

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»**

**Кафедра психологии  
Институт педагогики и психологии**

**ВТОРОЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ НАУЧНЫЙ ФОРУМ  
(с международным участием)**

**ДОКЛАДЫ И ВЫСТУПЛЕНИЯ**

---

**Секция 3. Личность в кризисной ситуации:  
психологическое консультирование и психотерапия**

**Особенности психоэмоционального состояния детей,  
проживающих в зоне военного конфликта на Донбассе**

**Романов Наталья Александровна,  
кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры психологии,  
ГОУ ВО ЛНР «Луганский государственный педагогический университет»**

Современное общество, к сожалению, изобилует локальными военными конфликтами, порой переходящими в гражданские войны. Конечно же, территория военного конфликта – это чья-то родная земля, и, помимо военных людей, там находятся мирные жители, которые так или иначе психологически вовлечены в экстремальные ситуации, связанные с ними, и определенным образом реагируют на них. Достаточно часто это связано с проявлениями посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) той или иной степени тяжести. В последнее время большое количество исследований (в том числе эмпирических), посвященных изучению психологических последствий пребывания человека в травматической ситуации (Ю. Александровский, М. Джишкарини, Н. Тарабрина, А. Михайлова, Е. Столярова и др.). Изучение данного вопроса имеет

большую актуальность в связи с военными событиями на Донбассе, начавшимися в 2014 г. При этом очень значима тема ПТСР детей, в силу того, что стрессовые факторы в детском возрасте оказывают последствия на всю последующую жизнь ребенка (исследования Е. Каган, Н. Тарабриной, Е. Черепановой и др.).

Нужно учитывать, что при схожих объективных стрессовых факторах, индивидуальная реакция на стресс весьма различна. Одни люди относительно безболезненно переносят стрессы, тогда как у других может развиваться посттравматическое расстройство (ПТСР). Как указывают И.В. Абакумова и Е.Н. Радинская, «проблема индивидуальной вариабельности реакций на стресс у людей, проживающих в зоне вооруженного конфликта, остается практически не изученной». «Недостаточно рассматривать психологические последствия вооруженных конфликтов только с точки зрения объективных особенностей, не беря во внимание такие психологические аспекты, как: субъективное восприятие личностью травмирующей ситуации, её реагирование и поведение в таких ситуациях» [1, с. 178].

Данная статья посвящена анализу психоэмоционального состояния группы детей Донбасса (15 человек). В июле 2019 г. по инициативе Православного просветительского центра «Преображение» при Миссионерском отделе Патриархии и по благословению Митрополита Белгородского и Старооскольского Иоанна они находились на отдыхе в православном детском лагере «Рождественское подворье» Белгородской области.

Специального отбора в группу не проводилось, в нее вошли дети от 8 до 15 лет преимущественно из Донецка и его окраин. В данной группе оказалась часть детей, переживших тяжелую травму: у двоих мальчиков отцы погибли на Донбассе в 2014 году. Трое детей – сироты, находятся под опекой. У одной девочки отец погиб зимой 2019 года.

Организаторами поездки было предусмотрено психологическое

сопровождение детей данной группы. Работа психолога проводилась в таких направлениях:

- диагностика всей группы детей с целью выявления проявлений ПТСР, особенностей эмоциональной и ценностно-смысловой сферы личности;

- помощь в адаптации детей и интеграции в детские коллективы (основная часть детей в лагере – жители Белгородской области, многие из них не первый раз в этом лагере, хорошо знают друг друга, для детей Донбасса все было вновь);

- психологическое сопровождение детей во время отдыха (поддержка детей, тоскующих по дому, тех, кто дольше и труднее адаптировался, участие в решении межличностных конфликтов, обсуждение разных вопросов, как бы между прочим: как общаться, чтобы тебя поняли и приняли, как остановить себя, когда сильно разозлился, как лучше проявить себя, участвовать или нет в мероприятиях лагеря и т.д.). В реализации данного направления очень важным было взаимодействие с коллективом лагеря.

- индивидуальные консультации детей группы.

Работа психолога строилась неформально, дополняя, но не нарушая привычный алгоритм работы лагеря с детьми. Несмотря на то, что с начала поездки с детьми установились хорошие, доброжелательные отношения, особого желания общаться с психологом как со специалистом у них не было. Оказалось, в их представлении, психолог – тот, кто работает с людьми, у которых с психикой что-то не так. «А у нас все в порядке, зачем с нами заниматься?». Как пример, один из диалогов: «У нас что, такие большие проблемы, что с нами должен работать психолог?». «Больших нет ни у кого, а маленькие есть у всех. С маленькими что, работать не нужно? Не нужно стараться становится лучше?». «Ну... может быть...».

Взаимодействовали и посредством просто разговоров, и через игры (на понимание, на сплочение, при чем проводили их между прочим, и важно было сказать, что это просто игры для развлечения, а никак не

психологические игры). Рисовали (сначала был предложен рисунок «Человек под дождем», как раз шел дождь, заинтересовались немного), тем, кто не хотел, предлагалось рисовать вместе, кто не хотел рисовать на заданную тему, могли нарисовать любой рисунок. Тем, кто не хотел рисовать (уже слишком взрослый) предлагалось сочинение на тему «Мое любимое занятие», так понемногу каждый как-то внутреннее выразил себя. Было предложено обсудить их рисунки или (и) сочинения, но только индивидуально, поскольку «это наши маленькие тайны. каждому рассказывать про него можно только ему». Оказалось – многим интересно. На индивидуальные консультации, в основном, шли охотно, девочки были заинтересованы в них больше, чем мальчики. В индивидуальной работе, помимо обсуждения рисунков, начинали с методики «Кто я?», обсуждая её, выходили на различные важные для каждого внутренние моменты. С чем-то можно было работать непосредственно в лагере, на что-то советовалось обратиться по возвращении домой.

Проведение диагностики ПТСР проводилось только индивидуально, с некоторыми детьми сразу же после этой диагностики была проведена и консультационная работа, поскольку заполнение анкеты было связано с воспоминаниями, очень травмирующими для них. Остальная диагностика проводилась либо индивидуально, либо в небольших группах, в зависимости от ситуации.

Результаты диагностики ПТСР в группе (Методика ШОВТС, Тарабрина, 2001 г.) таковы:

у 53 % детей общее значение показателей не превышает норму – от 11 до 36 баллов;

у 27 % – выше нормы (сюда вошли дети погибших, и те, кто проживает до сих пор в зоне периодических обстрелов) – от 49 до 66 баллов;

20 % выявили позицию, скрытую для диагностики именно ПТСР (другие диагностические методики эти же дети воспринимали более лояльно).

Заставило задуматься то, что из трех субшкал наибольшие показатели у всех детей по субшкале «избегание» (от 6 до 24 баллов при норме 14, X ср всей группы = 15 баллов). Выявив данный факт, было решено проанализировать описания переживаний, которые относятся к данной шкале в используемой методике (максимальное количество баллов – 5). В результате оказалось, что наиболее актуальными для данной группы являются следующие переживания: «Я старался не думать о случившемся», X ср. 2,8; «Я старался ни с кем не говорить о случившемся», X ср. = 2,9. На втором месте по значимости субшкала «вторжение», больше всего она выражена в теме тяжелых сновидений. Многие дети говорили о том, что такие сновидения сопровождали их часто непосредственно после наиболее травмирующих событий, а сейчас снятся иногда. В рамках этой шкалы наиболее актуальны такие описания «Мне снились тяжелые сны о том, что со мной случилось», X ср. = 2,4 б.

Во время бесед с детьми замечено, что некоторые из них даже бравадируют тем, что они живут в небезопасной обстановке, умеют отличать звуки различных снарядов, не боятся обстрелов. Однако при этом, один из таких мальчиков сказал: «Я звуков снарядов не боюсь», в продолжении беседы «а вообще я разных резких звуков боюсь» (проявил позицию, скрытую для диагностики). Другой ребёнок (практически на все вопросы анкеты о ПТСР отвечал отрицательно и военные события в регионе не отнес к травмирующей для себя ситуации) самой травмирующей назвал некую личную ситуацию, а в процессе дальнейшей беседы сказал, что часто представляет далекий город, в котором нет войны и все люди добрые, но попасть туда невозможно. Эти наблюдения подтверждают, что диагностика ПТСР у детей весьма затруднительна и свидетельствуют о том, что травмирующий опыт вытесняется, но не проходит бесследно.

По особенностям проявления признаков ПТСР мы условно можем разделить детей на такие категории.

1 категория – дети, отцы которых погибли в 2014 г. Именно это они

называли самым травмирующим событием, а потом уже в дальнейшей беседе вспоминали о том, как самим было страшно во время обстрелов, как жили некоторое время в подвалах, как их переселяли в более безопасные места Донецкой области. В этой подгруппе в наибольшей степени выражены признаки ПТСР.

2 категория – дети-сироты (независимо от того, когда именно они остались без родителей) – эта ситуация и воспоминания с ней связанные наиболее травматичны для них, потом уже военные события.

3 категория – дети, которые в 2014 году жили в наиболее обстреливаемых районах, эта ситуация для них – самое травмирующее событие.

4 категория – дети, которые не находились летом 2014 года в Донецком или Луганском регионе и сейчас проживают в достаточно спокойных районах. У них меньше всего выражены признаки ПТСР.

Конечно же, дети по-разному воспринимают ситуацию на Донбассе. В группе можно было наблюдать такие типы отношения к этой ситуации.

1 группа – дети, которые пытаются осмыслить происходящее, очень глубоко, лично переживают всю ситуацию на Донбассе в целом, интересуются новостями, готовы уже сейчас, несмотря на свой возраст, встать на защиту Родины (6,7 %).

2 группа – дети, которые в разной степени тяжести внутренне переживают произошедшее лично с ними (обстрелы в их районе, разрыв снаряда недалеко от дома, жизнь в подвале, переезды, скитания и т.д.) (66,6 %).

3 группа – дети, которых интересует только собственная безопасность: «Главное, что в моем районе сейчас не стреляют» (20 %).

4 группа – дети, которые стараются вытеснить травмирующую ситуацию из своего сознания. «У нас в Донецке не стреляют» – сказал ребенок, который и сейчас живет в постоянно обстреливаемом районе (6,7 %).

Поскольку в стрессовой ситуации больше всего реагирует эмоциональная сфера, мы сочли необходимым провести диагностику её состояния с помощью цветового теста М. Люшера.

Анализ цветового теста Люшера выявил преобладание отрицательных эмоций, доминирование плохого настроения и отрицательных переживаний у 40 % детей (у них показатель СО (суммарного отклонения от аутогенной нормы) от 20 до 30 баллов,  $X$  ср. = 24 б). Показатели вегетативного коэффициента, который характеризует энергетический баланс организма: его способность к энергозатратам или тенденцию к энергосбережению, следующие: у 47 % детей – оптимальная активность и работоспособность, у 20 % – оптимальная активность, однако показатели близки к шкале – перевозбуждение, у 13 % – эмоциональное перевозбуждение, на пределе возможностей, при котором возможно быстрое истощение, у 20 % компенсируемое состояние усталости.

Анализ цветовой панели в группе выявил, что более, чем у половины детей фиолетовый цвет отнесен к предпочитаемому (20 % – 1 место, 7 % второе, 27 % – третье). Это говорит о доминировании потребности в уходе от реальной действительности.

В данной группе у 43 % отвергается синий цвет, что говорит о фрустрировании потребности в эмоциональном комфорте и покое. Также 43 % отвергают зеленый цвет, что свидетельствует о фрустрировании потребности в отстаивании собственной позиции, оборонительности, агрессивности защитного характера. Как указано в интерпретации теста Люшера, если основной цвет отвергается при помещении его в восьми цветовой последовательности дальше, чем на 5-ю позицию, то определенная базовая потребность остается неудовлетворенной по причине неблагоприятных обстоятельств. Такая неудовлетворенность базовая потребность является «источником стресса», вызывая чувство утраты и приводя к усилению тревоги.

Изучение уровня личностной тревожности (опросник Спилбергера-

Ханина) показало, что у 60 % детей – высокий уровень личностной тревожности, у 40 % – средний.

Интересные результаты были получены с помощью проективной методики «Человек под дождём». Рисуночный тест «Человек под дождем» (автор Л. Илюшина) направлен на исследование эмоционально-личностной сферы детей и подростков, умение их реагировать на стресс, способность преодолевать жизненные трудности.

В диагностируемой группе на 50 % рисунков дождь занимает довольно большое пространство, на все небо, что скорее всего говорит о том, что стрессовая ситуация всеобъемлюща. Дождь занимает большую часть рисунка, но не везде, а именно над человеком – 33 %. Дождь не нарисован – 7 %. Темные тучи, человек в виде темного пятна, но сам дождь не нарисован, по всей видимости, свидетельство того, что ребенок находится в подавленном состоянии, но очень тщательно это скрывает – 7 %.

Тучи, которые свидетельствуют о том, что стрессовая ситуация довлеет над человеком – 75 %; большая часть из них (42 % от общего количества рисунков) – тяжелые грозовые, показатель того, что человек пребывает в подавленном состоянии или депрессии.

Ураган, свидетельство беспомощности перед внешними обстоятельствами – 7 %.

Изображение человека в самом центре (это может свидетельствовать о незащищенности, потребности в заботливом контроле ради сохранения психического равновесия) – 34 %.

Изображение человека в левой части листа, что говорит об акцентировании прошлого – 58 %. На одном из рисунков человек изображен слева, близко к краю листа, отделен чертой от остального пространства, там нет дождя, какая-то дорога, дома, но это не прорисовано, это просто проговорено во время обсуждения (это может говорить о фиксации на прошлом и страхе перед будущим).

Фигура человека очень маленькая (как правило, свидетельство тревоги,



чувства собственной малоценности и незначительности) – 58 %.

Человек неустойчив, наклонен – 14 %.

Тип реагирования – у мальчиков – мужской, активный, у девочек – женский, пассивный, на всех рисунках пол изображаемого человека совпадал с полом рисующего. А вот возраст изображаемого человека на 25 % рисунков больше собственного, что является показателем ответственности и личностной зрелости. На большинстве рисунков девочек (75 %) – ноги недорисованы, либо – наполовину нарисованы, остальное – в луже, свидетельство неустойчивости своего положения, чувствительности к ударам судьбы.

Изображение зонта как средства защиты от дождя, символизирующее умение защищаться от житейских бурь, постоять за себя присутствует на 75 % рисунков, однако почти половина зонтов небольшого размера, едва закрывают голову человека. На одном из рисунков зонт есть, но он – в стороне, хотя в руке, при обсуждении проговорено «Он человека от дождя не защищает». На этом же рисунке капли дождя очень крупные, темные.

Дополнительные образы и детали (дома, деревья, автомобили), которые говорят о стремлении уйти от проблем, переключится на что-то извне – на 16 % рисунков. Возможно, это показатель внутренней сосредоточенности на стрессовой ситуации, неумении либо невозможности отвлечься от неё.

На 25 % рисунков – человек идет по дороге, идет слева направо (т.е. из прошлого – в будущее). При обсуждении одного из таких рисунков, на вопрос: «Куда же он идёт?», ребёнок ответил: «В Россию».

Что характерно, ни на одном из рисунков нет изображения радуги или солнца, которое выглядывает из-за туч. Обычно, это является символом надежды на благоприятное разрешение стрессовой ситуации.

Именно этот момент является главным отличием рисунков детей Донбасса и российских детей, которые находились в этом же лагере. На рисунках последних примерно в половине случаев изображено солнце либо радуга, либо то и другое, встречались рисунки, на которых изображена луна,

фонари. И ещё немного характерных отличий. На рисунках российских детей возраст рисующего и изображаемого человека либо совпадает, либо меньше возраст изображаемого. Это является свидетельством детского восприятия стресса, понимания того, что в этой ситуации помогут взрослые. Больше дополнительных деталей, среди них, в основном – деревья, цветы, трава. Это говорит об умении переключиться на что-то извне, возможно также о ресурсе природы, пребывание там снижает ощущение стресса. Некоторые из рисунков российских детей разукрашены (хотя задание дано было рисовать простым карандашом). Это может быть оценено не только как непонимание инструкции, но и как раскрытие внутренней потребности видеть мир «в цвете», ярко.

При этом обратил на себя внимание тот факт, что некоторые из детей Донбасской группы, получив задание нарисовать семью, либо дом, дерево и человека, отказывались их разукрашивать «Пусть так будет. И так хорошо». Это может быть свидетельством как эмоциональной истощенности, так и того, что все окружающее видится именно так, в черно-белых тонах, без прикрас. В то же время, один ребёнок, отказывавшийся разукрашивать многие рисунки, рисуя «Человека под дождем», сам взял синий карандаш и начал разукрашивать дождь. Следовательно, стрессовая ситуация, которую символизирует дождь, является для него значимым в жизни событием, насыщенным переживаниями, все остальное, по сравнению с ней, гораздо менее значимо. (У этого ребенка отец погиб в 2014 году).

Большой материал для анализа и размышлений о том, какова картина мира детей данной группы удалось получить на основе анализа методики «Кто я» (М. Куна) и методики «Закончи предложение» (Н.Е. Богуславской). В неё включены блоки – отношение к друзьям, к семье, к себе, чувство вины. Мы включили дополнительный блок – отношение к будущему, в который вошли вопросы о будущем и о смысле жизни. В данной статье мы не останавливаемся подробно на анализе этих методик, при этом следует отметить, что результаты диагностики и наблюдений не выявили каких-либо

деструктивных изменений в ценностно-смысловой сфере детей. Однако заставляет задуматься определенная выраженность темы смерти (её неизбежности), переживаний за жизнь близких. Тема переживания за жизнь близких часто звучала во время бесед с детьми, в особенности она актуальна для тех, кто потерял своих родных, либо проживает в зоне вероятных обстрелов. У этих же детей выявлен высокий уровень личностной тревожности. Во время бесед замечено, что порой это связано с появлением чувства вины («Когда уезжал в лагерь, утром стреляли, как там мама, я здесь, а она там»). Тот факт, что для 73 % опрашиваемых наибольшей ценностью является семья, на наш взгляд, обосновывает, что именно семья для них является главным ресурсом защищенности в ситуации стресса и дает ключ к пониманию сохранности системы ценностей у детей этой группы. Также мы можем сделать вывод о том, что поскольку у большинства детей группы внутренняя семейная обстановка является благополучной, значительная выраженность признаков стресса, личностной тревожности, потребности в уходе от реальной действительности обусловлены именно внешними факторами.

Изложенный нами материал может быть основой для определенных выводов:

– о том, что необходимо больше внимания уделять психодиагностической и консультационной работе с детьми, которые проживают в зоне затянувшегося военного конфликта;

– о том, что организованный летний отдых благотворно влияет на психоэмоциональное состояние детей, а пребывание в православном лагере может способствовать и изменениям в картине мира детей, которые проживают в зоне военного конфликта.

Эти направления деятельности зависят от государственной социальной политики, её объективных возможностей. Нам хотелось бы обратить внимание на тот факт, что для большинства детей группы именно семья явилась главным фактором, который помог сохранить внутренний стержень,

определенную систему ценностей даже в такой непростой жизненной ситуации.

В силу этого хочется вспомнить слова И.А. Ильина, который утверждал: «воспитать ребенка значит заложить в нём основы духовного характера и довести его до способности самовоспитания. Родители, которые приняли эту задачу и творчески разрешили её, подарили своему народу и своей родине новый духовный очаг; они осуществили свое духовное призвание, оправдали свою взаимную любовь и укрепили, обогатили жизнь своего народа на земле: они сами вошли в ту Родину, которую стоит жить и гордиться, за которую стоит бороться и умереть» [4]. Безусловно, философ в этих словах отразил один из идеальных аспектов в системе семейного воспитания, и мало кто из современных родителей реализует его в полной мере. Но это тот аспект, значимость которого каждый может осознать, актуализировать внутренне, и хоть в какой-то степени воплотить в своей жизни, в своей семье. Сейчас становится все более очевидным, что в современном обществе, ценности и идеалы которого нестабильны и изменчивы, именно семья обладает мощнейшим потенциалом как естественного воспитания подрастающего поколения, так и поддержки в условиях проживания в зоне военного конфликта.

### Список литературы.

1. *Абакумова И.В.*, Радинская Е.Н. Специфика индивидуально-психологических реакций личности, проживающей в зоне вооруженного конфликта / Научные ведомости. Серия гуманитарные науки, 2017 г., № 7 (256) Выпуск 33, с. 177–181. [https://cyberleninka.ru/article\\_v/spetsifika\\_individualno\\_psihologicheskikh\\_reaktsiy\\_lichnosti\\_prozhivayushey\\_v\\_zone\\_vooruzhennogo\\_konflikta](https://cyberleninka.ru/article_v/spetsifika_individualno_psihologicheskikh_reaktsiy_lichnosti_prozhivayushey_v_zone_vooruzhennogo_konflikta)
2. *Малкина-Пых И.Г.* Экстремальные ситуации. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с. – (Справочник практического психолога).
3. *Смирнов А.В.* ПТСР и некоторые базовые убеждения человека. <http://alex->

[therapy.narod.ru/PTSD.htm](http://therapy.narod.ru/PTSD.htm). 2002.

4. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.