

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ КПТСР У ДІТЕЙ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Ярова О. О.

студентка 5 курсу ОР бакалавр
спеціальність 053 «Психологія» ФПСР

Керівник: Юнг Н. В.

к. психол. н., доцент кафедри практичної та клінічної
психології ФПСР

Сучасне життя будь-якої особистості наповнене різними стресами, тривожними ситуаціями, конфліктами та переживаннями, які особливо загострилися на тлі військових подій останніх двох років та можуть викликати різні КПТСР. Особливо чутливими до травм вважаються діти, психіка яких носить несформований, незрілий характер. А відсутність досвіду переживання кризових ситуацій істотно ускладнює їх психологічне становище.

На сьогоднішній день істотно активізувались дослідження фахівців у розрізі проблематики психологічної допомоги як дорослим, так і дітям щодо подолання наслідків стресових ситуацій під час війни. В основному такі публікації стосуються ВПО, як осіб, які перемістилися із зони активних бойових дій чи виїхали з окупованих територій, оскільки з дітьми на таких територіях знаходитися небезпечно та навіть заборонено (уряд по можливості організовує евакуацію родин з дітьми з таких регіонів, щоб врятувати їх життя та почати надавати допомогу. У роботах [1; 2 та ін.] знаходимо, що у всіх без виключення ВПО діагностується психологічна травма.

Проблематика психологічної допомоги особам з КПТСР за наслідками військових конфліктів широко представлена в наукових публікаціях. Серед зарубіжних фахівців американські психіатри Р. Грінкер і Д. Шпігель

(Grinker і Spiegel) одними з перших почали досліджувати відстрочені психічні стани у ветеранів бойових дій як реакції на бойовий стрес. У 1980 р. М. Horowitz виділив цей розлад у самостійний синдром, назвавши ПТСР. Серед вітчизняних дослідників варто виділити таких фахівців як: П. Ворона, Г. Дубровинський, М. Матяш, І. Хрипливий, Л. Худенко, Г. Циганенко та ін.

Проблеми сімей з ВПО з урахуванням їх специфіки перебігу та вирішення можна віднести до проблем сімей у складних життєвих обставинах (СЖО). Відповідно до ЗУ «Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю», СЖО – це «обставини, які об'єктивно порушують нормальну життєдіяльність особи, наслідки яких вона не може подолати самостійно (інвалідність, часткова втрата рухової активності у зв'язку зі старістю чи станом здоров'я, самотність, сирітство, безпритульність, відсутність житла чи роботи, насильство, неповажне ставлення й негативні стосунки в сім'ї, малозабезпеченість, психологічний чи психічний розлади, стихійне лихо, катастрофа та ін.)» [3].

У табл. 1 на основі аналізу праць різних дослідників нами узагальнено проблеми, з якими стикаються люди під час війни. При цьому на першому місці знаходяться саме психологічні проблеми.

Таблиця 1.

Психологічні проблеми сімей з дітьми під час війни

Проблеми	Характеристика
ЗАГАЛЬНІ	Характерні всім членам сім'ї: відчуття невизначеності поточного та майбутнього становища; психологічні травми, пов'язані з тим, що людина стала свідком насильства, руйнувань, інших наслідків війни; почуття провини за свої попередні політичні погляди; страх втрати власної ідентичності; відчуття жертвовності через вимушене компактне проживання; почування себе безпорадними біженцями, від яких нічого не залежить; низька самооцінка; агресія; тривога за своє майбутнє та своїх дітей; невилікані сльози; невиказаний біль; очікування поганого; страх перед

	змінами; відчуття незахищеності; гнів та агресія; зміна життєвих цінностей в родині; відсутність критичного мислення; втрата можливості проживати зі своїми домашніми тваринами у місцях для переселенців; проблеми із контролюванням свого психічного стану, з виявом своїх емоцій; глибокі емоційні переживання наслідків насильства і т.п.
ЧОЛОВІЧИ	Провина за нездатність захистити свою сім'ю, забезпечити її в нових умовах; вимушене безробіття; складнощі з виявом емоційного тепла до близьких.
ЖІНОЧИ	Страхи та переживання щодо ситуації, яка трапилась, за майбутнє; постійна турбота за дітей та близьких в нових умовах; відчуття тривожності та підвищеної відповідальності за родину; почуття самотності (якщо чоловік в зоні бойових дій).
ДИТЯЧИ	Порушення емоційного розвитку внаслідок війни, коли діти стають безпосередніми свідками або учасниками військових подій; страхи; підвищений стрес; сум за друзями; злість; агресія; невилпаканий біль; незахищеність та безпорадність; тривога за майбутнє; страх перед змінами; очікування майбутнього; низька самооцінка; перерване навчання та втрата частина освіти.

За результатами проведеного теоретичного аналізу нами також виокремлено психологічні прояви КПТСР у дітей під час війни (табл. 2).

Таблиця 2

Характеристика особливостей проявів КПТСР у дітей під час війни

Особливості	Характеристика
В АФЕКТИВНІЙ СФЕРІ	У дитини з'являється «емоційне отупіння», яке супроводжується станом пригніченості, роздратованості, похмурості. Така дитина стає нездатною відчувати радість, любов, щастя, інші позитивні емоції.
У КОГНІТИВНІЙ СФЕРІ	Проявляються у вигляді погіршення навчання (проблеми з пам'яттю, концентрацією уваги, яскраво вираженою неуважністю). Може спостерігатися амнезія в частині сумних та трагічних подій (в основному на початковому етапі), або, навпаки, нав'язливі спогади, які важко забути, та жахливі сни. Також дитина може скаржитися на безсоння, «рвані сни».

У ПОВЕДІНЦІ	Проявляються особливостями поведінкових проявів, а саме: непередбачуваність вчинків, підвищена розгальмованість, безпідставна пильність, алогічність та несподіваність вчинків тощо. Іноді навіть звичні та невинні для психічно здорової дитини стимули можуть провокувати переляк або агресію.
-------------	--

Проведене теоретичне дослідження також показало, що в частині проявів КПТСР у дітей можуть виступати наступні особистісно-психологічні прояви поведінки: брак або втрата довіри до будь-чого/будь-кого, постійні непорозуміння та підвищена конфліктність з оточуючими або, навпаки, відсутність спілкування з оточуючими, відчуженість та недовіра до них, до психологів, до інших дорослих тощо. В свою чергу, складності зі сном призводять до недосипання та знесилення на фізичному рівні, підсилюють роздратованість. Автори робіт [4; 5; 6 та ін.] при вивченні психологічних особливостей формування поведінки сімей з ВПО звертають увагу на те, що запахи, музика, звуки, певні події або вчинки оточуючих – будь-що може нагадувати дитині про пережиті травматичні ситуації та провокувати рецидиви. Це часто викликає у дітей соматизацію, що супроводжується такими симптомами як головний біль та розлади травлення.

Вважаємо, що психологічну допомогу дітям під час війни потрібно надавати на рівні всієї родини, тобто дитині разом з батьками (опікунами). Це здійснюється тому, що дитина у процесі терапії має відчувати поруч підтримку близьких людей (батьків). На нашу думку, комплекс основних психотерапевтичних заходів, які психолог спрямовує на психологічну реадaptaцію сімей з дітьми, що належать до категорії ВПО, складається з наведених на рис. 1 заходів.

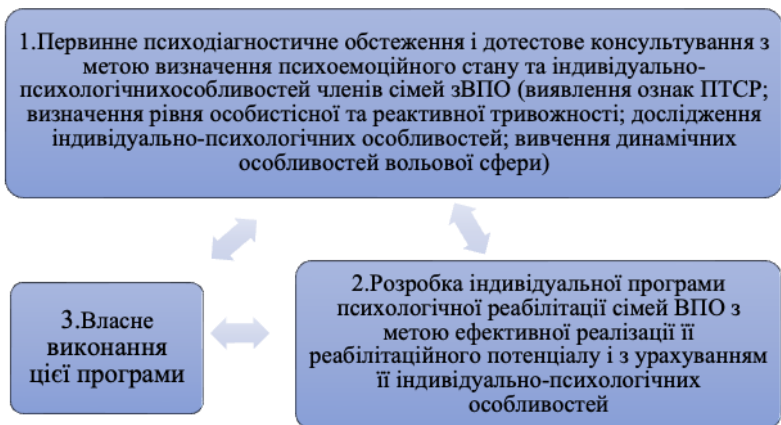


Рис. 1. Психологічні заходи з надання психологічної допомоги сім'ям з дітьми, що належать до категорії ВПО

Психологічна робота має здійснюватися у відповідності до тих діагностичних результатів, які були отримані у ході попередніх бесід та діагностик. Така робота має за мету реалізацію завдання інтеграції сімей з дітьми у нове соціальне середовище. Науковці пояснюють це тим, що таку дитину треба перевести зі стану пограничної ситуації до стану соціальної норми, стабілізувати її соціальний статус, а також направити її особистісні ресурси на прийняття та усвідомлення тієї соціальної реальності, в якій вона опинилася після переселення. Основними принципами психотерапії і психокорекції КППТСР у дітей під час війни мають стати: негайний початок психологічної роботи після психотравми задля запобігання переходу КППТСР у хронічну форму; комплексна психологічна робота у поєднанні елементів фармакотерапії і психотерапії; індивідуальна психотерапія (за присутності батьків або опікунів). Психологічна робота у цьому напрямі, як показує практика, може тривати не один рік, аж поки не принесе бажані результати.

Висновок. Обґрунтовано актуальність та важливість

надання дітям, які зазнали психологічних травм через війну, якісної психологічної допомоги. Установлено, що проблеми сімей з ВПО з урахуванням їх специфіки перебігу та вирішення можна віднести до проблем сімей у складних життєвих обставинах (СЖО). Узагальнено психологічні проблеми сімей з дітьми під час війни (загальні, чоловічі, жіночі, дитячі). За результатами проведеного теоретичного аналізу нами також виокремлено психологічні прояви КПТСР, характерні для дітей під час війни у афективній, когнітивній та поведінковій сферах. Наголошено, що психологічну допомогу дітям під час війни потрібно надавати на рівні всієї родини, тобто дитині разом з батьками (опікунами). Запропоновано рекомендації з надання психологічної допомоги дітям із КПТСР під час війни.

Література

1. Практики громадських ініціатив. Збірка практик в рамках проекту ПРООН «Оперативне реагування на соціальні та економічні проблеми ВПО в Україні». 2015. 48 с.
2. Трубавіна І. М. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа соціально-педагогічної роботи з ними. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2015. № 8 (52). С. 434-446.
3. Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю. Закон України № 2558-III від 21.06.2001 р. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2558-14>
4. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
5. Лазос Г. П. Особливості надання психологічної допомоги внутрішнім переселенцям з Криму. *Актуальні проблеми психології*. 2014. Т. 1, Вип. 41. С. 145-152.
6. Психологічна допомога постраждалим внаслідок

кризових травматичних подій : методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко... Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : ТОВ «Видавництво «Логос». 207 с.