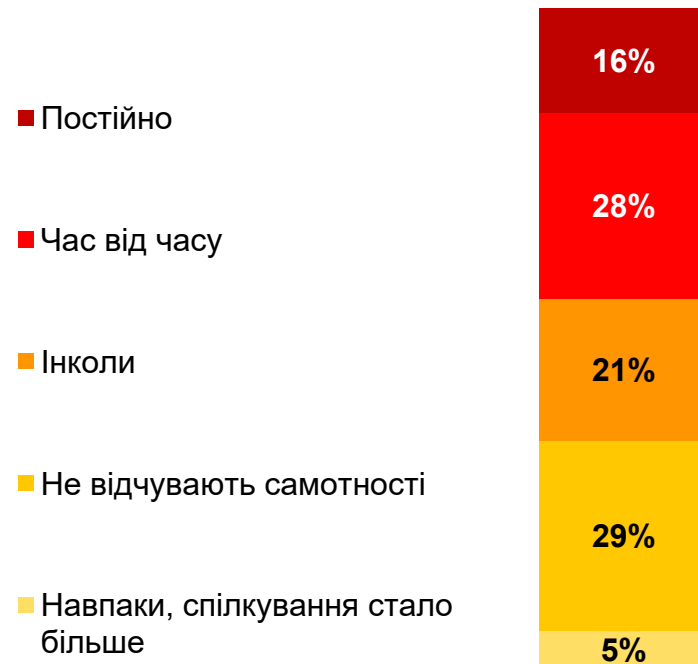
ВІДЧУТТЯ САМОТНОСТІ ТА ЙОГО ПРИЧИНИ: Хвиля 3



Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



Відчуття самотності



База: всі респонденти, N=2423

Причини самотності

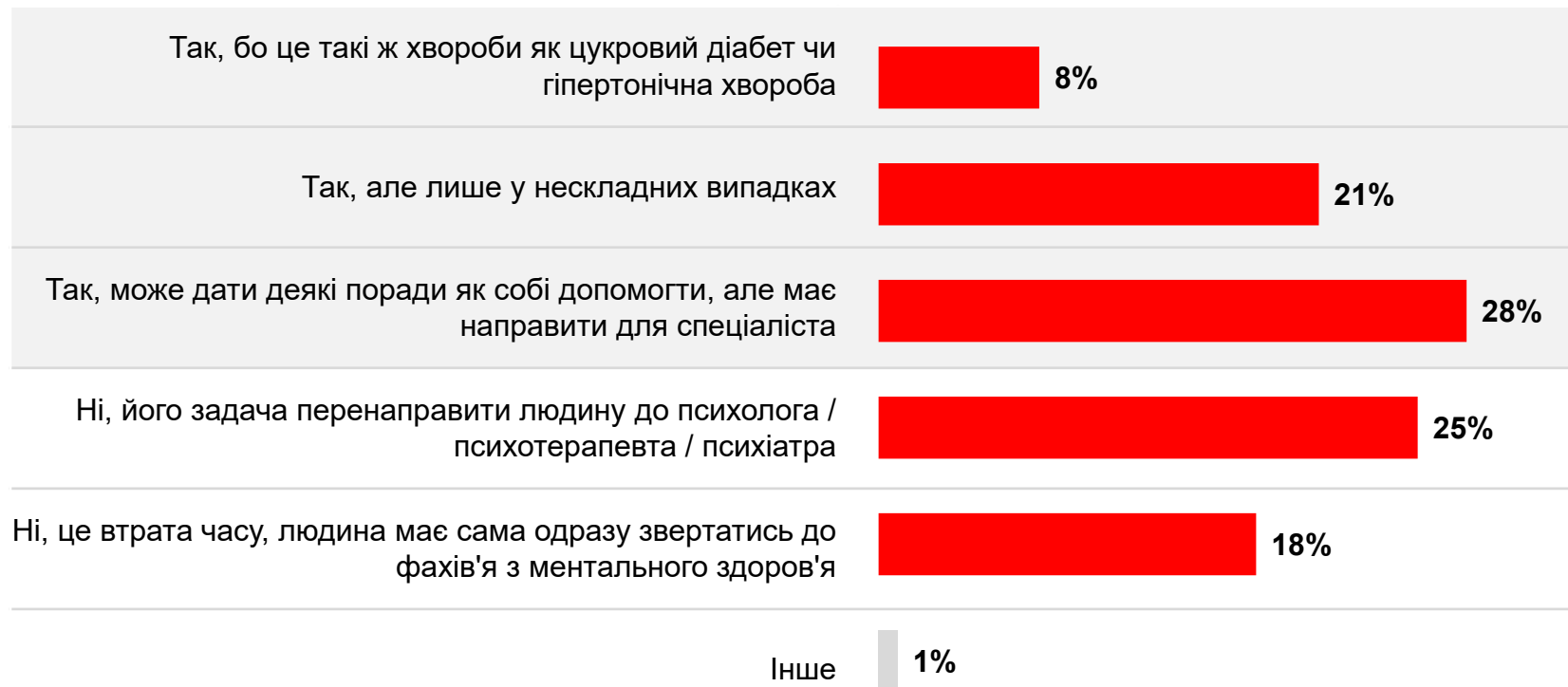


База: респонденти, які відчують самотність, N=1589

ДОПОМОГА СІМЕЙНОГО ЛІКАРЯ З ПРОБЛЕМАМИ З МЕНТАЛЬНИМ ЗДОРОВ'ЯМ: Хвиля 3

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



ДЖЕРЕЛА НА ТЕМУ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ЗАХОДИ: Хвиля 3



Координаційний центр з психічного здоров'я Кабінету Міністрів України



заходи у сфері ментального здоров'я



джерела для отримання інформацію на тему ментального здоров'я



База: всі респонденти, N=2423

Які заходи, на вашу думку, варто було б запроваджувати у сфері ментального здоров'я? / З яких джерел вам було б зручно і комфортно отримувати інформацію на тему ментального здоров'я?

РОЛЬ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ ТА МЕСЕНДЖЕРІВ У МЕНТАЛЬНОМУ ЗДОРОВ'І

ПРОВЕДЕННЯ ЧАСУ У СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ / МЕСЕНДЖЕРАХ ТА ЗАЛЕЖНІСТЬ ВІД НИХ : Хвиля 3

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



Витрачений час



База: всі респонденти, N=2423

Відчуття залежності



База: респонденти, які користуються соцмережами / месенджерами, N=2404

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ / МЕСЕНДЖЕРІВ НА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я: Хвиля 3



Координаційний центр з психічного здоров'я Кабінету Міністрів України



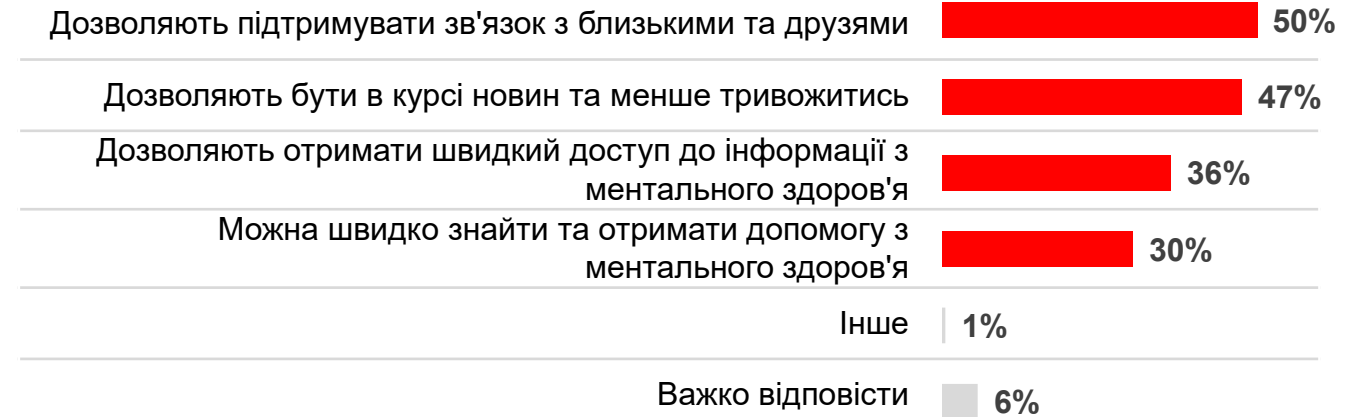
Вплив соціальних мереж / месенджерів на ментальне здоров'я



База: всі респонденти, N=2423

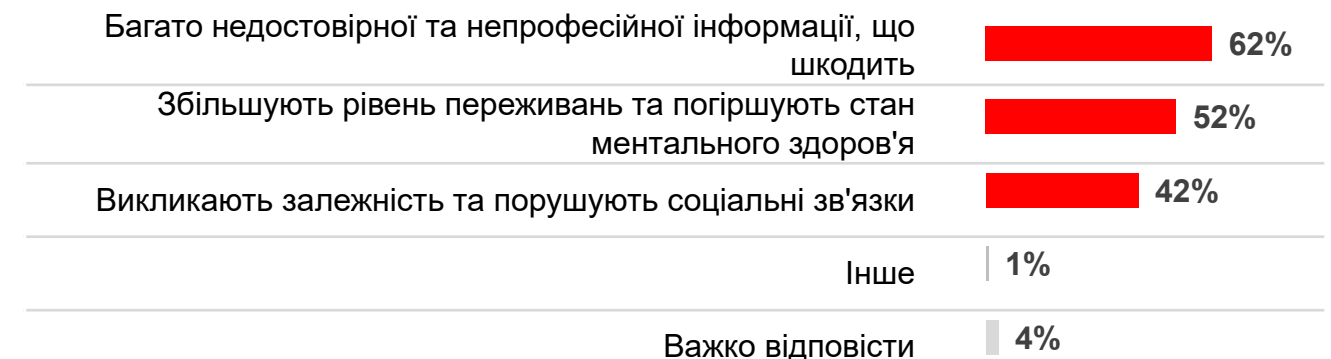
Як ви оцінюєте вплив соціальних мереж / месенджерів на ментальне здоров'я? / Чому ви вважаєте, що соціальні мережі / месенджери впливають позитивно на ментальне здоров'я? / Чому ви вважаєте, що соціальні мережі / месенджери впливають негативно на ментальне здоров'я?

Чому впливають ПОЗИТИВНО



База: респонденти, які вважають, що вплив позитивний, N=648

Чому впливають НЕГАТИВНО



База: респонденти, які вважають, що вплив позитивний, N=632

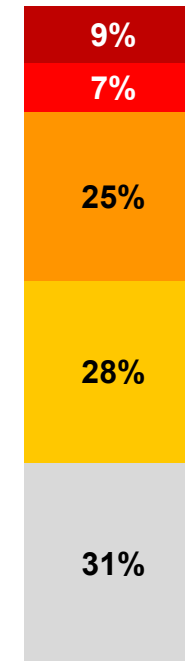
ДОВІРА ДО ПОСЛУГ З МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я, ЩО НАДАЮТЬСЯ ОНЛАЙН: Хвиля 3

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



- Довіряють (незалежно від того це чат-бот чи спілкування з людиною)
- Довіряють тільки якщо це чатбот / анонімний сервіс, де не треба спілкуватись з людиною
- Довіряють тільки якщо це спілкування людиною - фахівцем з ментального здоров'я
- Не довіряють
- Важко відповісти



ПРОФІЛЬ ОПИТАНИХ УКРАЇНЦІВ*



Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



*Українці – жителі міст 50 тис+ віком 18-60 років, які користуються смартфонами

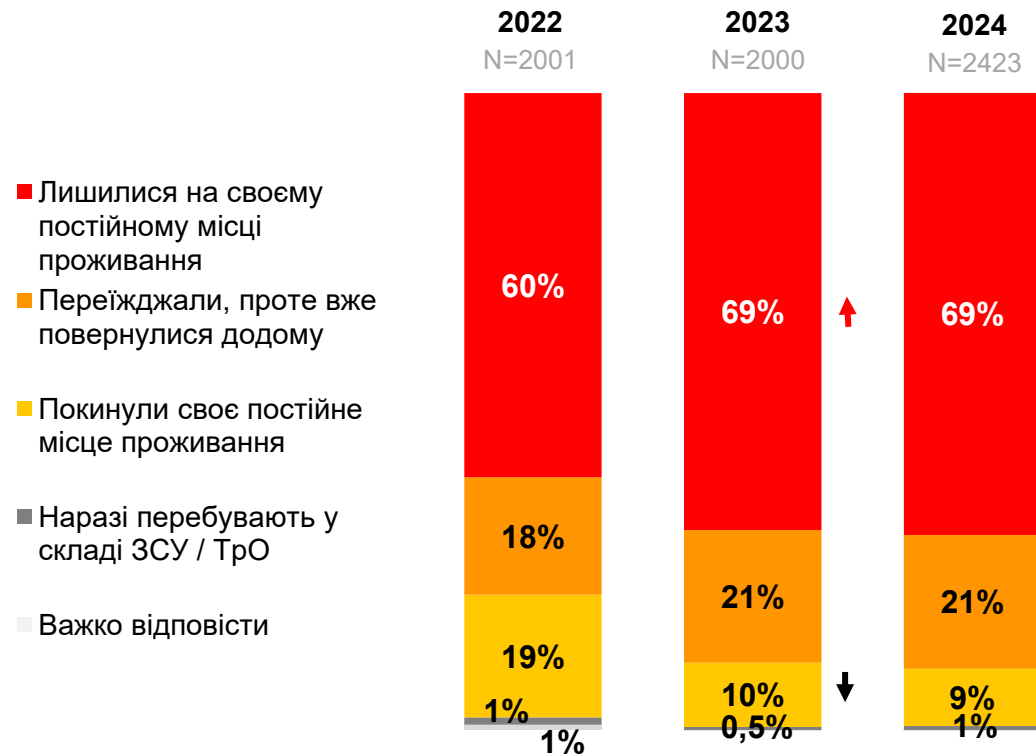
ПЕРЕМІЩЕННЯ УКРАЇНЦІВ* ЧЕРЕЗ ПОВНОМАСШТАБНУ ВІЙНУ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України

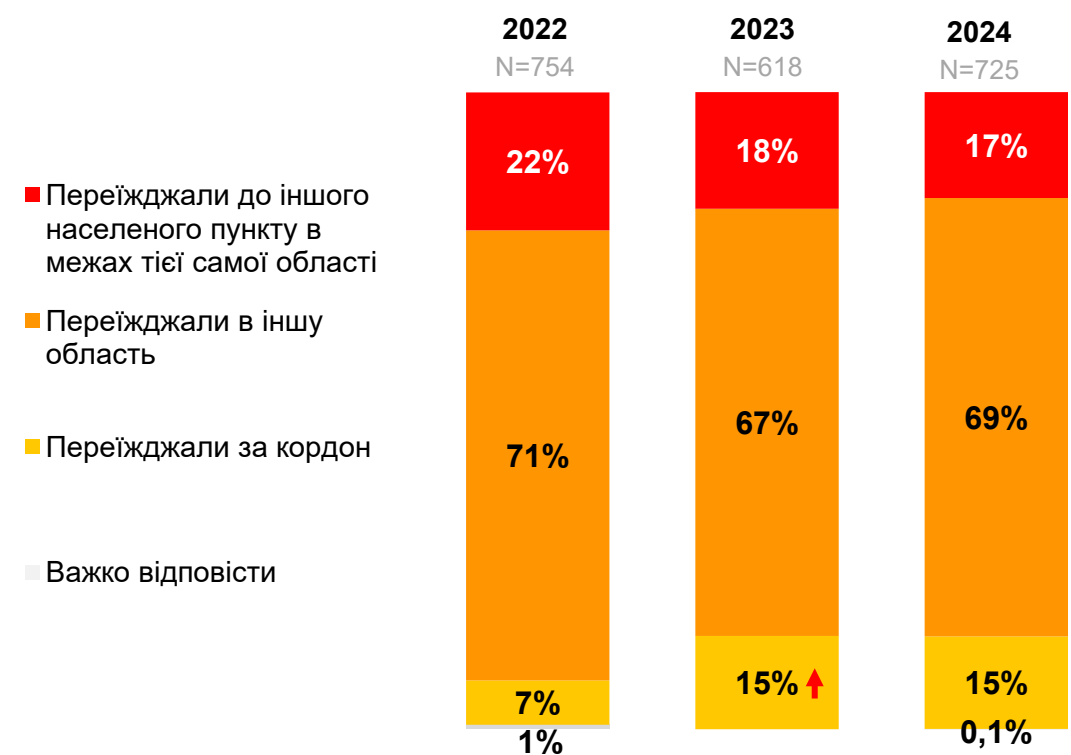


Дії у зв'язку з повномасштабною війною



База: всі респонденти

Напрямки переміщення



База: респонденти, які були змушені переїхати з постійного місця проживання

*Українці – жителі міст 50 тис+ віком 18-60 років, які користуються смартфонами
Яка з наведених нижче фраз найкраще відображає Ваші дії у ситуації війни росії проти України (після 24 лютого 2022 року) | Куди Ви переїжджали після початку повномасштабного вторгнення (після 24 лютого 2022 року)? (якщо Ви переїжджали кілька разів, виберіть варіант, де Ви залишалися найдовше)

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**, в порівнянні з попередньою хвилиною

РЕЛОКАЦІЯ У РАЗІ ЗАГОСТРЕННЯ СИТУАЦІЇ

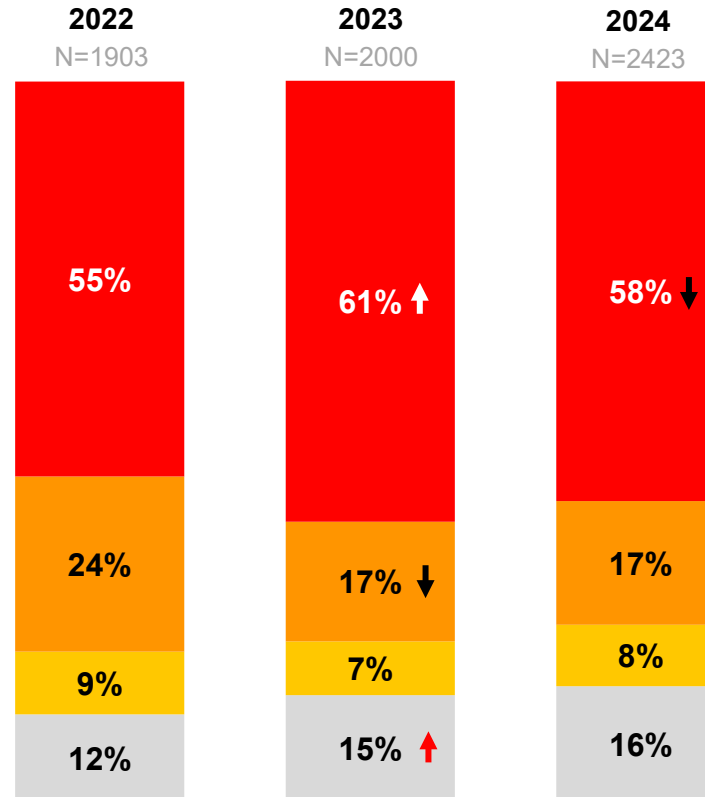
ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



У разі загострення ситуації:

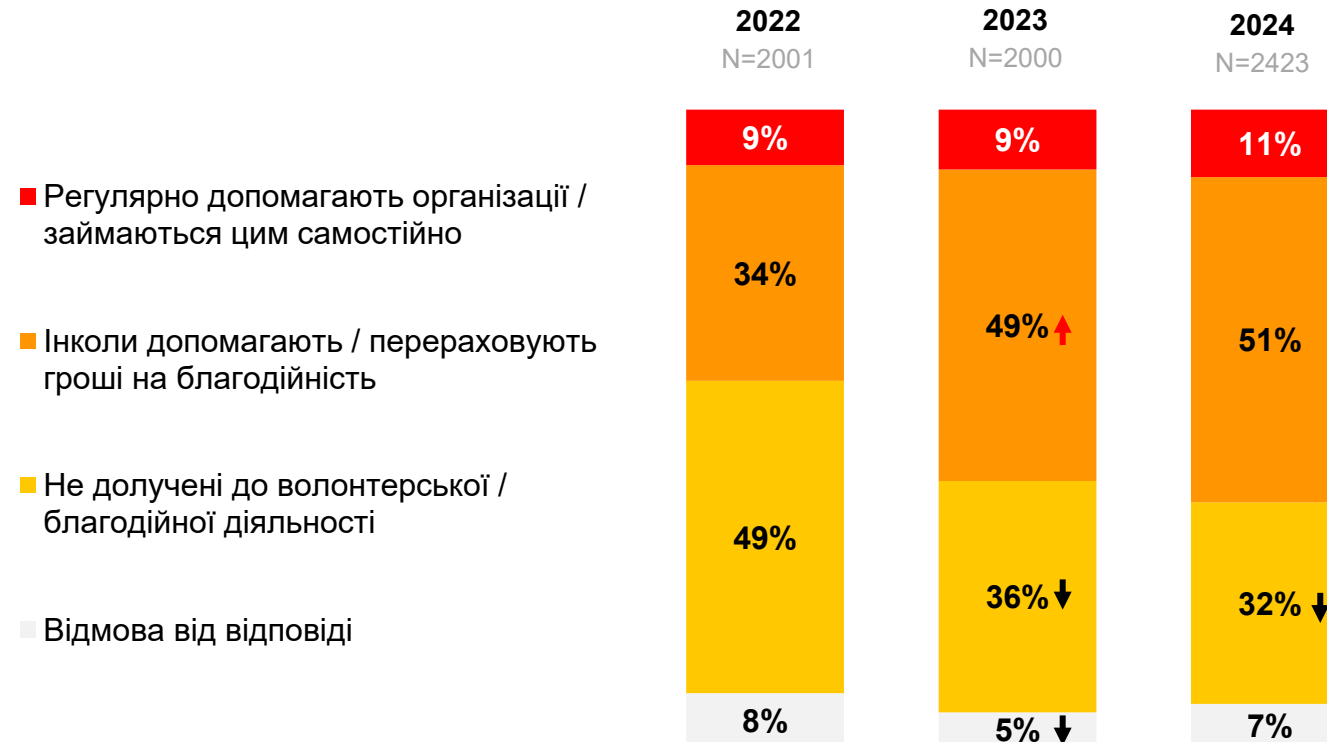
- Мають намір залишатися там, де зараз перебувають
- Мають намір переміститися далі в межах України
- Мають намір переміститися за кордон
- Важко відповісти



ДОЛУЧЕНІСТЬ ДО ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

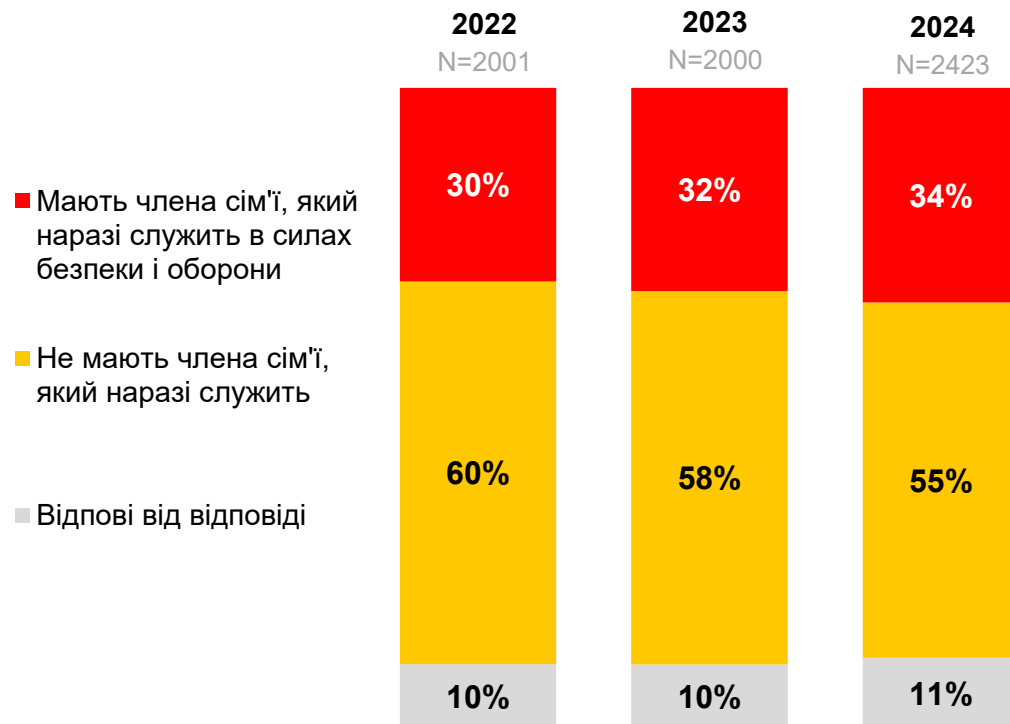
ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України

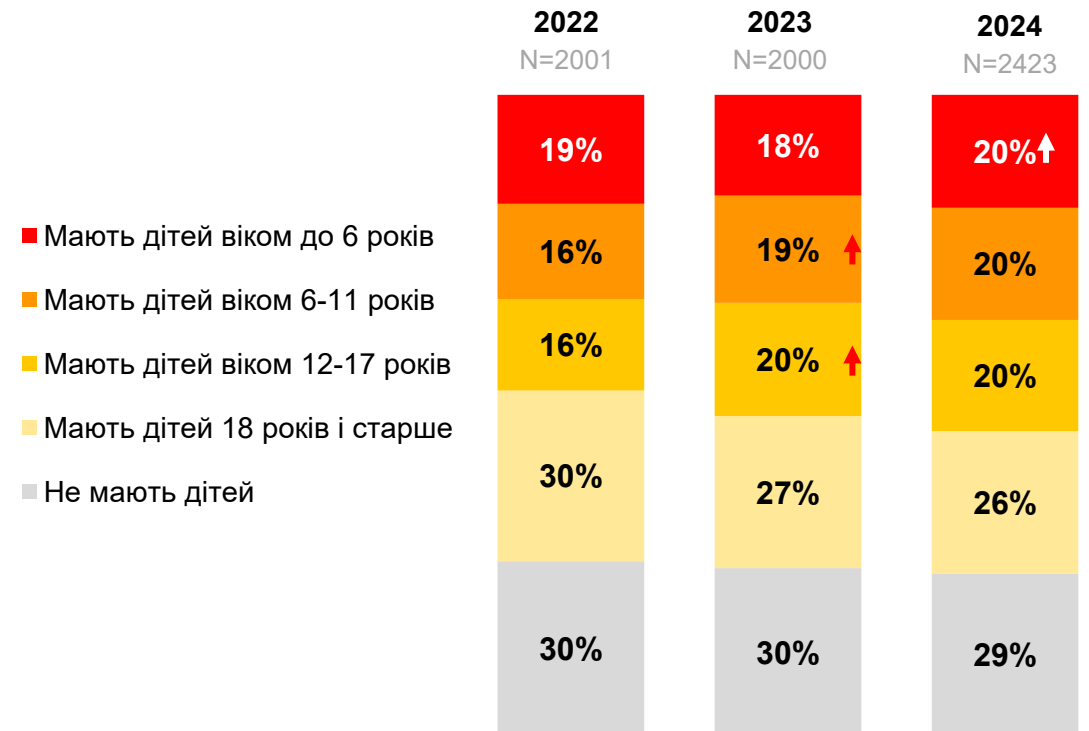


НАЯВНІСТЬ У СІМ'І ВІЙСЬКВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ДІТЕЙ

Наявність членів сім'ї, які служать



Наявність дітей у сім'ї



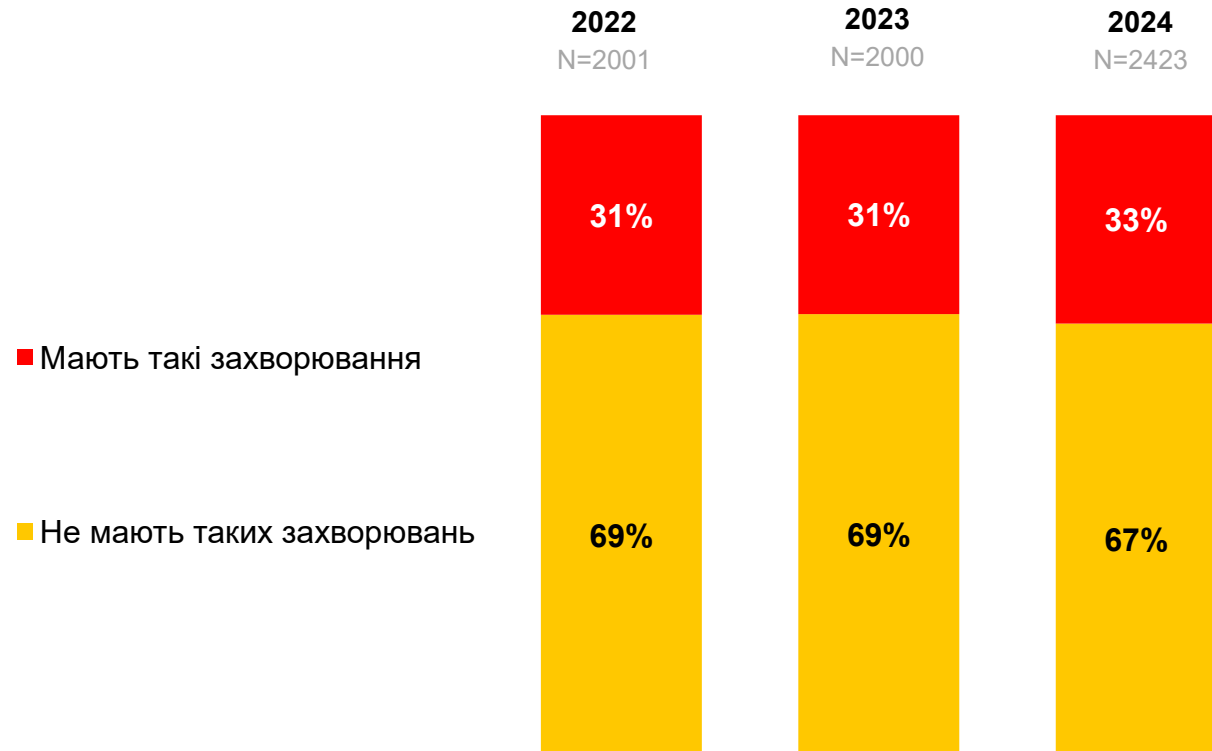
База: всі респонденти
Чи хтось із Вашої сім'ї служить наразі в силах безпеки та оборони (Збройних силах України чи Територіальної Оборони тощо)? / Чи маєте ви дітей?

↑↓ Статистично значущо **вище/нижче**, в порівнянні з попередньою хвилиною

НАЯВНІСТЬ ХРОНІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ПОВСЯКДЕННЕ ЖИТТЯ

ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



База: всі респонденти

Чи є у Вас хронічні захворювання, що суттєво впливають на Ваше повсякденне життя (зокрема інвалідність від народження, через отримані поранення тощо)?



Статистично значущо **вище/нижче**,
в порівнянні з попередньою хвилиною

СОЦІАЛЬНО-ДЕМОГРАФІЧНИЙ ПРОФІЛЬ: Хвиля 3

ТИ ЯК?
 Всеукраїнська програма ментального здоров'я
 за ініціативою Олени Зеленської

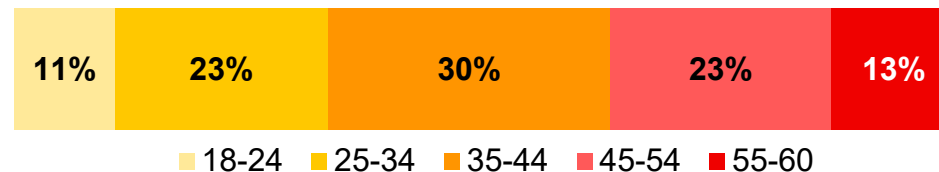
Координаційний центр
 з психічного здоров'я
 Кабінету Міністрів України



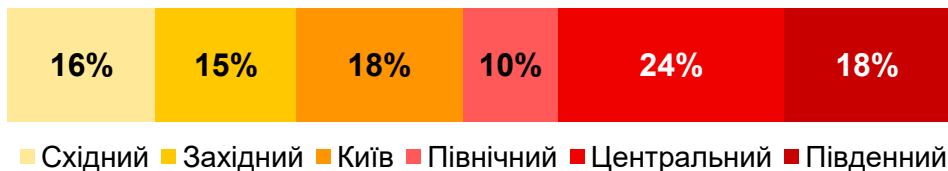
Стать



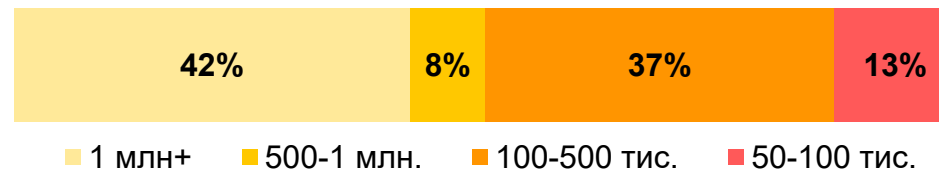
Вік



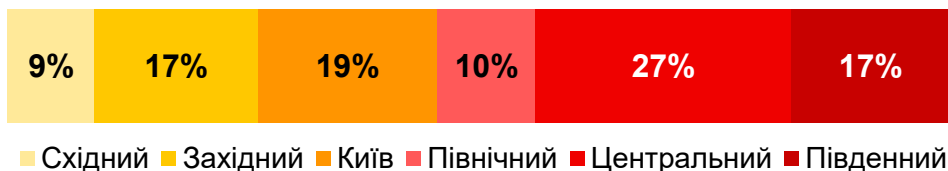
Регіон (до війни)



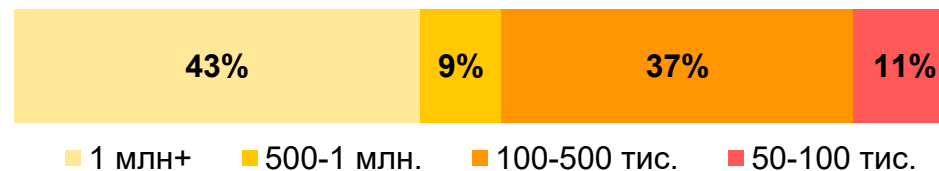
Розмір населеного пункту (до війни)



Регіон (поточний)



Розмір населеного пункту (поточний)



ТИ ЯК?
Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



Gradus

Research
Company



Цю презентацію створено завдяки підтримці американського народу, наданій через Агентство США з міжнародного розвитку (USAID). Зміст не обов'язково відображає погляди USAID або Уряду США.