

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-403-0-11>

THE IMPACT OF THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR ON THE MENTAL HEALTH OF ADOLESCENTS

ВПЛИВ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ НА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ

Prytuliak T. S.

*Honored Education Worker of Ukraine,
Methodist teacher of natural cycle
disciplines, a teacher of the highest
qualification category
Municipal establishment "Balta
pedagogical professional college"
Balta, Odesa region, Ukraine*

Притуляк Т. С.

*Заслужений працівник освіти
України,
викладач вищої кваліфікаційної
категорії, викладач-методист
дисциплін природничого циклу
Комунальний заклад «Балтський
педагогічний фаховий коледж»
м. Балта, Одеська область, Україна*

Психіатричні та психологічні дослідження показали, що війна має довготривалі наслідки для дітей і підлітків.

Під час війни діти і підлітки, в різній мірі, зіштовхуються з двома типами травматичних подій: несподівані травматичні події та довготривалі несприятливі події, що зумовлюють виникнення непродуктивних стратегій подолання труднощів. У результаті підлітки значно частіше, ніж їх однолітки без досвіду перебування на війні, страждають від таких проблем як тривожний розлад, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія, дисоціативні розлади (добровільна соціальна ізоляція, деперсоналізація, дереалізація, небажання розмовляти, кататонічний синдром), поведінкові розлади (зокрема агресія, асоціальна і злочинна поведінка, схильність до насильства), а також більш схильні до зловживання алкоголем і наркотичними засобами.

Вчені дійшли висновку, що психологічні травми, зумовлені війною, мають довготривалі наслідки для дитячої психіки: чим довший конфлікт, тим серйозніші симптоми.

Всесвітня організація охорони здоров'я закликає до захисту дітей у збройних конфліктах. За її даними десять відсотків людей, які пережили травматичну подію, пізніше матимуть симптоми психологічної травми, а ще десять відсотків демонструватимуть поведінкові зміни або психологічні розлади, які стануть перешкодою для повноцінної участі в повсякденному житті. Найпоширенішими розладами є тривожний розлад, депресія і психосоматичні розлади. Найважливіші чинники, що визначають ступінь впливу війни на психічне здоров'я дітей такі: відсутність базових ресурсів (як-от притулок, вода, їжа, освіта, охорона

здоров'я, тощо); розрив сімейних стосунків (через втрату, розлуку або переміщення); стигматизація і дискримінація (мають значний вплив на ідентичність); песимістичний погляд на життя (постійне відчуття втрати та горя, нездатність уявити світле майбутнє) і нормалізація насильства.

Дослідники визначили кілька захисних механізмів, найважливішими серед яких є ефективні стратегії подолання труднощів, позитивна система переконань, здорові сімейні стосунки та дружба. Бідність, неналежні житлові умови, домашнє насильство, дискримінація і соціальна ізоляція – це лише кілька проблем, які потребують розв'язання після закінчення війни, щоб уникнути наслідків травматичних подій і зміцнити життєстійкість.

Масштаби наслідків війни також залежать від післявоєнних подій, зокрема від того, чи успішною є післявоєнна відбудова країни та чи покращилася соціально-економічна ситуація. Неабияке значення також має притягнення до відповідальності осіб, які вчинили воєнні злочини, визнання сторонами відповідальності за свої злочини й впровадження місцевих механізмів примирення.

Державна політика психосоціальної підтримки постраждалих внаслідок російської агресії здійснюється за такими напрямками:

– за ініціативи першої леді України Олени Зеленської 30 грудня 2022 року стартувала Національна програма психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. Мета програми досить амбіційна для країни, що перебуває в стані масштабної війни, «Створити власну, українську модель системи психічного здоров'я та психосоціальної підтримки, яка втілить найкращі світові й вітчизняні практики. Серед завдань – побудувати ефективну систему якісних і доступних послуг із психічного здоров'я, щоб ними міг скористатися кожен, хто їх потребує»;

– 7 травня 2022 року створено Міжвідомчу координаційну раду з питань охорони психічного здоров'я та надання психологічної допомоги особам, які постраждали внаслідок збройної агресії Російської Федерації проти України;

– на базі Міністерства охорони здоров'я 20 червня 2022 року сформовано Проектний офіс з розробки національної програми психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. Його задекларовано як «платформу для об'єднання всіх партнерів, яка пронизує всі рівні – і професійне коло, і політичне, практиків, міжнародних експертів, волонтерів»;

– 21 грудня 2022 року презентовано Оперативну дорожню карту «Пріоритетні багатосекторні заходи із психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в Україні під час та після війни». У документі визначено пріоритети, на які мають орієнтуватися всі, хто працює у сфері психічного здоров'я в умовах гуманітарної кризи;

– 2 серпня 2023 року Міністерство освіти і науки презентувало проєкт «Психосоціальна підтримка та психологічна допомога на всіх рівнях освіти». Він передбачає впровадження навичок психологічної стійкості на всіх рівнях освіти – від дошкільної до вищої, а також трансформацію психологічної служби в системі освіти;

– 28 липня 2023 року стартував проєкт «Молодіжні центри та активні парки – частина екосистеми психічного здоров'я», який буде втілюватиме Міністерство молоді та спорту. Одним з його компонентів є надання послуги з психологічної підтримки для дорослих, дітей та підлітків через платформу «СпівДія»;

– 2 лютого 2024 року перша леді України Олена Зеленська взяла участь в роботі українсько-німецької конференції (м.Берлін) з питань ментального здоров'я, психосоціальної підтримки та реабілітації.

Отже, довготривалий вплив насильства на підлітків підвищує ризик розвитку багатьох і нерідко тривалих форм фізичної, психологічної та соціальної дезадаптації. Психологічні збитки від війни можуть проявитися протягом кількох поколінь. Війни додають великий поштовх розвитку концепції психічного здоров'я і вивчення їхніх психологічних наслідків може додати нове розуміння та розв'язання проблем психічного здоров'я підлітків загалом, сприяючи створенню та імплементації програм психологічного супроводу постраждалих.

Література:

1. Ващенко І. В., Іваненко Б. Б. Психологічні ресурси особистості в подоланні складних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології*, 2018. С. 33–49.
2. Нікітіна О.П. Психологічний вплив війни на життєдіяльність і особистість здобувача вищої освіти: анкета «Мое життя, навчальна діяльність та здоров'я в умовах війни». *Харківський осінній марафон психотехнологій (каталог психотехнологій; тези доповідей)* : збірник наукових праць за матеріалами VI Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю, м. Харків, 27–29 жовтня 2022 р. Харків : ХНПУ імені Г.С. Сковороди, 2022. С. 42–43.
3. Штепа О. Емпіричне вивчення психологічних ресурсів особистості. *Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості*. Київ, 2011. Т. 11. Вип. 4. Ч. 2. С. 335–361.