

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ОДЕСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**ФАКУЛЬТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА УПРАВЛІННЯ
ПІДПРИЄМНИЦТВОМ**



НАУКОВИЙ СТУДЕНТСЬКИЙ ВІСНИК

№ 41 (1)

Одеса – 2024

Науковий студентський вісник. Одеський національний економічний університет. Факультет економіки та управління підприємництвом, 2024. № 41 (1). 206 с.

Редакційна колегія:

Бабій О.М. (головний редактор), к.е.н., доцент кафедри економіки підприємства та організації підприємницької діяльності, декан ФЕУП

Балута Т. П. (заст. головного редактора), к.пол.н., ст. викладач кафедри філософії, історії та політології

Кошельок Г.В. (відповідальний за випуск), д.е.н., професор кафедри економіки підприємства та організації підприємницької діяльності

Доброва Н.В., к.е.н., доцент кафедри економіки, права та управління бізнесом

Орленко О.М., к.е.н., доцент кафедри економіки підприємства та організації підприємницької діяльності, *помічник проректора з наукової діяльності студентів*

Петровська О.М., к.п.н., доцент кафедри управління персоналом і економіки праці

Старченко А.Ю., к.ю.н., ст. викладач кафедри економіки, права та управління бізнесом

Ковальська Н.А., к.е.н., ст. викладач кафедри загальної економічної теорії та економічної політики

Статті публікуються у авторській редакції

Науковий студентський вісник затверджено Вченою радою Одеського національного економічного університету 30 вересня 2020 року

РОЗДІЛ 4.
КАФЕДРА МОВНОЇ ТА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

АБРАМОВА Д.В., СОЦІАЛЬНІ МЕДІА ЯК ІНСТРУМЕНТ КОМУНІКАЦІЇ В ПУБЛІЧНОМУ УПРАВЛІННІ: ПСИХОЛОГІЧНІ ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ	164
АСЄЄВА Х.І. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ	170
АЗОВСЬКА Н.В. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЧИННИКИ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	173
ВІНЦЕВСЬКА З.В. ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПАТРІОТИЗМУ У ОСІБ ПРИЗИВНОГО ВІКУ	176
ВІХТЄВА С.Д. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО- ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ	179
ГРИЩЕНКО Н.М. ЕМОЦІЙНО-НЕГАТИВНИЙ СТАН УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ	182
ГРОМОВА О.О., ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ ДІТЬМИ ТА ПІДЛІТКАМИ	185
ДОРОШЕНКО М.В. ІНКЛЮЗИВНЕ НАВЧАННЯ ЯК ЗАСІБ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ НА РОЗВИТОК ТОЛЕРАТНОСТІ ТА ПОДОЛАННЯ СТЕРЕОТИПІВ У УЧНІВ ІЗ ТИПОВИМ РОЗВИТКОМ	189
ЛЕВАКІН М.С. ФАКТОРИ СТРЕСУ ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ, ЩО ПЛИВАЮТЬ НА ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	192
МАКУЩЕНКО Л.А., РОЗВИТОК ЛІДЕРСЬКИХ НАВИЧОК КОМУНІКАЦІЇ У КЕРІВНИКІВ ДЕРЖАВНИХ УСТАНОВ	196
МАТВЄЄВА І.О. ВПЛИВ ТЕМПЕРАМЕНТУ НА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЩІ	201
НАЗАРОВА В.В. ВПЛИВ ВІЙНИ ТА ПАНДЕМІЇ НА СТОСУНКИ В ПАРІ	204

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ ДІТЬМИ ТА ПІДЛІТКАМИ

Постановка проблеми. Руйнівний вплив війни, що триває в Україні, проник у всі сфери повсякденного життя, кидаючи тінь на психічне та емоційне благополуччя її населення. Найбільш вразливими є діти та підлітки, які на етапі свого розвитку є особливо чутливими до психологічного стресу. В умовах війни вони переживають постійну травму, що проявляється у тривозі, страху та безпосередній загрозі ракетних обстрілів. Такі умови серйозно порушують їхній психологічний розвиток і формування ідентичності.

Травматичний стрес, як стверджують такі дослідники, як Р. А. Зачеписький та С. Хобфолл, виникає внаслідок надзвичайних подій, які руйнують відчуття нормальності та контролю людини. Для дітей це може призвести до глибоких емоційних, соціальних та когнітивних наслідків, що впливають на їхню майбутню незалежність, рівень активності та психологічну безпеку. Усвідомлення цього стає очевидною необхідністю цілеспрямованого психологічного втручання, оскільки воно може допомогти пом'якшити довгострокові наслідки такої травми. Це дослідження має на меті надати педагогам і психологам інформацію та інструменти для кращої підтримки потреб у сфері психічного здоров'я дітей, які зазнали травми, пов'язаної з війною. Очікується, що отримані результати збагатять освітні практики та підвищать рівень підготовки студентів-психологів, що в кінцевому підсумку сприятиме вихованню більш стійкого майбутнього покоління.

Вивчення травматичного стресу, його класифікації та наслідків є складною галуззю психологічних досліджень. Травматичний стрес, який у різних текстах часто ототожнюється з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), передбачає глибоку психологічну реакцію на події, що викликають сильні страждання. Часто розрізняють стрес, травматичний стрес і посттравматичний стрес, кожен з яких має унікальні наслідки для людини, яка їх переживає.

Аналіз останніх досліджень та публікацій останніх років. Сучасні наукові роботи зосереджуються на вивченні специфіки реакцій дітей і підлітків на травматичні події, такі як війна, насильство, стихійні лиха та втрати близьких, і їх довгострокових наслідків для психічного здоров'я.

Існують етапи переживання травматичного стресу. Більшість досліджень відзначають, що реакції дітей на травматичні події проходять кілька етапів: шок, заперечення, гострий стрес, хронічна тривожність або депресія. У підлітків ці процеси можуть супроводжуватися соціальною ізоляцією, агресивністю або ризиковою поведінкою. Що торкається вікових та індивідуальних особливостей, у дітей молодшого віку, як правило, переважають емоційні реакції, такі як страх, плач, порушення сну та регресивна поведінка. Підлітки можуть проявляти більш складні реакції, включаючи самодеструктивну поведінку, зловживання алкоголем чи наркотиками, що пов'язано з їх прагненням знайти власні способи впоратися зі стресом. Серед факторів, що погіршують адаптацію до травми, дослідники називають наявність попереднього негативного досвіду, слабку підтримку з боку родини або соціального оточення. З іншого боку, міцні

сімейні зв'язки, доступ до психологічної підтримки та наявність позитивних соціальних ролей є захисними факторами, що сприяють кращій адаптації дітей та підлітків до травматичних подій. У значній кількості досліджень приділяється увага розвитку ПТСР у дітей, які пережили травматичні події. Відзначається, що діти можуть проявляти симптоми, подібні до тих, що спостерігаються у дорослих, включаючи нав'язливі спогади, флешбеки, порушення сну, але часто ці симптоми виражаються через поведінкові зміни або соматичні скарги. Сучасні дослідження наголошують на ефективності когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), арт-терапії, ігротерапії та групової психотерапії у роботі з дітьми та підлітками, які пережили травматичний стрес. Важливо також враховувати необхідність роботи з батьками, які часто стають важливими учасниками терапевтичного процесу.

Таким чином, останні дослідження підтверджують, що діти та підлітки потребують особливої уваги та адаптованих до їхнього віку та потреб психотерапевтичних методів для успішного подолання наслідків травматичних подій.

Мета статті. Вивчити психологічні особливості переживання травматичного стресу дітьми та підлітками.

Виклад основного матеріалу. Фундаментальна теорія стресу Ганса Сельє визначає його як неспецифічну реакцію організму на будь-яку вимогу змін. Це охоплює дві основні реакції: еустрес, який є корисною формою стресу, що призводить до позитивної адаптації, і дистрес, який є шкідливим і може призвести до психосоматичних розладів. Такі дослідники, як Річард Лазарус і Сьюзен Фолкман, розширили це поняття, вивчаючи стрес як складну взаємодію між людиною та її оточенням, підкреслюючи важливість когнітивних оцінок у реакціях на стрес.

Зокрема, травматичний стрес виникає, коли люди стикаються з подіями, які ставлять під сумнів їхню здатність справлятися з ними, що часто призводить до значного емоційного та психологічного дистресу. Такими подіями можуть бути стихійні лиха, війна, важкі нещасні випадки або інші насильницькі інциденти. У психологічній літературі виділяють різні фази реакції на стрес, починаючи з початкової реакції тривоги, коли організм готується до захисту, за якою слідує стадія опору і, можливо, виснаження, якщо стрес є тривалим і непереборним.

Більше того, вплив травматичного стресу може виходити за межі безпосереднього емоційного розладу і впливати на когнітивні функції людини, впливаючи на пам'ять, увагу та емоційну регуляцію. З часом, якщо не вжити заходів, повторний вплив стресу може призвести до хронічних психологічних проблем, включаючи ПТСР, що характеризується тривалими періодами тривоги, депресії та інших виснажливих симптомів [1, с. 133].

Розуміння цієї динаміки має вирішальне значення для розробки ефективних психологічних втручань, спрямованих на допомогу людям у відновленні після травматичного досвіду. Поєднуючи теоретичні та емпіричні дослідження, психологи прагнуть розробити стратегії, які не лише пом'якшують безпосередні наслідки травматичного стресу, але й сприяють довгостроковій стійкості та відновленню.

Підлітковий вік – це критичний і складний етап у розвитку людини, який характеризується швидкими фізіологічними, психологічними та емоційними змінами. Цей період має значний вплив на формування самоідентичності та соціальну взаємодію. У ці роки травматичний стрес може глибоко вплинути на психічне здоров'я дітей та підлітків, ускладнюючи їхній перехід у доросле життя.

Дослідження показують, що різні соціальні та екологічні фактори посилюють вразливість підлітків до травматичного стресу. До них належать швидкі технологічні

зміни, невпевненість у майбутньому, зменшення сімейних цінностей і посилення впливу ЗМІ, які часто зображують негативні стимули. Урбанізація призводить до складної соціальної динаміки та потенційного розпаду сім'ї, а суспільні проблеми, такі як війна, тероризм та внутрішня нестабільність, створюють середовище, насичене стресогенними факторами.

Травматичний досвід у ці роки становлення є особливо шкідливим, оскільки підлітки перебувають на вирішальній стадії психологічного розвитку. Вплив травми виражається через зміни в поведінці та емоційних реакціях. Молоді люди можуть демонструвати ознаки регресу, наприклад, повертатися до попередніх форм поведінки, або ж проявляти страх, тривогу та знижене відчуття безпеки. Наслідки можуть поширюватися на успішність у навчанні, соціальну взаємодію та загальне емоційне благополуччя.

Психологічно діти та підлітки переживають травму інакше, ніж дорослі, що пов'язано зі стадією їхнього розвитку. Вони можуть не до кінця розуміти події, що відбуваються, і можуть виражати свій дистрес через змінену поведінку або навіть фізичні симптоми, які є проявом їхнього внутрішнього сум'яття. Поширеними реакціями є нічні кошмари, тривога, дратівливість і перепади настрою. У важких випадках це може призвести до тривалих психологічних розладів, таких як ПТСР, що характеризується тривалим емоційним дистресом і порушенням когнітивних функцій [2, с. 27].

Для ефективного втручання дуже важливо розуміти, як саме проявляється травматичний стрес у підлітків. Це включає в себе розпізнавання типових ознак дистресу та потенційного довгострокового впливу на психічне здоров'я підлітків. Вирішуючи ці питання за допомогою відповідної психологічної підтримки та втручань, ми можемо допомогти пом'якшити негативні наслідки травматичного стресу та сприяти їхньому шляху до одужання і нормального життя. У березні 2023 року було проведено дослідження з метою оцінки впливу травматичного стресу на дітей в Україні, зокрема в освітніх закладах Криворізького району. У дослідженні взяли участь 30 осіб, порівну дітей молодшого шкільного віку та підлітків, щоб забезпечити репрезентативність на різних етапах розвитку. Дослідження розгорталося в п'ять етапів, починаючи з діагностичної оцінки тривожності, агресії, скритності та самотності серед дітей молодшого шкільного віку. У підлітків основна увага приділялася діагностиці депресивних станів і розладів психічного здоров'я. На наступних етапах оцінювався вплив травматичних подій на обидві вікові групи, порівнювалися результати діагностики для виявлення специфічних наслідків травматичного стресу і, нарешті, розроблялися педагогічні та психологічні рекомендації для батьків.

Основні методики включали використання стандартизованих шкал тривожності, таких як BODT (Багатофакторний опитувальник дитячих тривожних розладів) для кількісної оцінки рівня тривожності та проективної методики "Кактус" М. А. Панфілової для дослідження емоційних аспектів, таких як агресія та самотність у дітей. Для підлітків було використано шкалу самооцінки депресії Цунга, адаптовану Т. Н. Балашовою для використання в Україні, та методику "Самооцінка психічних станів" Г. Айзенка для вимірювання депресії та психічних станів відповідно. Крім того, шкала CRIES-8, вдосконалений інструмент для оцінки впливу травматичних подій на дітей та підлітків, була використана для вимірювання психологічних наслідків травми, пов'язаних з інтрузивною та унікаючою поведінкою. Цей структурований підхід дозволив детально зрозуміти, як травматичний стрес по-різному впливає на дітей та підлітків, підкресливши необхідність цілеспрямованих втручань, заснованих на конкретних вікових потребах і симптомах. У даному дослідженні, проведеному в березні 2023 року, вивчався вплив

травматичного стресу на дітей та підлітків шкільного віку в Україні, зокрема в Криворізькому районі. Дослідження оцінювало різні психологічні стани, такі як тривога, депресія, агресія та самотність, використовуючи комбінацію діагностичних інструментів.

Результати показали різний рівень тривожності серед дітей молодшого шкільного віку. 27% виявили високий рівень тривожності, часто відчуваючи нервозність і невпевненість у складних ситуаціях. З іншого боку, більшість мали середній рівень тривожності, виглядали відносно спокійними та впевненими у собі. Що стосується підлітків, то дослідження показало, що більшість з них переживають легку, ситуативну депресію, і лише невеликий відсоток демонструє ознаки більш важких депресивних станів.

Дане дослідження також виявило значну присутність агресії у 47% дітей молодшого віку, поряд з помітними рівнями потайливості та самотності. Це свідчить про те, що травматичний стрес проявляється через різноманітні емоційні та поведінкові реакції, впливаючи на їхню взаємодію з навколишнім середовищем та особистісний розвиток. Для оцінки впливу травматичних подій використовувалася Модифікована шкала оцінки травматичних подій для дітей (CRIES-8). Результати показали, що обидві вікові групи мають різний ступінь реакції на травму, причому значна частина з них демонструє значні реакції, які можуть потребувати професійного втручання. Крім того, дослідження виявило кореляцію між вищим рівнем реагування на травму та підвищеними показниками депресії, тривоги, фрустрації та ригідності серед підлітків. Це свідчить про те, що травматичний досвід може мати глибокий вплив на психічне здоров'я, що вимагає своєчасного та належного втручання [3, с. 61].

Ці висновки підкреслюють необхідність цілеспрямованих систем підтримки дітей та підлітків, які постраждали від травматичного стресу. Освітні заклади, батьки та фахівці у сфері психічного здоров'я мають бути навчені розпізнавати ознаки травми у молодих людей та вживати заходів для їх усунення. Надання підтримки та втручання не лише сприяє їхньому поточному благополуччю, але й допомагає запобігти довгостроковим психологічним проблемам, сприяючи таким чином здоровому розвитку в дорослому віці.

Висновок. Узагальнюючи наукові дослідження, можна підкреслити глибокий вплив травматичного стресу на дітей та підлітків в Україні під час воєнних дій, що вимагає ретельного психологічного втручання та підтримки. Встановлено, що травматичний стрес спричиняє значні зміни у поведінці та психічному стані молоді, зокрема підвищену тривожність, депресію та агресивність.

Список використаних джерел:

1. Романовська Д.Д. Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти: Навчальний посібник. Чернівці : Технодрук, 2014. 133 с. URL: http://epidruchniki.com/book/14_Profilaktika_posttravmatichnih_stresovih_rozladiv_v_psihologichni_aspekti.html
2. Дзюба Т.М. Психотравмуюча ситуація в життєдіяльності людини: особливості і наслідки. *Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв'язання*: зб. тез доп. міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. пам'яті проф. С. П. Бочарової. Харків: ХНУВС, 2017. С. 27-29. URL: http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/7666/1/Dzuba_Travm_situa_sio.pdf
3. Гуцуляк А.О. Особливості переживання травматичного стресу дітьми та підлітками; наук. керівник – д-р психол. наук., проф. З. М. Мірошник. Кривий Ріг : КДПУ, 2023. 61 с. URL: <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/7095>.