

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДОШКІЛЬНИКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

FEATURES OF THE EMOTIONAL SPHERE OF PRESCHOOL CHILDREN IN THE CONDITIONS OF MARTIAL LAW

У статті було досліджено особливості емоційного стану дітей, що мешкають разом із батьками в Краматорську Донецької області, в безпосередній близькості до зони активних бойових дій. За основу було взято триаду показників психічного стану, актуальну в умовах постійного впливу стресогених факторів: соціальну невпевненість, тривожність, агресію. Ці показники досліджувалися на основі аналізу анкетних даних, отриманих від батьків дітей. Подібне дослідження було виконано паралельно в дітей дошкільного віку, що мешкають разом із своїми батьками у відносно мирному і спокійному регіоні України – Східниці Львівської області. Отримані результати дозволили встановити, що у дітей раннього й дошкільного віку з регіону, наближеного до зони активних бойових дій, загальний середній показник критеріїв соціальної невпевненості помітно вищий, ніж у дітей, які проживають у мирному регіоні. За комплексом критеріїв тривожності також було виявлено значну різницю в показниках у дітей із протилежних за станом регіонів України. Середній показник у дітей раннього і дошкільного віку в краматорській групі був помітно вище, ніж у дітей зі Східниці. Аналіз анкетування агресивності підтвердив вказану вище тенденцію: в краматорській групі комплексний середній показник агресивності набагато більший, ніж в групі східнянській.

Підсумкові результати дослідження продемонстрували, що стан емоційної сфери дітей раннього та дошкільного віку з прифронтової зони помітно відрізняється від аналогічних показників у однолітків, що мешкають у відносно мирних регіонах України. Така ситуація потребує додаткової розробки методик корекції психічного стану (емоційної сфери) дітей війни, зокрема, заснованих на тілесно орієнтованій терапії.

Ключові слова: емоційна сфера, дошкільники, воєнний стан, соціальна невпевненість, агресія, тривожність.

The article investigated the features of the emotional state of children living with their parents in Kramatorsk, Donetsk region, in close proximity to the zone of active hostilities. The basis was taken as a triad of indicators of the mental state, relevant in conditions of constant exposure to stress factors: social insecurity, anxiety, aggression. These indicators were examined based on the analysis of questionnaire data obtained from the children's parents. A similar survey was conducted in parallel among preschool children living with their parents in a relatively peaceful and calm region of Ukraine – Skhidnytsia, Lviv region.

The data obtained revealed that in early and preschool children from the region adjacent to the combat zone, the overall average indicator of social insecurity criteria is noticeably higher than in children living in a peaceful region. According to the complex of anxiety criteria, a significant difference in indicators was also found in children from different regions of Ukraine. The average score of early and preschool children in the Kramatorsk group was significantly higher than that of children from Skhidnytsia. The analysis of the aggression questionnaire also confirmed the previous trend: in the experimental group, the complex average score of aggression was significantly higher than that of children from the control group.

The final results of the study indicate that the state of the emotional sphere of war children of early and preschool age is noticeably different (worsening) from similar indicators in peers living in relatively peaceful, calm regions of Ukraine. This requires additional development of methods for correcting the mental state of war children, in particular, based on body-oriented therapy.

Key words: emotional sphere, preschoolers, martial law, social insecurity, aggression, anxiety.

УДК 159.942.2:355.271.2-053.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.74.37>

Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Калашник О.С.

здобувачка вищої освіти
Навчально-науковий інститут менеджменту та маркетингу
Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця

Афанасьєва Н.Є.

д.психол.н., професорка,
професорка кафедри психології і соціології
Навчально-науковий інститут менеджменту та маркетингу
Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця

Актуальність проблеми дослідження. Військові дії, що тривають в Україні вже четвертий рік, породжують безліч стресогених факторів, які травмують психічний стан дітей, спричиняючи значні викривлення в їхній емоційній сфері. Діти перших років життя особливо вразливі до негативних наслідків війни, оскільки їхня психіка ще не є достатньо стійкою до таких інтенсивних стресових впливів. Сьогодні в психології дитинства існують невирішені протиріччя між порушеннями емоційної сфери дітей раннього і дошкільного віку, які протягом війни в Україні перебували в безпосередній близькості до зони бойових дій, і відсутністю адекватних методик поліпшення їхнього емоційного стану засобами, зокрема, родинної тілесно орієнтованої терапії.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Аналіз сучасних інформаційних джерел із проблематики особливостей стану емоційної сфери дітей в умовах стресових ситуацій, включаючи військові конфлікти,

дозволив виявити основні стресогенні фактори, до яких відносяться: порушення звичайного щоденного режиму, загального порядку життя дітей, звичної течії мирних подій; побутові негаразди: відсутність водопостачання, світла, опалення, мобільного зв'язку тощо; проблеми з харчуванням; порушення режиму сну через обстріли, «прильоти» та повітряні тривоги; зайве збуджений, невротичний стан батьків і інших членів родини, що також руйнує емоційне благополуччя дітей; транспортні проблеми, що значно ускладнюють пересування членів родин; перша медична допомога в регіонах бойових дій та прилеглих до них регіонах зазвичай функціонує не повноцінно, тому отримати швидку професійну медичну допомогу буває досить складно, або неможливо; в багатьох родинах достатньо тривалий час відсутні члени сім'ї, які беруть участь у бойових діях; вимушене переміщення в інші регіони України різко змінює звичні умови життя дітей; ця ситуація із вимушеним покиданням

свого рідного помешкання ще більше ускладнюється, коли діти разом із батьками потрапляють за кордон в іншомовне середовище; атмосфера постійної, цілодобової тривоги за рідних, близьких, важливих для дітей людей доповнює цю негативну картину основних стресових факторів війни [1–6; 8].

Метою дослідження є вивчення особливостей емоційного розвитку (зокрема, тріади: соціальної невпевненості, тривожності та агресивності) дітей, які знаходяться разом із батьками в умовах війни, та визначення факторів, що впливають на їхній емоційний стан.

Виклад основного матеріалу дослідження. У дослідженні брали участь дві групи респондентів раннього та дошкільного віку: одна з них була сформована з дітей, які мешкають у Краматорську, Донецької області, в відносній близькості до зони бойових дій. В іншу групу увійшли їх однолітки з відносно мирного регіону України – Східниці, Львівської області, де бойові дії не велись.

Для оцінки рівня соціальної невпевненості, тривожності та агресивності дітей використовувалися спеціальні опитувальники. Отримані дані анкет були опрацьовані методами математичної статистики – це дало змогу об'єктивно їх проаналізувати. На основі цього аналізу було виявлено специфічні особливості кожного із показників емоційного стану в дітей війни, звертаючи увагу на вікову підгрупу.

Так, аналіз критеріїв соціальної невпевненості дозволив виявити відповідні її особливості. У дітей до 4-х років показники соціальної невпевненості досягали високого рівня в 8,25 балів, що говорить про значний рівень невпевненості дітей раннього віку (табл. 1). Частіше за все в цій групі респондентів були присутні такі критерії соціальної невпевненості, як плаксивість, небажання розлучатися з батьками та рідними; панікування в складних ситуаціях.

Кількість й інтенсивність комунікацій дітей при цьому майже не зменшувались – навіть навпаки, вони активно приєднувались до групи дітей, що гралися та спілкувались в різних формах із своїми друзями. Подібна модель поведінки спостерігається у різних тварин і птахів: в складних ситуаціях вони намагаються збиратися в відносно великі групи, щоб такими чином захиститися від можливих негативних впливів з боку зовнішнього середовища.

Виявлено, що у дітей із Східниці показник соціальної невпевненості був помітно меншим і склав 4,48 бали, що відповідає середньому рівню, близь-

кого до низького. Виявлена різниця між показниками соціальної невпевненості в двох групах дітей була статистично достовірною ($p \leq 0,05$). З цього спостереження розглянемо для перспективи свого подальшого дослідження такі методичні (практичні) аспекти:

– небажання переважної більшості дітей перших трьох років життя розлучатися з батьками та іншими рідними говорить про присутність у дітей цієї вікової категорії природного біологічного бондінгу, своєрідного енергетичного зв'язку з батьками, особливо – з матір'ю. Він не тільки не зникає в таких дітей, а й помітно посилюється в сучасних стресогенних умовах життя в Україні. Маленькій дитині необхідна фізична присутність, близькість батьків або рідних в складних ситуаціях воєнного стану;

– діти раннього віку продемонстрували в стресових ситуаціях високу міру бажання до колективних ігор із іншими дітьми та спілкування з друзями, тобто значний комунікативний імпульс.

Отже, спостерігається тенденція не до егоцентричних проявів дітей (замкненості на собі й своїх проблемах), а їх бажання в складних ситуаціях воєнного стану на зближення з оточуючими людьми, особливо батьками, іншими родичами та друзями. В цьому актуалізується такий напрям людських комунікацій як синтонність – потреба емоційного контакту з оточуючими, бажання відчувати емоції людей, що знаходяться поруч із дитиною та поділитися з ними своїми емоційними станами, переживаннями. Такий синтон-підхід може стати однією з методологічних основ використання тілесно орієнтованих методик корекції емоційної сфери дітей війни раннього та дошкільного віку.

У дошкільників (3–7 років) показники критеріїв соціальної невпевненості були іншими. Загальна картина соціальної невпевненості в середньому була менш вираженою і складала 7,48 балів, що говорить про більш адаптаційні можливості психіки дітей дошкільного віку по відношенню до дітей раннього віку (табл. 2). Якісний аналіз критеріїв соціальної невпевненості показав зменшення в дітей дошкільного віку прояву таких критеріїв, як зниження моторної активності, різні вербальні труднощі, уникнення людей, впадання в паніку в різних складних ситуаціях. Ці результати говорять про те, що діти дошкільного віку вже в більшій мірі розуміють реальну ситуацію та можуть дати їй відповідне пояснення. Це зменшує кількість панічних станів дітей, які виникають часто через неможливість зрозуміти ситуацію або

Таблиця 1

Стан соціальної невпевненості дітей прифронтової зони в порівнянні з однолітками мирного регіону України

№	Вік дітей	Показник соціальної невпевненості (бали)		t	p
		Краматорськ, Донецька область	Східниця, Львівська область		
1	Діти раннього віку (2–3 роки життя)	8,25	4,48	2,447	$\leq 0,05$
2	Діти дошкільного віку (4–7 роки життя)	7,48	3,17	2,629	$\leq 0,05$
3	Середній показник	7,86	3,83	2,553	$\leq 0,05$

Таблиця 2

Стан тривожності дітей прифронтової зони в порівнянні з однолітками мирного регіону України

№	Вік дітей	Показник тривожності (бали)		t	p
		Краматорськ, Донецька область	Східниця, Львівська область		
1	Діти раннього віку (2–3 роки життя)	8,92	3, 93	2,594	≤ 0,05
2	Діти дошкільного віку (4–7 роки життя)	7,65	4,45	2,001	≤ 0,05
3	Середній показник	8,29	4,19	2,298	≤ 0,05

ефективно вплинути на її подолання. Таке зменшення рівня соціальної невпевненості не можна вважати кінцевим результатом адаптаційних психосоматичних можливостей дітей саме дошкільного віку. Діти цієї вікової групи знаходяться між двома специфічними віковими групами: з одного боку – це діти раннього віку, які в більшій мірі відчувають негативну ситуацію воєнного стану, але поки ще не розуміють її суті, а також причин і шляхів подолання. Молодші школярі вже розуміють реальні загрози виникаючих стресогенних ситуацій військового часу. І це ментальне розуміння воєнних реалій може помітно підвищити рівень соціальної невпевненості дітей початкових класів.

В групі дошкільників картина виявилась приблизно такою ж, як у дітей 1–3 років – в дітей із відносно спокійного, мирного регіону показник соціальної невпевненості був значно меншим, ніж у їх краматорських однолітків – 3,17 проти 7,48 ($p \leq 0,05$).

Узагальнюючи вищенаведене, для перспективи нашого дослідження можна застосувати таку методологічну позицію: дошкільний вік є перехідним віковим періодом між раннім віком (діти якого ще не розуміють негативних реалій війни) і молодшим шкільним віком (коли учні початкових класів вже багато розуміють про можливі негативні наслідки бойових дій). Доцільно використати цей психологічний стан дошкільників, які вже не так бояться, як малюки, але ще не так бояться, як молодші школярі!

Таким чином, рівень соціальної невпевненості в цілому дітей раннього і дошкільного віку з Краматорська був помітно вищим у порівнянні з дітьми контрольної групи із Східниці – 7,86 проти 3,83. Ця різниця була статистично підтверджена.

Далі зупинимось на аналізі показника тривожності дітей війни (табл. 2).

Ранній вік: середній рівень тривожності у малюків складає 8,92 бали, що являється високим, який наближається до дуже високого (10 балів). Ці результати є логічними з урахуванням того, що діти саме раннього віку продемонстрували високий рівень соціальної невпевненості. Вона, вірогідніше за все, і викликає загальну психосоматичну тривожність дітей раннього віку на основі невпевненості в ситуації тут і тепер; у діях дорослих, які знаходяться поруч з малюками; невпевненості в подальших діях і ситуаціях. Таке психічне напруження лежить в основі двох основних реакцій на стрес – втечі або боротьби. Для реалізації цих варіантів потрібна додаткова

енергія, яка першочергово концентрується в психофізичному напруженні, яке потім проявляється у вигляді активного протистояння ситуації або не менш активної втечі від неї.

В дітей зі Східниці показник тривожності був помітно меншим, ніж у краматорській групі респондентів – 3,93 проти 8,92, при цьому їх різниця була статистично підтверджена: $t = 2,594$ ($P \leq 0,05$).

У дошкільників отримані результати були дещо іншими. Загальний критерій тривожності був значно меншим, ніж у дітей раннього віку і складав 7,65 балів, що відповідає середньому рівню тривожності, наближеному до високого. Якісний аналіз отриманих даних по стану тривожності показав, що у дошкільників у порівнянні з дітьми раннього віку зменшились прояви таких критеріїв як неспокій і легке засмучення, низький рівень самооцінки, плаксивість і ниття, безініціативність і пасивність (табл. 2). Це пояснюється тим, що діти 4–7 років вже більше орієнтуються в реальних ситуаціях війни, більше розуміють; вони знаходять логічні пояснення частим повітряним тривогам, гучним звукам від прильотів, виду вогню або диму, тривожному стану оточуючих. Це логічне розуміння дещо знижує загальне психічне напруження, чого не спостерігалось в малюків, які ще не вміють знайти пояснення виникаючим негативним ситуаціям війни, які вони спостерігають.

В дітей дошкільного віку з КГ показник тривожності був значно меншим, ніж у краматорській групі їхніх однолітків – 4,45 проти 7,65, що були підтверджено математично ($t = 2,001$; $p \leq 0,05$).

Вказаний ефект збільшення ментального контролю ситуацій у дошкільників можна використати в якості методологічної основи в корекції емоційної сфери дітей війни раннього віку. При використанні тілесно орієнтованих методик для дітей раннього віку має сенс цілеспрямовано підсилювати саме ментальну складову терапевтичного впливу, тобто за допомогою казкових образів і ігрових ситуацій із дорослими пояснювати дітям особливості негативних станів і показувати шляхи їхнього подолання, використовуючи для цього широкі можливості казкотерапії.

Загальний результат агресивності (табл. 3) в дітей раннього віку з Краматорська склав 6,21 балів, що відповідає середньому рівню. Загальний показник агресивності не складається в буквальному сенсі із критеріїв самої агресивності по відношенню до себе та інших. Вона може проявлятися в будь-

**Стан агресивності дітей прифронтової зони
в порівнянні з однолітками мирного регіону України**

№	Вік дітей	Показник агресивності (бали)		t	p
		Краматорськ Донецької області	Східниця Львівської області		
1	Діти раннього віку (2–3 роки життя)	6,21	2,67	2,920	≤ 0,01
2	Діти дошкільного віку (4–7 роки життя)	8,95	3,22	2,714	≤ 0,01
3	Середній показник	7,58	2,95	2,839	≤ 0,01

яких інших критеріях, які, на перший погляд, не стосуються безпосередньо агресивних дій. Однак, саме в комплексі цих «другорядних» критеріїв і полягає суть агресивної поведінки дитини по відношенню до інших дітей. У дітей раннього віку із Східниці показник агресивності був помітно меншим (2,67 проти 6,21) – ця різниця підтверджена математичними методами ($t = 2,920$; $p \leq 0,010$).

Дослідження агресивності дітей війни дошкільного віку дозволило виявити у них більш виражений рівень прояву агресивної поведінки – його значення досягло в середньому 8,95 балів. Це говорить про високий рівень агресивності дітей 4–7 років, що має свої причини. Пізнавальна сфера дітей, особливо середнього та старшого дошкільного віку, вже дозволяє їм аналізувати події та бачити причинно-наслідкові зв'язки між ними і результатами, до яких ці події призводять. Це, в свою чергу, викликає у дітей такі негативні емоційні прояви, як несприйняття травмуючих подій, їх витиснення у підсвідомість, страх, соціальна невпевненість і тривожність. Все перелічене викликає в дитини неадекватну психосоматичну реакцію в вигляді агресивної поведінки, яка частково компенсує протиріччя між бажаннями дитини миру, спокою й гармонії та реальною ситуацією військових дій, особливо їх наслідків. У дошкільників зі Східниці показник агресивності був також помітно меншим, ніж у однолітків із Краматорська (3,22 проти 8,95) – ця різниця підтверджена статистично з високим коефіцієнтом надійності ($t = 2,714$; $P \leq 0,01$). Цю агресивну реакцію дітей треба передбачати й не допускати, а якщо вона вже має місце – то трансформувати її в м'які форми вираження-розрядки за допомогою гри та тілесно орієнтованих методик на фоні відповідного казкового сюжету.

Висновки. Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження дозволив виявити основні показники негативного впливу війни на психічний стан дітей: втечу від реальності; виникнення тих або інших фобічних станів (тривожності); захисні реакції у вигляді неусвідомлюваних патернів поведінки; формування стильових захисних автоматизмів; посттравматичні стресові розлади (постійні згадування про пережиті події, емоційне напруження різного ступеня, прояви агресії або ж навпаки – апатичність, депресивність, емоційна відстороненість від реальності; порушення нормального сну, неприємні, страшні сновидіння, підвищення рівня тривожно-

сті); для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку – постійне програвання пережитого під час гри; підвищена дратівливість; панічні атаки; емоційна невиразність; проблеми з концентрацією уваги та когнітивним мисленням; замкненість; заїкування; почуття безпорадності та беззахисності тощо.

Отримані дані показали, що у дітей раннього й дошкільного віку з регіону, прилеглого до зони бойових дій загальні середні показники умовної емоційної тріади критеріїв були значно вищими, ніж у дітей, що мешкають у мирному регіоні.

Перспективами подальшого дослідження є створення програми для корекції психічної сфери дітей війни раннього та дошкільного віку, яка ґрунтується на таких інноваційних українських методиках, як горизонтальний пластичний балет (пластик-шоу), парний бодітренінг дорослого та малюка, груповий бодітренінг дорослих і дітей, корекційний бодітренінг тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вовченко О. А. Емоції та почуття дитини. Стрес, почуття втрати, провина: чому навчати і як допомагати у повоєнний час. Навчально-методичний посібник для педагогів та батьків. Частина II. Київ, 2023. 22 с.
2. Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції «Психологія кризових станів: наука і практика». Київ. 2021. 80 с.
3. Коляда О., Оніщенко Н. Особливості психоемоційного стану дітей в умовах війни. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2024. № 1(7). С. 93–104.
4. Корнієнко І. О. Досвід надання допомоги дітям і сім'ям – жертвам військового конфлікту. Київ : УНМЦ практ. психології і соц. роботи, 2017. 152 с.
5. Левченко В. В., Луценко О. В. Вплив військових подій на психічне здоров'я дітей. *Психологія особистості*. 2023. Вип. 50. С. 85–92.
6. Овсяннікова Я. О. Психологічний захист дошкільників в осередку надзвичайної ситуації. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2015. № 15. С. 169–175. URL: http://repositc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/2146/1/Pekr_2014_15_2_5.pdf (дата звернення: 02.03.2024).
7. Павелків Р. В., Цигипало О. П. Психодіагностичний інструментарій в умовах дошкільного закладу : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 296 с.
8. Психологічна підтримка та допомога дітям, які пережили травматичні події : навчально-методичний посібник. Автори-упорядники: Н. Вааранен-Валконен, Н. Заварова, за заг. ред. О. Калашник. Київ, 2022. 104 с.