

УДК 159.9:316.6

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-12\(30\)-827-838](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-12(30)-827-838)

Чикур Лілія Дмитрівна кандидат філологічних наук, доцент, доцент кафедри диференціальної і спеціальної психології, Одеський національний університет ім. І. І. Мечникова, вул. Дворянська, 2, м. Одеса, 65082, <https://orcid.org/0000-0003-3790-0435>

Ригель Олеся Володимирівна кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, вул. Івана Франка, 24, м. Дрогобич, 82100, <https://orcid.org/0000-0002-8470-7403>

Губарева Дар'я В'ячеславівна доктор філософії, старший викладач кафедри початкової освіти, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, вул. Тургенєвська 8/14, м. Київ, 01054, <https://orcid.org/0000-0002-4513-8586>

ВПЛИВ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ДІТЕЙ ТА МЕТОДИ ЙОГО СТАБІЛІЗАЦІЇ

Анотація. Російсько-українська війна, що почалася 2022 року має серйозний вплив на психологічний стан дітей, які були свідками або учасниками травматичних подій. Ця проблема стала актуальною через необхідність надання підтримки та допомоги дітям, щоб забезпечити їх психічне відновлення та стабілізацію. Мета статті – розроблення методів стабілізації психологічного стану дітей внаслідок впливу російсько-української війни. Для досягнення мети дослідження були використані різноманітні методи, такі як дослідження результатів опитування, аналіз статистичних даних, що дозволило зібрати об'єктивні дані про психічний стан дітей після військових дій, науковий критичний огляд літератури, який дозволив зібрати методи покращення психічного стану дітей внаслідок війни. Результати дослідження свідчать про те, що після війни діти можуть стикатися з серйозними психологічними наслідками, тому надання психологічної допомоги стає надзвичайно важливим для їхнього психічного благополуччя та відновлення. Кризове втручання на перших етапах має спрямовуватися на стабілізацію та зниження рівня стресу дитини, що допоможе забезпечити безпеку та заспокоїти її емоції. Клінічне втручання, включаючи травмофокусовані підходи, психотерапію та психосоціальну підтримку, дозволяє здійснювати індивідуальний підхід до дитини, допомагає їй подолати травматичні спогади та зміцнити психологічну стійкість. Важливо

забезпечувати психологічне зростання після травматичних подій, яке включає переоцінку цінностей, розвиток ресурсів та позитивне сприйняття самої себе. Дослідження показує практичну інформацію для розробки ефективних методів стабілізації психічного стану дітей, які постраждали внаслідок військових дій.

Ключові слова: російсько-українська війна, діти, психологічний стан, травматичні події, психологічна підтримка.

Chykur Liliya Dmytrivna Candidate of Philological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Differential and Special Psychology, Odesa I. I. Mechnikov National University, Dvoryanska St., 2, Odesa, 65082, <https://orcid.org/0000-0003-3790-0435>

Ryhel Olesia Volodymyrivna Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology, Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University, Ivan Franko St., 24, Drohobych, 82100, <https://orcid.org/0000-0002-8470-7403>

Hubarieva Daria Vyacheslavivna PhD, Assistant Professor of the Department of Primary Education, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, Oleksandra Konyskogo St., 8/14, Kyiv, 01054, <https://orcid.org/0000-0002-4513-8586>

THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR IMPACT ON CHILDREN'S PSYCHOLOGICAL STATE AND METHODS OF ITS STABILIZATION

Abstract. The Russian-Ukrainian war that began in 2022 has a serious impact on the psychological state of children who witnessed or participated in traumatic events. This problem has become relevant due to the need to provide support and assistance to children to ensure their mental recovery and stabilization. The purpose of the article is to develop methods for stabilizing the psychological state of children as a result of the impact of the Russian-Ukrainian war. To achieve the research goal, various methods were used, such as questionnaires, interviews, observation and analysis of statistical data, which allowed collecting objective data on the mental state of children after the hostilities. The results of the study show that children may face serious psychological consequences after the war, so the provision of psychological assistance becomes extremely important for their mental well-being and recovery. Crisis intervention in the early stages should aim to stabilize and reduce the child's stress level, which will help ensure safety and calm their emotions. Clinical interventions, including trauma-focused approaches, psychotherapy and psychosocial support, allow for an individualized approach to the child, help them overcome traumatic memories and strengthen their psychological resilience. In

addition, it is important to ensure psychological growth after traumatic events, which includes reassessment of values, development of resources, and positive self-perception. With these areas of psychological support, children can grow more resilient and develop new perspectives for the future. The study provides practical information for the development of effective methods for stabilizing the mental state of children affected by military operations.

Keywords: Russian-Ukrainian war, children, psychological state, traumatic events, psychological support.

Постановка проблеми. Російсько-українська війна 2022 року має далекосяжні наслідки. Однією з важливих сфер, що викликає занепокоєння, є психічне здоров'я дітей. Під час опитування батьків, проведеного Соціологічною групою «Рейтинг» проблеми психічного здоров'я, з якими стикаються молоді люди у зв'язку з війною були пов'язані із страхом і тривогою, оскільки діти негативно реагували на гучні звуки і висловлювали занепокоєння щодо свого майбутнього. Емоційні розлади були очевидними, діти проявляли ознаки дратівливості, апатії та гніву. Спостерігалися проблеми з навчанням, оскільки через стрес і невизначеність багато дітей виявляли байдужість до навчання. Проблеми зі сном також були поширеними, що підкреслює вплив підвищеного рівня стресу на їхнє самопочуття. Крім того, деякі діти відображали травматичні події у своїх іграх, що підкреслює глибокий психологічний вплив війни на їхній психологічний стан[1].

Наслідки цієї ситуації виходять далеко за межі України, що підтверджується численними зарубіжними дослідженнями. Для самої України вирішення проблеми психічного здоров'я дітей має першочергове значення для забезпечення більш здорового та життєздатного майбутнього покоління. Однак світова спільнота також повинна звернути увагу на цю нагальну проблему. Частка українських дітей, які постраждали від війни, слугує гострим нагадуванням про ширшу глобальну проблему захисту дітей у зонах військових дій. Ця ситуація підкреслює нагальність узгоджених зусиль, спрямованих на забезпечення благополуччя дітей у всьому світі, які стикаються з подібними труднощами [2-4].

Російсько-українська війна, що почалася в повномасштабному форматі з 2022 року, мала значний вплив на психічне здоров'я українських дітей. Оскільки ця проблема має глобальний резонанс, вона вимагає спільних зусиль для захисту благополуччя дітей у постраждалих від конфлікту регіонах, а також дієвих механізмів та методів стабілізації ситуації та збереження здоров'я дітей та нації загалом.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Тема психологічних впливів та наслідків війни зацікавила дослідників вже давно. Сучасні дослідження продовжують досліджувати цю проблематику, зокрема, Байдик В. В., Бондарук Ю. С., Гопкало Ю. П. та ін. [8] пропонують методи психосоціальної

допомоги та підтримки для дітей і сімей, що пережили травматичні події. Також інтерес до цієї теми проявляє Гітченко І. П. [9], який розглядає питання соціально-психологічного супроводу дітей, що потребують особливої уваги і підтримки. Варто згадати дослідників Сміт П., Перрен Ш., Юле У. [10], які пропонують практичні техніки зцілення та підтримки для стабілізації психологічного стану дітей. Романчук О. І. [6] у своїй статті досліджує психотравматичний стрес та наслідки для дітей, які пережили військові дії, та пропонує сучасні підходи до терапії. Дослідження Morina N. [2] та Murthy S., Lakshminarayana R. [3], Smith D. [4] фокусуються на наслідках війни для психічного та фізичного здоров'я дітей, постраждалих внаслідок воєн в інших країнах.

За результатами дослідження літератури можна дійти висновку про значний вплив військових дій на психічний стан дітей та необхідність психологічної допомоги для їхнього психічного здоров'я. Надання підтримки та ефективних методів допомоги стає актуальною проблемою у психологічній практиці та соціальній роботі на державному рівні.

Мета статті – розроблення методів стабілізації психологічного стану дітей внаслідок впливу російсько-української війни.

Виклад основного матеріалу. Воєнний конфлікт призводить до численних травматичних подій, які охоплюють всі сфери життя дитини – від контекстуальних до внутрішньоособистісних. Діти, які стають жертвами війни або конфліктів, стикаються зі стресовими ситуаціями та втратами, живуть у постійному страху за свою та сімейну безпеку і переживають страх стати жертвою насильства або розлуки з родиною та близькими. Часто дітям доводиться раптово тікати від воєнних дій, залишаючи свій дім, школу, друзів та родичів, що відбувається в найбільш незручний момент дитинства. Цей досвід випробувань одночасно може стати особливо важким, оскільки вплив війни поширюється також на їхніх батьків та інших дорослих, які повинні забезпечувати їхню безпеку. Психологічний стан батьків і опікунів має значний вплив на розвиток та благополуччя дітей вже з самого початку їхнього життя. Дітям необхідний присутній та чуйний дорослий, який допомагає регулювати їхні емоції і допомагає зменшити страх перед світом [5].

В Україні проблеми із психологічним станом дітей стали вираженими на початку військових дій, коли активні військові вторгнення спричиняли низку психологічних розладів, основними з яких були: страх різких звуків, апатія, байдужість, гнів, страх, тощо. Відповідно до статистичних матеріалів, що зібрані в результаті опитування батьків в 2022 році, показано, що 55% дітей, які не проживають безпосередньо на територіях активних бойових дій, відчували більшою чи меншою мірою страх в моменти гучних звуків, 41% мали більшою чи меншою мірою апатію та дратівливість (що відображено на рис.1.)

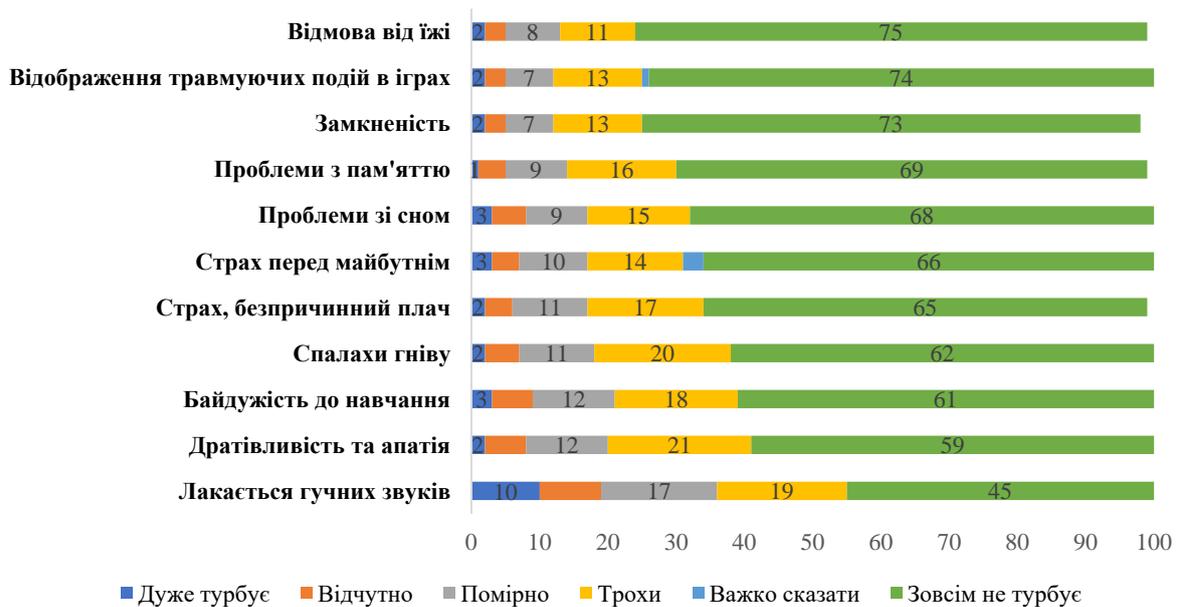


Рис.1. Основні психологічні проблеми дітей України в умовах російсько-української війни [1]

Примітки: систематизовано авторами

Що стосується психологічної реакції дітей, що стали свідками постійних бойових дій, то тут ситуація зовсім інша. Більшість з них пережили *гострий стресовий розлад* – це короткий період нав'язливих спогадів, які з'являються впродовж чотирьох тижнів з моменту, коли дитина стала свідком або учасником травматичної події. Гострий стресовий розлад [5], має такі симптоми:

- повторювані, нав'язливі та несвідомі гнітючі спогади про подію;
- повторювані гнітючі сни, пов'язані з подією;
- дисоціативні реакції, коли дитина відчуває, що травмуюча подія знову відбувається (наприклад, ретроспекції);
- інтенсивний психологічний або фізіологічний дистрес при нагадуваннях про подію (наприклад, побачивши схоже місце або чуючи звуки, схожі на ті, що були під час події);
- постійна неспроможність відчувати позитивні емоції, такі як щастя, задоволення або любов;
- змінене відчуття реальності, наприклад, відчуття заціпеніння, сповільнення часу або зміни сприйняття;
- не здатність згадати важливі аспекти травматичної події;
- спроби уникнути нав'язливих спогадів, думок або почуттів, пов'язаних з подією;
- спроби уникнути зовнішніх нагадувань (людей, місць, розмов, діяльності, предметів, ситуацій), пов'язаних з подією;

- порушення сну;
- дратівливість або спалахи гніву;
- надмірна пильність;
- труднощі з концентрацією уваги;
- перебільшена реакція на страх [5]

Для визначення наслідків травматичної події для дитини потрібно враховувати наступні фактори [6]. Психічний стан дитини може бути значною мірою визначений сукупністю факторів, таких як серйозність травматичної події, ступінь віддаленості від неї, реакція близьких дорослих, наявність історії травматичних подій та сімейне та громадське оточення дитини (Табл.1)

Таблиця 1

Визначення психічного стану дитини внаслідок військових дій

Тяжкість події	Близькість до події	Реакція значущого дорослого	Травматична подія в анамнезі	Сімейні та громадські фактори
Серйозність події; ступінь постраждалості дитини/близької людини; медична допомога/госпіталізація; розлучення дітей з батьками тощо	Присутність дитини на місці події; свідкомств події; у часті дитини в події	Дорослі реакції на повідомлення дитини; сприйняття реакції серйозно; підтримка дитини; як дорослі впоралися з подією	Історія попередніх травматичних подій в житті дитини	Постійне піддавання дитини травматичним подіям; досвід дискримінації

Примітка: систематизовано авторами на основі [6]

Загальна увага до цих факторів та відповідна підтримка з боку близьких дорослих та спеціалістів можуть допомогти зберегти психічне здоров'я дітей, які пережили травматичні військові події. Розглянемо базові підходи до психологічної підтримки дітей, що постраждали внаслідок війни, з метою мінімізації негативного впливу травматичних подій. Дані підходи визначені на основі дослідження зарубіжного досвіду та рекомендацій Ради Європи з питань відновлення здоров'я населення внаслідок кризових ситуацій.

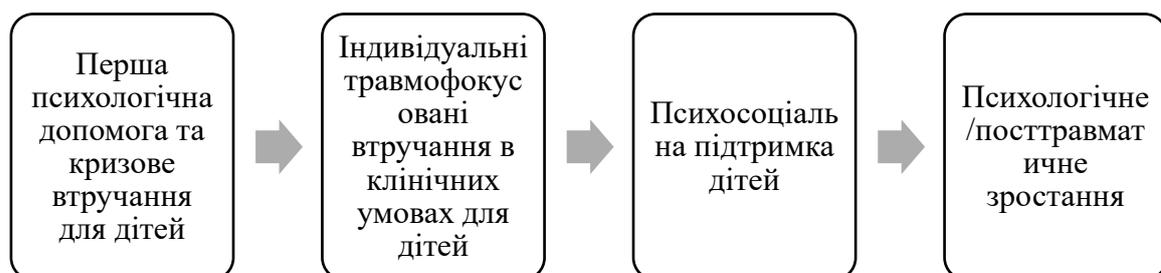


Рис.2. Етапи надання допомоги із стабілізації психологічного стану дитини

Перші години і дні після травматичних подій мають вирішальне значення для психічного здоров'я дітей. Кризове втручання спрямоване на забезпечення безпеки та стабілізації дитини, зниження рівня стресу та заспокоєння її емоцій. Це може включати емоційну підтримку, сприяння відновленню почуття контролю над життям, а також інформацію про те, як ефективно впоратися зі стресом.

Клінічне втручання здійснюється кваліфікованими психологами або психотерапевтами і спрямоване на індивідуальний психотерапевтичний підхід до дитини. Травмофокусовані підходи включають такі техніки, як ЕМДР (рухова десенсибілізація та переробка), арт-терапію, групову терапію тощо. Ці методи допомагають дітям впоратися з травматичними спогадами, зменшити страх та тривогу і зростити психологічну стійкість.

Психосоціальна підтримка включає в себе різноманітні програми та інтервенції, спрямовані на забезпечення безпеки та нормалізацію життя для дітей, які пережили травматичні події. Це може включати роботу з педагогами та батьками для створення сприятливого навчального та родинного середовища. Також важливо надавати можливість дітям виражати свої емоції та думки, а також підтримувати здорові способи впоратися зі стресом, такі як спорт, мистецтво тощо.

Психологічне зростання після травматичних подій є важливим аспектом психічного відновлення дитини. Це означає переоцінку своїх цінностей, розвиток ресурсів та позитивного сприйняття самої себе. Зростання в результаті подолання травматичного досвіду може допомогти дітям стати більш стійкими та допитливими і розвивати нові перспективи на майбутнє [6].

Розглянемо *методи стабілізації психологічного стану дитини внаслідок військових дій* на кожному етапі.

Індивідуальні травмофокусовані втручання в клінічних умовах для дітей - це спеціалізовані психотерапевтичні підходи, які спрямовані на допомогу дітям, які пережили травматичні події. Розглянемо більш детальний опис декількох методів індивідуальних травмофокусованих втручань.

- Рухова десенсибілізація та переробка (ЕМДР). психотерапевтичний підхід, розроблений для роботи з травматичними спогадами та емоційними реакціями. Він базується на теорії, що травматичні досвіди можуть залишитися «застряглими» у мозку, і ЕМДР допомагає переробити ці спогади, допомагаючи дитині перейти зі стану стресу до стану спокою. Під час сесій ЕМДР, дитина зосереджується на травматичних спогадах, одночасно виконуючи рухи очима або слухові стимули, що допомагають відокремити емоції від спогадів.

- Травматична когнітивно-поведінкова терапія (ТКПТ). ТКПТ – це підхід, що поєднує принципи когнітивної терапії та поведінкової терапії для роботи з травматичними досвідами та

патологічними реакціями. Терапевт допомагає дитині впізнати та змінити негативні переконання, пов'язані з травматичними подіями, а також навчити дитину здійснювати позитивні зміни у поведінці.

- Арт-терапія. Метод, за допомогою якого дитина виражає свої емоції та думки через мистецтво. Арт-терапевт допомагає дитині розглядати свої творчість, сприяючи вираженню та розумінню своїх емоцій та досвідів.

- Гра в пісочниці – метод, в якому дитина має можливість виражати свої емоції, фантазії та думки через гру зі спеціальними іграшками у піску. Терапевт допомагає дитині інтерпретувати її ігрові сцени та сприяє розумінню підсвідомих елементів дитинського досвіду.

- Експозиційна терапія – використовується для допомоги дітям у вирішенні побоювань та страхів, пов'язаних з травматичними подіями. Цей метод передбачає поступове викладання дитини ситуаціям або образам, які викликають страх, з метою зниження негативної реакції та впровадження адаптивних стратегій для впорання зі стресом.

Сьогодні уряд України демонструє значний зріст уваги до відновлення та стабілізації психологічного здоров'я дітей через ряд нових проєктів та ініціатив [7]:

1. Проєкт Міністерства охорони здоров'я «Охорона психічного здоров'я у структурі медичної допомоги». Цей проєкт має на меті забезпечити доступ до психічної допомоги через первинну та вторинну медицину. Сімейний лікар є ключовою фігурою в оцінці та направленні пацієнта до спеціалізованого фахівця, якщо це необхідно.

2. Міністерство соціальної політики: «Створення центрів життєстійкості в Україні». Проєкт спрямований на психосоціальну підтримку громадян, фахівців, волонтерів. Центри життєстійкості будуть важливими у відновленні психічного здоров'я після кризи чи конфлікту.

3. Міністерство внутрішніх справ: Алгоритм психологічної допомоги та супроводу: Цей проєкт створює маршрут для допомоги потерпілим після надзвичайного інциденту.

4. Міністерство освіти і науки: «Психосоціальна підтримка та психологічна допомога на всіх рівнях освіти». Впровадження навичок психологічної стійкості та трансформація психологічної служби в системі освіти.

5. Міністерство молоді та спорту: «Молодіжні центри та активні парки – частина екосистеми психічного здоров'я». Надання психологічної підтримки дорослим, дітям та підліткам через платформу «СпівДія».

6. Центри підтримки цивільного населення при обласних військових адміністраціях. Проєкт від віцепрем'єр-міністра – міністра з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій спрямований на створення центрів підтримки для цивільного населення в конфліктних зонах [7].

В рамках даних проєктів здійснюється індивідуальна та групова терапія, що направлена на стабілізацію психічного здоров'я дітей, що постраждали внаслідок російсько-української війни. Загалом методи соціальної реабілітації можна групувати за ознаками у табл.2.

Таблиця 2

**Методи соціально-психологічної допомоги дітям, постраждалим
внаслідок війни**

Метод	Опис	Застосування
Арт-терапія	Використання мистецтва для виразу почуттів	Емоційний розвиток
Музикотерапія	Використання музики як засобу виразу	Самовираження, комунікативні навички
Театральна терапія	Участь у театральних виставах	Самоповага, комунікативні навички
Спортивні програми	Розвиток фізичного здоров'я та командної роботи	Фізичне здоров'я, командна робота
Програми освіти	Освітні та інтеграційні програми	Освіта, соціальна інтеграція
Соціальні служби	Доступ до медичної допомоги, житла, харчування	Соціальна підтримка

Психологічне/посттравматичне зростання (PTG) – це концепція, що виникла у контексті вивчення реакцій людей на травматичні події. Вона позитивно підкреслює можливість зростання та розвитку після травматичних подій. Для дітей, які постраждали від війни, PTG може виявитися важливим процесом у наданні психічної стійкості та здатності адаптуватися до нових ситуацій. Нижче наведено детальний опис методів, які сприяють психологічному/посттравматичному зростанню дітей.

- Підтримка особистісної рефлексії. Сприяння рефлексії допомагає дитині розуміти та переосмислювати свої травматичні досвіди. Це може включати розмови з психотерапевтом, письмові рефлексії або творчі проєкти, які допомагають дитині виражати свої думки та емоції. Засвоєння цих досвідів допомагає дитині переглянути свої переживання та знайти нові способи їх сприйняття.

- Зміцнення ресурсів. Травматичні досвіди можуть призводити до втрати впевненості, віри в себе та довіри до світу. Важливо сприяти розвитку та зміцненню ресурсів дитини, таких як соціальна підтримка, самообізнаність, розвиток талантів та навичок. Це допомагає дитині побудувати позитивне бачення себе та своєї можливості впоратися з життєвими викликами.

- Підтримка соціальних зв'язків. Соціальні зв'язки відіграють важливу роль у психологічному/посттравматичному зростанні дітей.

Забезпечення підтримки та розвитку стосунків з рідними, друзями та громадою може допомогти дитині впоратися зі стресом, збільшити почуття безпеки та знайти підтримку в складних ситуаціях.

- **Розвиток почуття сенсу.** Пошук сенсу та значущості в травматичних досвідів може допомогти дитині переосмислити події та знайти позитивний вплив на своє життя. Це може бути пов'язано зі створенням нових життєвих цілей, допомогою іншим людям або залученням до громадських справ.

- **Розвиток регуляції емоцій.** Розвиток навичок регуляції емоцій допомагає дитині більш ефективно впоратися зі стресом і травматичними досвідами. Це може включати навчання релаксаційних технік, медитації, йоги та інших методів зниження тривоги.

- **Розвиток життєвих навичок.** Допомога дитині в розвитку практичних життєвих навичок, таких як планування, організація та впорядкування, сприяє її самодостатності та здатності керувати ситуаціями.

Висновки. Враховуючи той факт, що війна може залишити невиліковні психічні наслідки для дітей, особливо тих, хто став свідком або учасником травматичних подій, надання психологічної допомоги має вирішальне значення для їхнього психічного здоров'я та відновлення. Враховуючи напрями надання психологічної допомоги, важливо розуміти, що раннє кризове втручання спрямоване на забезпечення безпеки, стабілізацію та зниження рівня стресу дитини. Клінічне втручання, таке як травмофокусовані підходи, психотерапія та психосоціальна підтримка, сприяє індивідуальному психотерапевтичному підходу до дитини, допомагає впоратися з травматичними спогадами та збільшити психологічну стійкість. Враховуючи важливість психологічного зростання після травматичних подій, сприяння дитячому розвитку, зміцненню ресурсів та розвитку позитивного сприйняття самої себе, є важливим аспектом відновлення. Забезпечення вчасної та адекватної психологічної підтримки може значно поліпшити психічне благополуччя та якість життя дітей, що постраждали від війни. Ці напрями надання психологічної допомоги допомагають дітям стати більш стійкими та розвивати нові перспективи на майбутнє, адаптуватися до складних обставин і побудувати здоровий та щасливий майбутній.

Література:

1. Барсукова О. Страх звуків, апатія, агресія: які наслідки війни помітні у дітей? Опитування. Правда, 2023. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2023/02/27/253094/>
2. Morina, N. (2011). War and bereavement-consequences for mental and physical distress. PLoS ONE 6(7):e22140. DOI: 10.1371/journal.pone.0022140
3. Murthy, S., Lakshminarayana R. (2006) Mental health consequences of war: a brief review of research findings. World Psychiatry 5(1):25-30. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1472271/>
4. Smith, D. (2001) Children in the heat of war. APA Monitor 32(8):29. URL: <https://www.apa.org/monitor/sep01/childwar>

5. Ваарнен-Валконен Н., Заварова Н. Психологічна підтримка та допомога дітям, які пережили травматичні події. Рада Європи, 2022. URL: <https://rm.coe.int/manual-for-psychologists-web/1680a9754f>
6. Романчук О. І. Психотравма та спричинені нею розлади: прояви, наслідки й сучасні підходи до терапії. URL: https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/Romanchuk_PTSD.pdf
7. Міністерства представили сім пріоритетних проєктів Всеукраїнської програми ментального здоров'я. Укрінформ, 2023. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3707417-ministerstva-predstavili-sim-prioritetnih-proektiv-vseukrainskoi-programi-mentalnogo-zdorova.html>
8. Байдик В. В., Бондарук Ю. С., Гопкало Ю. П. та ін. Технології психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (з досвіду роботи). Київ : Ніка-Центр, 2021. 118 с.
9. Гітченко І.П. Особливості соціально-психологічного супроводу дітей, які постраждали внаслідок військових дій. 2018. <https://naurok.com.ua/stattya-osoblivosti-socialno-psihologichnogo-suprovodu-ditey-yaki-postrazhdali-vnaslidok-viyskovih-diy-70165.html>
10. Сміт П., Перрен Ш., Юле У. Діти та війна: навчання технік зцілення. Карітас України, 2016. URL: https://ipz.org.ua/wp-content/uploads/2017/10/dity_fin_ispp-1.pdf

References:

1. Barsukova, O. (2023). Strakh zvukiv, apatiia, ahresiiia: iaki naslidky viiny pomitni u ditei? [Fear of sounds, apathy, aggression: what consequences of war are evident in children?]. *Opituvannia. Pravda*. Retrieved from <https://life.pravda.com.ua/society/2023/02/27/253094/> [In Ukrainian].
2. Morina, N. (2011). War and bereavement-consequences for mental and physical distress. *PLoS ONE*, 6(7), e22140. DOI: 10.1371/journal.pone.0022140 [in English].
3. Murthy, S., & Lakshminarayana, R. (2006). Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*, 5(1), 25-30. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1472271/> [in English].
4. Smith, D. (2001). Children in the heat of war. *APA Monitor*, 32(8), 29. Retrieved from <https://www.apa.org/monitor/sep01/childwar> [in English].
5. Vaarnen-Valkonen, N., & Zavarova, N. (2022). Psykholohichna pidtrymka ta dopomoha dityam, yaki perezhuly travmatychni podii [Psychological support and assistance for children who experienced traumatic events]. *Rada Yevropy*. Retrieved from <https://rm.coe.int/manual-for-psychologists-web/1680a9754f> [In Ukrainian].
6. Romanchuk, O. I. (n.d.). Psykotravma ta sprychyneni nei rozlady: proiavy, naslidky i suchasni pidkhody do terapii [Psychotrauma and its consequences: manifestations, outcomes, and contemporary therapy approaches]. Retrieved from https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/Romanchuk_PTSD.pdf [In Ukrainian].
7. Ministerstva predstavlyly sim prioritetnykh proiektiv Vseukrainskoi prohramy mentalnogo zdorov'ia [Ministries presented seven priority projects of the All-Ukrainian Mental Health Program]. (2023). *Ukrinform*. Retrieved from <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3707417-ministerstva-predstavili-sim-prioritetnih-proektiv-vseukrainskoi-programi-mentalnogo-zdorova.html> [In Ukrainian].
8. Baidik, V. V., Bondaruk, Yu. S., Gopkalo, Yu. P., & others. (2021). Tekhnolohii psykhosotsialnoi dopomohy dityam i simiam, shcho opynylys u skladnykh zhyttievikh obstavynakh vnaslidok viyskovykh diy (z dosvidu roboty) [Technologies of psychosocial assistance for children and families affected by complex life circumstances due to military actions (from practical experience)]. *Kyiv: Nika-Tsentr*. [In Ukrainian].

9. Hitchenko, I. P. (2018). Osoblyvosti sotsialno-psykholohichnoho suprovodu ditei, yaki postrazhdaly vnaslidok viiskovykh diy [Features of social and psychological support for children affected by military actions]. Retrieved from <https://naurok.com.ua/stattya-osoblivosti-socialno-psykholohichno-suprovodu-ditey-yaki-postrazhdali-vnaslidok-viyskovih-diy-70165.html> [In Ukrainian].

10. Smith, P., Perren, Sh., & Yule, U. (2016). Dity ta viina: navchannia tekhnih ztsileniia [Children and war: teaching healing techniques]. Karitas Ukrainy. Retrieved from https://ipz.org.ua/wp-content/uploads/2017/10/dity_fin_ispp-1.pdf [In Ukrainian].