

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Педагогічний Університет ім. Комісії Національної Освіти в Кракові
Інституту нейропсихотерапії (Відень, Австрія)
Трансільванський університет Брашова (Румунія)
Центр системно-орієнтованого консультування, лікування та психотерапії ZSB (Австрія)
Центр психічного здоров'я Тоом Паргі (Таллін, Естонія)
Коледж Санта-Фе (США)
Вільний університет Брюсселю (Бельгія)
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»
Криворізький державний педагогічний університет
Регіональне представництво Уповноваженого Верховної Ради України з прав людини
в Полтавській області
Головне управління Національної поліції в Полтавській області
ГУ ДСНС України у Полтавській області
Управління патрульної поліції в Полтавській області
Центр психічного здоров'я КП «Обласний заклад з надання психіатричної допомоги
Полтавської обласної ради»
Благодійна організація «Світло надії»
Гендерний центр Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»



ПРОЯВИ РЕЗИЛІЄНТНОСТІ НА РІЗНИХ РІВНЯХ СИСТЕМИ: СІМ'Я, ОСВІТА, СУСПІЛЬСТВО ПІД ЧАС ВІЙНИ

**Збірник наукових матеріалів
II Міжнародної науково-практичної конференції**

23-24 травня 2024 року

Полтава – 2024

для спілкування та обміну досвідом; арт-терапія: використання творчих методів для вираження та обробки емоцій; йога та медитація: зниження стресу та покращення загального психічного стану; фізична активність: сприяє зниженню тривожності та депресії.

Загалом можна зробити висновок, що ефективна реабілітація психічних розладів під час війни потребує комплексного підходу, який включає медичну, психологічну та соціальну допомогу. Особливо важливою є підтримка на державному та суспільному рівнях, які сприяють створенню сприятливих умов для реабілітації та інтеграції постраждалих осіб.

Список використаних джерел:

1. Підтримка ментального здоров'я в часи війни. URL: <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/pidtrymka-mentalnoho-zdorovya-v-chasy-viynu>
2. Тривожність під час війни: шляхи терапії. URL: <https://health-ua.com/article/74775-trivozhnst-pd-chas-vjni-shlyahi-terap>
3. ПТСР під час війни. URL: <https://arpp.com.ua/articles/ptsd-during-the-war/>

ПСИХІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ РОЗЛАДИ У ДОРΟΣЛИХ І ДІТЕЙ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Дендеберя Катерина

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Науковий керівник: кандидат педагогічних наук, доцент **Клевака Л. П.**

Війна в Україні спричинила серйозну гуманітарну кризу та призвела до масштабних психологічних травм і психічних розладів серед людей. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, близько 10 мільйонів українців потребують психосоціальної підтримки, з них 4 мільйони потребують психологічної допомоги. Вивчення особливостей психічних розладів під час війни, методів їх лікування і реабілітації є надзвичайно актуальним завданням і має велике значення для збереження психічного здоров'я людей і реабілітації постраждалих.

Мета дослідження – розкрити особливості психічних розладів під час війни, методів їх лікування і реабілітації.

Військові дії, втрата близьких, руйнування будинків, триваючий страх і невизначеність – усе це негативно впливає на психічне здоров'я людей, що призводить до розвитку широкого спектру психічних і психологічних захворювань. Вивчення особливостей цих захворювань та їх лікування та одужання є надзвичайно важливим завданням, яке може допомогти мільйонам людей подолати наслідки війни та повернутися до нормального життя [3].

Військові дії, бомбардування, втрата житла, близьких, постійне відчуття небезпеки та інші фактори війни стають причинами широкого спектру

психічних і психологічних розладів, таких як: посттравматичний стресовий розлад, гострий стрес, тривога і депресія, панічна атака, obsесивно-компульсивний розлад, розлади сну і харчування, зловживання психоактивними речовинами, зростання хронічних психічних захворювань [3].

Варто зазначити, що війна має різний психологічний вплив на людей, залежно від віку, статі, особистісних характеристик та соціального середовища. Найбільш ймовірні психічні розлади під час війни: дітей, жінок, людей похилого віку, людей, які зазнали насильства або втратили близької людини, людей з низькими доходами та соціальною підтримкою [1].

Аналіз наукових досліджень доводить, що на сьогодні є актуальними декілька аспектів, зокрема: аналіз особливостей психічних та психологічних розладів, які виникають під час війни та внаслідок неї; вивчення сучасних методів лікування та реабілітації постраждалих; розроблення рекомендацій щодо покращення психосоціальної підтримки населення в умовах війни та післявоєнний період.

У ході дослідження було виявлено, що війна викликає широкий спектр психічних і психологічних розладів у дорослих і дітей. Найбільш сприйнятливі до цих захворювань: діти та підлітки, які стають свідками актів насильства та жорстокості, втрачають свої домівки та близьких, а також розлучаються зі своїми родинами; жінки, які частіше стають жертвами сексуального насильства, торгівлі людьми та інших форм насильства; літні люди з хронічними захворюваннями, обмежені в пересуванні, потребують сторонньої допомоги; люди з обмеженими можливостями стикаються з додатковими перешкодами в доступі до допомоги та підтримки; військовослужбовці та ветерани, які пережили бойові дії, загибель рідних та тілесні ушкодження [2].

Встановлено, що посттравматичний стресовий розлад є одним із найпоширеніших психічних розладів під час війни. Симптоми посттравматичного стресового розладу включають нав'язливі спогади про травматичну подію, кошмари, тривогу, дратівливість, труднощі з концентрацією та уникнення ситуацій, які нагадують вам про травму [4].

Зауважимо, що війна призводить до виникнення різноманітних психічних і психологічних захворювань, які мають різні прояви та потребують комплексного лікування. Дослідниками розглядаються сучасні методи лікування та реабілітації постраждалих, у тому числі: психотерапія (когнітивно-поведінкова терапія, психодинамічна терапія, арт-терапія, групова терапія тощо); ліки (антипсихотики, антидепресанти, заспокійливі та ін.); фізіотерапія; соціальна реабілітація; інші методи підбираються індивідуально з урахуванням особливостей кожного пацієнта [1].

Практиками розроблено рекомендації щодо покращення психосоціальної підтримки населення у воєнний час, зокрема: створення доступної та якісної психологічної допомоги для всіх постраждалих; навчання фахівців з надання психосоціальної підтримки; проведення інформаційних кампаній з питань психічного здоров'я; залучення громадських організацій та волонтерів до

надання психосоціальної допомоги; розробку та впровадження програм психосоціальної підтримки для різних груп населення (дітей, дорослих, людей похилого віку, ветеранів тощо) [5].

З появою в нашій країні війни психічний і психологічний стан населення значно погіршився. І щоб поліпшити психологічний стан людини, треба вчасно побачити в собі зміни і звернутися за допомогою до фахівця. Вплив війни на психіку людини може бути непомітний але руйнівний. Такі психічні розлади, як депресія, тривожний розлад, постравматичний стресовий синдром, на думку експертів ВООЗ, загрожують українцям у результаті війни.

Список використаних джерел:

1. Малолеткова О. Потрібна нова культура ставлення до ментального здоров'я. *Урядовий кур'єр*. URL: <https://ukurier.gov.ua/uk/articles/potribna-nova-kultura-stavlennya-do-mentalnogo-zdo/>
2. Підтримка ментального здоров'я в часи війни. *Національний інститут стратегічних досліджень*. URL: <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/pidtrymka-mentalnoho-zdorovya-v-chasy-viyny>
3. Понад 8,5 млн українців мають ризик психічних розладів психічних розладів через війну – ВООЗ. *Укрінформ*. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3567887-ponad-85-miljona-ukrainciv-maut-rizik-psihicnih-rozladiv-cerez-vijnu-vooz.html>
4. ПТСР та загострення хронічних хвороб: як війна вплине на здоров'я українців. *Слово і дія: аналітичний портал*. URL: <https://www.slovoidilo.ua/2022/11/01/infografika/suspilstvo/ptsr-ta-zdorovya-ukrayincziv>
5. Чабан О. С., Хаустова О. О. Медико-психологічні наслідки дистресу війни в Україні: що ми очікуємо та що потрібно враховувати при наданні медичної допомоги? *Український медичний часопис*. URL: <http://surl.li/ihpof>

ВПЛИВ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я: АНАЛІЗ ПОШИРЕНOSTІ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ СЕРЕД ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ

Канцибер Владислава

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Науковий керівник: кандидат педагогічних наук, доцент **Іщенко В. І.**

Визначається насущною потребою розуміти та ефективно врегулювати наслідки війни на психічне здоров'я особистості. З огляду на постійну активність військових конфліктів у світі, виникає необхідність глибокого аналізу впливу цих подій на психологічний стан учасників та цивільного населення.

Дослідження впливу воєнного конфлікту на психічне здоров'я військовослужбовців та цивільного населення є дуже важливою темою з медичної, соціальної і психологічної перспективи. Результати таких аналізів