

УДК 159.922.7:355.48

Колодрубська К.Ю.¹, Новак Т.О.²

¹ студ. гр. СН-212 НУ «Запорізька політехніка»

² старш. викл. НУ «Запорізька політехніка»

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ В УМОВАХ ВІЙНИ

Діти є особливо вразливими до стресових ситуацій через свою емоційну незрілість та недостатньо розвинені механізми психологічного захисту. В умовах війни, коли дитина стикається зі значними загрозами, її психічний розвиток може бути значно порушений. Вікові особливості впливають на те, як дитина сприймає та переживає військові дії, а також на характер можливих наслідків, таких як посттравматичні стресові розлади (ПТСР), тривожність, агресія та інші психологічні розлади. Залежно від віку, діти по-різному реагують на стресові ситуації, зокрема на військові дії. Стадії розвитку дитячої психіки впливають на те, як саме дитина сприймає і обробляє інформацію про війну.

Дошкільний вік (3-6 років) – діти не розуміють суті війни, але дуже чутливі до емоційного стану дорослих. Вони копіюють тривогу, страх, часто реагують регресивною поведінкою – плачем, нічними жахами, нетриманням. Гучні звуки можуть викликати сильний переляк.

Молодший шкільний вік (7-11 років) – діти вже усвідомлюють небезпеку війни, але ще не вміють повністю опрацьовувати складні емоції. Їм важлива підтримка родини. Часто виникають тривожність, замкненість, соматичні прояви (головний біль, біль у животі), агресія або уникання спілкування.

Підлітковий вік (12-18 років) – підлітки усвідомлюють події війни, але емоційно ще не зрілі. Можуть переживати кризу ідентичності, депресію, відчуження, бунтарство. У деяких з'являється апатія або агресія до оточення, пошук винних у стражданнях.

Психологічний стан дітей, які з 2014 року перебували в зоні бойових дій на Донеччині та Луганщині, характеризується астеною, емоційною нестабільністю, психічною втомлюваністю, головним болем і запамороченням. У 97,6 % випадків зафіксовані соматичні скарги, зокрема порушення сну (96,8 %), дратівливість (68,5 %), когнітивні розлади, тривожність, стомлюваність, агресія, зниження мотивації. Також спостерігалось загострення

хронічних станів: енурез, нав'язливі дії, тики, заїкання – як наслідки психотравматичних подій.

Спостерігався майже в усіх дітей знижений настрій, що пояснювався можливістю загрози життю, зміною звичного місця та стереотипу життя, кола спілкування та оточення, відсутністю необхідних умов для гри. Підкреслювалася велика роль у травматичному впливі соціальної та психоемоційної депривації, втрата зв'язку з навчальним колективом, розлучення з батьками, порушення емоційного контакту з батьками, хронічні психотравми. У цілому в Україні 75 % дітей зазнали наслідків військових дій, що виявляються у порушенні сну, пам'яті, психоемоційної регуляції, що призводить до соціальної та психічної дезадаптації або у важких випадках – до психічних розладів [1, с. 27-30].

Війна істотно впливає на емоційний стан дітей, особливо тих, хто виїхав із зон бойових дій (Буча, Бахмут, Маріуполь тощо). У таких дітей знижується емоційна виразність, виникають труднощі у вираженні почуттів та встановленні контактів. Це проявляється у відчутті самотності, ізоляції та порушенні комунікації. Дослідження С. Лесінскієне та О. Костюк показало: навіть у мирний час батьки рідко говорять з дітьми про війну, але діти висловлюють свої переживання через малюнки та ігри, які стають важливими засобами комунікації та вираження травматичного досвіду [2, с. 79].

Дослідження показують, що попри рідкісні розмови батьків із дітьми про війну, діти виражають свої переживання через поведінку, ігри та малюнки, які стають символічним способом передати свої думки про воєнні події. Малюнки та ігри дають змогу дорослим зрозуміти емоційний стан дитини та її сприйняття війни. Малюнок є доступним способом передачі внутрішнього світу дитини, зокрема тих почуттів, які важко висловити словами [3, с. 123].

Отже, війна суттєво впливає на психіку дитини, змінюючи її емоційний стан, когнітивний розвиток та поведінку. Важливим завданням є створення умов для стабілізації психоемоційного стану дітей, надання психологічної допомоги та підтримки з боку дорослих. Тільки так можна зменшити негативні наслідки військових подій для підростаючого покоління.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Лебець І. С. Стан психологічного здоров'я дітей із зони військового конфлікту на Сході України / І. С. Лебець // Охорона здоров'я дітей та підлітків. – 2019. – № 1. – С. 27-30.

2. Лесінскієне С. Як діти дошкільного віку в Литві сприймають війну в Україні : аналіз їхніх малюнків / С. Лесінскієне, О. Костюк // Простір арттерапії : мистецтво відновлення психічного здоров'я в часи війни : матеріали XX Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції, [Київ], 31 березня – 2 квітня 2023 р. – Київ, 2023. – С. 77-81.

3. Махній М. М. Проективний психологічний інструментарій для роботи з дітьми з особливими освітніми потребами / М. М. Махній. – Чернігів : Десна Поліграф, 2021. – 320 с.