

Keywords: identity, civic position, personality, respect, dignity.

*Науковий керівник - КУРЕПІН Вячеслав,
канд.екон.наук, доцент кафедри методики професійного навчання,
Миколаївський національний аграрний університет,
м. Миколаїв*

ПСИХОЛОГІЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ (ПТСР) В УМОВАХ ВІЙНИ

*ДОВГАЛЬ Олена, доктор економічних наук, професор, завідувач кафедри
українознавства та суспільних наук*

*ВЄДНІКОВА Вероніка, здобувач вищої освіти
спеціальності 053 Психологія*

Миколаївський національний аграрний університет

*Анотація: У дослідженні розглянуто психологічні особливості посттравматичного
стресового розладу (ПТСР) в умовах війни, зокрема чинники його виникнення, симптоматику.
Проаналізовано сучасні підходи до надання психологічної допомоги.*

*Ключові слова: ПТСР, повномасштабне вторгнення, психічне здоров'я, травматичний досвід,
психологічна допомога.*

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) є однією з найбільш складних та значущих тем в сучасній психології, особливо в умовах повномасштабного вторгнення. Цей розлад постає як наслідок пережитих травматичних подій, таких як бойові дії, насилля, природні катастрофи чи інші екстремальні ситуації, та характеризується тривожними симптомами, емоційною дезорієнтацією та психічними порушеннями. Війна, котра є одним із найжорстокіших проявів людської агресії, залишає важкий слід не лише в історії та економіці, а й у психіці її учасників і жертв.

В умовах повномасштабного вторгнення в Україну, коли напружені стресові обставини є частиною повсякденності, випадки ПТСР як серед цивільного населення, так і учасників бойових дій набирають особливої гостроти. З огляду на це актуальність виникнення та лікування ПТСР особливо збільшується в умовах воєнних дій, адже це період, який характеризується великим психологічним навантаженням та широким спектром посттравматичних реакцій. [1]

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), також відомий як посттравматичний синдром, «комбатантський синдром», «в'єтнамський синдром», «афганський синдром», «східний синдром» та інші, є психічним розладом, що належить до категорії неврозів, проявляється тривалою відповіддю на стрес та виникає внаслідок переживання однієї чи кількох травматичних подій, серед яких: воєнні дії, теракти, аварії, стихійні лиха, катастрофи, серйозні тілесні ушкодження, побутове чи статеве насилля, загроза загибелі, спостереження смерті тощо. [1]

ПТСР містить низку змін, спричинених спогадами про травматичний досвід, що виявляються в таких сферах: емоційній, пізнавальній, фізіологічній та поведінковій. Діти особливо чутливо переживають психотравматичні ситуації, бо їхня психіка ще не сформована і неспроможна адекватно обробляти сильний емоційний тиск. Тип травми визначає симптоми ПТСР, котрі можуть проявитися не одразу, а через роки та вплинути на подальше життя. [1]

Досліджуються також й риси прояву ПТСР у цивільних. Н. Фролова виявила особливості спричиненого повномасштабним вторгненням травматичного досвіду цивільних в Україні. Цей досвід відрізняється динамічністю, хронічним вираженням й охопленням всієї території держави. Поширення станів тривоги, депресії, а також виникнення симптомів ПТСР у різних верств цивільного населення зумовлені дією ряду предикторів. Це й втрата членів родини, і досвід проживання в окупації, і навіть участь у волонтерській роботі. Специфічним для українців предиктором травматизації є прагнення відстоювати почуття національної ідентичності. Певну роль у вторинній та локальній травматизації цивільних осіб відіграє брак навичок інформаційної гігієни (Фролова, 2024). Такого роду дослідження сприяють уточненню напрямків і цілей, удосконаленню методів психологічної реабілітації травмованих під час війни цивільних. [2]

Психологічна підтримка осіб, які постраждали в умовах збройного конфлікту, може бути надана через різноманітні підходи в психотерапевтичній або психологічній практиці. Важливим аспектом надання першої психологічної допомоги є надання підтримки без тиску на тих, хто не бажає її отримувати, а

також правильне оцінювання потреб і психологічних труднощів осіб, які зазнали наслідків війни. Слухати людей, не примушуючи їх говорити, і акцентувати на позитивних моментах є важливим елементом для стимулювання внутрішніх сил для подолання екстремальних ситуацій. Психотерапевтичні методи, що включають когнітивно-біхевіоральну, позитивну, раціональну, клієнт-центричну і гештальт-терапію, є ефективними для активізації внутрішніх ресурсів постраждалих осіб у умовах війни. [3]

Залежно від тяжкості та складності життєвих обставин, пов'язаних із війною, можна виокремити кілька важливих типів психологічної допомоги для підтримки постраждалих. Це включає кризове втручання, яке має на меті усунення або зменшення психологічних наслідків ситуації, таких як неадекватні емоційні реакції, виведення з шокowego стану, зменшення ознак кризового стану, а також підвищення здатності людини до управління своєю поведінкою і виходу з гострої кризової ситуації. Важливою складовою є також соціальна підтримка. Іншим типом є психологічно-терапевтична допомога, яка передбачає тривалу терапевтичну, психокорекційну та реабілітаційну роботу з фахівцями для відновлення соціально-психологічного благополуччя та психічного здоров'я особистості, яка постраждала від військової агресії, а також для допомоги в подоланні значущих психологічних проблем. Останнім важливим аспектом є самопомога, що включає здатність людини підтримувати себе самостійно, спираючись на внутрішній потенціал, зокрема на віру, надію та любов до себе, що є важливим елементом адаптації до найбільш складних життєвих ситуацій. [3]

Отже, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) у контексті війни — це не лише особистісна психологічна проблема, а й масштабне соціальне явище, яке має серйозні наслідки для суспільства в цілому. Війна, як потужне джерело стресу, впливає не тільки на матеріальні умови життя, а й глибоко руйнує внутрішній світ людини. Як військовослужбовці, так і мирні мешканці можуть зазнати тяжких психічних травм, що виявляються у формі підвищеної тривожності, депресії, розладів сну, емоційного виснаження, агресивної чи замкненої поведінки.

Особливої уваги потребують найбільш уразливі категорії населення — діти, жінки, особи, які втратили близьких або пережили насильство.

Список використаних джерел:

1. ГОРВАТ А. М. ВІЙНА ТА ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД: МЕХАНІЗМИ ВИНИКНЕННЯ ТА ПІДХОДИ ДО ЛІКУВАННЯ. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2025. № 1. С. 132–138. URL: <https://doi.org/10.11603/1681-2786.2025.1.15358> (дата звернення: 04.07.2025). <file:///C:/Users/user/Downloads/25.pdf>
2. СПЕЦИФІКА ПРОЯВУ СИМПТОМАТИКИ ПТСР В ОСОБИСТІСНОМУ ВИМІРІ ЖИТТЯ І ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ І ЦИВІЛЬНИХ ОСІБ ПІД ЧАС ВІЙНИ / Ю. Бойчук та ін. *Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди "Психологія"*. 2025. № 72. С. 55–87. URL: <https://doi.org/10.34142/23129387.2025.72.04> (дата звернення: 04.07.2025). <file:///C:/Users/user/Downloads/17126-49998-1-SM.pdf>
3. Пилипенко Н. ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ТА ПІДТРИМКА ПОСТТРАВМАТИЧНИМ ВНАСЛІДОК ВІЙНИ В УКРАЇНІ. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. С. 142–148. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-142-148> (дата звернення: 04.07.2025). <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/263647/264595>

Abstract: The study examines the psychological characteristics of post-traumatic stress disorder (PTSD) in the context of war, with a particular focus on the factors contributing to its development and its symptomatology. Contemporary approaches to providing psychological support and assistance are analyzed.

Keywords: PTSD, Full-scale invasion, mental health, traumatic experience, psychological assistance.

ІСТОРИКО-КУЛЬТУРНА СПАДЩИНА УКРАЇНСЬКОГО НАРОДУ ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ФОРМУВАННЯ ІСТОРИЧНОЇ ПАМ'ЯТІ

**ДОРОЖ Марина, здобувачка вищої освіти
Спеціальність Н6 Ветеринарна медицина
Миколаївський аграрний університет**

Abstract: the theses highlight the role and significance of the historical and cultural heritage of our people for preserving the national self-identification of youth and refugees in the conditions of globalization and war.

Keywords: historical and cultural heritage, self-identification, historical memory, refugees, internally displaced persons.

На початку ХХІ століття, в умовах швидких і часто руйнівних для самоідентифікації як окремої людини, так і суспільства в цілому глобалізаційних процесів, інтерес до історичного минулого власного народу в усій його