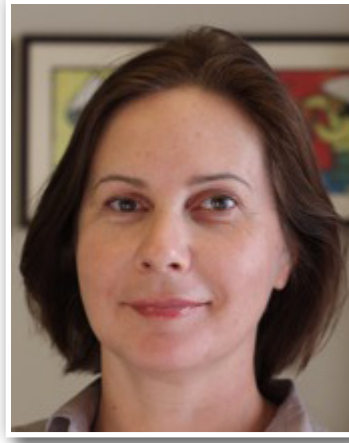




Галина Михайлівна Бевз,
доктор психологічних наук,
професор кафедри загальної та практичної
психології ДВНЗ «Університет
менеджменту освіти» НАПН України,
м. Київ, Україна



Еліна Володимирівна Ворожбієва,
магістр психології, психолог-волонтер
Психологічної кризової служби
ГО «Українська асоціація фахівців
по подоланню наслідків психотравмуючих
подій» (УАФНПП),
м. Київ, Україна

УДК 159.922.2

ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ЧИННИК ЗНИЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ РЕСУРСНОСТІ ДИТИНИ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ВИМУШЕНОГО ПЕРЕСЕЛЕННЯ ІЗ ЗОНИ БОЙОВИХ ДІЙ

В статті розкриваються особливості проявлення тривожності у дітей середнього шкільного віку в умовах їх вимушеного переселення з зони бойових дій. Автор доводить, що психологічним ресурсом дитини є збереження її сімейного оточення, а ризиком – неготовність близьких до рефлексії травматичних подій. Підкреслюється, що тривожність як реакція на комплекс впливів, знижує когнітивний потенціал дитини, посилює її нецільову активність і ініціює емоційну оцінку соціального середовища як стрес-фактора.

Ключевые слова: *дитина середнього шкільного віку, тривожність, соціальний стрес, сімейне неблагополуччя, емоційний стан, ставлення.*

The article highlights the peculiarities of anxiety manifestations by children of secondary school age in conditions of involuntary resettlement from the zone of hostilities. It provides evidence that the preserved family environment makes a psychological resource for the children, whereas the threats are created when the children's loved ones are unwilling to reflect on the traumatic events. It is emphasized that, in response to a set of impacts, anxiety reduces the cognitive potential of a child, increases his/her non-purpose activity and initiates emotional evaluation of the social environment as a stress-factor.

Key words: *secondary school-aged child, anxiety, social stress, vulnerable family, emotional status, attitude.*

Соціальна ситуація військового конфлікту в Україні несе людям тривогу і переживання. Такий стан може бути особливо небезпечним для психічного розвитку дітей через зниження можливостей їхніх батьків у наданні дітям адекватного захисту. Перебування дитини у стані хронічної тривоги, закріплення станів тривожності, що формується на основі незадоволеності базових потреб дитини у захисті, може ініціювати

широке коло формування компенсаторних реакцій в особистісному розвитку дитини. Разом із тим, тривожність має яскраво виражену вікову специфіку, що також може позначатися на зниженні ресурсності її особистісного потенціалу.

Проблема тривожності є досить розробленою науковою темою у працях, пов'язаних із вивченням: індивідуально-типологічних характеристик людини



(Г. Айзенк, Р. Кеттелл, В. Мерлін, І. Павлов, Ч. Спілбергер); чинників її соціальної детермінованості (Л. Божович, С. Васьківська, І. Дубровіна, В. Кисловська, Б. Кочубей); процесів адаптації та дезадаптації (Ю. Александровський, Г. Бурменська, В. Гарбузов, О. Захаров, В. Каган, А. Співаківська). Також проблема тривожності розглядається в контексті її вікової обумовленості, зокрема, пов'язаної з процесом шкільного навчання (Г. Абрамова, І. Дубровіна, Н. Лисенко, Н. Пасинкова, А. Прихожан, Є. Рогов та ін.) [2; 4].

Як індикатор емоційного неблагополуччя, що вказує на загрозу порушення функцій підтримки життєдіяльності організму, тривожність ініціює систему захисних механізмів, змінюючи потенційні ресурси зростаючої особистості [1; 9]. Цей контекст у питанні вивчення тривожності залишається недостатньо розкритим, набуваючи особливої значущості в ситуаціях переживання дітьми та їхніми сім'ями наслідків військового конфлікту. В психології концепція ресурсності розглядається з позицій життєдіяльності дорослої людини через показники її життєстійкості (Л. Александров, Є. Белінська, С. Мадді), адаптаційного та особистісного потенціалу (А. Маклаков, Д. Леонт'єв), якості життя (К. Роджерс, І. Дубовіна) тощо. На нашу думку, концепція ресурсної складової може бути актуальною для оцінки процесів розвитку дитини у ситуації впливу нормативно-історичних чинників травматичної дії [5; 9].

Метою цієї статті є розкриття особливостей прояву тривожності та емоційних відносин дітей щодо сфер їхньої життєдіяльності в умовах вимушеного переселення, як індикаторів зниження показників ресурсності дитини.

Дослідження було здійснено у польових умовах надання допомоги дітям та їхнім сім'ям у ситуаціях вимушеного переселення із зони бойових дій. Для збору даних було застосовано такі *методи*: включене спостереження, бесіда та авторське структуроване інтерв'ю щодо ресурсного потенціалу дитини, тест для батьків на виявлення рівня тривожності та психічного напруження у дитини (О. Захаров); методика діагностики рівня шкільної тривожності (Д. Філліпс) та проєктивний тест особистісних ставлень, соціальних емоцій і ціннісних орієнтацій «Будиночки» (О. Орехова) [6].

Вибірка складалася з дітей середнього шкільного віку та їхніх батьків, які були переселені з зони бойових дій (20 дітей і 29 дорослих). Контрольною групою були діти м. Києва, які навчалися у загальноосвітньому навчальному закладі (50 осіб).

У процесі опису соціальної ситуації розвитку дітей-переселенців необхідно зазначити, що із зони антитерористичної операції вони переїхали з батьками, братами та сестрами, що не порушило їхнього звичного сімейного мікроклімату, а також набутих раніше зв'язків прихильності. Дослідження показало, що ситуація вимушеного переїзду виявилася не настільки травматичною, оскільки була здійснена разом з батьками, які у звичний для дітей спосіб забезпечували їм

відчуття захисту та безпеки. Актуальне проживання у безпечних умовах переселення (гуртожитки м. Києва), продовження навчання у ЗНЗ також мало стабілізуючий вплив на їхню соціальну ситуацію розвитку. Дані обстеження дітей, згідно з показниками вегетативного компонента (ВК) методики «Будиночки» О. Орехової, підтвердили вищенаведені припущення та показали, що всі діти-переселенці мають збережений енергетичний баланс організму [6].

Дані включеного спостереження також засвідчили, що діти у своїй поведінці виказують бадьорість, здорову активність та готовність виконувати відповідні їхньому віку навантаження без виказування потреби у додаткових засобах відновлення затрачених ресурсів. Однак за оцінювання емоційного стану дітей-переселенців було виявлено суттєві порушення за показником «сумарне відхилення від аутогенної норми» (СВ). Це засвідчує емоційне перевантаження дітей, що відмічається у більшості випадків (77,2 %) через зростання проявів тривожності вище середнього рівня.

Аналіз сімейної ситуації показав, що майже 70 % дітей-переселенців зазнали деструктивних сімейних впливів. Виявлено, що в сім'ях переважно застосовуються не заохочення, а дисциплінарні покарання, зокрема, фізичні (45 %), деякі діти значну кількість часу упродовж дня перебувають вдома без нагляду дорослих (10 %), а їхні потреби у власному просторі суттєво обмежуються (20 %) з причини переселення всієї сім'ї в одну кімнату гуртожитку. Також було встановлено, що не всі діти з готовністю виказували здатність встановлювати нові зв'язки з однолітками як за місцем проживання, так і у ЗНЗ (25 %). Деякі діти через декілька місяців досі не мали друзів у ЗНЗ та за місцем проживання (10 %).

Такі сім'ї переважно є багатодітними (від 2-х до 6-ти дітей), де жінки-матері не працювали, а вели господарство. Зазначимо, що не всі сім'ї переїхали до Києва у повному складі: деякі чоловіки залишилися в зоні бойових дій через неможливість залишити власний дім або бізнес. Таким чином, 10 % чоловіків-батьків дітей експериментальної вибірки залишилися в зоні антитерористичної операції. Також вибірка містила 10 % сімей, де батьки перебували у стані розлучення, а їхні діти поділені між батьками (одні проживали з татом, а інші – з мамою). Необхідно зазначити, що переїзд сімей до Києва супроводжувався численними непорозуміннями та внутрішньо-сімейними сутичками як щодо питань переїзду, так і через міжособистісну взаємодію. Рівень конфліктності у цих сім'ях проявився досить яскраво, а спілкування на підвищених тонах характеризувало вибірку. До початку бойових дій ці сім'ї проживали у Донецькій чи Луганській областях: всі діти зазнали впливу перших перестрілок, мали досвід переховування у підвалах, а деякі навіть потрапили під обстріл під час переїзду (12 %). В одній сім'ї тато був у полоні і, після визволення, разом із рідними переїхав до Києва. Загальні характеристики вибірки дітей із сімей-переселенців надано в таблиці 1.



Таблиця 1
Загальні характеристики вибірки дітей із сімей-переселенців (у %)

Категорії порівняння	Категорії внутрішньо-групового складу	
Стать	Дівчата	Хлопці
	60	40
Кількість дітей в сім'ї	Двос	Більше двох
	33,3	88,7
Рівень сімейного благополуччя	Значний	Помірний
	66,7	33,3
Рівень стресогенності досвіду	Свідки військових сутичок	Вимушене переселення
	55,6	44,4

Дослідження показали, що майже в усіх дітей-переселенців простежується слабка диференціація та інверсія емоцій, де емоційно-приємна та емоційно-неприємна ситуації отримують однакову або амбівалентну емоційну оцінку. Це стосується таких сфер активності дитини, як: особистісні ставлення та зростання, сфера пізнання та потенційної агресії, що може позначатися на шкільній успішності та втраті інтересу до навчання. Разом із тим, деструктивна активність, як сварка, позначається дітьми теплими основними кольорами (за Люшером), а дружба – додатковими, холодними, як ознаки відсутності таких у досвіді сімейного життя в якості підтримуючих та ресурсних [6]. Зауважимо також, що сприймання деструктивних ситуацій, як ресурсних, може знижувати чутливість дітей до стресогенних впливів, тим самим підвищуючи їх рівень самозбереження у несприятливих умовах (наприклад, під час військових дій).

Так, емоційні переживання проявів доброти 50 % діти-переселенці відмітили кольором, що відторгається ними. Це може вказувати на недостатність у них позитивного досвіду доброзичливих стосунків, як ресурсних, а також їх підміна негативними, як такими, що «маркують» факт фізичної присутності. Застосовуючи наукові дослідження в сфері гуморальної регуляції головного мозку, потрібно зазначити, що у процесі розвитку дитини, сформованість умовного рефлексу на певний тип дотиків (доброзичливих/недоброзичливих; ляпасів/поглажувань) слугує основою для визначення індивідуальної системи отримання енергетичних ресурсів [3]. Отже, «гуморально-закріплений тип дотику» створює систему власного підтвердження в існуванні, стимулюючи певний тип активності дитини. Можна передбачити, що перебування дітей в умовах застосування батьками негативних дисциплінарних впливів може понижувати їхню чутливість до стресогенних стимулів, що і було проявлено в зниженій диференціації та інверсії оцінювання власних та сприйнятих емоційних станів.

Порівняно з контрольною вибіркою, у дітей-переселенців відсутня група з низьким рівнем тривожності, що може вказувати на цільовий вплив чинника стресогенної дії, що і зумовило правосторонній зсув показників у експериментальній вибірці (рис. 1). Тому у контрольній вибірці відмічається поступове зростання кривої загальної тривожності від мінімальних показників до максимальних, що вказує на відсутність такого впливу.

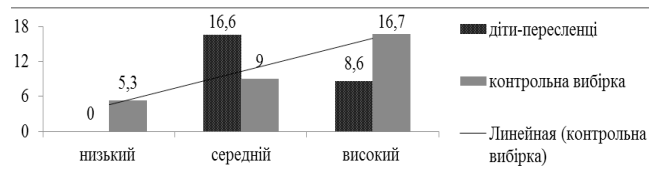


Рис. 1. Загальний рівень тривожності у дітей, згідно з даними двох вибірок (за середніми показниками)

Науковці зазначають, що для дітей цього віку може бути характерною детермінованість підвищення тривожності процесами інтенсивного входження в соціальне середовище. Вона вимагає від них підвищеної адаптації в різних соціальних умовах ЗНЗ, опанування навичок самостійного пересування містом, сферою інтересів та новими контактами, а також може бути пов'язаною з сімейним середовищем, що сприяє або не сприяє такій активності дитини та опануванню нею навичками самостійності [9].

Аналіз середніх показників отриманих даних за шкалами тесту тривожності Філіпса засвідчив, що майже всі вони не перевищують середнього рівня показників. Також дані тесту Філіпса підтвердили раніше виявлені тенденції: рівень енергетичного потенціалу дитини – активності – є в зоні ресурсу (середні показники опору стресу не досягають навіть 2-х балів з 6-ти максимально можливих). Таким чином, можна стверджувати, що прояви тривожності у дітей-переселенців мають посереднє вираження, окрім одного блоку – переживання соціального стресу. На основі цієї шкали було встановлено статистично значущу різницю ($p = 0,039$) за порівняння середніх показників експериментальної ($6,44 \pm 3$) та контрольної ($4,31 \pm 2,24$) вибірок за тестом Філіпса.

У дослідженні було встановлено, що переживання соціального стресу може вступати в резонанс з певними сімейними проблемами, ініціюючи зростання у дітей відчуття тривоги щодо різних сімейних та навчальних ситуацій. За таких умов показник зростання кількості дітей в сім'ї може фруструвати потребу в успіху, позитивну чи негативну взаємодію з вчителем, зумовлюватися розвитком компенсаторних захистів, що проявляються у зміні напряму активності дитини (екстеріоризованої/інтеріоризованої). У дослідженні на рівні статистичної значущості доведено, що тривожність формує комплекс змін щодо здатності дитини оцінювати реальність в усіх сферах життя, формуючи компенсаторні реакції виживання та блокуючи процеси пізнавальної діяльності (табл. 2).



Таблиця 2

Порівняння показників тривожності за тестом Філіпса, згідно з рівнем її вираженості

Шкали тесту	Тривожність		U	P
	Відсутня	Присутня		
Переживання соціального стресу	3,65±2,1	7,08±1,78	31	<0,001
Фрустр. потреби досягнення успіху	5,3±1,43	7,17±1,34	49	0,002
Страх самовираження	3,09±1,41	4,67±1,37	50	0,002
Страх перевірки знань	3,65±1,37	5,33±0,98	46	0,001
Страх невідповідності	2,35±1,11	4,42±0,9	21	<0,001
Низька фізіол. опірність стресу	1,39±0,89	3±1,21	41,5	0,001
Проблеми і страхи щодо вчителів	3,22±1,44	5±1,41	54	0,003

На рівні поведінки у дітей це проявляється через хаотичну активність, орієнтовану на встановлення підтримуючих контактів або поведінку усамітнення. Прикладом першого твердження є оцінювання вчителькою поведінки 11-річної дівчинки: «Вона бажає все знати, вона всім цікавиться, береться за будь-яку справу, однак їй це так важко дається, що просто дивуєшся». Прагнення дитини до встановлення контактів залишається на рівні самоцілі через її компенсаторну природу та зменшення ресурсів організації пізнавальної діяльності у процесі шкільного навчання.

Дані структурованого інтерв'ю та спостережень підтверджують вищесказане, а також уточнюють, що зростання тривожності у дітей-переселенців пов'язано як із дією соціального стресу, так і з неможливістю реагування власних станів та переживань щодо пережитих подій під час вимушеного переселення. У такій ситуації, раніше напрацьовані дітьми механізми психологічного захисту (в т. ч. включення уяви та фантазії) виявилися недостатніми, а фрустрація афіліативної потреби може зумовлювати формування надмірної вразливості до зовнішніх впливів. У цьому контексті важливо, що тривожні реакції дітей виявилися такими, що більше стосуються зовнішніх впливів (шкільного навчання) і менше – внутрішніх (сімейних).

Таким чином, на основі проведеного пілотажного дослідження можна зробити висновок, що зовнішніми ресурсами для дитини середнього шкільного віку є звична система її сімейної підтримки. Зростання рівня тривоги як показника емоційного неблагополуччя

може фіксуватися у мігруючих симптомах емоційного невдоволення у різних сферах життєдіяльності, серед яких: сім'я, ЗНЗ, відношення з братами та сестрами, а також учнями та вчителями. Посилення готовності рідних дорослих розділити з дитиною її травматичний досвід буде позитивно впливати на ресурсну складову життєдіяльності дитини середнього шкільного віку. Неготовність значущих дорослих до рефлексії травматичних подій може спричинити «капсулювання» у дитини травматичного досвіду, понижуючи її психологічну ресурсність.

Перспективи подальших досліджень вбачаються у вивченні співвідношення проявів тривожності та психологічної ресурсності дитини в контексті її життєстійкості та збереження психічного здоров'я в умовах нормативно-історичних впливів.

Використані літературні джерела

1. *Бреслав Г. М.* Эмоциональная особенность формирования личности в детстве: Норма и отношение [Текст] / Г. М. Бреслав. – М.: Педагогика, 1990. – 144 с.
2. *Габдрева Г. Ш.* Основные аспекты проблемы тревожности в психологии [Текст] / Г. Ш. Габдрева // Тонус. – 2000. – № 5. – С. 24–28.
3. *Гоулман Д.* Эмоциональный интеллект [Текст] / Д. Гоулман; пер. с англ. А. П. Исаевой. – М.: АСТ: АСТ МОСКВА: ХРАНИТЕЛЬ, 2008. – 478 с.
4. *Гуревич К. М.* Индивидуально-психологические особенности школьников [Текст] / К. М. Гуревич. – М.: Просвещение, 1988. – 176 с.
5. *Крайг Г. Д.* Психология развития / Г. Д. Крайг. – 9-е изд. – Бокум. – СПб.: Питер, 2007. – 940 с.
6. *Орехова О. А.* Цветовая диагностика эмоций ребенка [Текст] / О. А. Орехова. – СПб.: Речь, 2002. – 112 с.
7. *Сміт П.* Діти та війна: навчання технік зцілення [Текст] / П. Сміт, Е. Дирегров, У. Юле. – Львів: ТзОВ Компанія «Манускрипт» 2015. – 95 с.
8. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту [Текст]: навчально-методичний посібник. – К.: Агенство «Україна». – 215 с.
9. *Фоминова А. Н.* Проблема активизации ресурсов личности человека в трудных возрастно-психологических жизненных ситуациях [Текст] / А. Н. Фоминова // Вестник ННГУ им. Н. И. Лобачевского. – Вып. 1 (5). – Н. Новгород: Изд-во ННГУ, 2006. – С. 87–97. – (Серия: «Социальные науки»). – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.unn.ru/pages/vestniki_journals/99990201West_soc_2006_1\(5\)/10.pdf](http://www.unn.ru/pages/vestniki_journals/99990201West_soc_2006_1(5)/10.pdf)