

**Чернов Андрій Борисович**

здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти кафедри філософії  
факультету соціології і права  
Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут  
імені Ігоря Сікорського», Київ, Україна  
E-mail: Chandrewdoc@gmail.com  
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-3156-6260>

**Кальченко Лариса Володимирівна**

доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри філософії факультету соціології і права  
Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут  
імені Ігоря Сікорського», Київ, Україна  
E-mail: kalchenko.larysa@iill.kpi.ua  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7763-5851>  
Researcher ID: GLQ-5398-2022

### Особливості соціального здоров'я жінок вікової групи 18–35 років

Соціальне здоров'я молодих жінок розуміється як їх здатність до ефективної взаємодії із суспільством, формування міцних взаємин у сім'ї та в колективі, відчуття себе повноправними членами суспільства. Метою статті є аналіз особливостей соціального здоров'я жінок вікової групи 18–35 років. У дослідженні встановлено, що феномен соціального здоров'я молодих жінок включає комунікаційні вміння, здатність до адаптації в різних соціальних умовах, підтримку належного соціального статусу та функціонування в гармонії з навколишнім світом, що сприяє підвищенню стійкості загального добробуту. Детерміновано ключові аспекти сутності соціального благополуччя як стану життєдіяльності, що характеризується ознаками безпечності, достойності, задоволеності, доступності базових соціальних послуг, що у синергії дозволяє забезпечити гідні умови життя, доступ до освіти та охорони здоров'я, працевлаштування, житло, соціальний захист та інші аспекти розвитку та благополуччя. Обґрунтовано, що соціальне здоров'я жінок вікової групи 18–35 років позиціонується важливою компонентою соціального благополуччя та розглядається як гармонійне функціонування жінки в різних сферах, містить в основі концепти взаємоповаги, взаєморозуміння, взаємодопомоги та взаємоприйняття. Доведено властивість соціального здоров'я визначати якість життя жінки та впливати на стабільність та стійкість суспільного розвитку загалом. Розглянуто основні компоненти соціального здоров'я, серед яких – соціальне розуміння, соціальна підтримка та взаємодія, можливість приймати рішення щодо власного життя, житлові умови та фізичне середовище, доступ до ресурсів та економічний статус, доступність освіти та медичних послуг, релігійні та культурні цінності, соціальна інклюзивність. У межах дослідження проведено онлайн-опитування молодих жінок щодо оптимізації їхнього соціального здоров'я, за підсумками якого сформовано пріоритетні пропозиції для громадських організацій та органів влади, зокрема, забезпечення соціального захисту та доступу до якісної медичної допомоги, вдосконалення системи освіти та просвітницької діяльності, просування здорового способу життя, забезпечення практичної психологічної підтримки та консультування, взаємодія громадськості з урядовими організаціями.

**Ключові слова:** соціальне здоров'я, соціальне благополуччя, здоровий спосіб життя, жінка, складники соціального здоров'я, ресурс, підтримка.

**Вступ.** Інтенсифікація процесів урбанізації та динаміка соціальних структур актуалізують питання підтримки соціального здоров'я. Особливої ваги проблема набуває у контексті молодих жінок. Будучи важливою компонентою загального суспільного благополуччя, соціальне здоров'я чинить вплив на якість життя кожної жінки, формуючи концепти стабільного розвитку суспільства.

Рівень усвідомленості важливості підтримки соціального здоров'я молодих жінок нині зростає, адже сучасні реалії формують потребу підвищеної уваги до питань зростання стресу, депресивних станів,

ізоляції та самотності у суспільстві, економічної та соціальної нерівності. Ситуація ускладнилась на тлі пандемії COVID-19 та тривалої російсько-української війни. Кризові умови зацентрували значимість соціального здоров'я, продемонструвавши вразливість суспільства до нових викликів.

Жінки вікової групи 18–35 років у кризових умовах стикаються зі зростанням соціальної відчуженості, погіршенням доступу до послуг з охорони здоров'я, низьким рівнем соціальної підтримки, проявами нерівності та дискримінації. Стає очевидним, що соціальне здоров'я зазначеної категорії суспільства визначається значною мірою рівнем доступу до освіти та медичних послуг, якісного житла та робочих місць.

Підтримка соціального здоров'я молодих жінок є важливим суспільним завданням, адже йдеться про збереження фізичного та ментального благополуччя, вдосконалення загальної якості життя громадян, розвиток гармонійних міжособистісних взаємин. При цьому процес потребує комплексного підходу та налагодження ефективної взаємодії між соціумом, громадськими організаціями та урядом щодо забезпечення сприятливих умов для всебічного розвитку жінок вікової групи 18–35 років.

Наукові дослідження та публікації останніх років у сфері соціального здоров'я демонструють підвищений інтерес до проблематики та розширення меж усвідомленості її значення для суспільного розвитку. Галузевий науковий дискурс демонструє взаємозв'язок між загальним рівнем благополуччя населення та різними концептами феномену соціального здоров'я.

Проблематиці присвячено низку публікацій сучасних науковців у сферах соціології, психології, соціальної педагогіки, медицини тощо. Зокрема, М. Березненко та Т. Цимбал (2023) досліджують інтегральні індекси оцінки соціального благополуччя, водночас А. Бобро (2014) аналізує сутність дефініції «соціальне здоров'я» та визначає ключові принципи підтримки здорового способу життя. О. Вовченко (2024) детермінує сутність та зміст феномену соціального здоров'я, а N. Kostruba, A. Kostruba (2024) актуалізують психологічну компоненту ментального здоров'я в кризових умовах.

С. Дембіцький (2018), Н. Костенко, В. Марцинковський (2018) досліджують особливості впливу соціального здоров'я на соціально-економічні умови та добробут жінок. Науковці Т. Лебединець, Л. Мазник (2025) актуалізують необхідність підвищення ефективності соціальних програм, що мають на меті зменшення нерівності в підтримці та доступі до послуг з охорони здоров'я, залучаючи потенціал сучасних інструментів формування та підтримки соціального благополуччя – соціальних мереж, спільнот та комунітетів.

За підсумками огляду сучасних галузевих публікацій можна стверджувати, що низка аспектів соціального здоров'я жінок вікової групи 18–35 років залишаються не досить дослідженими. Зокрема, розширеного аналізу потребують шляхи підвищення стійкості, адаптивності та резильєнтності молодих жінок у межах концепції підвищення загального суспільного благополуччя.

**Мета та завдання дослідження.** Метою статті є аналіз особливостей соціального здоров'я жінок вікової групи 18–35 років, виявлення потенційних можливостей для його оптимізації за допомогою онлайн-опитування представників досліджуваної суспільної категорії.

**Матеріали та методи дослідження.** Основними матеріалами дослідження були вибрані публікації за 2018–2025 рр., котрі індексуються у провідних наукових базах даних (Web of Science, Scopus). Для пошуку були використані ключові слова «соціальне здоров'я, соціальне благополуччя, здоровий спосіб життя, жінка, складники соціального здоров'я, ресурс, підтримка». Основні критерії виключення та включення наукових праць та публікацій у методологічну вибірку дослідження – рівень надійності та достовірності інформації, а також просторово-часовий індикатор у контексті її репрезентативності. З огляду на практичні реалії розмір вибірки джерел вважався доцільним, забезпечуючи достатню наукову та статистичну потужність.

У процесі дослідження було застосовано загальні наукові методи, такі як: аналіз і синтез, порівняння, структурно-логічний метод, систематизація, узагальнення та абстракція. Вибрані методи дозволили всебічно дослідити соціальне здоров'я молодих жінок у контексті потенційних рішень з оптимізації. Також методи дали змогу детермінувати основні критерії та дефініції, визначити найбільш впливові фактори, критично оцінити супутні ризики та негативні наслідки.

Щоб зменшити внутрішню упередженість у публікаціях, використаних для цього дослідження, було застосовано стратегію відкритого доступу та повторного використання даних. Це передбачало надання доступу до повних даних дослідження, включаючи необроблені дані та код, що дало змогу перевірити результати та провести додатковий аналіз у разі потреби, тим самим зменшивши вплив упередженості.

У межах дослідження було проведено цільове онлайн-опитування за допомогою Google forms. Вибірка респондентів була сформована на основі добровільної участі. Критеріями відбору респондентів слугували: репрезентативність учасників, віковий ценз. Учасниками була надана інформована згода. Також було забезпечено конфіденційність інформації щодо результатів дослідження.

Результати опитування були узагальнені за допомогою методів кількісного аналізу. Для інтерпретації та порівняння результатів було використано метод порівняльного аналізу.

**Результати дослідження.** Актуальність соціального здоров'я в просторі глобальної спільноти невинно зростає, адже воно формує основу для стійкого розвитку та просування суспільства. Досягнення соціального благополуччя передбачає як матеріальну впевненість, так і належний рівень добробуту, соціальної справедливості, забезпечення рівних можливостей та підтримку здоров'я. Через ускладнені умови розвитку сучасного світу та розширення варіативності соціальних викликів досягнення соціального благополуччя та, зокрема, підтримка соціального здоров'я набувають особливої ваги (Мащак, Кучвара, 2022).

Соціальне здоров'я молодих жінок – це їхня здатність ефективно взаємодіяти із суспільством, мати міцні стосунки у сім'ї та колективі, а також відчувати себе повноправними членами суспільства. Це включає вміння спілкуватися, адаптуватися до соціальних умов, мати належний соціальний статус і жити в гармонії з навколишнім світом, що сприяє загальному добробуту. Ключові аспекти соціального здоров'я жінок вікової групи 18–35 років узагальнені у таблиці 1.

Таблиця 1

### Основні аспекти соціального здоров'я жінок вікової групи 18–35 років

| Аспект соціального здоров'я   | Характеристика                                                                                           |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ефективна соціальна взаємодія | Уміння будувати здорові та доброзичливі стосунки з оточуючими – сім'єю, друзями, колегами                |
| Соціальна адаптація           | Здатність пристосовуватися до різних соціальних умов та ролей, що відповідають віку та життєвій ситуації |
| Соціальний статус             | Відчуття себе повноправним членом суспільства та наявність відповідного соціального статусу              |
| Підтримка близьких            | Наявність міцних стосунків і любові, що є важливою частиною соціального благополуччя                     |
| Соціальне оточення            | Вплив навколишнього середовища, включаючи культуру та засоби масової інформації, на стан здоров'я        |

Джерело: узагальнено авторами.

Очевидно, що пріоритетним напрямом соціальної політики щодо досліджуваної суспільної групи має стати розробка та впровадження стратегій, що спрямовані на практичну підтримку, гарантії соціальної справедливості, зменшення нерівностей, соціальну адаптацію та захист прав та інтересів. Підтримка соціального здоров'я має включати взаємодію з оточуючими (побудову та підтримку міцних взаємин з родиною, друзями та колегами), активну участь у житті суспільства, спілкування з однодумцями, усвідомлення власного впливу та впливу оточення і культури на здоров'я, просування здорового способу життя (Павліченко, 2020).

Соціальне здоров'я детермінується не лише станом фізичного здоров'я жінки, але і ступенем інтегрованості у суспільство, характером соціальних взаємин, рівнем загальної задоволеності життям. Сутність дефініції «здоров'я», згідно з визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), полягає у досягненні повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише у відсутності захворювань чи фізичних дефектів. Водночас соціальне здоров'я являє собою стан гармонійного функціонування особистості у основних видах взаємодій (економічній, ідеологічній, соціальній, політичній), що відбуваються на засадах взаємоповаги, взаєморозуміння, взаємодопомоги, взаємоприйняття, що сприяє досягненню самоактуалізації особистості, її духовному розвитку та формуванню комфортних відносин з реальністю (Бірон, 2018).

Соціальне здоров'я молодих жінок орієнтоване на їх сприйняття власного місця у суспільстві, характеру взаємодії з оточуючими, способи вирішення проблем та реалізації соціальних зобов'язань (Nelson, 2024). До зазначеної категорії належать відчуття приналежності до групи, рівень емпатії та співчуття, підтримка соціальних мереж, спроможність до взаємодії та спільної діяльності. Основні складники соціального здоров'я наведені у таблиці 2.

З огляду на значимість соціального здоров'я для стійкого благополуччя суспільства його підтримка стає ключовим завданням для соціальної політики та програм громадського здоров'я. Адаптивність та резильєнтність мають стати базисом перспективного розвитку системи охорони здоров'я. Важлива роль у публічному обговоренні проблем здоров'я та популяризації здорового способу відіграють громадські організації, що є потенційними партнерами в програмах підтримки соціального здоров'я.

У межах цього дослідження було проведено онлайн-опитування, що мало на меті виявлення ключових концептів соціального здоров'я жінок вікової групи 18–35 років та формування пропозицій щодо їх

Таблиця 2

## Компоненти соціального здоров'я жінок вікової групи 18–35 років

| Складник соціального здоров'я               | Особливості                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Соціальна взаємодія та підтримка            | Підтримка сім'ї, друзів та співробітників, взаємодопомога та співпраця, що включає взаємодію з різними соціальними групами та якість міжособистісних відносин |
| Соціальне розуміння                         | Емпатія та сприйняття інших                                                                                                                                   |
| Ресурсне забезпечення та економічний статус | Рівень доходу, доступність житла та інших соціальних благ, можливості працевлаштування                                                                        |
| Доступ до медичних послуг та освіти         | Можливість отримання якісної освіти та медичної допомоги, інших соціальних послуг, що чинять вплив на ментальне та фізичне здоров'я                           |
| Житлові та фізичні умови                    | Якість житла, доступ до чистого повітря, води, рекреаційних ресурсів                                                                                          |
| Релігійні та культурні цінності             | Традиції, цінності, культурна спадщина, релігійна практика у тісній взаємодії між собою                                                                       |
| Соціальна інклюзія                          | Інтегрованість у суспільство                                                                                                                                  |

Джерело: узагальнено автором.

покращення у перспективі. Вибірка була сформована із 66 осіб; вікова категорія – 18–35 років; стать – жіноча; географія – 8 областей України. Опитування було проведено в липні 2025 р. із використанням інструменту Google Forms.

Респондентам було запропоновано сім запитань, відповіді на які були згруповані за найбільшим відсотком схожості:

- 94% опитуваних відзначили недостатню доступність та якість медичної допомоги, незалежно від фінансового стану чи соціального статусу жінки;
- 81% опитаних жінок висловили позицію щодо необхідності проведення профілактичних освітньо-просвітницьких заходів на тему вакцинації, шкідливих звичок, попередження захворювань;
- 75% респондентів переконані у необхідності впровадження програм соціального захисту;
- 67% жінок пропонують підтримувати ініціативи, що популяризують здоровий спосіб життя.

Громадські організації можуть відігравати ключову роль у збереженні соціального здоров'я шляхом реалізації різноманітних ініціатив та програм. Як свідчать результати опитування, проведеного в межах дослідження, 70% респондентів вбачають у громадських організаціях джерело популяризації здорового способу життя, надання психологічної підтримки та консультування, активної співпраці з владою для вирішення проблем у сфері медичного обслуговування, спільної реалізації проєктів з покращення соціального здоров'я, впровадження інновацій та експертних знань.

Гармонійно розвинена жінка вікової групи 18–35 років здатна не тільки протистояти впливам, але й активно прагнути до загального блага, брати активну участь у громадській роботі, зацікавлено ставитися до вирішення соціальних проблем. Проведене опитування підтвердило таку тезу, демонструючи спрямованість сучасної молодшої жінки до активної соціальної самореалізації та прагнення підвищення власної резильєнтності.

**Обговорення результатів.** Надзвичайно вагомим аспектом збереження соціального здоров'я молодих жінок є ментальне (психічне) здоров'я – стан психічного благополуччя, за якого особистість відчуває спроможність ефективно боротися зі стресовими ситуаціями життя, продуктивно працювати та реалізувати власний потенціал, розвивати здорові відносини з оточуючими, проявляти стійкість та адаптивність за умов негативних життєвих обставин. Ментальне здоров'я детермінується не лише відсутністю психічних розладів, але й позитивним відношенням до себе та навколишніх, спроможністю розвивати соціальні та особистісні навички (Alexander et al., 2020).

Загалом, жінки демонструють більшу схильність до ризику тривалих психологічних розладів на тлі деструктивного впливу війни. Серед наслідків – ментальне виснаження; ослаблення імунітету; посилення та зростання залежностей; поширення захворювань та пізня їх діагностика; біологічне старіння через психоемоційну напругу; зменшення рівня народжуваності; погіршення результатів лікування хронічних захворювань; поширення інфекційних хвороб (Connor et al., 2020). Серед практичних психічних проявів впливу таких факторів у психічному полі варто виокремити підвищену тривожність, фрустрацію, депресію, посттравматичний стресовий розлад, апатію. Особливої уваги потребує загроза стану фрустрації, що супроводжується розчаруванням, роздратуванням, безпорадністю (Zasiekina et al., 2024).

У такому випадку соціальна підтримка часто діє більш ефективно, ніж будь-яке медикаментозне чи психологічне втручання. Важливості набувають цільові підходи, котрі стимулюють самооцінку, знижують

тривожність, врівноважують емоційний стан. Програми психологічної підтримки повинні передбачати ранню попереджувальну діагностику ментальних порушень. Це дасть змогу формувати індивідуальні траєкторії психологічної та соціальної підтримки (Blynova & Kruhlov, 2021).

Практична підтримка соціального здоров'я має позиціонуватись ключовим пріоритетом ресурсної підтримки суспільства у часі війни. Вагомий функціонал у цьому контексті має відводитись хабам психологічної підтримки, духовним центрам, індивідуалізованому супроводу з питань охорони здоров'я. За умов ефективної практичної підтримки молоді жінки зможуть активізувати особистісні ресурси для регенерації та збереження фізичного та психічного здоров'я, зберігати продуктивність та розвивати резильєнтність.

**Висновки.** Таким чином, соціальне здоров'я молодих жінок необхідно розглядати як комплексний підхід, який зауважує систему взаємозв'язків між фізичним, психічним і соціальним благополуччям особистості та асимілює фізичний стан організму, взаємодію з довкіллям, економічні та культурні умови життя, характер соціальних взаємин. Рівень соціального здоров'я визначається доступністю освітнього ресурсу, полюсністю соціальних зв'язків, можливостями для самореалізації, інтегрованістю у суспільство, загальним рівнем задоволення життям.

Під час війни підтримка здоров'я є надзвичайно важливим аспектом протидії деструктивним впливам на соціум, що потребує залучення зусиль фахівців та управлінців. Хронічний вплив стресогенних чинників та втрата психологічної опори підсилюються укоріненням деструктивних фізичних та психологічних звичок, призводять до розвитку стійкого посттравматичного стресового розладу та значних проблем із фізичним здоров'ям.

За результатами онлайн-опитування щодо особливостей соціального здоров'я жінок вікової групи 18–35 років були сформовані такі пропозиції: у контексті влади – забезпечення доступності та якості медичної допомоги, забезпечення соціальних гарантій та захисту, інтеграція програм профілактичних заходів та сприяння здоровому способу життя; у контексті громадських організацій – реалізація освітніх кампаній щодо популяризації здорового способу життя, організація надання консультування та психологічної підтримки, захист прав жінок.

Розробка ефективних стратегій управління та покращення якості життя, формування політики гарантій соціальної справедливості та інклюзивності повинні базуватись на розумінні взаємозв'язку між соціальним здоров'ям та іншими аспектами соціального розвитку, що є основою для розвитку стійкого та просунутого суспільства. Такий підхід сприятиме формуванню більш здорової та збалансованої громади, в тому числі молодих жінок, рівень соціального здоров'я яких значною мірою детермінує відтворюваність нації.

### Література

- Березненко М., Цимбал Т. Вплив війни на здоров'я українців. *Grail of science*. 2023. Вип. 24. С. 416–417. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.17.02.2023.076>.
- Бірон Б. В. Позитивні особистісні риси як предиктори соціального благополуччя. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2018. Вип. 3. № 3. С. 26–37.
- Бобро А. А. Сутність поняття «соціальне здоров'я» у науковій літературі. *Вісник Чернігівського національного університету. Серія : Педагогічні науки*. 2014. № 122. С. 19–23.
- Вовченко О. А. Ментальне здоров'я як глобальний виклик сьогодення та майбутнього у системі спеціальної психології. *Global science: prospects and innovations : Proceedings of VI International Scientific and Practical Conference*. Liverpool, United Kingdom, 1–3 February 2024. Liverpool. 2024. С. 308–312.
- Дембіцький С. С. Особливості вимірювання особистісного та соціального благополуччя в Європейському соціальному дослідженні. *Український соціум*. 2018. № 4. С. 67.
- Костенко Н. І., Марцинковський В. О. Особливості соціального забезпечення сфери охорони здоров'я: зарубіжний досвід. *Подільський науковий вісник. Економіка, Педагогіка*. 2018. № 3. С. 166–173. URL: [https://pnv.in.ua/images/Magazine/2018\\_3.pdf#page=165](https://pnv.in.ua/images/Magazine/2018_3.pdf#page=165).
- Лебединець Т. О., Мазник Л. В. Міжнародні практики соціального благополуччя для забезпечення сталого розвитку України. *Актуальні питання економічних наук*. 2025. № 12. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.16484169>.
- Мащак С. О., Кучвара Х. Б. Особливості суб'єктивного благополуччя українців в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Психологія*. 2022. № 6. С. 5–9. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.6.1>.
- Павліченко О. В. Принципи соціального захисту жінок. *Social Law*. 2020. Вип. 1. С. 90–96. DOI: <https://doi.org/10.37440/soclaw.2020.01.15>.

Alexander L. L., LaRosa J. H., Bader H., Garfield S. New dimensions in women's health. Jones & Bartlett Learning, 2020.

Blynova O. Y., Kruhlov K. O. Subjective social well-being of employees with different socioeconomic statuses. *Insight: the psychological dimensions of society*. 2021. № 6. C. 57–71. DOI: <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2021-6-5>.

Connor J., Madhavan S., Mokashi M., Amanuel H., Johnson N. R., Pace L. E., Bartz D. Health risks and outcomes that disproportionately affect women during the Covid-19 pandemic: A review. *Social science & medicine*. 2020. № 266. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113364>.

Kostruba N. S., Kostruba A. Social support as a factor of mental health in wartime conditions: Communication and interaction. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*. 2024. Vol. 30(1). DOI: <https://doi.org/10.61727/ssspj/1.2024.39>.

Nelson L. M. A social movement: mind the gap in women's healthcare and research. *Expert Review of Endocrinology & Metabolism*. 2024. Vol. 19(5). P. 399–401. DOI: <https://doi.org/10.1080/17446651.2024.2365790>.

Zasiekina L., Duchyminska T., Bifulco A., Bignardi G. War trauma impacts in Ukrainian combat and civilian populations: Moral injury and associated mental health symptoms. *Military psychology*. 2024. Vol. 36(5). P. 555–566. DOI: <https://doi.org/10.1080/08995605.2023.2235256>.

### Features of social health of women in the age group 18–35 years

**Chernov Andrii**

Doctor of Sciences (in Pedagogy), Associate Professor, Professor at the Department of Philosophy,  
Faculty of Sociology and Law  
National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute", Kyiv, Ukraine

**Kalchenko Larysa**

Third (educational and scientific) Level Higher Education Student at the Department of Philosophy,  
Faculty of Sociology and Law  
National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute", Kyiv, Ukraine

---

The social health of young women is understood as their ability to effectively interact with society, form strong relationships in the family and in the team, and feel like full members of society. The purpose of the article is to analyze the features of the social health of women aged 18–35. The study found that the phenomenon of social health of young women includes communication skills, the ability to adapt in different social conditions, maintaining proper social status and functioning in harmony with the surrounding world, which contributes to increasing the sustainability of general well-being. The key aspects of the essence of social well-being as a state of life, characterized by signs of safety, dignity, satisfaction, accessibility of basic social services, which in synergy allows to ensure decent living conditions, access to education and healthcare, employment, housing, social protection and other aspects of development and well-being, are determined. It is substantiated that the social health of women aged 18–35 is positioned as an important component of social well-being and is considered as the harmonious functioning of women in various spheres, based on the concepts of mutual respect, mutual understanding, mutual assistance and mutual acceptance. The property of social health to determine the quality of life of women and influence the stability and sustainability of social development as a whole is proven. The main components of social health are considered, including social understanding, social support and interaction, the ability to make decisions about one's own life, housing conditions and physical environment, access to resources and economic status, accessibility of education and medical services, religious and cultural values, social inclusion. As part of the study, an online survey of young women was conducted on optimizing their social health, the results of which formed priority proposals for public organizations and government bodies, in particular, ensuring social protection and access to quality medical care, improving the education system and educational activities, promoting a healthy lifestyle, providing practical psychological support and counseling, and interacting with government organizations.

**Keywords:** social health, social well-being, healthy lifestyle, woman, components of social health, resource, support.

---

## References

- Bereznenko, M., & Tsymbal, T. (2023). Vplyv viiny na zdorovia ukraintziv [The impact of war on the health of Ukrainians]. *Grail of Science*, (24), 416–417. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.17.02.2023.076> [in Ukrainian].
- Biron, B. V. (2018). Pozytyvni osobystisni rysy yak predyktory sotsialnoho blahopoluchchia [Positive personal traits as predictors of social well-being]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii*, 3(3), 26–37 [in Ukrainian].
- Bobro, A. A. (2014). Sutnist poniattia “sotsialne zdorovia” u naukovi literaturi [The essence of the concept “social health” in scientific literature]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Pedahohichni nauky*, (122), 19–23 [in Ukrainian].
- Vovchenko, O. A. (2024). Mentalne zdorovia yak hlobalnyi vyklyk sohodennia ta maibutnoho u systemi spetsialnoi psykholohii [Mental health as a global challenge of the present and the future in special psychology]. *Global Science: Prospects and Innovations. Proceedings of the VI International Scientific and Practical Conference (Liverpool, United Kingdom, February 1–3, 2024)*, 308–312 [in Ukrainian].
- Dembitskyi, S. S. (2018). Osoblyvosti vymyruvannia osobystisnoho ta sotsialnoho blahopoluchchia v Yevropeiskomu sotsialnomu doslidzhenni [Features of measuring personal and social well-being in the European social survey]. *Ukrainskyi Sotsium*, (4), 67 [in Ukrainian].
- Kostenko, N. I., & Martsynkovskiy, V. O. (2018). Osoblyvosti sotsialnoho zabezpechennia sfery okhorony zdorovia: zarubizhnyi dosvid [Features of social security in healthcare: Foreign experience]. *Podilskyi naukovyi visnyk. Ekonomika, Pedahohika*, (3), 166–173. Retrieved from [https://pnr.in.ua/images/Magazine/2018\\_3.pdf#page=165](https://pnr.in.ua/images/Magazine/2018_3.pdf#page=165) [in Ukrainian].
- Lebedynets, T. O., & Maznyk, L. V. (2025). Mizhnarodni praktyky sotsialnoho blahopoluchchia dlia zabezpechennia staloho rozvytku Ukrainy [International practices of social well-being for ensuring sustainable development of Ukraine]. *Aktualni pytannia ekonomichnykh nauk*, (12). <https://doi.org/10.5281/zenodo.16484169> [in Ukrainian].
- Mashchak, S. O., & Kuchvara, Kh. B. (2022). Osoblyvosti subiektyvnoho blahopoluchchia ukraintziv v umovakh viiny [Features of subjective well-being of Ukrainians in wartime]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Psykholohiia*, (6), 5–9. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.6.1> [in Ukrainian].
- Pavlichenko, O. V. (2020). Pryntsypy sotsialnoho zakhystu zhinok [Principles of social protection of women]. *Social Law*, (1), 90–96. <https://doi.org/10.37440/soclaw.2020.01.15> [in Ukrainian].
- Alexander, L. L., LaRosa, J. H., Bader, H., & Garfield, S. (2020). *New dimensions in women's health*. Jones & Bartlett Learning.
- Blynova, O. Y., & Kruhlov, K. O. (2021). Subjective social well-being of employees with different socio-economic status. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, (6), 57–71. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2021-6-5>
- Connor, J., Madhavan, S., Mokashi, M., Amanuel, H., Johnson, N. R., Pace, L. E., & Bartz, D. (2020). Health risks and outcomes that disproportionately affect women during the Covid-19 pandemic: A review. *Social Science & Medicine*, (266). <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113364>.
- Kostruba, N. S., & Kostruba, A. (2024). Social support as a factor of mental health in wartime conditions: Communication and interaction. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 30(1). <https://doi.org/10.61727/ssspj/1.2024.39>.
- Nelson, L. M. (2024). A social movement: Mind the gap in women's healthcare and research. *Expert Review of Endocrinology & Metabolism*, 19(5), 399–401. <https://doi.org/10.1080/17446651.2024.2365790>.
- Zasiekina, L., Duchyminska, T., Bifulco, A., & Bignardi, G. (2024). War trauma impacts in Ukrainian combat and civilian populations: Moral injury and associated mental health symptoms. *Military Psychology*, 36(5), 555–566. <https://doi.org/10.1080/08995605.2023.2235256>.



Received: October 20, 2025  
Accepted: November 11, 2025  
Published: December 30, 2025