**Микола Мельник**

**(Дрогобич, Україна)**

**ВПЛИВ ВІЙНИ НА СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА**

Війна є потужним чинником, що залишає значний, а подекуди й непоправний слід на кожній людині. Її вплив зумовлений безліччю факторів, проте найбільше страждають діти, особливо в період їхнього формування та розвитку. Найвразливішою віковою категорією є підлітки, адже саме на цьому етапі життя вони проходять через один із найважливіших і найтрансформаційніших періодів свого становлення, який війна лише ускладнює.

Метою цієї статті є коротка характеристика особливостей підлітків, а також аналіз впливу активних бойових дій і сучасних реалій в Україні на їхнє сприйняття життя. Окрему увагу буде приділено дослідженню основних наслідків війни для психологічного та психічного стану підлітків, а також їхнього розвитку в умовах сьогодення. Водночас у таких кризових обставинах проявляються приховані ресурси особистості, зокрема, здатність адаптуватися до нових умов і формувати ефективні стратегії поведінки. Це підкреслює актуальність і важливість вивчення впливу війни на підлітків, адже розуміння їхніх потреб і проблем є ключовим для надання необхідної підтримки та сприяння їхньому гармонійному розвитку у цей складний період.

Підлітковий вік часто називають перехідним періодом становлення особистості. Це зумовлено тим, що дитина поступово переходить до етапу юності та готується до зрілості. Ця ситуація розвитку проявляється певними особливостями, які проявляються в характерних моральних, фізичних, соціальних, духовних і когнітивних змінах. Крім цього підлітковий вік характеризується кризою, яка в психологічному плані передбачає відчуття підлітком дорослості. Переживаючи цей етап, в особистості розвивається самосвідомість. Разом з тим відбувається переосмислення яке передбачає усвідомлення того, що тепер може індивід. Характерною особливістю є бажання досягти ідеалу в тій чи іншій сфері, що може призвести в майбутньому до перфекціонізму [5, с. 192 – 194].

Розуміючи загалом, чим характеризується дана вікова група, варто наголосити на тому, що тепер в реаліях сьогодення впливає на розвиток особистості серед підлітків. Про вплив війни на світобачення підлітків досить грунтувно свідчить опитування компанії Kantar (на яке посилається Медія Освіторія). За опублікованими даними приблизно 73% опитаних переживають за власне майбутнє та відчувають тривожність, що пов’язане з повномасштабним вторгненням військ рф. Натомість 38% відчувають страх за власне життя та життя рідних. Виникає питання : що вплинуло на дітей більше, війна чи пандемія яка почалася перед вторгненням? Підлітки на це питання відповіли доволі однозначно : «На запитання, що їх змінило, українські підлітки у 7 разів частіше згадували війну, ніж пандемію COVID-19» [7].

У серпні 2023 року в 11 країнах світу було проведено міжнародне дослідження про ментальне здоровʼя, результати якого були представлені на Третьому саміті перших леді і джентльменів. Дослідження підготовлено в рамках Всеукраїнської програми ментального здоров’я “Ти як?” В рамках даного питання варто звернути увагу на відповіді дітей вікової категорії 13 – 15 років і половина з опитаних наголосили на тому «що сильно або помірно постраждали від спричиненої росією війни в Україні, та 47 % – від світових війн та конфліктів. І це найвищий показник серед усіх вікових груп» [4].

На думку К. Журби в такій ситуації вагомий фактор відіграє допомога зі сторони дорослих (в першу чергу це сім’я), крім цього не менш важливу роль тут відіграють педагоги які також можуть надати необхідну психологічну допомогу. Вона має бути спрямована в першу чергу на формування стресостійкості в підлітків. Це дасть змогу їм правильно вирішувати складні ситуації, та приймати адекватні рішення для того, щоб не нашкодити собі в першу чергу [1, с. 107].

Вплив війни на становлення особистості підлітка доцільно розглядати в різних площинах, враховуючи як причини так і наслідки. Такі обставини мають вагомий вплив і на сімейні та родинні зв’язки, які відіграють чималу роль у формуванні індивіда. Який же вплив має війна на родинні та сімейні відносини. Загалом розглядають два ключові варіанти : інтеграція (простішою мовою сім’я згуртовується, і головним завданням є взаєморозуміння та допомога) та дезінтеграція, коли в сім’ї втрачаються спільні інтереси а на зміну взаємодопомоги приходять постійні конфлікти. Другий варіант передбачає повну руйнацію сім’ї [3, с. 5]. Звісно, що така ситуація спричинена війною негативно впливає на світобачення та психологічний стан підлітка. В мирний час для дитини проблеми в сім’ї є важким періодом, який потребує підтримки, а в теперішніх умовах по-суті в підлітка руйнується навколишнє середовище.

Війна збирає у дітей та підлітків найбільше — відчуття безпеки та стабільності. Це залежить не тільки від їхнього фізичного середовища, але й від емоційного та психологічного стану. Розлука з близькими, втрата дому, переїзд у невідомі місця чи навіть інші країни створюють відчуття невизначеності й страху. Діти можуть втрачати відчуття зв’язку з рідним середовищем, що впливає на їхню ідентичність, почуття приналежності та довіру до світу [6, с.18].

Причин та факторів які впливають на ще не сформовану особистість у часі війни є дуже багато. Проте в більшості вони призводять до посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Він проявляється у кожної людини по-різному, залежно від чинників які вплинули на індивіда. Але ПТСР має ключові фази через які проходить кожен постраждалий, зокрема мова йде про : відчай, заперечення, нав’язливість, опрацювання, завершення. Варто наголосити на тому, що окрім підтримки з боку оточення важливо звернутися до кваліфікованих спеціалістів [8]. Важливо щоб допомога була надана якомога швидше, адже найбільшою проблемою в рамках цього питання є посттравматична стресова реакція. Суть проблеми полягає в тому, що людина намагається уникати спогадів, які травмували її. Проте це призводить до ще гірших наслідків, зокрема в цьому випадку неможливо перейти у фазу опрацювання травми. Тоді травмуючи спогади з минулого будуть постійно «переслідувати» підлітка, що призводить до негативних змін у поведінковому комплексі особистості, які в першу чергу проявляються у тривожності. Батькам та найближчому оточенню потрібно адекватно відреагувати в такій ситуації і звернутися за психологічною допомогою [9, с. 564].

Цікавими є формулювання дослідників та практикуючих психологів про те, як саме варто допомагати підліткам в таких умовах. Проте необхідно акцентувати увагу на іншому факторі – соціальні мережі та новини. І тут м.ваціїся основна проблема яку досить лаконічно описує Світлана Ліпінська. На думку дослідниці, підліток користуючись соцмережами та читаючи новини має розуміти значення терміну «інформаційна війна». Тут ключовим фактором є маніпуляція, яку ворог активно застосовує в інформаційному просторі. Натомість підлітки маючи доступ до інформаційних джерел, в свою чергу не мають необхідного життєвого досвіду (з огляду їхньої вікової групи), і таким чином можуть дуже легко потрапити під негативний вплив [2, с. 178].

Війна порушує звичний ритм життя людей та перебіг соціалізації, що викликає сильний емоційний стрес і змушує підлітків стикатися з труднощами, які виходять за межі їхнього вікового досвіду. Дослідження впливу війни на підлітків підкреслює важливість комплексного підходу до надання їм підтримки. Це включає створення безпечного середовища, психологічну допомогу та реінтеграцію у соціальне життя. Успішна адаптація підлітків до умов, спричинених війною, є можливим завдяки об’єднанню зусиль різних соціальних інститутів.

Становлення особистості підлітка в умовах воєнного стану стикається з унікальними викликами, що зумовлені стресовими обставинами, нестабільністю та невизначеністю. Війна призводить до соціальної ізоляції, втрати звичних життєвих орієнтирів і ризику м.вації базових потреб (безпека, стабільність, підтримка), що в свою чергу стає вагомими бар’єрами для появи якісних змін у індивіда. У такій ситуації активно здатне формуватися світобачення в якому ускладнюється побудова соціальних зв’язків через вимушене переміщення або втрату друзів чи соціального середовища. Таким чином виникає загроза формування негативних когнітивних установок, що можуть вплинути на самооцінку, довіру до світу та здатність планувати майбутнє. Саме ці ключові проблеми в основному висвітлювалися при аналізі вище вказаних соціальних опитувань. Проте, окрім таких наслідків прослідковуються і інші моменти, зокрема складні життєві ситуації (в даному випадку війна), стимулюють появу таких якостей та можливостей як розвитку психологічної стійкості, навичок адаптації та співпереживання.

**Література :**

1. Журба К. Війна як чинник впливу на смисложиттєву сферу сучасних підлітків. *Нова педагогічна думка. 2022. №2 (110)* с. 105 – 109
2. Зливков В., Лукомська С., Євдокимова Н., Ліпінська С. Діти і війна: монографія. Київ.-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2023. 221 с
3. Панок В.Г. Психологічні дослідження в умовах війни: проблеми і завдання.*Вісник НАПН України, 2023, 5(1)* с. 1-12
4. Підлітки найвразливіші до впливу війни, а молодь 18-24 років найнижче оцінює свій психічний стан – результати міжнародного опитування URL : <https://moz.gov.ua/uk/pidlitki-nai%CC%86vrazlivishi-do-vplivu-vii%CC%86ni-a-molod-18-24-rokiv-najnizhche-ocinjue-svij-psihichnij-stan-%E2%80%93-rezultati-mizhnarodnogo-opituvannja>
5. Савчин М . В.. Василенко Л . П. Вікова психологія : Навчальний посібник К .: Академвидав, 2024 . 360 с.
6. Сохор Н, Ясній О, Смашна О, Гашімова Н. Вплив війни та вимушеного переселення на психічне здоров’я дітей і підлітків (огляд літератури). 15, Квітень 2024 URL : <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/471>
7. Чим українські підлітки особливі: велике дослідження тинейджерів під час війни URL : <https://osvitoria.media/opinions/chym-ukrayinski-pidlitky-osoblyvi-velyke-doslidzhennya-tynejdzheriv-pid-chas-vijny/>
8. Що треба знати про ПТСР. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/stories/about-post-traumatic-stress-disorder>
9. Яцина О. Ф. Вплив війни на психічне здоров’я: ознаки травматизації психіки дітей та підлітків. *Наукові перспективи № 7(25) 2022.* С. 554 – 567

**Науковий керівник**

кандидат психологічних наук, доцент Василенко Леся Павлівна.