

Психологічні наслідки Голодомору в Україні¹

Вікторія Горбунова

Житомирський державний університет ім. Івана Франка

Віталій Климчук

Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України

Переклад з англійської Єлізавети Гутарєвої та Олександра Прокопенка, за координації Олени Хавкіної, і Любові Фодор

Анотація: Голодомор 1932-33 років був найбільшим голодом в історії України. У цій статті представлені результати психологічного дослідження особистих установок щодо подій Голодомору, а також родинних переконань та поведінкових стратегій, ймовірно пов'язаних із досвідом пережиття голоду предками учасників дослідження. Результати опитування 721 особи показали: 1) тісний зв'язок між частотою оповідей в родинях про травматичні події Голодомору та масштабами страждань, яких зазнали предки в той час; 2) тісний зв'язок між униканням оповідей про Голодомор в родинях та запереченням й знеціненням подій того часу нащадками. Найпоширенішими поведінковими стратегіями та переконаннями в родинях нащадків жертв Голодомору є належне годування, запасання їжі та постійна увага до стану здоров'я, недовіра до влади, розчарування в уряді та пріоритет родинних потреб перед потребами громади.

Ключові слова: психологічні наслідки, Голодомор, особисті установки, поведінкові стратегії, родинні історії, травма, посттравматичний стресовий розлад, трансгенераційна травма.

Переклад здійснено за координації Олени Хавкіної, кандидатки філологічних наук, доцентки кафедри теорії та практики перекладу Національного університету «Запорізька політехніка»; із перекладом також допомагала Любов Фодор, менеджерка здоров'я та соціальної сфери (The Royal Buckinghamshire Hospital).

Переклад був надрукований у *Історичній правді* за 24 березня 2021 року: <https://www.istpravda.com.ua/articles/2021/03/24/159203/>. Подано за дозволом редакції *Історичної правди*.

¹ Це дослідження було підтримане Науково-освітнім консорціумом із вивчення Голодомору (HREC) та Канадським інститутом українських студій. Ми також висловлюємо подяку за підтримку Лорі Пул (Laura Poole), магістру у галузі клінічної психології та міжнародної психології катастроф.

ВСТУП

Трансгенераційна травма передбачає передачу наслідків травмування від покоління людей, що її пережили, нащадкам у другому та наступних поколіннях. Передаватися можуть травматичні емоційні реакції, наприклад, страх чи безпорадність, або навіть неадаптивні моделі поведінки. У випадку ж інтергенераційної травми йдеться про обмін травматичними реакціями лише між двома близькими поколіннями. Щодо історичних, культурних та колективних травм, то вони пов'язані з подіями, які впливають на соціальне життя й, як правило, охоплюють багатьох людей, але не обов'язково мають трансгенераційний ефект. Трансгенераційна ж травма може вплинути як на цілу групу чи спільноту, так і на невелику кількість людей. Такі події як геноцид, рабство, тероризм та голод зазвичай спричиняють колективні трансгенераційні травми. У цій статті досліджується трансгенераційна травма, яка виникла в результаті голоду 1932-33 років в Україні, відомого як Голодомор.

Найпоширенішими психологічними наслідками трансгенераційних травм є зміни у світогляді, цінностях, ставленнях до себе та поведінкових стратегіях нащадків; також такі травми впливають на способи вирішення проблем та побудову взаємин. Тобто, представники наступних поколінь можуть мати емоційні, когнітивні та поведінкові зміни, пов'язані з травмами, яких зазнало перше покоління.

Існує багато теоретичних моделей трансгенераційної передачі травми, також автори часто вдаються до опису окремих випадків, проте в цій царині бракує саме емпіричних досліджень на достатніх вибірках. Так, Н. Келлерман (Natan Kellermann) виділяє чотири основні моделі передачі травматичного досвіду: психодинамічна (несвідома трансмісія травми через міжособистісні взаємини), «родинно-системна» (циркуляція травми у родинних комунікаціях), соціокультурна (передача травми через рольові моделі, зокрема модель батьківства) і біологічна (спадкова вразливість до посттравматичного стресового розладу) («Передача» («Transmission»)). З іншого боку, Б. Безо (Brent Bezo) пропонує п'ять моделей, що різняться способом пояснення передачі травми. Перша модель базується на соціально-когнітивній теорії навчання А. Бандури (поведінка та світоглядні установки можуть передаватися через спостереження без критичної оцінки самих травматичних подій) (Безо (Bezo) 128-30). В основі другої моделі – теорія екологічних систем У. Бронфенбреннера (зміни в поведінці та переконаннях передаються від покоління до покоління через соціальні та культурні системи, наприклад, сім'ю (мікросистема) чи громаду (екосистема)) (Безо (Bezo)

130-33). Третя модель пов'язана із вторинною (вікарною) травмою, яка виникає через сильне співчуття до жертв та заглиблення у їхній травматичний досвід (Безо (Bezo) 133-34). Четверта модель пов'язана з теорією прив'язаності та базується на роботі Д. Бар-Она та інших. За цією моделлю люди, які пережили геноцид, не бажають говорити про свій травматичний досвід зі своїми нащадками, але демонструють наслідки травми через свою поведінку та ставлення до дітей. У результаті цього в дітей розвиваються дезорганізована модель прив'язаності та проблематична поведінка (Безо (Bezo) 134-36). П'ята модель базується на теорії зруйнованих припущень (Р. Янов-Бульман), в якій травма руйнує або «розбиває на часточки» фундаментальне припущення людини про те, що світ є доброзичливим, а вона – вартісною (Безо (Bezo) 136-37). Сам Б. Безо одноосібно та у співавторстві з С. Меррі (Stefania Maggi) пояснює трансгенераційний вплив травми через небезпечну прив'язаність та соціальне навчання (Безо (Bezo); Безо (Bezo) і Меррі (Maggi), «Живучи» («Living») і «Інтергенераційні сприйняття» («Intergenerational Perceptions»)). Інші недавні дослідження підтверджують думку про те, що передача наслідків травми між поколіннями (від батьків до дітей) може бути опосередкована стилем батьківства та психологічним занедбанням з боку піклувальників (Філд і інші (Field et al.); Палосаарі й інші (Palosaari et al.)).

Отже, можна виокремити три найпоширеніші типи передачі травми між поколіннями. Перший – соціокультурний. Це передача моделей взаємин та поведінки, а також світоглядних переконань на міжособистісному, культурному та соціальному рівнях через спілкування, соціалізацію, спостереження, наслідування, співчуття, виховання дітей та через правила громади. Другий тип передачі травми – епігенетичний, тобто успадкування нащадками змін, спричинених травмою. Ідеться про зміни в нервових системах батьків, які зазнали травматичного досвіду. Третій тип передачі травми передбачає несвідоме відтворення поведінки батьків та їхніх установок дітьми (загалом цей тип також наймовірніше пов'язаний із соціокультурною та / або нейробіологічною трансмісією).

Наявність доказової бази передачі травми між поколіннями переважно є рисою соціокультурних (наприклад, Безо (Bezo); Безо (Bezo) і Меррі (Maggi), «Живучи» («Living»); Клікперова й інші (Klicperová et al.)) та нейробіологічних (наприклад, Келлерман (Kellermann), «Епігенетична передача» («Epigenetic Transmission»); Скелтон і інші (Skelton et al.)) досліджень, а також робіт, які вважають, що трансгенераційну травму спричинено вторинним (вікарним) травмуванням (симптоми виникають внаслідок не самої травматичної події, а через емпатичне співпереживання травмованим особам).

Незважаючи на те, що вторинне травмування призводить до психологічних проблем, воно не «передається» з покоління в покоління (Барановська й інші (Baranowsky et al.); Браєнт і інші (Bryant et al.); Райдер і Елберт (Rieder and Elbert); Агмадзадег і Малекян (Ahmadzadeh and Malekian)). Що стосується несвідомої трансмісії травми (трансгенераційний сценарій Г. Нопієги (Gloria Noriega), синдром предків А. Шутценбергер (Anne Schutzenberger), проективна ідентифікація Д. Роуланд-Кляйн та Р. Данлоп (Dani Rowland-Klein and Rosemary Dunlop)), то дослідити її емпірично доволі важко. Попри це ці дослідження є цінними у сенсі детального опису травматичних реакцій, поведінкових моделей, переконань та установок.

Наша стаття зосереджена на описі дослідження психологічних наслідків та трансгенераційного впливу подій Голодомору, який є однією з найбільших травм в історії України. Термін «Голодомор» в українській історіографії означає голод, спровокований радянською владою в 1932-33 роках. Голодомор став найбільшим штучним голодом в історії України (за різними підрахунками, кількість жертв сягала 4-7 мільйонів). Інші випадки масового голоду в Україні та за її межами (наприклад, на Кубані та Поволжі), спричинені режимом Сталіна, також були спрямовані на знищення українців, однак їх здебільшого визначають як штучні голоди. Багато історичних фактів свідчать про те, що Голодомор був спеціально організований з метою геноциду українців (Білінський (Bilinsky)). У більше ніж 20 країнах світу Голодомор визнаний як спроба геноциду українського народу. Регулярні оновлення даних про Голодомор та актуальну інформацію про поточні конференції, публікації та інші заходи можна знайти на сайті Національного музею Голодомору-геноциду (<https://holodomormuseum.org.ua/>).

А. Маслюк описує п'ять факторів Голодомору, які спровокували психологічні зміни, що могли передатися у спадок. Інформаційна депривація (люди не знали масштабів голоду та реальних намірів радянської влади), обмеження в просторі (люди не мали можливості втекти зі своїх регіонів), голод (їжі було недостатньо для виживання), заборона духовних практик (людей змушували підтримувати лише комуністичну ідеологію) та руйнування традицій (наприклад, традицій взаємодопомоги та підтримки). П. Горностай вважає Голодомор найбільшою травмою в історії України та виділяє чотири фактори, які посилюють вплив цієї колективної травми: велика кількість жертв, що не мали можливості отримати достатню для виживання кількість їжі, високий рівень несправедливості, нездатність людей чинити опір та обмеження емоційного відреагування.

Серед досліджень Голодомору переважають історичні та

культурні, проте бракує широких психологічних досліджень наслідків Голодомору для наступних поколінь. Так, Ф. Сисин (Frank Sysyn) не називає жодного психологічного дослідження у своїй роботі «Тридцять років дослідження Голодомору» («Thirty Years of Research on the Holodomor»). Єдиним винятком є дослідження М. Обушного та Т. Воропаєвої, в процесі якого було опитано 1000 учасників, які були у віці від 1 до 7 років на період подій Голодомору. Це дослідження показало вищий рівень конформізму, тривоги, фобічних реакцій, поведінкового уникання та внутрішніх конфліктів у осіб, які пережили Голодомор, ніж у тих, які в цей час проживали на інших, вільних від голоду територіях.

Дослідження психологічних наслідків Голодомору для наступних поколінь зазвичай мають невеликі за обсягом вибірки, їм бракує емпірично базованих пояснень, або вони зводяться лише до теоретичних висновків та узагальнень. Більшість з цих досліджень зосереджуються на аналізі поведінкових змін, моральних установок, цінностей та світогляду нащадків жертв Голодомору. Особливості поведінки нащадків жертв Голодомору включають в себе: нерациональне накопичення / зберігання надлишкових запасів їжі; неспроможність позбутися непотрібних речей; значне фокусування на їжі; переїдання та постійне занепокоєння виживанням (Безо (Bezo) і Merri (Maggi), «Інтергенераційний вплив» («Intergenerational Impact»)). Щодо особистих цінностей, то І. Рева зауважує, що нащадки жертв Голодомору мають: комплекс національної меншовартості (наприклад, вони недооцінюють себе, порівнюючи свої здібності зі здібностями росіян); а також постійний страх поразки та низький рівень домагань. Нащадкам жертв Голодомору також бракує чоловічих рольових моделей, як джерела лідерства й підтримки (Безо (Bezo) і Merri (Maggi), «Інтергенераційний вплив» («Intergenerational Impact»)) і «Інтергенераційні сприйняття» («Intergenerational Perceptions»)). Існують дані, які доводять наявність у нащадків жертв Голодомору синдрому, схожого до стокгольмського (психологічний зв'язок жертви, що перебуває у полоні, з викрадачем) між українським народом та агресором. Це призводить до деформації світогляду та створення, так званої, радянської системи цінностей, що бере початок у страху користуватися українською мовою та формує готовність до відмови від національної ідентичності (Рева). Інші дані показують, що релігійні люди, які прощають вбивць і моляться за жертв, мають конструктивніше ставлення до себе і до життя, і це ставлення може також передаватися нащадкам (Гридковець).

Уникання розмов на тему Голодомору слід зазначити окремо, оскільки ця закономірність не стільки успадкована, скільки спричинена радянським режимом. Б. Безо (Brent Bezo) зазначає, що

принаймні один член кожної родини, які брали участь у його дослідженні, згадує про «закритий статус» цієї теми в радянський період.

Психологічні наслідки Голодомору для наступних поколінь поділяються на когнітивні (способи мислення) та поведінкові (стратегії дій). Когнітивні наслідки проявляються в тому, як людина інтерпретує життя, а поведінкові – в тому, які стратегії подолання проблем та реагування на події вона використовує з огляду на такі інтерпретації. Okремо слід розглядати передачу емоційної нестабільності (схильність відчувати страх, жах, смуток, байдужість до оточуючих, сором, гнів), яка може призвести до порушення психічного здоров'я (загального стресу, тривоги, зловживання алкоголем та наркотиками). Щодо таких наслідків, то тут важко відокремити психологічні і нейробіологічні компоненти, однак вони мають тенденцію зменшувати свою інтенсивність від покоління до покоління (Безо (Bezo); Безо (Bezo) і Merri (Maggi), «Інтергенераційні сприйняття» («Intergenerational Perceptions»)).

Схожі дані отримані й в дослідженнях інших трансгенераційних травм. Наприклад, Н. Келлерман (Natan Kellermann) згадує про порушення в самоусвідомленні, когніціях, емоційних реакціях та міжособистісних стосунках у нащадків людей, що пережили Голокост («Передача» («Transmission»)). Джой ДеГруй (Joy DeGruy Leary) описує специфічний вид інтергенераційної травми, «посттравматичний синдром раба», як сукупність моделей поведінки та переконань, наприклад, загальний самодеструктивний світогляд, вивчену безпорадність, порушену «Я»-концепцію. Цей вид травми поширений, зокрема, серед афроамериканців, чиї предки довгий період історії страждали від рабства та расизму. Посткомуністичний синдром, що виник в період Радянського Союзу, – це модель симптомів, що полягають у специфічних проявах аморальності / неповаги та відсутності громадянської культури та громадянської гідності стосовно трагедій (Клікперова й інші (Klicperová et al.); Клікперова-Бейкер (Klicperová-Baker)). Трансгенераційна передача травматичних світоглядних та соціальних установок також показана в якісному дослідженні Р. Лев-Візел (Rachel Lev-Wiesel). Дослідниця описує три випадки з різними видами травматичних подій, пережитих першим поколінням – геноцид, тривале перебування у транзитному імміграційному таборі та примусове переселення з батьківщини. Представники другого та третього поколінь переживають стійкий смуток (причина якого заохочення від предків «Пам'ятати – ніколи не забувати»), гнів (через неможливість повернутися на батьківщину) та сором (через свій соціальний статус).

Інші дослідники пишуть про пост-геноцидні наслідки для

психічного здоров'я нащадків осіб, які мали посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Йдеться про депресивні, агресивні та тривожні симптоми, дитячі поведінкові складнощі, гіперактивність та проблеми з однолітками нащадків людей, які пережили Другу світову війну (Єгуда і інші (Yehuda et al.)), війну у В'єтнамі (Розенгек і Томсон (Rosenheck and Thomson)), Голокост (Флорі й інші (Flory et al.); Барановська й інші (Baranowsky et al.)), війну за незалежність Хорватії (Клайн і Павич (Klain and Pavić)), геноцид у Руанді (Райдер і Елберт (Rieder and Elbert)), а також війну в Ісфahanі (Ахмадзадег і Малекян (Ahmadzadeh and Malekian)).

Схожість наслідків трансгенераційних травм свідчить про їх спільну природу, зокрема у сенсі соціокультурних та епігенетичних механізмів передачі. Щодо психологічних наслідків (зміни в поведінкових стратегіях та переконаннях), то тут головну роль відіграє саме соціокультурна трансмісія травми. Прямі ж, нейробіологічні, реакції на травму (такі, як наприклад, реакція збудження в мигдалевидному тілі у відповідь на вивільнення кортизолу), передбачають епігенетичний механізм передачі та пов'язані більше з психічним здоров'ям. Вікарне ж травмування не має зв'язку з трансгенераційною трансмісією, оскільки безпосередньо впливає на психічне здоров'я та самопочуття лише тих осіб, які контактують з жертвами.

МЕТОДОЛОГІЯ

Трансгенераційна передача травми недостатньо чітко визначена та описана в існуючих дослідженнях. У таблиці 1 представлена авторська дослідницька модель, яку можна використовувати для аналізу психологічних наслідків трансгенераційних травм. Ця модель прояснює механізми передачі та уможливорює створення дослідницького плану для виділення та аналізу різних типів психологічних наслідків.

Таблиця 1. Авторська модель дослідження психологічних наслідків трансгенераційної травми, спричиненої Голодомором 1932-33 рр.

Діагностичні критерії ПТСР (відповідно до DSM-5)	МЕХАНІЗМ ПЕРЕДАЧІ ТРАВМИ	Типи НАСЛІДКІВ	Зміни, що ПЕРЕДАЮТЬСЯ З ПОКОЛІННЯ В ПОКОЛІННЯ	ДІАГНОСТИЧНИЙ РОЗДІЛ В ІНТЕРВ'Ю
Зіткнення з травматичною подією	-	-	-	«Історія родини, пов'язана з Голодомором»
Внутрішнє/зовнішнє уникання (думок, почуттів /предметів, місць)	соціо- культурний	психологічні	ставлення до подій/ особливості оповідання історій	«Особисте ставлення до подій Голодомору»/ «Оповідання в родині історій, пов'язаних з Голодомором»
Негативні зміни у настрої та думках (амнезія, негативні переконання, пригнічений емоційний стан, відчуття провини, втрата інтересу, соціальна відчуженість, брак позитивних емоцій)	соціо- культурний	психологічні	переконавання та поведінкові стратегії	«Родинні поведінкові стратегії та переконавання, пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору»
Повторне переживання травматичних подій (інтрузії, нічні жахіття, флешбеки, емоційні та фізичні реакції)	епігенетичний з прямим впливом на психічне здоров'я (вікарне травмування)	нейро- біологічні	фізичне та психічне здоров'я	за межами предмету дослідження
Надмірна збудливість (агресія, злість, дратівливість, ризикована чи саморуйнівна поведінка, підвищена збудливість, посилена реакція здригання, складнощі з зосередженням, сонливість)				

Розуміння посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та його діагностичних критеріїв, представлене в *DSM-5* (Керівництві з діагностики та статистики психічних розладів (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*)) - було відправною точкою для розробки нашої моделі дослідження. ПТСР є психічним розладом зі

специфічними симптомами, який виникає внаслідок зіткнення особи з однією або кількома травматичними подіями. Особи, які мають ПТСР, наполегливо уникають думок і почуттів, пов'язаних із травмою, а також намагаються уникати предметів та місць, які нагадують травматичні події. Однак, раніше пережиті травматичні події зазвичай переживаються знову і знову в формі інтрузивних спогадів, нічних жахів, флешбеків, емоційних та фізичних реакцій. Крім того, люди з ПТСР переживають зміни в настрої та думках, мають негативні переконання та очікування, можуть почуватись винними, часто втрачають інтерес до справ та життя, переживають соціальну відчуженість та недостатність позитивних емоцій. До симптомів ПТСР також включають надмірну збудливість (реактивність), яка проявляється як агресивність, дратівливість, гнівливість, та ризикована і саморуйнівна поведінка. Особам, які мають ПТСР, часто важко зосередитися, їх турбують проблеми зі сном. Поява таких симптомів разом з пережиттям небезпечних для життя травматичних подій і є діагностичними критеріями посттравматичного стресового розладу у відповідності до DSM-5. Оскільки голод є травматичною подією зі смертельними наслідками, багато людей, які пережили Голодомор, напевно, мали ПТСР.

Суттєве, для нашої дослідницької моделі, питання полягає в наступному: як симптоми ПТСР передаються через покоління? Дослідження нейробіологічного впливу травми показують, що зміни в мозку та нервовій системі, спричинені травмою, можуть передаватися від жертв до нащадків (Келлерман (Kellermann), «Епігенетична передача» («Epigenetic Transmission»); Скелтон і інші (Skelton et al.)). Таким чином, нащадки осіб, що зазнали травми, можуть успадковувати, наприклад, надмірну збудливість нервової системи, і це шкодитиме їхньому психічному здоров'ю. Хоча досі немає достатньої кількості доказів щодо епігенетичної передачі травми у людей, дослідження на прикладі тварин наводять такі докази (Єгуда і Лернер (Yehuda and Lehner)). У будь-якому випадку, нейробіологічні наслідки є за межами предмету нашого дослідження. Нас більше цікавлять психологічні наслідки та їхня соціокультурна передача, тобто, передача наступним поколінням світоглядних переконань та поведінкових стратегій, пов'язаних з пережиттям травми представниками першого покоління. Те, що нащадки наслідують поведінку, долучаються до розмов, стають свідками невербальних реакцій та способів прийняття рішень представниками старших поколінь і лежить в основі механізмів такої передачі. Також нащадки можуть успадкувати установки щодо подій, пов'язаних з Голодомором, через зміст та спосіб оповідання історій про той період старшим поколінням.

В результаті перегляду наукової літератури та аналізу даних фокусованих групових інтерв'ю було сформульовано три гіпотези. (1) Чим більших страждань зазнала родина під час Голодомору, тим рідше в ній переповідатимуться історії, пов'язані з тим періодом. (2) Чим менше історій, пов'язаних із Голодомором, переповідалось в родині, тим негативнішими є особисті установки щодо самої теми Голодомору та тогочасних подій. (3) Найпоширеніші родинні світоглядні переконання та поведінкові стратегії, пов'язані з Голодомором, стосуються їжі, ваги, здоров'я та збереження життя.

Авторська дослідницька модель показує зв'язок між: (I) діагностичними критеріями ПТСР; (II) механізмами передачі травми щодо кожного критерію; (III) типами наслідків щодо кожного механізму передачі; (IV) змінами, що передаються з покоління в покоління та (V) діагностичними розділами інтерв'ю (див. Додаток). Отже, зіткнення з травмою можна побачити в ході аналізу даних такого розділу інтерв'ю як «Історія родини, пов'язана з Голодомором». Два наступні діагностичні розділи інтерв'ю («Особисте ставлення до Голодомору» та «Оповідання в родині історій, пов'язаних з Голодомором») показують, як внутрішнє та зовнішнє уникання травматичного досвіду може передаватись від предків до нащадків. Небажання думати, говорити та дізнаватися про Голодомор, відмова вшановувати пам'ять жертв та схильність до віри в радянську версію причин тогочасних подій якраз і можуть бути наслідками такого уникання. Останній діагностичний розділ «Родинні стратегії та переконання, пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору» дає можливість вивчити світоглядні переконання та поведінкові стратегії в родинях, що можуть бути результатом соціокультурного механізму передачі симптомів ПТСР від предків до нащадків – негативних змін у настрої та думках.

Дослідження проводилось із використанням методу структурованого інтерв'ю, розробленого в Google Forms для використання в Інтернеті (див. Додаток). Інформація поширювалась через Facebook та розсилку електронною поштою. Опитування було розпочато в січні 2017 року та тривало впродовж року.

Важливо зазначити, що термін «Голодомор» не використовувався в радянський період. Наші предки не говорили про тогочасні події, використовуючи це слово. Такі теми як голод, радянські плани хлібозаготівель та дії Сталіна обговорювались без його використання. Однак зараз термін «Голодомор» є поширеним та загальнозрозумілим і, з цієї причини, використовується у запитаннях інтерв'ю.

Учасники давали відповіді на запитання інтерв'ю, яке мало чотири діагностичні та один інформаційний розділ (див. Додаток). Перший діагностичний розділ, «Історія родини, пов'язана з Голодомором», мав

на меті збір інформації щодо того, чи проживала родина на території, яка постраждала від Голодомору та чи були жертви. У цьому розділі також вивчався ступінь страждань родини («Один або кілька членів моєї родини померло під час Голодомору», «Всі члени моєї родини під час Голодомору вижили, але страждали», «Під час Голодомору страждали / помирили сусіди або далекі родичі», «Під час Голодомору моя родина голодувала, але не настільки, щоб це загрожувало життю», «Моя родина не страждала через Голодомор»). У другому діагностичному розділі, «Оповідання в родині історій, пов'язаних з Голодомором», учасників просили описати досвід оповідання історій в родині та їхню частоту від «часто і детально» до «родинні історії існували, але не згадувалися». Також можна було обрати відповіді для випадків, коли учасники нічого не знали про сімейні історії, пов'язані з Голодомором, або не знали непевне, чи вони існували. У третьому діагностичному розділі інтерв'ю «Особисте ставлення до подій Голодомору» вивчалися установки учасників щодо подій Голодомору (уникання, знецінення та навпаки). У четвертому діагностичному розділі «Родинні стратегії та переконання, пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору» збиралися дані щодо поведінкових стратегій та світоглядних переконань учасників та інших членів їхніх родин.

Тези для оцінки, представлені в двох заключних розділах, були складені на основі попередньої роботи фокус-груп, в яких 92 учасники ділилися досвідом, пов'язаним з Голодомором, відповідали на запитання щодо їхніх установок та поведінки. Після групування та узагальнення, тези були включені до пілотної версії опитувальника, який був відкорегований на основі відгуків учасників фокус-груп.

В інформаційному розділі інтерв'ю учасників просили надати інформацію щодо статі, віку, поточного місця проживання родини та її місця проживання під час Голодомору. Для обробки даних використовувались описові статистики, частотний та кореляційний аналізи. Участь в інтерв'ю взяла 721 особа (81% жінок та 19% чоловіків). Географічно учасники були з різних регіонів України, а також інших країн (Великобританія, Грузія, Канада, США, Росія, Ізраїль, Німеччина, Норвегія, Португалія)². Середній вік осіб, які заповнили анкету, становив 38,7 років; учасники опитування були розподілені на такі вікові групи: 17-29 років (146 осіб), 30-39 років (239), 40-49 років (214), 50-59 років (101) та 60-69 років (21). Інформація щодо покоління учасників не збиралася, однак віковий діапазон свідчить про те, що

² Більше 1000 осіб взяли участь в опитуванні, але для аналізу були відібрані лише повністю заповнені анкети, без пропущених відповідей.

жоден з респондентів не належав до першого покоління, яке пережило Голодомор. У дослідженні взяли участь представники другого, третього та четвертого поколінь.

Учасники, чії родини проживали на територіях, які постраждали від Голодомору, становили 75% від усієї вибірки; 6% учасників не знали про місце проживання своєї родини на момент подій Голодомору; предки 19% опитаних не жили на територіях, де був Голодомор. Серед учасників, чії родини мешкали на території, де був Голодомор, 45% втратили принаймні одного члена родини, 79% згадали про сусідів або далеких родичів, страждання яких загрожували їхньому життю, 30% повідомили, що родина голодувала, але небезпеки для життя не було, а 4% зазначили відсутність будь-якого виду страждань (табл. 2).

Таблиця 2. Історія родини, пов'язана з Голодомором, учасників опитування, чії родини мешкали на територіях, де був Голодомор.

	Один або кілька членів моєї родини померли під час Голодомору		Всі члени моєї родини під час Голодомору вижили, але страждали		Під час Голодомору страждали/помирили сусіди або далекі родичі		Під час Голодомору моя родина голодувала, але не настільки, щоб це загрожувало життю		Моя родина не страждала через Голодомор	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Так	244	45	252	47	428	79	164	30	22	4
Ні	164	30	203	37	13	2	283	52	477	88
Я не знаю	134	25	87	16	101	19	95	18	43	8
Разом	542	100	542	100	542	100	542	100	542	100

РЕЗУЛЬТАТИ

Є кілька схожих моделей того, як оповідаються історії, пов'язані з Голодомором в родинах учасниках дослідження. Про нечасті оповіді повідомили 63% учасників, чії предки мешкали на території, де був Голодомор. Сумарно 84% досліджуваних, чії сім'ї проживали на постраждалих територіях, повідомили або про відсутність таких історій («Не знаю, чи були родинні історії пережиття Голодомору», «Родинні історії пережиття Голодомору були, але не згадувалися»), або

про рідкісні випадки їх переказу («Родинні історії пережиття Голодомору були, але згадувалися не часто»). Лише 16% учасників повідомили, що історії, пов'язані з темою Голодомору, у їхніх родинах розповідалися часто та з усіма подробицями (табл. 3).

Таблиця 3. Оповідання історій, пов'язаних з Голодомором в родинах учасників опитування, чії родини мешкали на територіях, де був Голодомор.

<i>Моя родина мешкала на території, де був Голодомор</i>	Точно знаю, що в родині немає історій, пов'язаних з пережиттям Голодомору		Не знаю, чи були родинні історії пережиття Голодомору; про події дізнався зі ЗМІ, книг, статей тощо		Родинні історії пережиття Голодомору були, але не згадувалися; дізнався про них від знайомих або інших родичів		Родинні історії пережиття Голодомору були, але згадувалися не часто		Родинні історії пережиття Голодомору розповідалися часто і детально	
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>N</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Так	3	1	42	8	65	12	339	63	93	16
Ні	38	28	55	40	8	6	26	19	9	7
Я не знаю	4	9	21	49	4	9	14	33	0	0
Разом	45	38	118	97	77	27	379	115	102	24

Кореляція між ступенем страждань, яких зазнала родина (наявність чи відсутність смертей в родині та важкість голодування) та частотою оповідей про Голодомор (від їх повної відсутності до частого переповідання) серед нащадків осіб, які жили в постраждалих регіонах, вказує на окремі міцні зв'язки. Перший значущий прямий зв'язок встановлено між частотою оповідей в родинах про Голодомор та смертю сусідів або далеких родичів ($r = 0,2$; $p = 0,000$). Це свідчить про те, що люди, які втратили когось, хто не був їм дуже близький, частіше переповідали історії, пов'язані з Голодомором, ніж ті, хто втратив близьких родичів. Другі два значущі зворотні зв'язки встановлено між частотою оповідей про Голодомор в родинах та стражданнями без загрози життю ($r = -0,16$; $p = 0,000$) / відсутністю страждань ($r = -0,1322$; $p = 0,002$). Тобто, люди в чіх родинах не було загрози життю / страждань, схильні рідше говорити про Голодомор (табл. 4).

Таблиця 4. Кореляція між ступенем страждань та частотою оповідання історій, пов'язаних з Голодомором в родинях учасників, чий родичі мешкали на територіях, що постраждали від Голодомору.

	Один або кілька членів моєї родини померли під час Голодомору		Всі члени моєї родини під час Голодомору вижили, але страждали		Під час Голодомору страждали / помирали сусіди або далекі родичі		Під час Голодомору моя родина голодувала, але не настільки, щоб це загрожувало життю		Моя родина не страждала через Голодомор	
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>P</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
Частота оповідей про Голодомор в родині	0,08	0,054	-0,02	0,591	0,22	0,000	-0,16	0,000	-0,13	0,002

Особисте ставлення до подій Голодомору суттєво відрізняється, залежно від того, знають чи ні досліджувані про місце проживання своїх предків. Так, учасники, які не володіють такою інформацією, мають більш негативні установки (схильні уникати або знецінювати тему Голодомору) частіше, ніж учасники дослідження, які поінформовані щодо території проживання своїх предків в період Голодомору. Така тенденція стосується кожного діагностичного твердження, за винятком: «Я не читаю про Голодомор та не цікавлюсь цією темою» (Таблиця 5). Загалом найпоширенішою уникаючою установкою є «Я не відвідую заходів, присвячених подіям Голодомору». Це твердження було обрано як найближче до власної поведінки, вчинків та переконань 155-тю (21,5%) учасниками дослідження; 349 (48%) учасників зазначили, що це твердження частково відповідає їхній поведінці, вчинкам та переконанням.

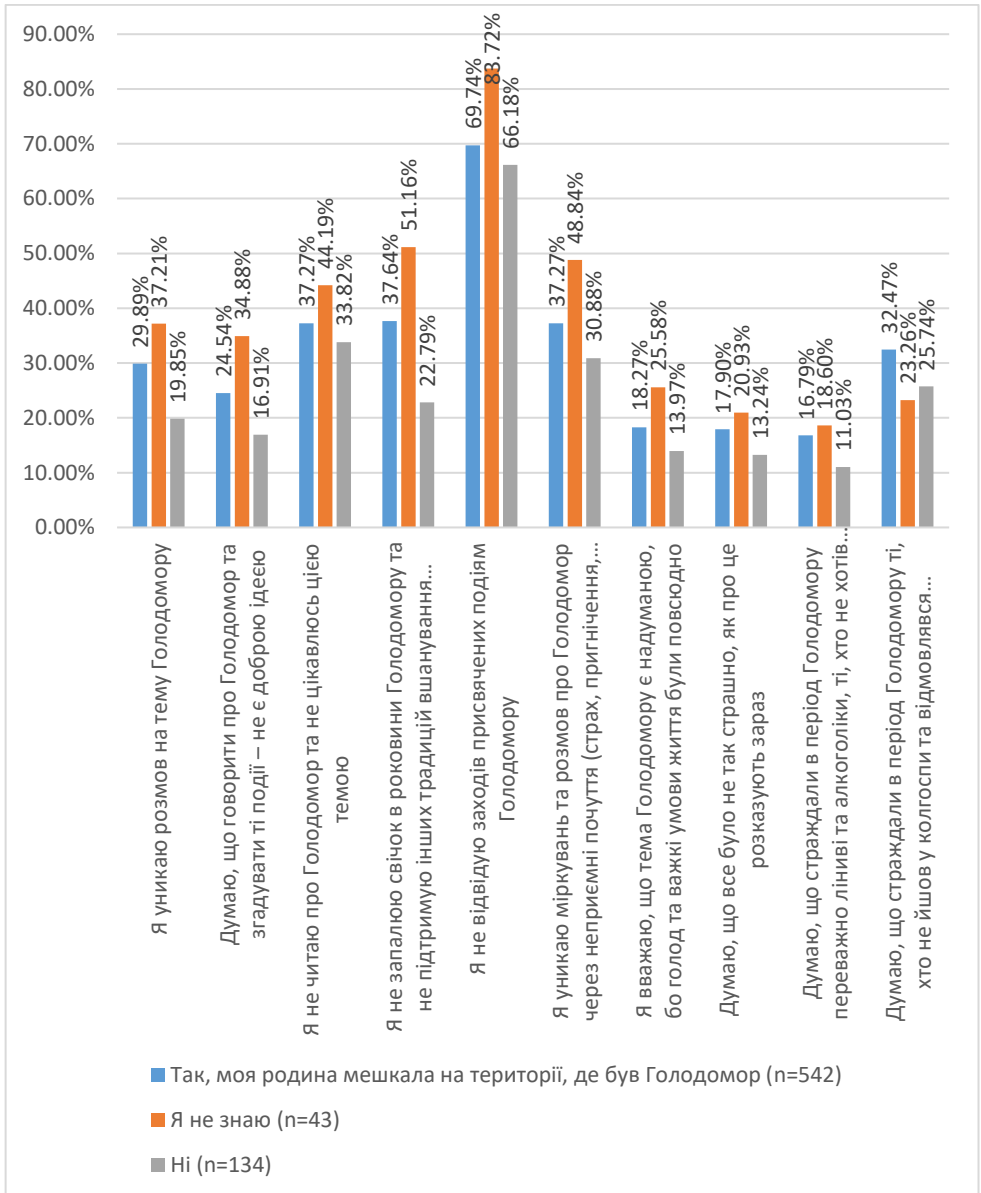
Таблиця 5. Особисте ставлення до подій Голодомору.

<i>Моя родина мешкала на території, де був Голодомор</i>		Так			Ні			Я не знаю		
		Повністю співпадає	Частково співпадає	Абсолютно не співпадає	Повністю співпадає	Частково співпадає	Абсолютно не співпадає	Повністю співпадає	Частково співпадає	Абсолютно не співпадає
<i>Оцініть, будь ласка, близькість твердження до вашої поведінки, вчинків та переконань</i>	<i>n</i>	10	152	380	2	25	109	4	12	27
	<i>%</i>	1,85	28,04	70,11	1,47	18,38	80,15	9,30	27,91	62,79
Думаю, що говорити про Голодомор та згадувати ті події – не є доброю ідеєю	<i>n</i>	12	121	409	2	21	113	4	11	28
	<i>%</i>	2,21	22,32	75,46	1,47	15,44	83,09	9,30	25,58	65,12
Я не читаю про Голодомор та не цікавлюсь цією темою	<i>n</i>	20	182	340	5	41	90	0	19	24
	<i>%</i>	3,69	33,58	62,73	3,68	30,15	66,18	0,00	44,19	55,81
Я не запалюю свічок в роковини Голодомору та не підтримую інших традицій вшанування жертв тих часів	<i>n</i>	37	167	338	4	27	105	6	16	21
	<i>%</i>	6,83	30,81	62,36	2,94	19,85	77,21	13,95	37,21	48,84
Я не відвідую заходів, присвячених подіям Голодомору	<i>n</i>	119	259	164	23	67	46	13	23	7
	<i>%</i>	21,96	47,79	30,26	16,91	49,26	33,82	30,23	53,49	16,28
Я уникаю міркувань та розмов про Голодомор через неприємні почуття (страх, пригнічення, сум, сором...)	<i>n</i>	26	176	340	5	37	94	4	17	22
	<i>%</i>	4,80	32,47	62,73	3,68	27,21	69,12	9,30	39,53	51,16
Я вважаю, що тема Голодомору є надуманою, бо голод та важкі умови життя були повсюдно	<i>n</i>	8	91	443	0	19	117	2	9	32
	<i>%</i>	1,48	16,79	81,73	0,00	13,97	86,03	4,65	20,93	74,42
Думаю, що все було не так страшно, як про це розказують зараз	<i>n</i>	8	89	445	0	18	118	2	7	34
	<i>%</i>	1,48	16,42	82,10	0,00	13,24	86,76	4,65	16,28	79,07
Думаю, що страждали в період Голодомору переважно лінійні та алкоголіки, ті, хто не хотів працювати	<i>n</i>	3	88	451	0	15	121	2	6	35
	<i>%</i>	0,55	16,24	83,21	0,00	11,03	88,97	4,65	13,95	81,40
Думаю, що страждали в період Голодомору ті, хто не йшов у колгоспи та відмовлявся працювати «норму»	<i>n</i>	23	153	366	6	29	101	4	6	33
	<i>%</i>	4,24	28,23	67,53	4,41	21,32	74,26	9,30	13,95	76,74

Зауважимо, що в діагностичному розділі інтерв'ю «Особисте ставлення до подій Голодомору» (Додаток 1) використовується двополюсна шкала, що включає пари висловлювань із протилежними значеннями. Один полюс містить твердження зі значенням уникання або знецінення подій Голодомору; інший – протилежні за значенням. Одним із прикладів тверджень цієї двополюсної шкали є «Я уникаю розмов на тему Голодомору» – «Я вільно говорю про події Голодомору, включаюся у обговорення цієї теми, згадую історії своєї родини (якщо такі є)». Учасники опитування мали визначити близькість кожного висловлювання до їхньої власної поведінки, вчинків та переконань. Так, вони мали обрати одне з наступного: «Твердження ліворуч повністю співпадає з моєю поведінкою, вчинками та переконаннями», «Обидва твердження частково співпадають з моєю поведінкою, вчинками та переконаннями», «Твердження праворуч повністю співпадає з моєю поведінкою, вчинками та переконаннями». У таблиці 5 та на діаграмі 1 показано лише твердження одного полюсу, однак інший, який має протилежне значення, мається на увазі.

Діаграма 1 показує зведені дані для відповідей «Повністю співпадає» та «Частково співпадає» для кожного твердження зі значеннями уникнення або знецінення подій Голодомору.

Діаграма 1. Зведені дані для відповідей з повною або частковою відповідністю тверджень до поведінки, вчинків та переконань досліджуваних в аналізі особистих установок щодо Голодомору.



Більшість тверджень, що відбивають особисті установки учасників, мають обернені кореляції з частотою оповідей про події Голодомору (від відсутності оповідей до частого оповідання). Ці зв'язки представлені в таблиці 6.

Таблиця 6. Кореляції між особистими установками та частотою оповідей про події Голодомору в родинях.

Частота оповідей про Голодомор в родині		Моя родина мешкала на території, де був Голодомор										
		Я уникаю розмов на тему Голодомору	Думаю, що говорити про Голодомор та згадувати ті події – не є Доброю ідеєю	Я не читаю про Голодомор та не цікавилось цією темою	Я не запалюю свічок в роковини Голодомору та не підтримую інших традицій вшанування жертв тих часів	Я не відвідаю заходів, присвячених подіям Голодомору	Я уникаю міркувань та розмов про Голодомор через неприємні почуття (страх, пригнічення, сум, сором...)	Я вважаю, що тема Голодомору є надуманою, бо голод та важкі умови життя були повсюдно	Думаю, що все було не так страшно, як про це розказують зараз	Думаю, що страждали в період Голодомору переважно літні та алкоголіки, ті, хто не хотів працювати	Думаю, що страждали в період Голодомору ті, хто не йшов у колгоспи та відмовлявся працювати «норму»	
Так	r	-0,112	-0,083	-0,137	-0,101	-0,085	-0,038	-0,113	-0,093	-0,110	-0,152	
	p	0,009	0,053	0,001	0,018	0,048	0,373	0,009	0,030	0,010	0,000	
Ні	r	0,1	-0,000	-0,025	-0,030	-0,023	0,162	-0,014	0,026	0,124	0,078	
	p	0,248	0,999	0,772	0,723	0,790	0,060	0,869	0,762	0,152	0,369	
Я не знаю	r	-0,206	-0,321	-0,289	-0,388	-0,200	-0,354	-0,305	-0,366	-0,346	-0,193	
	p	0,185	0,036	0,060	0,010	0,200	0,020	0,047	0,016	0,023	0,216	

Більшість унікаючих або знецінюючих тверджень, що були обрані учасниками, чії родини мешкали на територіях, де був Голодомор, корелюють із частотою оповідей про події того часу. Винятки становлять: «Думаю, що говорити про Голодомор та згадувати ті події – не є доброю ідеєю» та «Я унікаю розмов на тему Голодомору». Такі ж кореляції було встановлені й щодо даних, отриманих від учасників, які не знають, де мешкали їхні родини на момент Голодомору (винятки: «Я унікаю розмов на тему Голодомору» і «Думаю, що страждали в період Голодомору ті, хто не йшов у колгоспи та відмовлявся напрацьовувати «норму»). Ці кореляції вказують на те, що чим рідше оповідалися в родинах історії про Голодомор, тим більше негативних установок у відповідях учасників.

Частотний та процентний аналізи не показали суттєвої різниці між родинними світоглядними переконаннями та стратегіями поведінки в залежності від місця проживання предків у період Голодомору. Тому, ми представляємо усереднені дані для всієї вибірки (без диференціації даних за місцем проживання предків). У таблиці 7 представлено поширеність світоглядних переконань та поведінкових стратегій по всій вибірці.

Таблиця 7. Родинні стратегії та переконання, які можуть бути прямо або опосередковано пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору.

		Характерно для усієї родини	Характерно лише для окремих членів родини, але не для мене	Характерно для мене	Характерно для окремих членів родини і для мене	Не характерно для нашої родини	Характерно для усієї родини або окремих її членів
		1	2	3	4	5	1+2+4
Звідси треба втікати, бо нічого доброго тут не буде	n	41	202	142	82	254	325
	%	5,69	28,02	19,69	11,37	35,23	45,08

Таблиця 7: продовження.

		Характерно для усієї родини	Характерно лише для окремих членів родини, але не для мене	Характерно для мене	Характерно для окремих членів родини і для мене	Не характерно для нашої родини	Характерно для усієї родини або окремих її членів
Нікому не можна довіряти, особливо владі	n	192	172	139	133	85	497
	%	26,63	23,86	19,28	18,45	11,79	68,93
Кращої долі треба шукати в інших краях	n	53	205	152	73	238	331
	%	7,35	28,43	21,08	10,12	33,01	45,91
Крадіжка – це погано, але якщо це на роботі чи в держави, то не викликає у мене такого сильного осуду	n	32	133	114	23	419	188
	%	4,44	18,45	15,81	3,19	58,11	26,07
Повідомити керівництво про колегу, який вкрав на роботі щось незначне – не є добрим вчинком	n	148	87	195	73	218	308
	%	20,53	12,07	27,05	10,12	30,24	42,72
Бізнес краще організувати та вести з рідними	n	81	114	150	70	306	265
	%	11,23	15,81	20,80	9,71	42,44	36,75
Діти завжди мають бути добре нагодовані	n	408	112	108	51	42	571
	%	56,59	15,53	14,98	7,07	5,83	79,20
Якщо дитина худа, то, напевне, вона погано почувається або хвора - її треба краще годувати	n	120	250	104	37	210	407
	%	16,64	34,67	14,42	5,13	29,13	56,45
Краще не втручатися в справи, які тебе особисто не стосуються, навіть коли йдеться про злочини або недоброчесність	n	69	187	140	62	263	318
	%	9,57	25,94	19,42	8,60	36,48	44,11
Якщо почуваєшся втомленим, слабким або маєш запаморочення - це тривожні симптоми, які потребують ретельного обстеження	n	188	85	161	103	184	376
	%	26,07	11,79	22,33	14,29	25,52	52,15

Таблиця 7: продовження.

		Характерно для усієї родини	Характерно лише для окремих членів родини, але не для мене	Характерно для мене	Характерно для окремих членів родини і для мене	Не характерно для нашої родини	Характерно для усієї родини або окремих її членів
Худнути та сидіти на дієті є неправильним і небезпечним	n	125	152	144	63	237	340
	%	17,34	21,08	19,97	8,74	32,87	47,16
Хліб та інші залишки їжі не можна викидати	n	367	109	103	68	74	544
	%	50,90	15,12	14,29	9,43	10,26	75,45
Треба робити заготовлі та консервації, в домі завжди має бути запас їжі	n	365	135	105	64	52	564
	%	50,62	18,72	14,56	8,88	7,21	78,22
Треба мати підсобне господарство, дачу, займатись садівництвом та городництвом	n	240	207	122	63	89	510
	%	33,29	28,71	16,92	8,74	12,34	70,74
Варто радити донькам виходити заміж за забезпечених чоловіків, які добре стоять на ногах	n	112	161	128	47	273	320
	%	15,53	22,33	17,75	6,52	37,86	44,38
Не варто йти проти влади, рішень тих, хто вищий за тебе в службовій ієрархії	n	46	189	126	42	318	277
	%	6,38	26,21	17,48	5,83	44,11	38,42
Не варто висловлювати свою думку, якщо вона може бути не схвалена більшістю	n	49	183	119	37	333	269
	%	6,80	25,38	16,50	5,13	46,19	37,31
Не варто народжувати дітей більше, ніж можеш прогодувати	n	233	84	180	72	152	389
	%	32,32	11,65	24,97	9,99	21,08	53,95
Варто, насамперед, дбати про добробут своєї родини	n	323	107	172	67	52	497
	%	44,80	14,84	23,86	9,29	7,21	68,93
Не варто занадто радіти життю, краще ділитись з іншими негараздами, ніж радостями	n	67	151	146	34	323	252
	%	9,29	20,94	20,25	4,72	44,80	34,95

Найчастіші твердження, що обирались учасниками як такі, що характерні для всієї родини, - наступні: «Діти завжди мають бути добре нагодовані» (n=408; 56,59%), «Хліб та інші залишки їжі не можна викидати» (n=367; 50,9%), «Треба робити заготовівлі та консервації, в домі завжди має бути запас їжі» (n=367; 50,62%). Водночас для опції «Характерно лише для мене» позначку у 25% за частотою перетнули лише два твердження: «Не варто народжувати дітей більше, ніж можеш прогодувати» (n=180; 24,97%) і «Повідомити керівництво про колегу, який вкрав на роботі щось незначне – не є добрим вчинком» (n=195; 27,05%). Інтеграція даних, що обули позначені учасниками дослідження як характерні для усієї родини або окремих її членів («Характерно для усієї родини», «Характерно лише для окремих членів родини, але не для мене», «Характерно для окремих членів родини і для мене») дозволила виокремити низку стратегій та переконань з високою частотою. Так, наступні шість тверджень перейшли 50%-вий поріг: «Нікому не можна довіряти, особливо владі» (n=495; 68,93%), «Якщо дитина худа, то, напевне, вона погано почувається або хвора - її треба краще годувати» (n=407; 56,45%), «Якщо почуваєшся втомленим, слабким або маєш запаморочення - це тривожні симптоми, які потребують ретельного обстеження» (n=376; 52,15%), «Треба мати підсобне господарство, дачу, займатись садівництвом та городництвом» (n=510; 70,74%), «Не варто народжувати дітей більше, ніж можеш прогодувати» (n=389; 53,95%), «Варто, насамперед, дбати про добробут своєї родини» (n=497; 68,93%).

Дискусія

Наше дослідження зосереджене на соціокультурній передачі наступним поколінням наслідків посттравматичного стресового розладу (ПТСР) (відповідно до DSM-5), який мали мешканці України в роки Голодомору. Ми припустили, що, наприклад, уникання розмов на тему Голодомору (уникання є одним з діагностичних критеріїв ПТСР) передається через покоління як стратегія мовчати та не згадувати історій про той час. Перша гіпотеза стосувалась саме зв'язку між рівнем страждань в родині під час Голодомору та частотою оповідей про ті події.

Дві кореляційні залежності – між частотою оповідей про Голодомор та стражданням і смертю сусідів чи далеких родичів ($r=0,22$; $p=0,000$), а також між частотою оповідей про Голодомор та стражданнями родини без загрози для життя ($r=-0,16$; $p=0,000$) – підтверджують першу гіпотезу. Про події Голодомору було легше говорити людям, які не мали померлих серед близьких родичів. З

іншого боку, люди, чії родини сильно страждали та мали померлих – були схильні зберігати мовчання, і ця тенденція є також й у їхніх нащадків. Причинами такої поведінки цілком може бути симптоматика ПТСР жертв Голодомору.

Непрямим доказом на користь першої гіпотези є також частота оповідей про Голодомор в родинах, які мешкали на постраждалих територіях. Так, 84% учасників дослідження, чії сім'ї жили на згаданих територіях, повідомили про відсутність або рідкість оповідей про події й лише 16% учасників відзначили часте та детальне переповідання історій про Голодомор. Враховуючи, що 45% респондентів вказали на наявність смертей через Голодомор в родинах, а 47% - на обставини, що загрожували життю впродовж цих трагічних років, - ми вважаємо такі результати наслідком соціокультурної передачі наступним поколінням уникання цієї теми. Такі результати збігаються з даними отриманими Б. Безом (Brent Bezo), хоча ті й мають інакше пояснення. Науковець пише, що уникнення травми не є успадкованою поведінкою, а радше спричинене забороною радянської влади обговорювати цю тему (Безо (Bezo)). Ми вважаємо, що обидві причини могли спрацювати.

Друга дослідницька гіпотеза полягала в тому, що досліджувані, в чїїх родинах уникають оповідання історій, пов'язаних з Голодомором, матимуть більш негативні установки щодо цієї теми. Ми думаємо, що відсутність правдивої інформації та наявність радянської пропаганди значно вплинули як на обізнаність людей щодо подій Голодомору, так і на ставлення до них, і що це ставлення передалось наступним поколінням.

Один із доказів цієї гіпотези можна побачити у кореляціях між частотою оповідей про Голодомор у родинах, чії предки мешкали на постраждалих територіях, та особистими установками нащадків щодо тих подій. Приклади таких установок відображаються в наступних твердженнях: «Я вважаю, що тема Голодомору є надуманою, бо голод та важкі умови життя були повсюдно» ($r=-0,113$; $p=0,009$), «Я не читаю про Голодомор та не цікавлюсь цією темою» ($r=-0,137$; $p=0,000$), «Я не запалюю свічок в роковини Голодомору та не підтримую інших традицій вшанування жертв тих часів» ($r=-0,101$; $p=0,018$), «Я уникаю розмов на тему Голодомору» ($r=-0,112$; $p=0,009$), «Думаю, що страждали в період Голодомору переважно лінивці та алкоголіки, ті, хто не хотів працювати» ($r=-0,110$; $p=0,010$), «Думаю, що страждали в період Голодомору ті, хто не йшов у колгоспи та відмовлявся працювати «норму»» ($r=-0,152$; $p=0,010$). Очевидно, що люди, які не мають достатньо знань про Голодомор, схильні до заперечення та знецінення тих подій слідом за радянською пропагандою. Так, останні дві установки швидше за все є наслідком дії пропагандистської

машини, яка щепила такі зручні виправдання та пояснення. З радянської точки зору, страждання і смерть не були спричинені владою, а розглядалися як наслідки ледарювання і відмови від роботи.

Розподіл відповідей щодо особистих установок у загальній вибірці учасників дослідження також працює на підтримку другої гіпотези (Таблиця 5). Наприклад, більш високі показники для усіх негативних установок (за одним виключенням) були продемонстровані учасниками, які не знають про місце проживання їхньої родини у роки Голодомору. Саме такий брак знань і міг привести до негативних ставлень. Разом з тим твердження «Я не читаю про Голодомор та не цікавлюсь цією темою» більше половини досліджуваних (56%), хто не знав про місце проживання своєї родини в роки Голодомору, оцінили як відмінне від їхніх вчинків і переконань. Це означає, що люди відчувають брак інформації й намагаються заповнити цю прогалину.

В ході аналізу особистого ставлення до подій Голодомору ми об'єднали відповіді з повною або частковою близькістю до вчинків та переконь учасників (див. Додаток). Однією з причин для об'єднання даних була присутність у відповідях згоди (повної або часткової) з твердженнями зі змістом уникнення чи знецінення подій Голодомору. Також ми розуміли, що респонденти могли тяжіти до соціально прийнятних відповідей і зазначати часткову згоду тому, що повна не була для них соціально прийнятною, наприклад, щодо таких тверджень як: «Я не запалюю свічок в роковини Голодомору та не підтримую інших традицій вшанування жертв тих часів» або «Думаю, що страждали в період Голодомору переважно ліниві та алкоголіки, ті, хто не хотів працювати». Так, у пілотній версії інтерв'ю розділ «Особисте ставлення до подій Голодомору» містив лише твердження зі значенням уникання або знецінення подій Голодомору. Протилежного полюсу тверджень, в яких би виражалось бажання говорити / думати і визнавати факт Голодомору, як це є зараз, не було (див. Додаток), у зв'язку з чим окремі учасники висловлювали невдоволення. Вони були ображені відсутністю позитивних тверджень і звинувачували авторів в упередженій позиції, хоча й могли обрати для відповідей опцію «Абсолютно не співпадає з моєю поведінкою, вчинками та переконаннями».

Відповідь «Я не відвідую заходів, присвячених подіям Голодомору» як таку, що повністю або частково відповідає досвіду, обрали близько 70% учасників, чії родини жили на постраждалих територіях, та 84% учасників, які не знають про місце проживання їхніх родин у роки Голодомору. Відповідь «Я не запалюю свічок в роковини Голодомору та не підтримую інших традицій вшанування жертв тих часів» обрали близько 38% і 51% учасників тих самих двох груп відповідно. Відповідь «Я уникаю міркувань та розмов про Голодомор через неприємні

почуття (страх, пригнічення, сум, сором...)» обрали близько 37% і 49% осіб. Відповідь «Я не читаю про Голодомор та не цікавлюсь цією темою» має розподіл близько 37% і 44% у тих самих двох групах. Той факт, що кожне твердження, обране 30% або більшою кількістю учасників, має значення уникання, підтримує обидві наші гіпотези.

Відсутність можливості вільно говорити про травму має негативні наслідки (в рамках теорії прив'язаності). Так, Д. Бар-Он з колегами (Dan Bar-On et al.) пише про так звану «змову мовчання» – модель поведінки, яка нібито приховує минулі жахіття від дітей та захищає батьків від болючих спогадів. Однак, таке замовчування минулого має негативний вплив на батьківство і може створити незв'язний та однобічний дискурс травми, який провокує страх, віктимність (жертвовність) і обмежує право на щастя. Д. Бар-Он також зазначає, що мовчання не було типовою моделлю серед єврейських родин після Голокосту, і що члени родин, які вільно розмовляли про ті події, справлялися з наслідками трансгенераційної травми ефективніше за родини, в яких таки розмови уникалися. На жаль, табу на поширення правди, що насаджувалося радянською владою, призвело до колективних травм. М. Клікперова з колегами (Martina Klicperová et al.) описують цей феномен як одну з причин посткомуністичного синдрому. При цьому автори зазначають, що чеські та угорські студенти не сильно постраждали від посткомуністичного синдрому, і припускають, що причиною цього був їхній юний вік і гарна освіта. Імовірно, що дослідження подібні до нашого, але проведені з молодшими учасниками, що виростили в демократичних умовах сучасної України і отримали освіту без цензури радянської влади, також мали б оптимістичніші результати.

Негативні зміни в думках, що мали місце у наших предків, які пережили Голодомор (ще один діагностичний критерій ПТСР), також були передані наступним поколінням соціокультурним шляхом. Ми припускали, що такі зміни стосувались думок про їжу, вагу, здоров'я та порятунок життя, що було пов'язано, насамперед, зі змістом травми. Власне ці припущення і стали основою третьої гіпотези, що стосується світоглядних переконань та поведінкових стратегій нащадків осіб, що пережили Голодомор.

Впродовж пілотного дослідження, учасники просили додати більше опцій для оцінки тверджень у діагностичному розділі «Родинні стратегії та переконання, пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору». У першому варіанті опитування учасники мали можливість вибору двох опцій в оцінці тверджень, що описують вчинки та переконання «Характерно для моєї родини» і «Нехарактерно для моєї родини». У фінальному варіанті опитувальника маємо 5 опцій: «Характерно для усієї родини», «Характерно лише для окремих членів

родини, але не для мене», «Характерно для мене», «Характерно для окремих членів родини і для мене», «Не характерно для нашої родини». Оскільки найперше нас цікавив сімейний дискурс, то одним із кроків аналізу було об'єднання відповідей зі змістом наявності установок в родині. Тобто були об'єднані дані для всіх відповідей, окрім «Не характерно для нашої родини» та «Характерно лише для мене». Дані щодо останньої відповіді не враховувались через відсутність зв'язку із трансгенераційним контекстом, адже вони стосуються лише учасників дослідження, а не їхніх родин. Ці об'єднані дані показані в Таблиці 7 під заголовком «Характерно для усієї родини або окремих її членів».

Найбільш важливою темою у родинному дискурсі є їжа, адже її нестача була найтравматичнішим фактором у роки Голодомору. Тож найпоширенішими є такі теми: гарне харчування – «Діти завжди мають бути добре нагодовані» (n=571; 79% – тут і нижче, подані об'єднані дані для відповідей, що вказують на присутність переконання в родині), запасання їжі – «Треба робити заготівлі та консервації, в домі завжди має бути запас їжі» (n=564; 78%), зберігання їжі та шанобливе ставлення до неї – «Хліб та інші залишки їжі не можна викидати» (n=544; 76%), самостійне культивування продукції – «Треба мати підсобне господарство, дачу, займатись садівництвом та городництвом» (n=510; 71%). Під час Голодомору українці не мали достатньо їжі для виживання і здорового життя. Саме тому зосередженість на їжі є специфічною характеристикою щоденного життя українців, що описано як в культурологічних дослідженнях, так і помічено сторонніми спостерігачами. Це також описано у дисертації Б. Беза (Brent Bezo), як поведінковий зсув у напрямку фокусування на їжі.

Важливо зауважити, що світоглядні переконання та поведінкові стратегії, які понад 50% учасників дослідження, позначили як характерні для когось в родині, усі пов'язані з травматичними факторами Голодомору. Зокрема, їх можна розподілити за факторами, виокремленими А. Маслюком. Інформаційна депривація негативно вплинула на світобачення, що можна побачити у твердженні «Нікому не можна довіряти, особливо владі» (n=497; 69%). Тогочасна неможливість виїхати за межі своїх регіонів також позначилась на світогляді та відповідних поведінкових стратегіях: «Звідси треба втікати, бо нічого доброго тут не буде» (n=325; 45%), «Кращої долі треба шукати в інших краях» (n=341; 46%). Руйнування традицій (серед яких однією з найміцніших була традиція взаємної допомоги і підтримки) цілком могло бути тригером для установки «Варто, насамперед, дбати про добробут своєї родини» (n=497; 69%), «Краще не втручатися в справи, які тебе особисто не стосуються, навіть коли йдеться про злочини або недоброчесність» (n=318; 45%).

Однак, навіть із огляду на контекстуальний зв'язок між травматичними факторами та світоглядними переконаннями й поведінковими стратегіями в родинних учасників, ми не можемо стверджувати, що вони були спричинені лише Голодомором. М. Кліпкерова-Бейкер (Martina Klicperová-Baker) пише, що радянський історичний вплив і супутня пропаганда зруйнували психічне і фізичне здоров'я чехів і угорців. Те саме можна сказати про українців, які постраждали від цілої низки травматичних подій у своїй історії, переважно впродовж радянського періоду. У контексті державного терору відбувалися розкукування і колективізація, депортація і переселення, масові арешти і насилля. Ще одне обмеження дослідження стосується його вибірки. Аналіз проводився без розмежувань відносно віку, місця проживання, життєвого досвіду і соціально-культурного контексту кожного учасника. Все це варто взяти до уваги в майбутніх дослідженнях.

ВИСНОВКИ

Дослідження психологічних наслідків Голодомору в Україні було зосереджене на аналізі особистих установок щодо самої теми та родинних світоглядних переконань та поведінкових стратегій нащадків, пов'язаних з пережиттям їхніми предками подій Голодомору. Дослідницька модель спирається на той факт, що симптоми ПТСР жертв Голодомору мали значні психологічні наслідки для наступних поколінь.

Найвагомішими результатами дослідження є такі: (а) уникнення оповідання історій про Голодомор більш поширене серед родин, чий предки сильніше страждали в ході травматичних подій; (б) негативні особисті установки щодо Голодомору (уникання самої теми та знецінення подій того часу) характерні для осіб, які мають брак інформації про травматичні події, що відбувалися під час Голодомору; (с) найпоширеніші родинні стратегії та переконання відповідають травмо-релевантним темам, таким як їжа та годування дітей, заготівля продуктів та запасів, недовіра владі, розчарування у державі та переважання важливості потреб сім'ї над потребами громади.

Найважливішим теоретичним висновком цього дослідження є міркування про те, що соціокультурна передача є найімовірнішим шляхом розвитку психологічних наслідків трансгенераційної травми. Основним практичним висновком: правдиве травмо-фокусоване оповідання історій (в родинних і громадах, які мають спільні травматичні події) може зменшити психологічні наслідки трансгенераційної травми.

Список використаної літератури

- Горноста́й, П. П. «Коллективна травма та групова ідентичність. Психологічні перспективи». *Спеціальний випуск: Актуальні проблеми психології малих, середніх та великих груп*, №. 2, 2012, с. 89-95.
- Гридковець Л.М. «Вплив родинної детермінанти на подолання особистісних криз». *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, том II(10), №. 20, 2014, с. 114-17.
- Маслюк, А. М. «Різновиди депривуючих чинників подій голодоморів в Україні першої половини ХХ століття». *Наукові записки Інституту психології імені ГС Костюка АПН України*, № 38, 2010, с. 238-46.
- Національний музей Голодомору-геноциду. <https://holodomormuseum.org.ua/>. Дата перегляду - 26 квітня 2020.
- Обушний, М., Воропаєва Т. «Політико-психологічні аспекти Голодомору 1932-1933 років». *Соціальна психологія*, № 2, 2009, с. 39-48.
- Рева, І. *По той бік себе. Культурні та психологічні наслідки Голодомору та сталінських репресій*. АЛ Свідлер, 2013.
- Ahmadzadeh, G., and A. Malekian. «Aggression, Anxiety and Social Development in Adolescent Children of War Veterans with PTSD Versus Those of Non-Veterans». *Journal of Research in Medical Sciences*, №. 9, 2004, pp. 33-36.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. 5th ed., American Psychiatric Pub, 2013.
- Baranowsky, Anna B., et al. «PTSD Transmission: A Review of Secondary Traumatization in Holocaust Survivor Families». *Canadian Psychology*, vol. 39, №. 4, 1998, pp. 247-56. DOI: 10.1037/h0086816
- Bar-On, Dan, et al. «Multigenerational Perspectives on Coping with the Holocaust Experience: An Attachment Perspective for Understanding the Developmental Sequelae of Trauma across Generations». *International Journal of Behavioral Development*, vol. 22, №. 2, 1998, pp. 315-38. DOI: 10.1080/016502598384397
- Bezo, Brent John Louis. *The Impact of Intergenerational Transmission of Trauma from the Holodomor Genocide of 1932-1933 in Ukraine*. 2011. Carleton University, PhD dissertation.
- Bezo, Brent, and Stefania Maggi. «The Intergenerational Impact of the Holodomor Genocide on Gender Roles, Expectations and Performance: The Ukrainian Experience». *Annals of Psychiatry and Mental Health*, vol. 3, №. 3, 2015, pp. 1-4.
- . «Intergenerational Perceptions of Mass Trauma's Impact on Physical Health and Well-Being». *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, vol. 10, №. 1, 2018, pp. 87-94. DOI: 10.1037/tra0000284
- . «Living in «Survival Mode»: Intergenerational Transmission of Trauma from the Holodomor Genocide of 1932-1933 in Ukraine». *Social Science & Medicine*, vol. 134, 2015, pp. 87-94. DOI: 10.1016/j.socscimed.2015.04.009
- Bilinsky, Yaroslav. «Was the Ukrainian Famine of 1932-1933 Genocide?» *Journal of Genocide Research*, vol. 1, №. 2, 1999, pp. 147-56. DOI: 10.1080/14623529908413948

- Bryant, Richard A., et al. «The Effect of Post-Traumatic Stress Disorder on Refugees' Parenting and Their Children's Mental Health: A Cohort Study». *The Lancet Public Health*, vol. 3, №. 5, 2018, pp. e249-e58. DOI: 10.1016/S2468-2667(18)30051-3
- DeGruy Leary, Joy. *Post-Traumatic Slave Syndrome: America's Legacy of Enduring Injury*. Uptone Press, 2005.
- Field, Nigel P., et al. «Parental Styles in the Intergenerational Transmission of Trauma Stemming from the Khmer Rouge Regime in Cambodia». *American Journal of Orthopsychiatry*, vol. 83, №. 4, 2013, pp. 483-94. DOI: 10.1111/ajop.12057
- Flory, Janine D. et al. «Maternal Exposure to the Holocaust and Health Complaints in Offspring». *Disease Markers*, vol. 30, №. 2-3, 2011, pp. 133-39. DOI: 10.3233/DMA-2011-0748.
- Kellermann, Natan P. F. «Epigenetic Transmission of Holocaust Trauma: Can Nightmares Be Inherited». *The Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, vol. 50, №. 1, 2013, pp. 33-39.
- . «Transmission of Holocaust Trauma—An Integrative View». *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, vol. 64, №. 3, 2001, pp. 256-67. DOI: 10.1521/psyc.64.3.256.18464
- Klain, Eduard, and Ladislav Pavić. «Psychotrauma and Reconciliation». *Croatian Medical Journal*, vol. 43, №. 2, 2002, pp. 126-37.
- Klicperová-Baker, Martina. *Post-Communist Syndrome*. Open Society Institute, 1999.
- Klicperová, Martina, et al. «In the Search for a Post-Communist Syndrome: A Theoretical Framework and Empirical Assessment». *Journal of Community & Applied Social Psychology*, vol. 7, №. 1, 1997, pp. 39-52. DOI: 10.1002/(SICI)1099-1298(199702)7:1<39::AID-CASP398>3.0.CO;2-1
- Lev-Wiesel, Rachel. «Intergenerational Transmission of Trauma across Three Generations: A Preliminary Study». *Qualitative Social Work*, vol. 6, №. 1, 2007, pp. 75-94. DOI: 10.1177/1473325007074167
- Noriega, Gloria. «Transgenerational Scripts: The Unknown Knowledge». *Life Scripts: A Transactional Analysis of Unconscious Relational Patterns*, edited by Richard G. Erskine, Routledge, 2010, pp. 269-90.
- Palosaari, Esa, et al. «Intergenerational Effects of War Trauma among Palestinian Families Mediated via Psychological Maltreatment». *Child Abuse & Neglect*, vol. 37, №. 11, 2013, pp. 955-68. DOI: 10.1016/j.chiabu.2013.04.006
- Rieder, Heide, and Thomas Elbert. «Rwanda—Lasting Imprints of a Genocide: Trauma, Mental Health and Psychosocial Conditions in Survivors, Former Prisoners and Their Children». *Conflict and Health*, vol. 7, №. 1, 2013, p. 6. DOI: 10.1186/1752-1505-7-6
- Rosenheck, Robert, and Jane Thomson. ««Detoxification» of Vietnam War Trauma: A Combined Family-Individual Approach». *Family Process*, vol. 25, №. 4, 1986, pp. 559-70. DOI: 10.1111/j.1545-5300.1986.00559.x
- Rowland-Klein, Dani, and Rosemary Dunlop. «The Transmission of Trauma across Generations: Identification with Parental Trauma in Children of Holocaust Survivors». *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, vol. 32, №. 3, 1998, pp. 358-69. DOI: 10.3109/00048679809065528
- Schutzenberger, Anne Ancelin. *The Ancestor Syndrome: Transgenerational Psychotherapy and the Hidden Links in the Family Tree*. Routledge, 2014.

- Skelton, Kelly, et al. «PTSD and Gene Variants: New Pathways and New Thinking». *Neuropharmacology*, vol. 62, №. 2, 2012, pp. 628-37. DOI: 10.1016/j.neuropharm.2011.02.013
- Sysyn, Frank. «Thirty Years of Research on the Holodomor: A Balance Sheet». *East/West: Journal of Ukrainian Studies*, vol. 2, №. 1, 2015, pp. 3-16. DOI: 10.21226/T26P4M
- Yehuda, Rachel, and Amy Lehrner. «Intergenerational Transmission of Trauma Effects: Putative Role of Epigenetic Mechanisms». *World Psychiatry*, vol. 17, №. 3, 2018, pp. 243-57. DOI: 10.1002/wps.20568
- Yehuda, Rachel, et al. «Childhood Trauma and Risk for PTSD: Relationship to Intergenerational Effects of Trauma, Parental PTSD, and Cortisol Excretion». *Development and Psychopathology*, vol. 13, №. 3, 2001, pp. 733-53. DOI: 10.1017/s0954579401003170

Додаток

Психологічні наслідки Голодомору в Україні

Інструкції. Цей опитувальник ставить на меті дослідити психологічні наслідки Голодомору (усіх хвиль), які були цілеспрямовано організовані на території радянської України. Просимо вас дати відповіді на запитання, які допоможуть встановити переконання та стратегії, які можуть бути прямо або опосередковано пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору. Дякуємо за участь!

Дані збираються в межах соціально-психологічного проекту «Голодомор - розбити тишу» за підтримки Holodomor Research and Education Consortium - HREC, Canadian Institute of Ukrainian Studies.

Історія родини, пов'язана з Голодомором

Оберіть, будь ласка, варіант відповіді, який відповідає історії Вашої родини

	Так	Ні	Не знаю	Інше
Моя родина мешкала на території, де був Голодомор				
Хтось один або кілька членів моєї родини померло під час Голодомору				
Всі члени моєї родини під час Голодомору вижили, але страждали				
Під час Голодомору страждали / помирили сусіди або далекі родичі				
Під час Голодомору моя родина голодувала, але не настільки, щоб це загрожувало життю				
Моя родина не страждала через Голодомор				

Оповідання історій, пов'язаних з Голодомором в родині

Оберіть, будь ласка, варіант відповіді, який відповідає Вашому досвіду

Точно знаю, що в родині немає історій, пов'язаних з пережиттям Голодомору	
Не знаю, чи були родинні історії пережиття Голодомору; про події дізнався зі ЗМІ, книг, статей тощо	
Родинні історії пережиття Голодомору були, але не згадувалися; дізнався про них від знайомих або інших родичів	
Родинні історії пережиття Голодомору були, але згадувалися не часто	
Родинні історії пережиття Голодомору розповідалися часто і детально	
Інше	

Особисте ставлення до подій Голодомору

Оцініть, будь ласка, близькість твердження до вашої поведінки, вчинків та переконань

	Твердження ліворуч повністю співпадає	Обидва твердження частково співпадають	Твердження праворуч повністю співпадає	
Я уникаю розмов на тему Голодомору				Я вільно говорю про події Голодомору, включаюсь у обговорення цієї теми, згадую історії своєї родини (якщо такі є)
Думаю, що говорити про Голодомор та згадувати ті події – не є доброю ідеєю				Вважаю, що тема Голодомору має обговорюватись, події згадуватись, інформація поширюватись
Я не читаю про Голодомор та не цікавлюсь цією темою				Я намагаюсь дізнатись більше про події Голодомору, читаю різні джерела, цікавлюсь історією своєї родини

Особисте ставлення до подій Голодомору: продовження

	Твердження ліворуч повністю співпадає	Обидва твердження частково співпадають	Твердження праворуч повністю співпадає	
Я не запалюю свічок в роковини Голодомору та не підтримую інших традицій вшанування жертв тих часів				Я вшановую загиблих в часи Голодомору, намагаюсь дотримуватись традицій такого вшанування
Я не відвідую заходів присвячених подіям Голодомору				Я намагаюсь відслідковувати та, по можливості, відвідувати заходи, присвячені подіям Голодомору
Я уникаю міркувань та розмов про Голодомор через неприємні почуття (страх, пригнічення, сум, сором...)				Я цілком справляюсь з почуттями, які виникають у мене при обговоренні подій Голодомору та згадуванні про них
Я вважаю, що тема Голодомору є надуманою, бо голод та важкі умови життя були повсюдно				Я маю впевненість, що проблема Голодомору є реальною, події тих часів серйозно відбилися на житті та психології українців

Особисте ставлення до подій Голодомору: продовження

	Твердження ліворуч повністю співпадає	Обидва твердження частково співпадають	Твердження праворуч повністю співпадає	
Думаю, що все було не так страшно, як про це розказують зараз				Я вважаю, що події Голодомору були навмисне спровокованими та такими, що справді є геноцидом українського народу
Думаю, що страждали в період Голодомору переважно ліниві та алкоголіки, ті, хто не хотів працювати				Думаю, що в період Голодомору страждали всі, незалежно від працелюбності
Думаю, що страждали в період Голодомору ті, хто не йшов у колгоспи та відмовлявся напрацьовувати «норму»				Думаю, що в період Голодомору страждали всі, незалежно від бажання працювати в колгоспах

Родинні стратегії та переконання, які можуть бути прямо або опосередковано пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору
Оцініть, будь ласка, близькість твердження до поведінки, вчинків та переконань, які мають місце у Вашій родині

	Характерно для усієї родини	Характерно лише для окремих членів родини, але не для мене	Характерно для мене	Характерно для окремих членів родини і для мене	Не характерно для нашої родини
Звідси треба втікати, бо нічого доброго тут не буде					
Нікому не можна довіряти, особливо владі					
Кращої долі треба шукати в інших краях					
Крадіжка – це погано, але якщо це на роботі чи в держави, то не викликає у мене такого сильного осуду					
Повідомити керівництво про колегу, який вкрав на роботі щось незначне – не є добрим вчинком					
Бізнес краще організовувати та вести з рідними					
Діти завжди мають бути добре нагодовані					

Родинні стратегії та переконання, які можуть бути прямо або опосередковано пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору: продовження

	Характерно для усієї родини	Характерно лише для окремих членів родини, але не для мене	Характерно для мене	Характерно для окремих членів родини і для мене	Не характерно для нашої родини
Якщо дитина худа, то, напевне, вона погано почувається або хвора - її треба краще годувати					
Краще не втручатися в справи, які тебе особисто не стосуються, навіть коли йдеться про злочини або недоброчесність					
Якщо почуваєшся втомленим, слабким або маєш запаморочення - це тривожні симптоми, які потребують ретельного обстеження					
Худнути та сидіти на дієті є неправильним і небезпечним					
Хліб та інші залишки їжі не можна викидати					

Родинні стратегії та переконання, які можуть бути прямо або опосередковано пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору: продовження

	Характерно для усієї родини	Характерно лише для окремих членів родини, але не для мене	Характерно для мене	Характерно для окремих членів родини і для мене	Не характерно для нашої родини
Треба робити заготівлі та консервації, в домі завжди має бути запас їжі					
Треба мати підсобне господарство, дачу, займатись садівництвом та городництвом					
Варто радити донькам виходити заміж за забезпечених чоловіків, які добре стоять на ногах					
Не варто йти проти влади, рішень тих, хто вищий за тебе в службовій ієрархії					
Не варто висловлювати свою думку, якщо вона може бути не схвалена більшістю					

Родинні стратегії та переконання, які можуть бути прямо або опосередковано пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору: продовження

	Характерно для усієї родини	Характерно лише для окремих членів родини, але не для мене	Характерно для мене	Характерно для окремих членів родини і для мене	Не характерно для нашої родини
Не варто народжувати дітей більше, ніж можеш прогодувати					
Варто, насамперед, дбати про добробут своєї родини					
Не варто занадто радіти життю, краще ділитись з іншими негараздами, ніж радостями					

Додайте, будь ласка, опис будь-яких вчинків та переконань, які є у Вашій родині та можуть бути пов'язані з досвідом пережиття подій Голодомору

Інформація про учасників опитування

Вкажіть, будь ласка, Ваш вік	
Вкажіть, будь ласка, Вашу стать	
Напишіть теперішнє місце проживання	
Напишіть місце проживання Вашої родини за часів Голодомору	