



ISSN 2450-6486

<http://ehs.eeipsy.org>DOI: <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2024.3.09>

This publication was made with the funds of a joint Grant of
EEIP (Ukraine - France) and ChF "Education: Future"

**Віктор СІТКАР**

Психологія дітей та дорослих в ситуації війни: сучасні тенденції

VIKTOR SITKAR. Psychology of children and adults in the situation of war: current trends. *The socio-psychological peculiarities of children and adults who have been affected by military conflicts which disable their souls and may cause post-traumatic stress disorder which manifests itself in a constant reaction to a traumatic event have been revealed. It is noted that if the child does not help to cope with the problem on time, in the future it can be transformed into a variety of forms of behaviour. After all, physical illnesses are visible and mental diseases are hidden.*

Keywords: children, adults, war, post-traumatic stress disorder, psychology.

1. Постановка проблеми

Нові реалії сьогодення в Україні, пов'язані з незаконною анексією Криму, війною на Донбасі, породили біль, трагедії, злами долі тисяч малолітніх громадян України. На їхнє життя вже випали такі випробування, які й дорослим важко долати. Це – діти загиблих чи покалічених солдатів, діти, які бачили війну на власні очі. Це діти,



Received 08.20.2024

Peer-reviewed 09.05.2024

Revised version received 09.15.2024

Accepted 09.28.2024

які залишилися без батьківської турботи, сироти, діти, які отримали каліцтво та інші тяжкі захворювання. Навіть тепер, коли вони виїхали з територій, де відбуваються військові дії, жах війни продовжує їх переслідувати. І це вже інша субкультура. Психологічні травми можуть залишитися з ними на все життя. Є ризик, що діти надалі проявлятимуть себе як жертви або агресори. Переживання страху впливає на світовідчуття в цілому, на шкалу цінностей, на здатність до навчання, до розвитку, на те, як вони надалі будуватимуть свої стосунки з іншими людьми, створюватимуть сім'ї та виховуватимуть своїх дітей [7, с.128].

Все це актуалізує проблему впливу війни на соціалізацію всіх дітей України. Якщо раніше визначення «діти війни» у нашій державі чітко асоціювалось з поколінням, яке народилось напередодні та під час Другої Світової війни, то сьогодні – це зовсім інша вікова категорія. Прикметно те, що сьогодні діти війни – це уже не старше (тобто сформоване) покоління, а покоління, яке лише проходить етап соціалізації, етап формування внутрішнього «Я» і майбутнього зовнішнього, колективного «Ми» (тобто, політичної та громадянської культури громади та усього народу). Суспільство і держава, якщо вони зацікавлені у самозбереженні, мають перейматись не лише добробутом найуразливіших категорій населення, але й безпекою, вихованням, можливістю повноцінного доступу дітей до прав і свобод та спроможності наймолодших громадян України у майбутньому їх відстоювати [3].

2. Аналіз останніх досліджень та публікацій

Україна багато років була мирною країною. Таке болоче явище як війна сприймалося як відгомін страшних подій минулого і, звичайно, ніхто не готувався до надання допомоги дітям, постраждалим у воєнному конфлікті. Тому лише зараз почали з'являтися публікації присвячені особливостям та роботі з людьми з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). Серед них можна назвати ґрунтовне видання Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України «Психологічна допомога постраждалим внаслідок травматичних подій», посібники МЖПЦ «Ла Страда-Україна»: «Правила безпеки та можливості отримання допомоги у період конфлікту в Україні», «Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період». [4, с. 4].

Низка організацій видала переклади книг з питань роботи з травмованими дітьми та дорослими, наприклад, «Охорона психічного здоров'я в умовах війни» (україномовне видання), яку 15 листопада 2017 року презентували в Українському католицькому університеті (м. Львів). Ця книга не лише про психічні розлади, але в першу чергу про те, як стати міцнішими і сильнішими під час стресових ситуацій, зазначає директор Інституту психічного здоров'я УКУ Олег Романчук: «Таку якісну книгу варто поставити на полиці багатьох працівників міністерств, громадських організацій, психіатричних служб, капеланів, психотерапевтів і психологів. Вона важлива, бо важливе психічне здоров'я» [5].

Однак більшість видань розрахована на психологів-практиків, у той час як у педагогів (учителів загальноосвітніх шкіл, вихователів дитячих садочків), що у своїй повсякденній практиці стикаються з проблемами дітей-переселенців з території АТО, часто немає елементарних практичних знань (оскільки такі знання їм ніколи не надавали) з теорії посттравматичного стресу [4].

За даними сучасних психологічних досліджень, коло людей, що можуть переживати травматичний стрес, є досить широким. До нього входять не тільки безпосередні учасники подій, але і члени їхніх сімей, а також ті, що були поруч з подією, або спостерігали за нею через ЗМІ, або навіть чули розповіді про події. Особливо це стосується дітей з огляду на обмеженість їх життєвого досвіду, вразливість та незрілість дитячої психіки.

Діти, які навіть не були посвячені в суть і деталі подій, можуть спостерігати їх через ЗМІ, бачити страх та розгубленість батьків, чути тривожні або агресивні висловлювання. На дітей можуть вплинути зміни у звичайному перебігу сімейних справ, переїзди або присутність «третіх» осіб у домі.

Для дитини непросто зрозуміти, що сталося в родині, місті, країні, що часом призводить до переживання безпорадності і тривоги у великому, незрозумілому світі. Важливо усвідомлювати, що маленька дитина може переживати такі ж сильні почуття з приводу травматичних подій, як і дорослі. У деяких дітей ці переживання можуть виникнути відразу ж після події, у інших – через деякий час. Кожна дитина може реагувати по-різному, навіть якщо це діти з однієї родини. Реакції дітей на травматичні події залежать від «близькості» до події та тяжкості події, емоційного стану, чутливості та характеру дитини, її віку тощо.

Тернопільський психотерапевт Олег Гуковський, який з самого початку драматичних подій в Україні консультує бійців АТО та їхні родини, зазначає, що «українці живуть у стані постійного стресу». Він зауважує, що криза – це не лише руйнування, а можливість стати сильнішим, відкрити в собі нові якості – співчуття, милосердя, турботу тощо. На його думку, треба усвідомлювати, що перед кожним із нас постає багато нових викликів. Якщо з цим не справитися, тоді бере гору проблема – виникає депресія, занепад сил, зневіра, зникає сенс існування. В Україні ще тривають активні дії, ми живемо у стані постійного стресу. Є кілька способів реагування на шокуючу подію: людина завмирає, втікає або бореться. Якщо сидіти перед телевизором, «варитися» у новинах, обговорювати їх в Інтернеті й нічого не робити – це призводить тільки до психологічних порушень. Це і є завмирання, користі від такої поведінки нема ніякої. З іншого боку, не можна заперечувати реальність. Важливо бути активним, аби долати стрес – застоюна вода перетворюється у болото [1].

Найбільш психологічно «накручена» в нинішньому суспільстві група – це ті люди, які безпосередньо брали і беруть участь в бойових діях. На запитання, *«Що потрібно знати про психологічний стан бійців?»* О. Гуковський вказує, що є так званий «синдром постійної війни». Хлопці, які воюють, починають зводити до певного рівня енергії. Це так само, як їхати на велосипеді: ти не падаєш, поки крутиш педалі. Основне питання у зоні бойових дій – це вижити. Тривога з'являється, коли виходиш з цього поля бою. Тоді починають проявлятися різні тілесні реакції: трусить, ноги підкошуються, слабкість. Згодом, у цивільному житті, практично у всіх бійців будуть ознаки посттравматичного стресового розладу: повернення у минуле, надмірна збудливість, реакції на голосні звуки. За місяць це все потрохи минає, а за рік переважна більшість позбувається травм війни. Але у 15-20 відсотків цей синдром, який ще називають «ветеранським», залишиться і буде тривалим. Це, мабуть, та категорія людей, що була у нас після Афганістану. Їм важко знайти собі місце в житті, для деякого сила так і залишиться основним способом вирішення проблеми. До цього треба готуватися, створювати мережу реабілітаційних центрів, інформаційне забезпечення для бійців, їх родин [1].

На запитання, *«Як близьким і рідним підтримати людей, що повернулися із війни?»*, О. Гуковський радить таке:

– Не можна оцінювати їх попередніми мірками – перебування у зоні бойових дій стовідсотково змінює людину. Я колись проводив

тренінг з бійцями, які захищали Донецький аеропорт. Один із хлопців так пояснив свої відчуття: є бойовий стан – червона зона. У цивільному житті потрапляєш у зелену зону, де люди живуть своїми рутинними турботами. Психіка не встигає адаптуватися. Тому солдатам треба дати час для відпочинку і спокою. Це не означає закрити їх на ключ – і нехай полежать собі, подивляться в стелю. Дуже важлива спільна діяльність: знаходити час, аби побути разом, залучати до побутових речей, можна затіяти вдома ремонт. Якщо не спрямувати їхню енергію в дію, тоді починаються проблеми – тривожні розлади, депресії, алкоголізм, інші залежності.

У той же час, адаптація потрібна не тільки бійцям. Поки не було чоловіка, батька, велику частину обов'язків довелося взяти на себе родині. Жінка теж змінилася. Тому треба виробляти спільні правила поведінки. Потрібно звертати увагу на тих хто поруч, в першу чергу на дітей. Недавно одна знайома розповіла, як її шестирічна донька прийшла до неї зі словами: «Мамо, я знаю, АТО – це коли можна писати листи солдатам». Звідси виникає питання *«Як розмовляти з дітьми про війну?»*. Сьогодні дитячі психотерапевти розповідають, що *у малюків загострилися емоційні порушення ще за місяць до Майдану*. Діти більш чутливі до ситуації, ніж дорослі. Потрібно дуже простими словами пояснити, що відбувається у країні, таке знання зменшить страх. Крім того, саме зараз дітям можна прививати нові цінності: шукати приклади з давнішої історії, аналогії з Козаччини, казок, показувати героїчну історію свого народу. Як зазначає О. Гуковський, покоління дітей війни зовсім не втрачене, це те покоління, яке буде змінювати Україну [1].

Дитячий психолог Наталія Компанець зазначає, що психологічний стан дітей – це сконцентрований стан дорослих: «Тому головний фактор покращення психологічного стану дітей – це зміна поведінки дорослих. Батькам потрібно привести себе до порядку, почати щось робити. Якщо дитина бачить, що у батьків «опускаються руки», тоді стан тривоги, страху не покидає її, а навпаки, поглиблюється. Якщо дорослі «беруть себе в руки» і налагоджують життя на новому місці, знаходять роботу, налагоджують стосунки з новими людьми, дитина поступово «розморозиться». Насправді у дітей є досить великий ресурс в подоланні травм» [8].

Фахівці радять батькам не соромитись і неодмінно звертатись за допомогою до психологів. Адже, якщо дитині вчасно не допомогти впоратись з проблемою, в майбутньому вона може трансформуватись

в найрізноманітні форми на рівні поведінки. Справа в тому, що травма нікуди не зникає, а просто «консервується». В подальшому, так чи інакше, як певний фільтр, буде впливати на все життя людини. Це може бути схильність до депресії або хронічне безсоння. Як варіант, може проявлятися постійна готовність до агресії (тобто все нормально, але найменший привід – і людина спалахує, ніби сірник). Це може бути соціальна дезадаптація, проблеми з контактом, проблема в створенні сім'ї та інші прояви.

Ймовірність виникнення ПТСР та психічних розладів у людей, які побували в зоні бойових дій, у чотири рази більша аніж в інших. За інформацією Науково-дослідного центру гуманітарних проблем ЗСУ, за три роки війни 80% бійців АТО отримали психологічні травми, третина з яких потребує психіатричної допомоги. Незаперечним є і той факт, що 75% людей після стресу переживають посттравматичне зростання – усвідомлення глибшого сенсу та переоцінку життя [5].

Тому, все вищезазначене й зумовило *мету дослідження*, а саме: розкрити соціально-психологічні особливості дітей та дорослих, постраждалих від військових конфліктів, які калічать їх душі і можуть викликати посттравматичний стресовий синдром.

3. Виклад основного матеріалу дослідження

Війна безжалісно, змінює наш добре налагоджений побут, життя та світ. Вона переписує долі та перекреслює життя, змінює пріоритети та цінності у дорослих. І звичайно ж впливає на наших дітей. Не тільки на тих, хто став свідком бойових дій, насилля чи смерті, але і тих, кому довелося залишити свої будинки, школу та друзів. Навіть усіх дітей України, бо малі діти, як хлопчики так і дівчатка, насправді добре відчують реальність, чують розмови дорослих, відчують їх нервовість, дивляться телевізійні новини тощо.

Психоемоційний стан дітей викликає тривогу у фахівців: психологів, медиків, педагогів та ін. Дослідження в Донецькій області (жовтень 2014 р.), до якого були залучені 204 дитини, показало, що кількість дітей з порушеннями концентрації уваги, озлобленістю та агресією значно збільшилась. Переважна більшість з них відчують тривогу і страх. Побожування крові і неприємних раптових звуків у дітей від трьох до шести років значно перевищує норму. Хлопчики демонструють значно більш вищий рівень страху смерті, а дівчатка – страху болі, в порівнянні з нормою для їх віку. Таким дітям та їх

батькам неодмінно потрібна допомога, щоб пережити цей нелегкий час без наслідків [8].

Психологи констатують, що багато з таких дітей страждають посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). Цей синдром може проявлятися у вигляді нічних кошмарів, депресії, напруги. Дитина може просто сидіти і багато часу дивитись в одну точку. Інша дитина стає надто агресивною. Фахівці зазначають, що посттравматичний синдром неодмінно потрібно лікувати, і найкраще, якщо почати це робити у гострій формі (майже одразу після того, як дитина стала свідком подій, або ж протягом декількох місяців після того, що сталося). Адже, якщо згаяти час, гостра форма перейде в хронічну, і тоді з цією проблемою вже значно важче впоратись [8].

Діти-переселенці, яких війна не торкнулась (сім'ї яких вчасно виїхали із зони АТО) досить часто без проблем адаптуються до нових обставин. Тут багато чого залежить від того, як батьки поведуться в цій ситуації. Якщо хтось з батьків занурюється у вир проблем (потрібно вирішувати багато питань – побутових, фінансових, психологічних), при цьому забувають про сина чи доньку, дитина стає втраченою. На таких дітей важким тягарем навалюються не тільки проблеми розвалу сформованої світобудови, але ще й розривається зв'язок мати-дитина, батько-дитина. Ознакою такої загубленості може бути регрес: наприклад, діти середнього віку починають гратись в ляльки або просять закутати їх в ковдру. Тобто вимога підвищеного піклування та опіки. В інших дітей це може заглибитись – прояви нудоти, енурезу [8].

Батькам і педагогам психологи радять частіше спілкуватись з дітьми, якомога детальніше відповідати на всі запитання, навіть якщо здається, що дитина ще не доросла до відповідей. Найголовніше, робити це на доступному рівні. Адже у дітей є така особливість: якщо їм не пояснюють чогось, тоді вони вигадують (придумують) самі. І що вже нафантазує дитина – це вже питання невідоме [8].

Батькам, які мають намір допомогти своїм дітям, психологи рекомендують частіше обіймати їх, погладжувати по голові, робити легкий масаж. Адже робота з теплом усуває м'язові зажими, в яких «ховаються» психологічні травми. Частіше потрібно говорити дітям, що батьки їх люблять. Це значно важливіше, ніж будь-яке морозиво чи інші ласощі. Частіше кажіть уголос, що скоро все налагодиться. Всі війни колись закінчуються.

Сьогоднішня ситуація або включає в дорослій людині механізм уникнення (це досить розповсюджений варіант), або навпаки, може

збільшити внутрішні ресурси. В момент, коли настає небезпека, загроза життю, спадають всі маски, ментальні конструкції, і ми стаємо такими, якими є насправді. Можуть оголитись цілком інстинктивні реакції, могутня енергія, яка потім трансформується в позитивний конструктив. Суспільство сьогодні змінилось. Війна багатьох з нас згуртувала, чогось навчила, розвернула до справжніх цінностей – це людське життя, здоров'я, допомога один одному та участь [8].

Прихована проблема будь-якої війни у тому, що під час її формуватиметься нове покоління, виховане на цінностях, які актуальні для військового часу. В Україні ця проблема загострюється тим, що відбулась перерва у сорокарічний період, коли українці не знали проблем війни на власній території. Війна здавалась атавізмом минулого, а відповідно – концепції виховання спрямовувались на дітей, які проходять соціалізацію за мирних умов [3].

Війна не лише популяризує агресію, насильницькі методи вирішення питань. Вона дискредитує норми моралі мирного життя, норми права, компроміс та діалог як засіб досягнення цілей. А це значною мірою визначатиме норми поведінки громадян України, які пройшли становлення під час війни [3].

Як зазначають експерти, стрес у дітей формується через нерозуміння подій, що відбуваються. Тому, особлива увага має бути привернена роботі із психікою та раціоналізації процесів соціалізації дітей [3].

Психотерапевт О. Гуковський дає кілька дієвих порад, які допоможуть впоратися зі стресом як і власне активним учасникам подій, так і тим, хто переживає їх далеко від лінії фронту. Зокрема, це: – кожен має знайти своє місце у цій ситуації. Найпростіша порада – це взаємозв'язок з іншими. Спільне проведення часу, але бажано з користю. У цивільному житті – займатися волонтерством, наприклад, плести разом маскувальні сітки. Треба перестати вірити в месію, який прийде і все зробить за нас. Зверніть увагу на тих, хто поруч з вами і потребує підтримки, зателефонуйте рідним і близьким. Є теорія, що кожен, аби почуватися впевнено, повинен мати хоча б п'ять «безпечних людей», на яких можна покластися. Складіть список таких людей. Також можна сформулювати список безпечних місць, де вам було добре і куди ви хотіли би повернутися. Важливо максимально використовувати ті ресурси, які приносили раніше радість: спорт, рукоділля, малювання, гра на музичних інструментах. Але займайтеся цим разом із кимось. Є і така проста

порада – 12 обіймів у день. Завдяки взаємодії ми підтримуємо одне одного і самі стаємо сильнішими [1].

Зараз є шанс отримати нові навички спілкування та сформувати нові стосунки. І, напевно, тільки тоді ми зможемо побудувати суспільство, до якого прагнемо, а не яке травмоване. Звідси виникає запитання «Як зцілити травми суспільства, спричинені війною?» Відповідь на цю проблему намагаються знайти українські психологи. Досвід Ізраїлю, Грузії та Німеччини вже використовується для підготовки українських спеціалістів. За словами Олени Чуйко, докторки психологічних наук, професорки, завідувачки кафедрою соціальної реабілітації і соціальної педагогіки КНУ імені Шевченка, раніше українські психологи орієнтувалися на психоаналітичний підхід, але сьогодні мова йде про психологію соціальної травми, травми соціальної дії: «Це означає, що травмовано не окремого індивіда, а все суспільство загалом. І методи нашої роботи розповсюджуються на допомогу суспільству в цілому. Це цілісний контент, він стосується певних установок, настроїв, на які ми теж впливаємо і які ми формуємо. Ми розуміємо, що нам потрібно орієнтуватися на реальний запит (внутрішньо переміщені особи, діти загиблих військових, сім'ї військовослужбовців тощо), тому і розпочалася наша співпраця з Центром розвитку компетентності в педагогіці травми. Ми вирішили зробити спільний проект: наука плюс практика, практика роботи з травмованою дитиною», – говорить Олена Чуйко [6].

4. Висновки та перспективи подальших досліджень

ПТСР виникає як відтермінована і/або затяжна реакція на стресову подію або ситуацію (короткочасну або тривалу) виключно загрозливого або катастрофічного характеру, яка може викликати стрес у будь-якої людини, а тим більше у дитини. Проте симптоми в дитини спостерігаються довше, ніж у дорослого. У важких випадках вони можуть тривати протягом декількох місяців [4].

Зауважимо, що фізичні недуги видимі, а душевні – часто приховані. Людина соромиться про них говорити. В умовах війни стало очевидно, що українська система турботи про психічне здоров'я в Україні є досить слабкою» [5].

Діти інколи переживають психологічну травму через смерть близьких, розлучення батьків, аварії, пожежі, землетруси та інші природні й соціальні катаклізми. Однак тільки війна, бойові дії

травмують таку велику кількість дітей, які потребують допомоги широкого кола фахівців [4].

Дітям, які пережили психологічну травму, досить важко зрозуміти, що з ними сталося. Це пов'язано, насамперед, з їхніми віковими особливостями: їм не вистачає соціальної, фізіологічної та психологічної зрілості. Дитина не в змозі повністю усвідомити зміст того, що відбувається – вона просто запам'ятовує ситуацію, свої переживання в цю мить. Її сприйняття дійсності стає хаотичним, безладним, починає відзначатися плутаниною, втрачається «структура світу» в якому дитина живе [4].

Становлення повноцінного громадянина, здатного захищати свої права в умовах гіпертрофованої популяризації насилля та поляризації громадської думки, можливо, поки що виглядає не найнагальнішим питанням. Особливо в умовах, коли у війні уже загинули тисячі українських громадян, у тому числі й діти. Але стратегічно, – саме від вирішення вектору соціалізації значною мірою залежатимуть майбутні прийнятні моделі соціальної поведінки, а відповідно – майбутнє нашої держави.

References:

1. Брик А. Тернопільський психотерапевт: «Якби усі уявили, що кожного дня вмирають світи, то кинули б зброю і розійшлися» [Електронний ресурс] / Антоніна Брик. – Режим доступу : <http://nday.te.ua/ternopilskiy-psyhoterapevt-yakby-vsi-uyavyly-scho-kozhnoho-dnya-vmyrayut-svity-to-kynuly-b-zbroyu-i-rozijshlysa/>
2. Війна в очах дітей - сайт «Дзеркало Тижня [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.fdu.org.ua/ua/news/13177>
3. Діти війни: дослідження проблем дитинства в Україні за умов військової агресії [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uire.org.ua/doslidzhennya/1738/>
4. Допомога дітям, постраждалим внаслідок воєнного конфлікту: Довідник вихователя дошкільного навчального закладу / Н. В. Пророк, С. А. Гончаренко, Л. О. Кондратенко та ін., за ред. Н. В. Пророк. – Слов'янськ: ПП «Канцлер», 2015. - 84 с.
5. Зберегти психічне здоров'я в умовах війни: в УКУ презентували фахове видання, яке безкоштовно розповсюдять у медичних установах [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://ucu.edu.ua/news/zberegty-psyhichne-zdorov-ya-v-umovah-vijny-v-uku-prezentuvaly-fahove-vydannya-yake-bezkoshtovno-rozpovsyudyat-u-medychnyh-ustanovah/>
6. Педагогіка травми: в Україні готують спеціалістів для подолання дитячих травм [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dw.com/uk/>

педагогіка-травми-в-україні-готують-спеціалістів-для-подолання-дитячих-травм/a-38784198

7. Сіткарь В. І. «Покоління Z»: субкультурна парадигма / В. І. Сіткарь // International scientific-practical congress of pedagogues, psychologists and medics «Mind technologies: Science» [Text]: materials of proceedings of the International Scientific and Practical Congress «Mind technologies: Science», the 31th of March, 2017, Geneva (Switzerland) / Publishing Center of the European Association of pedagogues and psychologists «Science», Geneva, 2017, – P. 120-130.
8. Шклярская О. Дети и война: «Они убили мои сказки» [Электронный ресурс] / Оксана Шклярская. – Режим доступа: <http://racurs.ua/649-voyna-deti>

Transliteration of References:

1. Bryk A. Ternopilskyi psykhoterapevt: «Yakby usi uiavyly, shcho kozhnoho dnia vmyraiut svity, to kynuly b zbroiu i roziishlysia» [Elektronnyi resurs] / Antonina Bryk. – Rezhym dostupu : <http://nday.te.ua/ternopilskyj-psykhoterapevt-yakby-vsi-uyavyly-scho-kozhnoho-dnya-vmyrayut-svity-to-kynuly-b-zbroiu-i-roziishlysya/>
2. Viina v ochakh ditei - sait «Dzerkalo Tyzhnia [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu : <http://www.fdu.org.ua/ua/news/13177>
3. Dity viiny: doslidzhennia problem dytynstva v Ukraini za umov viiskovoi ahresii [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <http://uire.org.ua/doslidzhennya/1738/>
4. Dopomoha ditiam, postrazhdalym vnaslidok voiennoho konfliktu: Dovidnyk vykhovatel'ia doshkilnoho navchalnoho zakladu / N. V. Prorok, S. A. Honcharenko, L. O. Kondratenko ta in., za red. N. V. Prorok. – Sloviansk: PP «Kantsler», 2015. – 84 s.
5. Zberehty psykhykhe zdorovia v umovakh viiny: v UKU prezentuvaly fakhove vydannia, yake bezkoshtovno rozpovsiudiat u medychnykh ustanovakh [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu : <https://ucu.edu.ua/news/zberehty-psykhykhe-zdorov-ya-v-umovah-vijny-v-uku-prezentuvaly-fakhove-vidannya-yake-bezkoshtovno-rozpovsyudyat-u-medychnyh-ustanovah/>
6. Pedahohika travmy: v Ukraini hotuiut spetsialistiv dlia podolannia dytiachykh travm [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <http://www.dw.com/uk/педагогіка-травми-в-україні-готують-спеціалістів-для-подолання-дитячих-травм/a-38784198>
7. Sitkar V.I. (2017). «Pokolinnia Z»: subkultura paradyhma / V. I. Sitkar // International scientific-practical congress of pedagogues, psychologists and medics «Mind technologies: Science» [Text]: materials of proceedings of the International Scientific and Practical Congress «Mind technologies: Science», the 31th of March, 2017, Geneva (Switzerland) / Publishing Center of the European Association of pedagogues and psychologists «Science», Geneva. P. 120-130.
8. Shkliarskaia O. Dety y voina: «Ony ubyli moy skazky» [Электронный ресурс] / Oksana Shkliarskaia. – Rezhym dostupa: <http://racurs.ua/649-voyna-deti>

The Author

Viktor SITKAR

Candidate of Psychology, Associate Professor,

Applied Psychology, Ternopil National

Pedagogical University

named after Volodymyr Gnatyuk,

Ternopil, Ukraine

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0465-2973>

E-mail: Sitkarv@gmail.com

Abstracts

ВІКТОР СІТКАР. Психологія дітей та дорослих в ситуації війни: сучасні тенденції. У статті розкрито соціально-психологічні особливості дітей та дорослих, постраждалих від військових конфліктів, які калічать їх душі і можуть викликати посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), що проявляється в стійкій реакції на травмівну подію. Наголошується, що якщо дитині вчасно не допомогти впоратись з проблемою, в майбутньому вона може трансформуватись в найрізноманітні форми на рівні поведінки. Адже, фізичні недуги – видимі, а душевні – приховані.

Ключові слова: діти, дорослі, війна, посттравматичний стресовий розлад, психологія.

VIKTOR SITKAR. Psychologia dzieci i dorosłych w sytuacji wojny: dominujące tendencje. W artykule przedstawiono charakterystykę społeczno-psychologiczną dzieci i dorosłych dotkniętych konfliktami zbrojnymi, które prowadzą do głębokiego wyniszczenia psychicznego i mogą skutkować wystąpieniem zespołu stresu pourazowego (PTSD), objawiającego się uporczywą reakcją na traumatyczne doświadczenia. Podkreśla się, że brak odpowiednio wczesnej pomocy może skutkować w przyszłości różnorodnymi przejawami na poziomie behawioralnym, co wynika z faktu, iż dolegliwości fizyczne są łatwo dostrzegalne, natomiast cierpienie psychiczne pozostaje niewidoczne.

Słowa kluczowe: dzieci, dorośli, wojna, zespół stresu pourazowego, psychologia.