

гормона, такі речовини впливають на весь організм батьків та ембріона. Найпоширенішими наслідками такого впливу є патології нервової, серцево-судинної та опорно-рухової систем організму. Як наслідок, відмовляючись від будь-якої шкідливої звички, ми зменшуємо ризики виникнення проблем під час вагітності та патологій у майбутніх поколіннях.

КЛЮЧОВІ СЛОВА: Ембріогенез, залежність, наркоманія, алкоголізм, нікотинова залежність, статева система, ендокринна система, гормональний збій, сперматозоїд, вагітність, патологія, синдром раптової смерті немовляти, мертвонародження, викидень.

RESUME:

Every year in the world, toxic substances of various types are distributed in society, in particular among people in the most favorable age for reproduction, thus causing irreparable damage to the next generations. Toxic substances exert the greatest influence on the endocrine system, which is one of the regulatory ones. Therefore, by disrupting the production and/or utilization of only 1 hormone, such substances affect the entire body of the parents and the embryo. The most common consequences of such exposure are pathologies of the nervous, cardiovascular and locomotor systems of the body. As a result, by giving up any bad habit, we reduce the risks of problems during pregnancy and pathologies in future generations.

KEYWORDS: Embryogenesis, addiction, drug addiction, alcoholism, nicotine addiction, reproductive system, endocrine system, hormonal failure, sperm, pregnancy, pathology, sudden infant death syndrome, stillbirth, miscarriage.

Вікторія Онішук, Ангеліна Павлова
Науковий керівник – к.філос.н., доц.
Олена Гудзенко
КЗВО «Волинський медичний інститут»

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ У ВОЄННИЙ ПЕРІОД: НАПРЯМИ ТА ВИКЛИКИ

Постановка проблеми. Війна глибоко травмує дитячу психіку, порушує базове відчуття безпеки, викликає сильний стрес, тривогу, порушення поведінки та психоемоційного розвитку. Через втрату дому, розлуку з родиною або зміну звичного середовища діти стикаються з труднощами адаптації. У таких умовах психологічна підтримка стає критично важливою для збереження їх психічного здоров'я.

Мета дослідження. Визначити основні напрями психологічної підтримки дітей у період війни та окреслити ключові виклики, що постають перед фахівцями в процесі надання допомоги.

Результати дослідження. Аналіз наукових джерел свідчить, що війна є потужним психотравмувальним чинником, який істотно впливає на психоемоційний стан дітей. Як зазначає Н. Ваганова, в умовах воєнного періоду значно зростає рівень тривожності, страху, порушення сну та соматичних скарг у дітей, що зумовлює потребу в створенні безпечного емоційного середовища як

основи для психологічної підтримки [1, с. 91].

С. Діхтяренко та К. Кремсал підкреслюють, що в умовах постійного стресу діти демонструють індивідуальні реакції тривожності, які залежать від віку, особистісних рис та наявності підтримки з боку дорослих. Найбільш ефективними заходами, на думку дослідників, є стабілізаційні техніки, ігрова терапія та залучення дітей до звичних режимів дня [2, с. 12].

Ученими акцентується увага на важливості комплексного підходу до надання допомоги: поєднання психоедукації для дорослих, навчання технікам емоційного саморегулювання та організації спеціальних занять із розвитку емоційного інтелекту в дітей [3].

Зокрема, дослідники виокремлюють такі ефективні напрямки підтримки: створення безпечного простору, налагодження довірливих стосунків, залучення дітей до творчої діяльності та розвиток навичок самовираження. Учені зазначають, що ключову роль відіграє стабільна присутність дорослих, які здатні емоційно «заземлити» дитину [4].

Крім того, М. Слюсаревський та Л. Григоровська наголошують на необхідності системної підтримки учасників освітнього процесу, включаючи дітей, батьків і педагогів, через впровадження програм соціально-емоційного навчання, індивідуального консультування та групової психотерапії [5].

І. Шастко вказує на виклики, пов'язані з психологічною втомою освітян та потребою в спеціальній підготовці педагогічних працівників до роботи в умовах кризи [6].

Аналіз наукових джерел і звітів міжнародних організацій свідчить, що ефективна підтримка дітей має ґрунтуватися на таких напрямках: створення безпечного середовища, стабільної рутинної діяльності, емоційного супроводу, залучення до ігрових і творчих практик. Важливою є робота з батьками та освітянами задля формування середовища підтримки. Серед викликів виокремлюють брак кваліфікованих фахівців, відсутність довготривалих програм, а також стигматизацію теми психічного здоров'я в суспільстві.

Таким чином, ефективна психологічна підтримка дітей у воєнний період має ґрунтуватися на інтеграції кількох напрямів: стабілізація емоційного стану, залучення до звичних соціальних активностей, підтримка дорослих/опікунів, підвищення компетентності педагогів і мультидисциплінарний підхід у наданні допомоги.

Висновки. Психологічна підтримка дітей у воєнний період є критично важливою складовою забезпечення їхнього психічного благополуччя. В умовах постійної небезпеки, нестабільності та втрат у дітей спостерігається підвищення тривожності, емоційна нестійкість, порушення поведінки, соматичні реакції на стрес. Результати аналізу сучасних наукових джерел свідчать, що ефективна психологічна допомога повинна бути комплексною та багаторівневою: охоплювати не лише безпосередню роботу з дітьми, а й включати підтримку їхніх батьків, педагогів та соціального оточення.

Серед найрезультативніших підходів вирізняються стабілізаційні техніки, ігрова та арт-терапія, когнітивно-поведінкові стратегії, залучення до творчої й соціально значущої діяльності, створення передбачуваного й безпечного

середовища. Водночас особливе значення має емоційна підтримка з боку дорослих, які повинні бути навчені базовим навичкам кризової комунікації та реагування на травматичні прояви. Надання допомоги має враховувати вікові особливості дитини, її життєвий досвід, рівень травматизації та специфіку соціального середовища. Для досягнення стійкого позитивного ефекту необхідна міждисциплінарна співпраця фахівців різних галузей – психологів, педагогів, соціальних працівників, підтримка з боку державних та громадських інституцій. Отже, лише системний, гуманістичний і професійно організований підхід до психологічної підтримки дітей в умовах війни може забезпечити збереження їхнього психічного здоров'я та розвиток адаптивних ресурсів.

Список використаних джерел:

1. Ваганова Н. Психолого-педагогічні аспекти забезпечення психічного здоров'я дітей у сучасних умовах // Психологічна допомога особистості у воєнний період : матеріали VII Всеукр. психол. читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів», м. Умань, 18 квіт. 2024 р. / МОН України, Уман. держ. пед. ун-т ім. Павла Тичини. – Умань, 2024. – С. 90–95.
2. Діхтяренко С., Кремсал К. Психологічні особливості тривожності дітей в умовах війни // Психологічна допомога особистості у воєнний період : матеріали VII Всеукр. психол. читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів», м. Умань, 18 квіт. 2024 р. / МОН України, Уман. держ. пед. ун-т ім. Павла Тичини. – Умань, 2024. – С. 9–15.
3. Психологічна допомога дітям в умовах воєнного стану : довід. для вихователів дошк. навч. закл. і вчителів загальноосвіт. навч. закл. / за ред. Н. В. Пророк. – Київ, 2022. – 155 с.
4. Психологічна підтримка та допомога дітям, які пережили травматичні події : навч.-метод. посіб. / за заг. ред. О. Калашник. – Київ, 2022. – 101 с.
- Слюсаревський М. М., Григоровська Л. В. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах війни // Вісник НАПН України. – 2022. – Т. 4, № 1. – Режим доступу: <https://doi.org/10.37472/v.naes.2022.4129>
5. Шастко І. М. Психологічні проблеми учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану // Освітній процес в умовах війни та у повоєнний період: виклики, правила, перспективи : матеріали всеукр. наук.-пед. підвищ. кваліфікації, 4 берез. – 14 квіт. 2024 р. – Львів–Торунь : Liha-Pres, 2024. – С. 350–352.