

How to cite: Vlasenko, Y., Mykhliuk, E., & Smoliar, I. (2023). Analysis of the influence of stress on the development of psychological disorders in children and adolescents in war conditions. *Global Innovations and Collaborative Solutions in Contemporary Science* (pp. 291-296). Futurity Research Publishing. https://futurity-publishing.com/international_conference_3

Analysis of the influence of stress on the development of psychological disorders in children and adolescents in war conditions

Аналіз впливу стресу на розвиток психологічних розладів у дітей та підлітків в умовах війни

Власенко Юліана Костянтинівна¹ Михлюк Едуард Ігорович², Смоляр Ірина Іванівна³

¹ кандидат політичних наук, доцент кафедри соціальної роботи, психології та соціокультурної діяльності ім. Т. Сосновської, Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут», м. Кам'янець-Подільський, Україна, ulianna1501@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-4241-969X>

² кандидат психологічних наук, доцент, Заступник начальника кафедри психології діяльності в особливих умовах, соціально-психологічний факультет, Національний університет цивільного захисту України, м. Харків, Україна, edyard_2401@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0003-4850-3566>

³ кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри психології і педагогіки, факультет здоров'я, фізичного виховання і туризму, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ, Україна, rusiksmol@gmail.com, 0000-0001-8817-7035

Accepted: December 3, 2023 | **Published:** December 12, 2023 | **Language:** Ukrainian

Abstract: The article analyzes the impact of stress on the development of mental disorders in children and adolescents during the war. Psychological immaturity of young people, weak volitional control of emotional reactions and strong influence of subcortical structures on the functional state of the central nervous system determine the specific consequences of psychological trauma for young people after stress. It has been proven that children are particularly sensitive to information products, they not only perceive them, but also, above all, grow up in a certain subcultural atmosphere. The presence of children in the conditions of military conflicts, where information plays a decisive role, can cause physiological maladaptation, which can lead to psychological disorders. Therefore, the issue of children's informational and psychological safety becomes especially relevant in modern conditions.

Keywords: stressful state, war in Ukraine, methods of combating stress.

Вступ

Сучасні військові конфлікти мають прямий вплив на психологічне здоров'я людини. Воюючі сторони настільки вправно маніпулюють інформацією для зміни місцевої та глобальної громадської думки, що вміле використання психологічних засобів дезінформації може зробити непотрібним розгортання бойових військ. Тому вплив інформації на громадську думку можна розглядати як прямий інструмент ведення сучасної гібридної війни. Тому важливим завданням у боротьбі з агресором є захист населення від психологічного тиску.

Діти, які є особливо чутливими до інформаційних продуктів, не лише сприймають їх, а й зростають у певній субкультурній атмосфері, створеній ними, і стають групою ризику щодо шкідливих інформаційних впливів та інформаційних загроз.

У цьому контексті слід зазначити, що необмежений і неконтрольований потік інформації в умовах воєнних конфліктів може викликати інформаційний стрес у дітей.

Результати дослідження

Багато дослідників проводили взаємозв'язок між впливом стресу та розвитком психологічних розладів у дітей та підлітків в умовах війни. Наприклад Basenko (2019) на основі аналізу теоретичних та емпіричних даних досліджень у статті розглядав психологічні особливості стресу та життєстійкості у дітей та підлітків в умовах військових конфліктів. Hodlevska (2019) дослідила вплив інформації на дитячу психологію в умовах військового конфлікту та специфіку інформаційного стресу як причини психологічних наслідків конфлікту. Kulish & Sirik (2023) з'ясували сутність понять «стрес», «травматична подія» та «посттравматичний стресовий розлад» та описали основні симптоми та чинники посттравматичного стресового розладу. Особливу увагу приділено підліткам, які є особливо вразливими до наслідків ПТСР. Oros (2023), проводив комплексну оцінку психоемоційного стану внутрішньо переміщених осіб за допомогою індивідуально розроблених опитувальників, міжнародних шкал, тестів в онлайн і офлайн форматах. Pokhilko (2017) стверджує, що сьогодні майже мільйон українських дітей позбавлені

дитинства. Змалечку вони піддаються бомбардуванням, пораненням, вбивствам, спустошенням, руйнуванням і мають сумний досвід війни та її жорстоких проявів. Вони знають такі слова, як «доти», «зенітно-ракетні комплекси», «бойові машини піхоти», «протитанкові ракетні комплекси» та «перемир'я». Sazonova (2021) описала зміст програм психологічного супроводу подолання стресу у підлітків. Незрілість молодшої психіки, слабкий волевий контроль емоційних реакцій і сильний вплив підкіркових структур на функціональний стан центральної нервової системи визначають специфічні наслідки психологічної травми для молодих людей після стресу. Tyurina & Solokhina (2022) встановили, що найпоширенішими негативними психічними симптомами були тривога, депресія та психосоматичні розлади (безсоння, різні болі в животі та спині). Проаналізували загальні міжнародні оцінки впливу травматичних подій у військових конфліктах на психічне здоров'я людей. Yatsyna (2022) зазначила, що розлад має кілька психологічних сфер, таких як пізнання, емоції (інтенсивність та адекватність емоційних реакцій), задоволення потреб та контроль імпульсів, які впливають на особистісну та соціальну дезінтеграцію. Узагальнила розуміння поняття "психологічна травма", роз'яснивши різницю між поняттями "психологічна травма" та "психологічне потрясіння". Zhurba (2022) розглянула проблему війни як фактор, що впливає на смислоттєві орієнтири сучасної молоді. На основі аналізу наукових джерел війна визначається як збройна боротьба між державами за територію, ресурси та сфери впливу, економічні та людські втрати, нав'язування зовнішньої політики з метою зміни політичного та соціального устрою, заперечення права на свободу та вибір. Zlyvkov & Lukomska, Yevdokymova, Lipinska (2023) наголошують на необхідності вивчення кращих міжнародних практик надання психологічної підтримки дітям війни, а за відсутності таких практик - створення та поширення власних практик, оскільки український досвід є майже унікальним і корисним для психологів різних країн, де можуть відбуватися збройні конфлікти.

Дитинство та юність - це період стрімкого зростання, величезного потенціалу та, з одного боку, значних ризиків, а з іншого - сильного впливу зовнішніх факторів. У цей період людська психіка є вразливою, але водночас пропонує чудові можливості для розвитку та формування нових здібностей (Yatsyna 2022).

Важливість внутрішнього потенціалу людини та зовнішніх факторів знаходиться в центрі сучасних підходів до життєстійкості, на відміну від підходів, сфокусованих на травмах та ушкодженнях, які домінували донедавна. Підхід життєстійкості зміщує акцент з негативних наслідків стресових ситуацій і травм на психічний потенціал людини та її здатність впоратися зі стресом і досягти позитивних результатів для здоров'я. З цієї точки зору можна стверджувати, що люди мають вроджену здатність мобілізувати свої психічні ресурси та психологічно відновлюватися, особливо в кризових ситуаціях. Сучасні дослідження свідчать про те, що індивідуальні відмінності у реакції на стресові фактори є менш важливими в таких ситуаціях, але навіть у таких ситуаціях не всі відчувають гострий стрес. Стрес - це не просто нервово напруження, а неспецифічна реакція організму на зміну умов, що вимагає адаптації та відновлення нормального стану. Наслідки стресу проявляються не стільки в його наявності, скільки в ступені інтенсивності та якості. Це комплекс

адаптивних реакцій і навичок подолання, які проявляються на різних рівнях: фізіологічному, психологічному та поведінковому (Sazonova, 2021). Стрес проявляється як відповідь на специфіку взаємодії індивіда з навколишнім середовищем. Якщо при фізіологічному стресі реакція досить стереотипна, то психологічний стрес індивідуальний і не завжди передбачуваний. При зіткненні зі стресовими ситуаціями найбільш чутливими індикаторами стресу є психологічні реакції, які, на відміну від фізіологічних реакцій, є непередбачуваними. Інтенсивність і вираженість психологічних реакцій залежать від особистісних характеристик і умов життя людини, яка переживає стрес. Тому характер стресової ситуації залежить від ступеня невідповідності між зовнішніми вимогами і потенціалом людини. Надзвичайна ситуація військового конфлікту створює постійний стрес і травму для всіх учасників конфлікту, включаючи військових і цивільне населення, всіх тих, хто прямо чи опосередковано постраждав, і особливо соціально вразливих груп, таких як жінки, діти, молодь і люди похилого віку. Крім того, військовий конфлікт на сході України характеризується своєю гібридною природою, що має ще більш стресовий вплив. Люди втрачають нормальні орієнтири у сприйнятті навколишньої дійсності, деформуються їхні почуття і цінності стабільності та передбачуваності життя (Basenko, 2019). Перебіг посттравматичних реакцій у дітей та підлітків, які постраждали від збройних конфліктів, відрізняється і має свою специфіку від дорослих. В умовах війни молоде покоління зазнає численних стресових впливів, які часто призводять до повторної віктимізації та гострої травми. Через вікові особливості, тобто недостатню фізіологічну, соціальну та психологічну зрілість, підлітки мають труднощі в розумінні природи подій, натомість зосереджуються на сприйнятті ситуації значущими дорослими і сильніше запам'ятовують свої власні почуття щодо ситуації. Як наслідок, їхній внутрішній образ світу змінюється, що призводить до тривоги, страху та агресії. Підлітки часто відчують подвійний стрес - власний внутрішній стрес і стресові ситуації в сім'ї, а їхній психологічний стан ускладнюється невмінням виражати свої емоції через брак когнітивного досвіду. Вираженість стресу та стресостійкості у дітей та підлітків загалом, і зокрема у дітей та підлітків, які проживають у зонах військових конфліктів та зазнають впливу більших психологічних травм, визначається ступенем невідповідності між об'єктивними зовнішніми вимогами та внутрішнім потенціалом особистості і залежить від наявності та дієвості внутрішніх та зовнішніх захисних факторів.

Висновки

Забезпечення інформаційної безпеки дітей в умовах збройного конфлікту є дуже важливим, адже інформаційна безпека особистості - це захист психіки людини від негативних впливів, які здійснюються шляхом впровадження деструктивної інформації у свідомість та підсвідомість людини, що призводить до неадекватного сприйняття дійсності.

У сучасних умовах питання інформаційно-психологічної безпеки дітей набуло більшої актуальності, а розуміння існуючих загроз і ризиків, механізмів їх впливу та можливостей захисту стало не лише психологічною проблемою, а й нагальною потребою соціальної практики.

Таким чином, можна зробити висновок, що вираженість стресу та стресостійкості у дітей та підлітків загалом і у дітей та підлітків, які проживають у зонах військових конфліктів, зокрема, які піддаються значно більшим психотравмуючим впливам, визначається ступенем невідповідності між об'єктивними зовнішніми вимогами та внутрішнім потенціалом особистості і залежить від наявності та дієвості внутрішніх та зовнішніх захисних факторів.

Важливість та актуальність подальшого вивчення особливостей переживань дітей та підлітків у зв'язку зі стресовими подіями нинішнього військового конфлікту на сході України можна обговорити, по-перше, для вивчення питання розвитку індивідуальної стійкості в ситуаціях військового конфлікту в конкретному соціокультурному середовищі, а по-друге, для вивчення розвитку дитинства та юності, оскільки в цей період відбуваються важливі процеси розвитку психоемоційного та особистісного становлення.

Література

Basenko, O. M., & Yukhimenkov Doctoral School National University of Kyiv-Mohyla Academy. (2019). Psychological features of stress and vitality In children and adolescents in conditions of military conflict. *Theory and Practice of Modern Psychology*, 5(2), 14–19. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.5-2.3>

Hodlevska, V. Yu. (2019). Informational stress in children as a cause of psychological consequences of military conflicts. *Political Life*, 2, 50-54.

Kulish, O. V., & Sirik, I. V. (2023). Features of the manifestation of post-traumatic stress disorder in adolescents from internally displaced persons. *Psychophysiology and Medical Psychology*, 43, 261-266. <http://habitus.od.ua/journals/2023/46-2023/43.pdf>

Oros, M. M. (2023). The impact of war on a person. Changes in psyche and character in the conditions of martial law. *Ukraine honey. magazine*, 2(154), 3-7. <https://api.umj.com.ua/wp/wp-content/uploads/2023/05/5271.pdf>

Pokhilko, D. S. (2017). Children and war. *NUTZU*, 1-25. <http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/4865/1/Діти%20та%20війна.pdf>

Sazonova, I. V. (2021). Psychological help for teenagers to overcome stress (from work experience). *Academic notes of TNU named after V.I. Vernadskyi*, 32(71), 65-71. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.4/11>

Tyurina, V. O., & Solokhina, L. O. (2022). The impact of military conflicts on human mental health: a brief review of international research. *Personality, Society, War. Kharkiv*, 116-121. <http://surl.li/mtovw>

Yatsyna, O. F. (2022). The impact of war on mental health: signs of psychological traumatization of children and adolescents. *Scientific perspectives*, 7(25), 554-567. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-7\(25\)-554-567](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-7(25)-554-567)

Zhurba, K. (2022). War as a factor influencing the meaningful sphere of modern teenagers. *New pedagogical thought*, 2(110), 105-109.3. <https://lib.iitta.gov.ua/732806/1/457-Текст%20статті-1291-1-10-20221109.pdf>

Zlyvko, V., & Lukomska, S., Yevdokymova, N., Lipinska, S. (2023). *Children and war*. Kyiv.-Nizhyn: Publisher PP Lysenko M.M. https://opac.kpi.ua/estorage/i/Dity_i_viina_2022_VL_Zlyvko.pdf