

МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



НАУКОВІ ПРАЦІ
МІЖРЕГІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ

ПСИХОЛОГІЯ

SCIENTIFIC WORKS
OF INTERREGIONAL ACADEMY
OF PERSONNEL MANAGEMENT

PSYCHOLOGY

Випуск 2 (67), 2025



Видавничий дім
“Гельветика”
2025

Редакційна колегія

Грись А. М., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології, Міжрегіональна Академія управління персоналом (головний редактор)

Карпенко З. С., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри теоретичної та практичної психології, Національний університет «Львівська політехніка»

Корсакевич С. С., доктор філософії з психології, керівник навчально-наукового інституту психології та соціальних наук, Міжрегіональна Академія управління персоналом

Крупельницька Л. Ф., доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психодіагностики та клінічної психології факультету психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Павлюк М. М., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології, Міжрегіональна Академія управління персоналом

Попович І. С., доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології, Херсонський державний університет

Расвська Я. М., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології, Міжрегіональна Академія управління персоналом

Хміляр О. Ф., доктор психологічних наук, професор, начальник кафедри суспільних наук, Національний університет оборони України імені Івана Черняховського

Dr hab **Mirucka Beata**, Professor, Faculty of Education, University of Białystok (Białystok, Poland)

“Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія” включено до Переліку наукових фахових видань України (категорія “Б”) на підставі Наказу МОН України від 27 вересня 2021 року № 1017 (додаток 3). Спеціальність: С 4 – Психологія.

Затверджено Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом
(протокол № 8 від 24.09.2025)

Реєстрація суб'єкта у сфері друкованих медіа: Рішення Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення № 1173 від 11.04.2024 року.

Ідентифікатор медіа: R30-03892.

Суб'єкт у сфері друкованих медіа – Приватне акціонерне товариство «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна Академія управління персоналом» (вул. Фрометівська, буд. 2, м. Київ, 03039, iapm@iapm.edu.ua, тел. (044) 490-95-00).

Періодичність видання: 4 рази на рік.

Мови розповсюдження: українська, англійська, польська, німецька, французька.

Журнал включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus International (Республіка Польща)

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

DOI: 10.32689/maup.psych

Наукові праці МАУП. Психологія. 2025. Вип. 2 (67). Київ : Міжрегіональна Академія управління персоналом, 2025. 150 с.

Публікуються статті науковців, які досліджують актуальні проблеми розвитку психології. Для науковців, викладачів, студентів та всіх, кого цікавить розвиток психологічної науки в Україні.

ЗМІСТ

Вікторія АБДУЛЛАЄВА

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ АДАПТИВНОСТІ УКРАЇНЦІВ
В УМОВАХ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ 7

Олександра ВАСИЛИК

ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ВИКОРИСТАННЯ ПОНЯТТЯ
«М'ЯКА СИЛА» («SOFT POWER») В ПСИХОЛОГІЇ.....13

Дарина ГУРІНЕНКО

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОСТІ
ПЛАНУВАННЯ КАР'ЄРИ МОЛОДИХ ФАХІВЦІВ.....20

Оксана ДАНЬКО

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ВІДМІННОСТЕЙ
У СТРЕСОСТІЙКОСТІ: ВІД БІОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ
ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАСТОСУВАНЬ.....25

Всеволод ЗЕЛЕНІН

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ
В УМОВАХ ВИСОКОЇ КОНКУРЕНЦІЇ: РОЛЬ МОТИВАЦІЇ ТА САМОРЕГУЛЯЦІЇ.....30

Ольга КАЗАЧУК

АРХЕТИПИ, ВЛАДА І ДОБРОЧЕСНІСТЬ: ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВІДБОРУ СУДДІВ
У КОНТЕКСТІ КОНЦЕПЦІЙ ЮНґА ТА НІЦШЕ.....38

Ірина КАЛІНА, Світлана ПАЛІЙ, Юлія МАЗУР

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ КОРЕЛЯТИ ТА ФАКТОРИ СУБ'ЄКТИВНОГО
СПРИЙНЯТТЯ ЧАСУ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ.....47

Лілія КОНЯЄВА

ЗАПОБІГАННЯ ПРОФЕСІЙНОМУ ВИГОРАННЮ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ
У КОНТЕКСТІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЇХ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я
В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ..... 54

Ростислав КОСТЕНКО, Аліса ЄРМАКОВА

ПСИХОЛОГІЯ КУЛЬТУРИ: РОЛЬ УКРАЇНСЬКОЇ ПІСЕННОЇ ТРАДИЦІЇ
У ФОРМУВАННІ ДУХОВНО-ЦІННІСНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ.....63

Алла СТЕЦЕНКО, Василина КУКІЛЕВСЬКА

ОСОБЛИВОСТІ ФЕНОМЕНУ «ВІДКЛАДЕНОГО ЖИТТЯ» У СУЧАСНИХ ЖІНОК.....68

Валентина ОЛІЙНИК, Леонід БІЛИЙ, Інна ШЕПЕЛЬ

РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ ТА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я:
ВІКОВІ ТА ПАТОПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ.....74

Тетяна ПОНОМАРЕНКО, Олена ХОМЧУК, Ольга ПЕТРЕНКО

КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСВІТЯН
В СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИНАХ..... 81

Денис ПРЕДКО

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АНТРОПОЛОГІЧНИХ ВІЗІЙ ВАСИЛЯ ЗЕНЬКОВСЬКОГО.....88

Галина САЛІХОВА

ТРАНСФОРМАЦІЯ СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У ПРОЦЕСІ МІГРАЦІЇ У ЛЮДЕЙ
З ДОСВІДОМ ПСИХОТРАВМ ДИТИНСТВА..... 96

Вікторія СВІР, Анастасія СИЧ ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ.....	102
Тетяна СМІРНОВА ТРАВМО-ФОКУСОВАНА ПСИХОТЕРАПІЯ: ВІД СТАБІЛІЗАЦІЇ ДО ЗЦІЛЕННЯ.....	108
Ганна ТЕРЕЩЕНКО МЕХАНІЗМИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННИХ ДІЙ І ЗБРОЙНИХ КОНФЛІКТІВ.....	114
Олена ТУРИНІНА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ФАКТОР ВПЛИВУ НА СПРИЙМАННЯ ЧАСУ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	119
Олена ТЮРІНА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В СОЦІАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ В ПЕРІОД РАНЬОГО ДОРОСЛІШАННЯ.....	126
Оксана ФУРМАН, Тетяна НАДВИНИЧНА, Арсен ГОЛОТА АКМЕОЛОГІЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЗАДАЧНОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ УНІВЕРСИТЕТУ.....	132
Тамара ЧОРНОШТАН, Микола ЛИЛА, Євгеній ЧОРНОШТАН СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ДІТЕЙ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ БОЙОВІ ДІЇ.....	138
Микола ШОПША, Світлана МАРЧЕНКО АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ.....	145

УДК 316.6-053.6 159.922.86-056.49]-044.332

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2025.2.21>**Тамара ЧОРНОШТАН**

кандидат фармацевтичних наук,

доцент кафедри соціальної роботи,

Яготинський інститут ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

ORCID: 0009-0006-6414-3248

Микола ЛИЛА

кандидат психологічних наук,

викладач кафедри соціальної роботи,

Яготинський інститут ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

ORCID: 0009-0008-4535-3770

Євгеній ЧОРНОШТАН

кандидат психологічних наук, викладач кафедри соціальної роботи,

Яготинський інститут ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

ORCID: 0000-0002-5515-0482

СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ДІТЕЙ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ БОЙОВІ ДІЇ

У статті розглянуто багатогранний процес соціальної адаптації дітей, які пережили травматичний досвід війни в Україні. Проаналізовано психоемоційні наслідки повномасштабного збройного конфлікту, серед яких поширення посттравматичного стресового розладу (ПТСР), симптомів токсичного стресу, емоційна нестабільність, труднощі у навчанні та соціальних взаєминах.

Окрему увагу приділено віковим особливостям реагування на травму, які розглядаються крізь призму концепцій Е. Еріксона, Л. Віготського, Дж. Боулбі та У. Бронфенбреннера, що дозволяє краще зрозуміти специфіку розвитку дитини в умовах кризи.

Здійснено аналіз ролі родини, школи та соціальних інституцій у відновленні базового відчуття безпеки й довіри до світу. Наголошено на важливості створення цілісного підтримувального середовища, яке охоплює педагогічний супровід, психосоціальні інтервенції (арттерапію, казкотерапію, програми емоційного навчання) та координацію дій соціальних служб.

Окреслено педагогічні стратегії, спрямовані на формування навичок емоційної регуляції, розвиток комунікативної компетентності та зміцнення соціальних зв'язків дітей, які пережили бойові дії.

Зроблено висновок про необхідність комплексного міждисциплінарного підходу, що поєднує ресурси сім'ї, школи та громади для ефективного відновлення соціального функціонування дітей у післявоєнний період.

Дослідження також окреслює важливість культурної ідентичності та громадянської приналежності як чинників, що сприяють успішній соціальній адаптації. Збереження національних традицій, мови та колективної пам'яті допомагає дітям відчувати зв'язок зі своєю спільнотою, що стає основою для формування стійкості та подолання почуття ізоляції.

Практичне значення роботи полягає у виробленні рекомендацій для освітніх і соціальних політик, орієнтованих на реінтеграцію дітей у навчальне та суспільне середовище. Представлені результати можуть бути використані педагогами, психологами, соціальними працівниками та державними інституціями для розробки ефективних програм підтримки дітей, які постраждали від війни, а також для обміну досвідом на міжнародному рівні.

Ключові слова: соціальна адаптація, діти, війна, ПТСР, психосоціальна підтримка, педагогічні стратегії, теорія прив'язаності, емоційна безпека, стрес, освіта в умовах кризи, соціальні служби.

Tamara Chornoshtan, Mykola Lyla, Yevheniy Chornoshtan. SOCIAL ADAPTATION OF CHILDREN WHO HAVE SURVIVED COMBAT

The article explores the multifaceted process of social adaptation among children who have experienced the traumatic consequences of war in Ukraine. It analyzes the psycho-emotional impact of the full-scale armed conflict, including the prevalence of post-traumatic stress disorder (PTSD), symptoms of toxic stress, emotional instability, learning difficulties, and disruptions in social interaction. Particular attention is given to age-specific responses to trauma, interpreted through the theoretical frameworks of E. Erikson, L. Vygotsky, J. Bowlby, and U. Bronfenbrenner, which provide a deeper understanding of child development in crisis conditions.

The study emphasizes the role of family, school, and social institutions in restoring a fundamental sense of safety and trust in the world. It highlights the importance of creating a holistic supportive environment that combines pedagogical guidance, psychosocial interventions (art therapy, fairy-tale therapy, and emotional learning programs), and coordinated social services. Pedagogical strategies aimed at fostering emotional regulation, developing communication skills, and strengthening social ties among war-affected children are outlined. The findings underscore the necessity of a comprehensive, interdisciplinary approach that integrates the resources of families, schools, and communities to facilitate the effective recovery of children's social functioning in the post-war context. The research also emphasizes the significance of cultural identity and civic belonging as essential factors in children's successful social adaptation. Preserving national

traditions, language, and collective memory fosters a stronger sense of community, which, in turn, enhances resilience and helps overcome feelings of isolation.

The practical value of the study lies in formulating recommendations for educational and social policies aimed at reintegrating children into learning and community environments. The findings may serve as a foundation for educators, psychologists, social workers, and governmental institutions to design effective support programs for war-affected children and to facilitate knowledge exchange at the international level.

Key words: social adaptation, children, war, PTSD, psychosocial support, pedagogical strategies, attachment theory, emotional security, stress, education in crisis, social services.

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні кардинально змінила умови життя дітей, зумовивши масове поширення психоемоційної травматизації. Особливо гостро ця проблема, проявляється у дітей, які стали свідками або жертвами бойових дій. Втрата домівки, близьких, звичного соціального середовища спричиняє глибокі порушення у формуванні базового відчуття безпеки, довіри до світу, емоційної стабільності.

Процес соціальної адаптації у таких дітей ускладнюється порушенням вікових задач розвитку, руйнуванням систем підтримки, деструктивними змінами в поведінці. При цьому традиційні механізми адаптації стають недостатніми, що зумовлює необхідність оновлення підходів, до психолого – педагогічної підтримки.

В умовах тривалої нестабільності, втрати освітньої інфраструктури та браку кваліфікованої допомоги, виникає нагальна потреба у створення системної міжвідомчої моделі підтримки, яка враховує вікові, соціокультурні та психоемоційні особливості дітей, що зазнали наслідків війни. Саме ця проблема стала центральною у даному дослідженні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема психосоціальної адаптації у дітей у кризових умовах активно висвітлюється як у зарубіжній, так і в українській науковій думці. Значний внесок у розуміння механізмів реагування дітей на травму зробили Е. Еріксон (теорія психосоціального розвитку), Дж. Боулбі (теорія прив'язаності), Л.Виговський (культурноісторичний підхід) та У. Бронфенбренер (екологічна системна теорія).

На емпіричному рівні дослідження ЮНІСЕФ(2023), Save the Children, Voices of Children Foundation, Springerlink, фіксують високі рівні ПТСР та токсичного стресу серед дітей, які перебували у зонах бойових дій, особливо у наймолодших групах.

Українські науковці (Н. Пророк [9], Т. Семигіна [10], І. Зверєва [4], Н. Побірченко [8]) акцентують на значенні міждисциплінарного підходу до надання підтримки, підкреслюючи роль родини, школи та громади у створенні безпечного середовища. Особливе місце посідають педагогічні інтервенції, спрямовані на стабілізацію емоційного стану дитини, розвиток навичок регуляції та формування здо-

рових соціальних зв'язків. Незважаючи на значну кількість напрацювань, залишається проблема у систематизації теоретичних підходів до практичних рішень адаптованих до умов сучасної України.

Метою статті є комплексне дослідження особливості соціальної адаптації дітей, які пережили травматичний досвід війни в Україні, з урахування вікових, психоемоційних та соціальних чинників. Основним завданням є проаналізувати психологічні наслідки повномасштабного збройного конфлікту для дитячої психіки, вивчити теоретичні основи адаптаційних процесів та обґрунтувати ефективні педагогічні і соціальні стратегії підтримки дітей у посттравматичний період.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сучасна українська реальність визначається повномасштабною війною, що чинить потужний стресогенний вплив на все населення – як дорослих, так і дітей. Збройний конфлікт трансформує не лише зовнішні умови життя, а й глибоко впливає на внутрішній психоемоційний стан особистості. В окремих випадках інтенсивність психотравматичного навантаження настільки висока, що індивідуальні характеристики, стан здоров'я чи соціальне середовище втрачають вирішальну роль у виникненні посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

В умовах війни ризик розвитку ПТСР суттєво зростає і може торкнутися будь-якої людини, незалежно від попередньої стійкості до стресу. Війна є гіперекстремальною ситуацією, що виходить за межі звичного досвіду й часто перевищує адаптаційні можливості особистості. Це спричиняє руйнування звичних моделей поведінки, дестабілізацію системи реагування і призводить до серйозних психосоціальних наслідків [22].

Поняття соціальної адаптації передбачає багатовимірний процес інтеграції індивіда в соціальне середовище з одночасним збереженням власної ідентичності. У науковій літературі А. Мудрик соціальну адаптацію трактує як динамічну взаємодію між особистістю та соціальним середовищем, у межах якої відбувається пристосування поведінкових моделей, цінностей і соціальних установок [6]. У випадку дітей, які пережили бойові дії, соціальна адаптація означає повер-

нення до стабільності, відновлення безпеки, емоційного контакту та міжособистісних зв'язків [22].

Соціальна адаптація розгортається на трьох рівнях: психофізіологічному (відповідь нервової системи на зміну умов середовища), особистісному (усвідомлення власної ідентичності в нових обставинах) та соціально-поведінковому (налагодження взаємодії з іншими людьми, дотримання прийнятих норм, опанування нової соціальної ролі).

У післявоєнному досвіді цей процес ускладнюється через втрату усталених орієнтирів, глибокі емоційні травми та руйнування звичного способу життя. За таких умов діти особливо потребують цілісної підтримки з боку сім'ї, освітніх інституцій, соціальних служб і громади, що сприятиме відновленню базової довіри до навколишнього світу.

У випадку дітей, які безпосередньо зазнали впливу бойових дій, адаптаційний процес охоплює не лише інтеграцію в нове середовище (школу, місце проживання), але й відновлення відчуття безпеки, формування довіри до соціуму, розвиток умінь емоційної саморегуляції та конструктивного міжособистісного спілкування. Важливим чинником, що визначає особливості цього процесу, виступають вікові закономірності психічного розвитку дитини.

На думку авторів Н. Пророк та Л. Царенко дошкільники (3–6 років) [9] проявляють високу емоційну залежність від батьків чи осіб, які їх замінюють. У цьому віці важливу роль відіграє гра, рутинність і підтримка. Травматичний досвід у дітей цього віку може проявлятися у вигляді регресивної поведінки, плаксивості, страхів, порушень сну [28]. Дитина після пережитого стресу може втратити мовленнєві або гігієнічні навички, демонструвати тривожність або апатію.

Молодші школярі (6–10 років) мають більш розвинене мислення, здатні до рефлексії, однак лишаються вразливими до змін у середовищі. Вони мають потребу в емоційній підтримці дорослих і чіткій структурі. Школа в цьому віці може бути як ресурсом, так і джерелом додаткового стресу. У дітей часто спостерігаються проблеми з концентрацією, гіперактивність, емоційна збудливість або, навпаки, емоційне «відключення».

Підлітки (11–17 років), за Е. Еріксоном, переживають кризу ідентичності, яка ускладнюється травматичним досвідом війни, зміною статусу (наприклад, статус ВПО), або втратою перспективи [3]. Можуть виникати тривожність, депресивність, замкненість, соціальна ізоляція, бунтівна поведінка. Проте цей вік має й відновлювальний потенціал –

здатність до пошуку сенсу, критичного мислення й особистісного зростання.

Теоретичні підходи до розуміння адаптації дітей ґрунтуються на класичних моделях особистісного розвитку. Теорія Е. Еріксона описує вісім стадій розвитку, на кожній із яких вирішується певна психосоціальна задача: у немовлят – довіра або недовіра до світу, у молодших школярів – старанність або неповноцінність, у підлітків – формування ідентичності або плутанина ролей [3]. Війна може призвести до порушення природного ходу цих стадій. Утім, за наявності підтримки, дитина може сформувати психологічну стійкість.

Культурно-історична теорія Л. Виготського [2] наголошує на ролі соціального середовища у розвитку дитини. Л. Виготський ввів поняття «зони найближчого розвитку» – сфери, в якій дитина здатна опановувати нові вміння з допомогою дорослих або досвідчених однолітків. У ситуації війни саме підтримка з боку родини, педагогів соціальних фахівців може активізувати цей внутрішній потенціал [2].

Важливо також звернутися до теорії прив'язаності Джона Боулбі. Вона підкреслює критичну роль стабільного емоційного зв'язку з дорослими у формуванні базового відчуття безпеки. Розлука, втрата або евакуація можуть спричинити сильну тривогу, однак формування нових прив'язаностей здатне сприяти психологічному відновленню [15].

У педагогічному контексті підтримка дітей із симптомами ПТСР передбачає створення безпечного освітнього середовища, емоційну підтримку, регулярність освітніх процедур, співпрацю з родиною, залучення шкільного психолога. Важливо надавати дитині право вибору в межах навчальних завдань, заохочувати вираження емоцій, уникати покарань і тригерів. Уся взаємодія має базуватися на повазі до гідності дитини, стабільності, доброзичливості та послідовності.

Особливої уваги потребують діти, які втратили одного з батьків. У таких випадках рекомендовано зниження навчального навантаження, чутливе ставлення до тем втрати, можливість емоційного вираження через гру, творчість, індивідуальні бесіди. Реакція на агресивну поведінку має відбуватися через м'яке, але структуроване втручання, без припинення гідності дитини.

Дослідження свідчать, що понад 50% дітей, які перебували в зоні активних бойових дій, мають симптоми ПТСР. У віковій групі 3–7 років цей показник сягає 69%, а серед дітей 8–12 років – близько 49% [22]. Також фіксуються прояви токсичного стресу, що

негативно впливає на розвиток нервової системи та когнітивні функції [28].

Війна спричинила значні втрати освітньої інфраструктури – понад 1600 шкіл було зруйновано або пошкоджено [30]. Це загострює проблему освітнього дефіциту, особливо серед підлітків. У дітей спостерігаються агресивність, емоційна замкненість, втрата інтересу до навчання, труднощі з концентрацією. Дані Voices of Children Foundation засвідчують динаміку переходу від тривожних реакцій до складнощів у міжособистісній взаємодії [32].

Тривала нестабільність – перехід до дистанційного навчання, нестача ресурсів – спричиняє когнітивні порушення. У дітей фіксують труднощі з пам'яттю, увагою та зниження академічної успішності [31].

У контексті екологічної системної теорії Бронфенбреннера адаптація дитини відбувається під впливом різнорівневих факторів – від індивідуальних (вік, темперамент) до макросоціальних (школа, політика, громада) [17]. Лише узгоджена взаємодія всіх цих рівнів забезпечує сприятливе середовище для відновлення.

Родина виступає першим мікросоціальним контекстом дитини. Згідно з теорією прив'язаності Боулбі, саме емоційна стабільність і чуйність родини є критичними для збереження довіри до світу [15]. Діти, які отримували послідовну підтримку, краще адаптувалися до змін.

Школа як інститут вторинної соціалізації виконує стабілізуювальну функцію. Програми соціально-емоційного навчання (SEL) сприяють розвитку емоційної регуляції, емпатії, розв'язанню конфліктів. Шкільний психолог забезпечує оперативну допомогу.

Для досягнення позитивних результатів у процесі психологічної допомоги дітям у період війни необхідно забезпечити низку умов, що створюють безпечне і підтримувальне середовище для подолання травматичних переживань. Насамперед психологічна допомога може бути ефективною лише тоді, коли усунуто безпосередні загрози життю дитини.

Йдеться про ситуації, пов'язані з артилерійськими обстрілами, вибухами, авіаударами, стріляниною. Дітей слід евакуювати з небезпечних територій, а під час повітряної тривоги забезпечити їх перебування у сховищах. Лише після припинення надзвичайного стресового впливу, коли зникає безпосередній ризик фізичної небезпеки, можна говорити про можливість ефективного подолання психологічних наслідків пережитих подій.

Створення сприятливого освітнього середовища передбачає забезпечення комфортних

умов для навчання як у класі, так і в дистанційному форматі. Воно включає формування позитивної атмосфери взаємоповаги та толерантного спілкування, належну психолого-педагогічну підтримку й матеріально-технічне забезпечення, а також організацію простору та взаємодії, які допомагають дитині розкривати свій потенціал.

Ефективність психологічної допомоги ґрунтується на довірі та відкритості. Реальна підтримка можлива лише за умови щирого прийняття дитини та врахування її індивідуальних потреб і життєвих обставин. Це досягається завдяки спостереженню, психологічному діагностуванню та тісній співпраці з батьками, що дозволяє визначити сильні сторони й внутрішні ресурси кожної дитини.

Аналіз міжнародного та українського досвіду свідчить про важливість цілеспрямованої підтримки дітей у подоланні наслідків війни, особливо в умовах затяжного стресу низької інтенсивності. Педагоги відзначають серед найпоширеніших проявів у дітей пригніченість, втрату інтересу до різних видів діяльності, труднощі в навчанні та спілкуванні, емоційну нестабільність, підвищену тривожність, дратівливість, зниження самооцінки та надмірне використання гаджетів.

Дані міжнародних і вітчизняних досліджень вказують, що найглибші зміни відбуваються в емоційній, соціальній і поведінковій сферах. Постійне очікування небезпеки зумовлює емоційну напруженість, тривожність, пригнічений настрій, а в деяких випадках – навіть агресивні або відсторонені реакції на події, що не становлять реальної загрози. У поведінковій сфері це може проявлятися в неадекватних стратегіях зняття напруги: агресії, самоізоляції, втечі в онлайн-світ, залежностях. Соціальні прояви включають у себе погіршення міжособистісних контактів і зниження ефективності комунікації.

Психологічна допомога дітям у контексті війни повинна брати до уваги ці прояви і ґрунтуватися на чіткому розумінні того, що саме потребує найбільшої уваги: підтримка емоційної стабільності, налагодження здорових соціальних зв'язків і формування конструктивної поведінки.

Громада як мезосистема створює простір для соціального включення. Програма «Спільно» об'єднує психологічну допомогу, освіту та дозвілля у безпечному середовищі. Така взаємодія відновлює відчуття нормальності.

Ефективною відповіддю на наслідки травматизації стають психосоціальні інтервенції: арт-терапія, казкотерапія, Narrative Exposure Therapy, програма FRIEN.

DS for Life (схвалена ВООЗ). Вони забезпечують безпечне символічне опрацювання травми, однак потребують професійної реалізації та залучення родини, яка залишається головним ресурсом дитини. Педагоги та соціальні служби відіграють ключову роль у стабілізації дитини: мають володіти знаннями про ПТСР, виявляти толерантність, підтримувати взаємодію з родиною, бути уважними до тригерів, уникати покарань, заохочувати вибір і творчість. Принцип гідності дитини – має бути основоположним у кожній взаємодії.

У контексті війни, особливо після повномасштабного вторгнення в Україну, важливою постаттю у системі підтримки дітей, які постраждали, виступає соціальний працівник, який відіграє ключову роль у формуванні безпечного, стабільного та ресурсного середовища для дитини. Насамперед завданням фахівця є виявлення дітей, які пережили травматичні події, та проведення оцінки їхніх індивідуальних потреб. Це передбачає збирання інформації щодо фізичної безпеки, емоційного стану, житлових умов, наявності опікунів, доступу до освіти, медицини та соціальних послуг. Такий підхід відповідає принципам міжвідомчої взаємодії, визначеним у стратегіях роботи з дітьми в кризі [29].

Однією з основоположних умов створення безпечного середовища є фізичний захист дитини. Соціальний працівник сприяє евакуації дітей із небезпечних регіонів, їх тимчасовому або довгостроковому розміщенню в безпечних умовах, пошуку опіки чи влаштуванню в патронатні родини. Безпека також включає забезпечення базових потреб – житла, їжі, одягу, стабільного режиму дня. Лише в таких умовах дитина здатна відновлювати відчуття довіри до світу й дорослих. Як зазначено у Конвенції ООН про права дитини [5], кожна дитина має право на захист, турботу та умови для повноцінного розвитку.

Водночас, соціальний працівник виконує функцію емоційної підтримки, забезпечуючи регулярну присутність, слухання без осуду, стабільний контакт. Він може проводити базові інтервенції кризового реагування, але у складніших випадках – координує доступ до психолога чи психіатра. Надзвичайно важливим є залучення родини до процесу допомоги.

Фахівець працює з батьками або опікунами, допомагає їм подолати труднощі, адаптуватися до нових обставин, забезпечити дитині необхідну увагу. Як вказує Т. Семигіна, підтримка сім'ї є однією з ключових умов для ефективної реінтеграції дитини у нормальне життя [10].

Також важливою є функція сприяння поверненню дитини до освіти. Залучення до навчального процесу – очного або дистанційного – є вагомим стабілізуючим чинником. Соціальний працівник допомагає налагодити комунікацію зі школою, забезпечити дитину навчальним приладдям, при потребі – технічними засобами (ноутбук, планшет), а також сприяє залученню до гуртків, творчих студій, груп однолітків. Повернення до навчання сприяє формуванню відчуття нормальності, підтримує розвиток пізнавальної сфери, дисципліну та самооцінку дитини [4].

Соціальний працівник також є адвокатом прав дитини – особливо в ситуаціях, коли дитина залишилась без батьківського піклування, постраждала від насильства або зазнає дискримінації. Він виступає посередником між дитиною, родиною, закладами освіти, охорони здоров'я, поліцією, службами у справах дітей забезпечуючи дотримання прав і найкращих інтересів дитини згідно з міжнародними нормами та національним законодавством [7].

Окремим аспектом діяльності є запобігання стигматизації дітей, які пережили війну. Часто такі діти можуть почуватися «інакшими», замкненими, ізольованими. Соціальний працівник сприяє їх соціалізації, налагодженню дружніх контактів, формуванню почуття приналежності до громади. Це знижує рівень тривожності та емоційного напруження, підтримує здорові моделі поведінки. Як підкреслюють І. Зверева [4] та Н. Побірченко [8], одним із чинників відновлення після травматичних подій є саме участь у спільноті, що приймає і підтримує.

Усі ці напрямки діяльності соціального працівника ґрунтуються на принципах гуманності, конфіденційності, міжсекторальної взаємодії та дитиноцентризму. Через індивідуальний підхід, системну роботу з родиною та громадою, а також адвокацію прав дитини, фахівець створює не лише «зовнішню» безпеку, а й відновлює внутрішнє відчуття стабільності, гідності й віри в майбутнє.

Отже умови повномасштабної війни в Україні кардинально змінили логічну реальність, у якій зростають діти. Вони опинилися в гіперекстремальних умовах, що виходять за межі звичайного досвіду і створюють значне психотравматичне навантаження. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) який спостерігається у великої частини дитячого населення, перестав бути виключно медичною проблемою – він набув міжгалузевого характеру, охоплюючи педагогіку, соціальну та суспільні сфери.

Соціальна адаптація дітей, що зазнали впливу бойових дій, вимагає злагодженої взаємодії родини, школи, громади та фахівців соціальної сфери. Ефективна підтримка повинна враховувати вікові особливості розвитку, форми реагування на стрес, а також індивідуальні потреби дитини.

У цьому контексті важливо спиратись на класичні теоретичні моделі – такі, як стадії розвитку Е. Еріксоном, культурно-історичний підхід Л. Виготського, теорія прив'язаності Дж. Боулбі – що підкреслюють критичну роль безпечного середовища, емоційної підтримки та взаємодії з дорослими [3].

Школа, як інститут вторинної соціалізації, повинна створювати стабілізуюче середовище сприяти розвитку емоційної регуляції, міжособистісних навичок та підтримувати пізнавальний інтерес. Залучення дітей до освітнього процесу, гуртків, творчої діяльності є запорукою реінтеграції у соціум та формування довіри до світу.

У педагогічному супроводі дітей визначальним є дотримання принципу гідності, забезпечення стабільності та уважне ставлення до індивідуального досвіду кожної дитини. В умовах війни соціальні працівники виконують багатофункціональну роль: вони не лише захищають права дитини, а й координують процес надання допомоги, забезпечують емоційну підтримку та сприяють поступовому поверненню до звичного життя. До їхніх завдань належить оцінка особистих потреб дитини, гарантування безпеки, організація доступу до житла, освіти, медичних і соціальних послуг, а також підтримка взаємодії з родиною. Повернення до освітнього процесу й колективу виступає важливим чинником відновлення психоемоційної рівноваги.

Серед ефективних підходів до подолання наслідків травматичного досвіду виокремлюють психосоціальні інтервенції, зокрема арттерапію, казкотерапію та програми емоційного навчання, які потребують професійного супроводу та активної підтримки сімейного оточення.

Фахівці повинні володіти знаннями про ПТСР, бути толерантними до проявів стресу, уникати осуду заохочувати творчість, вибір і самовираження.

Усі заходи допомоги дітям, що постраждали від бойових дій, мають базуватись на міждисциплінарному підході, який враховує комплексність дитячих потреб – фізичних, емоційних, соціальних, пізнавальних. Тільки через тісну взаємодію педагогів, психологів, соціальних працівників, родини та громади можливо створити умови не лише для виживання, а й для повноцінного розвитку та адаптації дитини до нової реальності.

Висновки. Соціальна адаптація дітей, які пережили бойові дії, є складним і багаторівневим процесом, що потребує міждисциплінарного підходу та комплексної підтримки. Аналіз психоемоційних наслідків війни свідчить про поширеність ПТСР, токсичного стресу, труднощів у навчанні та комунікації, що зумовлює необхідність системної допомоги. Вікові особливості реагування на травматичний досвід підтверджують важливість застосування наукових підходів провідних теоретиків розвитку (Е. Еріксона, Л. Виготського, Дж. Боулбі, У. Бронфенбреннера) для глибшого розуміння динаміки адаптаційних процесів.

Ключовим чинником відновлення дітей виступає підтримувальне середовище, сформоване родиною, школою та соціальними службами. Особливого значення набувають педагогічні стратегії та психосоціальні інтервенції (арттерапія, казкотерапія, програми емоційного навчання), які сприяють формуванню навичок емоційної регуляції та соціальної взаємодії.

Таким чином, ефективна соціальна адаптація можлива лише за умови інтеграції ресурсів сім'ї, освітніх закладів та громади, що забезпечує відновлення емоційної безпеки та повноцінного соціального функціонування дітей у післявоєнний період.

Література:

1. Бондаренко О. В. Психологічна підтримка дітей у кризових ситуаціях: теорія і практика. Київ: Логос, 2020. 216 с.
2. Виготський Л. С. Психологія розвитку дитини. К.: Рад. школа, 1982. 424 с.
3. Еріксон Е. Ідентичність: юність і криза / пер. з англ. О. Кубальський. К.: Основи, 2002. 312 с.
4. Зверева І. Д. Методи і технології соціальної роботи. Київ: Центр учбової літератури, 2020.
5. Конвенція ООН про права дитини. 1989.
6. Мудрик А. В. Соціалізація особистості: навч. посіб. К.: Либідь, 2002. 212 с.
7. Кабінет Міністрів України. Національна стратегія реформування системи інституційного догляду та виховання дітей (2017–2026) і план заходів з реалізації її I етапу: розпорядження від 9 серпня 2017 р. № 526-р. *Урядовий кур'єр*. 2017. № 157 (6026) (23 серпня). С. 10–12.

8. «Про Національну стратегію реформування системи інституційного догляду та виховання дітей на 2017–2026 роки та план заходів з реалізації її I етапу. Кабінет Міністрів України» URL: https://www.kmu.gov.ua/npras/250190226?utm_source=chatgpt.com
9. «Комітет Верховної Ради України з питань освіти, науки та інновацій» URL: https://kno.rada.gov.ua/print/75480.html?utm_source=chatgpt.com
10. «Про Національну стратегію реформування системи інституційного догляду та виховання дітей на 2017–2026 роки та план заходів з реалізації її I етапу» ЛОУНБ» URL: https://catalog.lounb.org.ua/bib/504010?utm_source=chatgpt.com
11. Побірченко Н. С. Соціальна підтримка дітей у післявоєнний період. Вінницький державний педагогічний університет ім. М Коцюбинського, 2021.
12. Пророк Н. В., Царенко Л. Г., Чекстєре О. Ю., Полякова В. І., Столярчук О. А., Купрієєва О. І. Психологічна допомога дітям, які пережили спричинені війною травмівні події: Методичні рекомендації. Київ, 2024.
13. Семигіна Т. В. Соціальна робота з дітьми в кризових ситуаціях. Київ: Академія, 2014.
14. ЮНІСЕФ. Рекомендації щодо захисту дітей у надзвичайних ситуаціях. 2022.
15. Юрченко О. В. Психосоціальна допомога дітям, які постраждали внаслідок воєнних дій. *Соціальна робота в Україні*. 2022. № 1. С. 33–41.
16. Захарова Ю. І. Арт-терапія як засіб психоемоційної реабілітації дітей, постраждалих від війни. *Психологія і суспільство*. 2023. № 2(76). С. 82–89.
17. Bondarenko O. V. Psykholohichna pidtrymka ditei u kryzovykh sytuatsiiah: teoriia i praktyka. Kyiv: Lohos, 2020. 216 s.
18. Bowlby J. Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. New York: Basic Books, 1969. 429 p.
19. Bowlby J. Attachment and Loss. Vol. 3: Loss: Sadness and depression. – New York: Basic Books, 1980. 392 p.
20. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979. 330 p.
21. Children's Reactions to War, Armed Conflict and Displacement: A systematic review. *Current Psychiatry Reports*, 2021.
22. Erikson E. H. Childhood and Society. New York: Norton, 1963.
23. Kozlova I., Semenova I., Grebennikova T. Post-Traumatic Stress Symptoms in Children Exposed to War-Related Traumatic Events: Age-Specific Manifestations. *Journal of Child and Adolescent Trauma*, 2021. 14(4), 765–775.
24. OECD. Social and Emotional Learning and Soft Skills in Education. OECD Publishing, 2021.
25. Post-traumatic stress in children as a result of war: strategies for psychological support. *Sociological Psychological Studies*, 2023.
26. “Resilience as a dynamic concept”. *Development and Psychopathology*, 2012. Volume 24, Issue 2
27. Rachamim L., Aloni R., Muallem Taylor H., Glickman O., Goodman A., Laor N. Children of War: Examining the associations between war exposure, maternal PTSD, and continuous traumatic stress on children's PTSD. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 2025. Vol. 53. P. 1047–1059.
28. SAMHSA. SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma- Informed Approach. 2014.
29. Save the Children International. Three Years of Loss and Fear: War in Ukraine Shatters Children's Lives. 2025.
30. Schauer M., Neuner F., Elbert T. Narrative Exposure Therapy for Children (KIDNET). Hogrefe Publishing, 2011.
31. UNICEF. Child Protection in Humanitarian Action: Ukraine Response Report. 2023.
32. UNICEF. Supporting children's mental health and psychosocial well-being in conflict-affected settings. 2022. URL: <https://www.unicef.org/reports/supporting-childrens-mental-health-conflict-settings> (дата звернення: 26.07.2025).
33. UNICEF. Three Years of Full-Scale War for Ukraine's Children. 2024.
34. Voices of Children Foundation. The evolving needs of Ukraine's children and families. 2025.
35. Zeeman H. Understanding Trauma and Healing in Children. Routledge, 2022.

Дата надходження статті: 26.06.2025

Дата прийняття статті: 15.07.2025

Опубліковано: 01.10.2025