

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ ДІТЕЙ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ПСИХОТРАВМУЮЧУ ПОДІЮ

Буремні події останніх місяців показали значення і велику цінність окремої особистості, стала очевидною необхідність соціально-психологічного захисту і психологічної допомоги як окремим людям, так і цілим соціальним групам, особливо дітям як найбільш вразливій категорії населення.

Робота з дітьми вимушеними переселенцями є одним з найскладніших та важливих завдань, які постають перед практичними психологами в сучасних умовах. Оскільки, отриманий травматичний досвід найчастіше порушує нормальний процес розвитку дитини, впливаючи на формування довіри, активності, ініціативності, міжособистісних відносин, розвиток мислення, формування самооцінки, самоконтролю та особливості в цілому.

Ситуацію, у якій опинилися діти, можна розглядати як важку життєву ситуацію, яка у психологічній практиці визначається як тимчасова подія в життєвому циклі, що породжує емоційні напруги і стреси; перешкоди в реалізації важливих життєвих цілей, з якими не можна впоратися за допомогою звичних засобів. Важка життєва ситуація об'єктивно порушує життєдіяльність та встановлені звичні внутрішні зв'язки; може призвести до психічної травматизації; утруднює або унеможлиблює реалізацію внутрішніх стимулів (мотивів, прагнень, цінностей).

Виділяють наступні наслідки травм дітей-переселенців: сум, пригнічений настрій; тривога, нав'язливі думки; нервозність, перепади настрою; порушення сну; депресія, апатія; порушення соціальної взаємодії; невпевненість в собі та своїх здібностях; зниження концентрації уваги; погіршення пам'яті; погіршення успішності в навчанні; соціальна ізоляція, замкнутість; агресія, страхи; непередбачувана та/або імпульсивна поведінка; асоціальна поведінка; самопошкоджуюча поведінка; посттравматичний стресовий розлад.

Доцільно розрізняти події, які особистісно переживала дитина, та ті, які пережили значущі для дитини інші, а саме її рідні та близькі. Таке розрізнення особливо важливе в роботі з дітьми, оскільки для них є характерними довірливі та залежні відносини з членами сімей. Саме підтримка, яку надають дитині протягом і після неприємних або травматичних подій батьки, родичі та дорослі друзі сім'ї, є вирішальним чинником у подоланні негативних наслідків травматичного стресу в дітей. Встановлено, що ризик розвитку травматичного стресу у дітей-переселенців тим вище, чим у більш близьких відносинах вона знаходиться з людиною, яка потерпає від важкої життєвої ситуації, зокрема такої, що загрожує життю та здоров'ю.

Досвід психічної травматизації викликає як гострі, так і довготривалі психологічні проблеми, що поглиблюються «вторинним стресом». Вторинний стрес, який викликаний додатковими травмуючими обставинами, ускладнює, спотворює та уповільнює процес адаптації, а також впливає на взаємини в родині, спілкування з однолітками. Діти в ситуації вимушеного переселення особливо схильні до дії вторинного стресу, оскільки травматичний досвід військових дій найчастіше поєднаний із втратами, негараздами в сім'ї, зміною її статусу, радикальними змінами способу життя.

У дітей, що зазнали психотравмуючого впливу, можуть виникати різноманітні варіанти розладів адаптації. Найбільш уразливі до розладів адаптації є діти в період вікових криз, які збігаються із зміною життєвого стереотипу дітей: вступом у дитячий садок, школу, коледж та ін. У більшості випадків вони мають окремі прояви: прагнення до ізоляції і обмеження контактів, підвищена стомлюваність і знижена активність, знижений настрій, напади безпричинної дратівливості, зниження яскравості емоційних реакцій, нав'язливі спогади, втрата життєвих інтересів, поведінка уникання, неконтрольована агресія тощо.

Науковці виокремлюють два типи поведінки дитини, що пережила психотравмуючу ситуацію: інтерналізована та екстерналізована поведінка [2]: Інтерналізована поведінка проявляється у дітей в наступних рисах: закритість і уникнення контактів з іншими, ознаки зниженого настрою аж до депресії,

недостатність спонтанності та ігрової поведінки, слухняність і легка піддатливість, надмірна пильність і лякливність, фобічні реакції на нетипові подразники, схильність до адиктивної поведінки, можливі загрози самогубства, схильність до дисоціативних розладів. Екстерналізована поведінка – це поведінка, яка спрямована на інших. Діти з екстерналізованою поведінкою спрямовують свої емоції та почуття назовні, на інших дітей, на дорослих, на предмети. Такі діти приносять проблеми оточуючим, і тому зазначені порушення поведінки легко розпізнати.

Звертаючись до реакції на травмуючу подію слід звернути увагу на наступні індивідуальні відмінності. Психологічний захист включається автоматично і є неусвідомленим механізмом збереження психічної рівноваги в тяжкій життєвій ситуації. До типових захисних реакцій дітей-переселенців відноситься відмова (пасивний протест), опозиція (активний протест), імітація, компенсація, емансипація, заміщення, регресія.

Можна зробити висновок, що невіршеність та неопрацьованість травматичного досвіду призводить до відстрочених негативних психологічних наслідків, які перешкоджають дитині досягти повної соціальної та особистісної реалізації. Відтак надання цим дітям емоційної підтримки є невід'ємною частиною психологічної допомоги, яку доцільно здійснювати разом з забезпеченням дружньої атмосфери та позитивних зв'язків між сім'єю і школою.

Список використаних джерел

1. Психосоціальна допомога жертвам війни: беженкам и членам их семей / Л. Тата Арсел, В. Фолнегович-Шмалц, Д. Козарич-Ковачич, А. Марушич. – К.: Изд-во «Сфера», 1998.
2. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту: навчально-методичний посібник./ Левченко К.Б. – К.: Агентство «Україна». – 2015. – 174 с.