

## Ukrainian

### Клінічні аспекти опитувальника щодо історичних травм – CAHTQ –

#### Україна

Автори: Mutuyimana & Maercker (2022), адаптовано до українського контексту Harder, Schmidt, Brakemeier, Mutuyimana & Maercker (2024)

Contacts: celestin.mutuyimana@psychologie.uzh.ch, maercker@psychologie.uzh.ch.

Or: Florian.harder@uni-greifswald.de (concerning the adaptation).

#### Інструкція:

Будь ласка, відповідаючи на наступні запитання, згадайте про Ваш досвід наслідків колективних злочинів і війни. Не роздумуйте занадто довго над відповіддю, тут немає правильних або неправильних відповідей, і Ваша спонтанна думка є важливою. Залежно від того, як Ви себе почуваєте, оберіть для кожного з наступних тверджень **одну з** наступних відповідей.

**Шкала: 0 = Ніколи 1 = Рідко 2 = Іноді 3 = Часто 4 = Постійно**

1. Я злюся на людей, які заперечують або применшують війну.
2. Мене ранять люди, які підтримують агресивні війни проти України.
3. Я відчуваю гнів на людей, які применшують відповідальність Росії/агресорів за війну.
4. Мене дратують люди, які применшують страждання тих, хто постраждав від війни/українців.
5. Я досі відчуваю образу/недовіру до агресорів.
6. Мені боляче жити поруч із людьми, які походять із країни агресорів.
7. Я свідомо обмежую свій контакт із людьми, які говорять тільки російською мовою.
8. Я відчуваю занепокоєння (дискомфорт/підозру), коли зустрічаю людину з російським походженням.

САНТQ 4.0 Ukrainian.

9. Я досі відчуваю, що мою гідність було принижено.
10. Я відчуваю, що не контролюю те, що відбувається зі мною.
11. Я швидко відчуваю себе маргіналізованим, коли мені відмовляють у підтримці.
12. З початку війни я відчуваю безсилля при вирішенні проблем.
13. Я досі засмучений через те, що через війну я не живу в одній місцевості зі своїми родичами та колишніми сусідами.
14. Мене засмучує, що наші родини або близькі друзі не допомагають одне одному, як раніше.
15. Я сумую за культурним проведенням часу зі членами моєї сім'ї та родичами.
16. Я сумую за культурними традиціями та звичаями з моєї батьківщини до вторгнення.
17. У мене є відчуття, що ця війна зробила все марним.
18. З початку війни я втратив будь-яку мотивацію до роботи.
19. З початку війни я більше вживаю алкоголь/курю більше або вживаю інші наркотики, щоб упоратися з ситуацією.
20. З початку війни я помітив, що іноді завдаю собі шкоди.

## Клинические аспекты вопросника по исторической травме – САНТQ – Украина

Авторы: Mutuyimana & Maercker (2022), адаптировано для украинского контекста  
Harder, Schmidt, Brakemeier, Mutuyimana & Maercker (2024)

### Инструкция:

Пожалуйста, вспомните о Вашем опыте последствий коллективных преступлений и войны при ответах на следующие вопросы. Не задумывайтесь слишком долго над ответом, здесь нет правильных или неправильных ответов, и Ваш спонтанный ответ очень важен. В зависимости от того, как Вы себя чувствуете, выберите для каждого из следующих утверждений **один из** следующих ответов.

**Шкала: 0 = Никогда 1 = Редко 2 = Иногда 3 = Часто 4 = Постоянно**

1. Я злюсь на людей, которые отрицают или преуменьшают войну.
2. Меня ранят люди, которые поддерживают агрессивные войны против Украины.
3. Я чувствую гнев на людей, которые преуменьшают ответственность России/агрессоров за войну.
4. Меня раздражают люди, которые преуменьшают страдания тех, кто пострадал от войны/украинцев.
5. Я до сих пор чувствую обиду/недоверие к агрессорам.
6. Мне больно жить рядом с людьми, которые приехали из страны агрессоров.
7. Я сознательно ограничиваю свой контакт с людьми, которые говорят только на русском языке.
8. Я беспокоюсь (чувствую дискомфорт/подозрение), когда встречаю человека с русским происхождением.
9. Я до сих пор чувствую, что мое достоинство было унижено.
10. Я чувствую, что не контролирую то, что происходит со мной.

САНТQ 4.0 Ukrainian.

11. Я быстро чувствую себя маргинализированным, когда мне отказывают в поддержке.
12. С начала войны я чувствую бессилие при решении проблем.
13. Я до сих пор расстроен тем, что из-за войны я не живу в одной местности с моими родственниками и бывшими соседями.
14. Меня огорчает, что наши семьи или близкие друзья больше не помогают друг другу, как раньше.
15. Я скучаю по культурному времяпрепровождению с членами моей семьи и родственниками.
16. Я скучаю по культурным традициям и обычаям моей родины до вторжения.
17. У меня есть ощущение, что эта война сделала всё бессмысленным.
18. С начала войны я потерял любую мотивацию к работе.
19. С начала войны я больше употребляю алкоголь/курю больше или употребляю другие наркотики, чтобы справиться с ситуацией.
20. С начала войны я заметил, что иногда причиняю себе вред.