

7. Вплив війни на психічне здоров'я – колосальний... URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/vpliv-vijni-na-psihichne-zdorovya-kolosalnij-viktor-lyashko>.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-491-0-127>

СПЕЦИФІКА ДІЯЛЬНОСТІ КЛІНІЧНОГО ПСИХОЛОГА У РОБОТІ З ДІТЬМИ, ЯКІ ЗАЗНАЛИ ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ В УМОВАХ ВІЙНИ

Кабанцева А. В.

*кандидатка психологічних наук,
завідувачка відділення клінічної психології, учена секретарка
Державний заклад «Науково-практичний медичний реабілітаційно-
діагностичний центр МОЗ України»
м. Київ, Україна*

Війна завдає глибоких психотравм дітям, а страшними наслідками є те, що ці травми можуть бути тривалими, навіть довічними, і можуть навіть передаватися наступним поколінням [1, 2]. Це відбувається через те, що діти стають свідками потужних стресових подій і стикаються з великим масивом проблем, основними з яких є: гуманітарні та фізичні проблеми, проблеми психічного здоров'я, соціальні та освітні проблеми.

Незадоволення базових потреб дитини, зокрема почуття безпеки, що є критично важливим для здорового розвитку, посилюють виникнення психічної та соматичної патології [3]. Діти, які пережили воєнні конфлікти, часто мають проблеми з поведінкою, у них викають труднощі у спілкуванні та адаптації, а також вони схильні до агресії або ізоляції [4, 5]. Подібне призводить до порушення психічної та соматичної безпеки особистості. Це знижує якість її життя і посилює загострення перебігу вікових криз розвитку.

Не кожна стресова подія є травматичною. Такою вона стає коли стресовий фактор значно перевищує спроможність психіки та організму, в наслідок чого і розвивається психотравма, яка підриває відчуття безпеки у світі та заміщує думками, що катастрофа може статися будь-коли. У такому стану виникають повторні переживання, уникнення, негативні когніції та настрій, гіперзбудження. Але чим вище ресурсний потенціал, тим менше особистість зазнає негативних наслідків пережитих стресових подій. Відносно цього, специфіка діяльності клінічного психолога полягає у двох основних напрямках, які зворотно залежні між собою: зміцнення та відновлення психічного здоров'я (рис.).

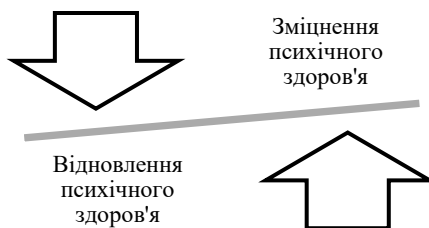


Рис. Основні напрямки діяльності клінічного психолога

При травматичному досвіді, завданням для клінічного психолога виступає саме відновлення психічного здоров'я (відновити почуття безпеки та сприяти посттравматичному зростанню), що потребує комплексного та системного підходів, бо збитків зазнає як психічне, так і психічне здоров'я.

До зміцнення психічного здоров'я входить розвиток психологічного благополуччя дитини та попередження набуття нею травматичного стресового досвіду. Останнє полягає у формуванні стійкої Я-концепції дитини (когнітивний, оцінний і поведінковий компоненти), що сприятиме розширенню знань дитини про себе, зміцненню власних ціннісних орієнтацій, підвищенню самоконтролю, саморегуляції, самоефективності тощо.

Вищезазначені напрямки реалізуються через основні форми роботи клінічного психолога: психопрофілактика, психодіагностика, психокорекція, психологічне консультування, психологічна реабілітація та абілітація. Клінічний психолог працює не один, а в системі «клінічний психолог – дитина – батьки – лікарі – педагоги». При виявленні соматичних проявів порушення здоров'я дитина перенаправляється до профільного лікаря. Робота з дитиною повинна відбуватися у тісній співпраці з батьками. Необхідним виступає оцінка актуального самопочуття батьків та дослідження загального внутрішньосімейного клімату.

Психоемоційний стан дорослих, які знаходяться поряд із дітьми (батьки чи особи, які їх замінюють) має великого значення, бо несе swell-реакцію. Не менш важливим виступає наскільки дорослі здатні опанувати свій психоемоційний стан та забезпечити необхідну психологічну підтримку дитині.

Кожна дитина індивідуальна, і те, що є нормою для однієї, може бути тривожним сигналом для іншої. Спостереження та бесіда є основними інструментами дорослого (батьків, педагогів, інших дорослих, які контактують із дитиною), щоб своєчасно визначити перші прояви порушень психічного здоров'я дитини. Чим раніше буде надана допомога, тим ефективнішими будуть заходи по відновленню самопочуття дитини.

Робота клінічного психолога полягає в тому, щоб на ранніх стадіях допомогти дитині подолати травматичний стрес, відновити емоційний

баланс і повернутися до нормального життя. Роль клінічного психолога в цій системі полягає у реалізації скринінгу оцінки психічного здоров'я дітей в освітніх закладах, так як діагностичний інструментарій клінічного психолога відрізняється від інструментарію практичного психолога, проведення психоедукації та психопрофілактики серед дітей та дорослих, які ними опікуються, здійснення поглибленої конкретно спрямованої психодіагностики задля виявлення актуальних проблем, консультуванні батьків та педагогів, що сприятиме покращенню підтримки дітей у складний період, а також розвитку батьківських компетенцій та психологічної культури,

Психоедукація сприяє зменшенню стигматизації психічних розладів та формуванню толерантного ставлення до людей із ними. Підвищення рівня знань та психологічної культури сприяє посиленню мотивації щодо звернення по професійну психологічну допомогу в разі необхідності. До корекційно-розвиваючих заходів психотравматичного зростання обов'язковим є залучення батьків, бо сім'я є першим і важливим осередком для дитини.

Спираючись на власний досвід роботи з дітьми та їх батьками, актуальними темами психоедукційних заходів у воєнний період стали: «Стресостійкість. Навички управління стресом», «Резильєнс – відновлення після стресу», «Життєві цінності – складова резильєнтності», «Сім'я – як життєва цінність і ресурс для особистості», «Як зберегти себе і свою сім'ю в надзвичайних умовах?», «Як зберегти себе і свою сім'ю в надзвичайних умовах пролонгованого впливу?», «Вікно толерантності – оптимальний стан людини», «Перша психологічна допомога (ППД): моя користь іншим», «Особливості ППД при різних реакціях на стрес», «Інформаційно-психологічна безпека в умовах гібридної війни». Наявність здорової емоційної підтримки та безпеки в родині забезпечує дітям почуття стабільності та захищеності, що знижує ризик розвитку тривожності та інших психологічних порушень.

Література:

1. Schwartz L., Nakonechna M., Campbell G., Brunner D., Stadler C., Schmid M. et. al. Addressing the mental health needs and burdens of children fleeing war: a field update from ongoing mental health and psychosocial support efforts at the Ukrainian border. *European journal of psychotraumatology*. 2022. Vol. 13(2). 2101759. <https://doi.org/10.1080/20008198.2022.2101759>
2. Yayan E.H., Düken M.E., Özdemir A.A., Çelebioğlu A. Mental Health Problems of Syrian Refugee Children: Post-Traumatic Stress, Depression and Anxiety. *Journal of pediatric nursing*. 2020. Vol. 51. e27–e32. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2019.06.012>
3. Кабанцева А. В. Дитина у турбулентному часі / А. В. Кабанцева, Д. О. Костін // The 9th International scientific and practical conference

“Dynamics of the development of world science” (May 13-15, 2020) Perfect Publishing, Vancouver, Canada. 2020. 1142 p. – С. 543-549.

4. Ye Y., Li Y., Jin S., Huang J., Ma R., Wang X. et. al. Family Function and Post-Traumatic Stress Disorder in Children and Adolescents: A Meta-Analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*. 2023. Vol. 24(5). P. 3151-3169. <https://doi.org/10.1177/15248380221126182>

5. Masten A.S., Narayan A.J. Child Development in the Context of Disaster, War, and Terrorism: Pathways of Risk and Resilience. *Annu. Rev. Psychol.* 2012. Vol. 63. P. 227–57. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-120710-100356>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-491-0-128>

ТРАВМА ВІЙНИ У МЕНТАЛЬНОМУ ВИМІРІ

Панченко О. А.

доктор наук з державного управління,

доктор медичних наук, професор,

Заслужений лікар України, академік НАПН України,

генеральний директор

*Державний заклад «Науково-практичний медичний
реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України»;*

президент

*Громадська організація «Всеукраїнська професійна психіатрична ліга»
м. Київ, Україна*

Історію людства певною мірою можна розглядати як чергування періодів війни та миру, процес зіткнення різних племен, князівств, держав. На Землі, як і раніше, відбуваються терористичні акти, міжнаціональні та міжетнічні конфлікти, збройні зіткнення, а насильство та агресія залишаються основними проблемами людства.

Головною умовою злагоди у суспільстві є наявність цілісної системи основних цінностей, що міцно увійшла в життя, та відповідних норм поведінки, які повинні вступати в гармонійні відносини з цією системою і бути сумісними один з одним. Коли така єдність слабшає, збільшуються шанси міжнародної чи громадянської війни.

Війна не перестає бути одним із найсуворіших випробувань особистості, її психологічних та фізичних можливостей. Закони війни діють в умовах воєнного часу і втрачають свою значущість в умовах миру. Однак люди, які провели в умовах війни певну частину свого життя, не можуть миттєво перейти із «світу війни» до «світу мирного життя». Причиною цього є «військовий синдром».