

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-3-7>

## ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ТРИВОЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ

**Міненко Ольга Олександрівна,**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології та соціальної роботи  
Центральноукраїнського державного університету  
імені Володимира Винниченка  
ORCID ID: 0000-0002-8831-7146  
Scopus-Author ID: 57995662000  
Researcher ID: G-1115-2019

*Стаття присвячена актуальній для сучасної української психології проблемі особливостей тривожності підлітків в умовах воєнного конфлікту. Метою стало емпіричне дослідження особливостей переживання тривожності підлітків в умовах воєнного конфлікту в Україні. Для аналізу особливостей тривожності у підлітків було застосовано «Шкали соціально-ситуаційної тривоги» Кондаша (1973) та «Шкала тривоги Спілбергера-Ханіна». Відповідно, було продіагностовано та виявлено особливості загальної, шкільної, самооцінної та міжособистісної тривожності, а також рівень реактивної та особистісної тривожності у підлітків.*

*У результаті проведеного емпіричного дослідження було виявлено, що найбільше у підлітків проявляється шкільна тривожність, у значній кількості підлітків виявлено завищений рівень загальної та самооцінної тривожності, і менш вираженою є міжособистісна тривожність. У значній кількості підлітків виявлено надмірно спокійний рівень загальної та міжособистісної тривожності, що також може бути негативним явищем і потребує додаткового дослідження психологів. Емпірично доведено, що у більшості українських підлітків спостерігається значне підвищення ситуативної тривожності, тоді як рівень особистісної тривожності залишається в цілому невисоким.*

*На основі проведеного дослідження було зроблено висновки про те, що проблема тривожності підлітків в умовах воєнного конфлікту в Україні є вкрай актуальною. Подальшою перспективою повинні стати науково достовірні дослідження, які б розкривали всі аспекти психологічних особливостей тривожності дітей підліткового віку в умовах воєнного конфлікту. Актуальним питанням є розробка теоретико-експериментальної та методичної бази для профілактики та корекції тривожності підлітків в умовах воєнного конфлікту*

**Ключові слова:** підлітковий вік, тривожність, особистісна тривожність, ситуативна тривожність, загальна тривожність, шкільна тривожність, самооцінна тривожність, міжособистісна тривожність.

### **Minenko Olga. Study of the Features of Adolescents' anxiety in Conditions of Military Conflict**

*The paper looks at the problem of psychological features of adolescents' anxiety in conditions of military conflict, which is topical for modern Ukrainian psychology. It was aimed at empirical study of the peculiarities of adolescents' anxiety in the conditions of the military conflict in Ukraine. To analyze the characteristics of anxiety in adolescents, O. Kondash Scale of Socio-Situational Anxiety (1973) and the Spielberger-Khanin Anxiety Scale were applied. Hence, there were diagnosed and identified the features of general, school, self-esteem and interpersonal anxiety, as well as the level of reactive and personal anxiety in adolescents. As a result of an empirical study, it was determined that most adolescents show school anxiety, while a significant number of adolescents showed an overestimated level of general and self-rated anxiety, and interpersonal anxiety is less pronounced. A certain number of adolescents demonstrate an extremely calm level of general and interpersonal anxiety, which can also be a negative phenomenon and requires additional research by psychologists. It has been empirically proven that most Ukrainian adolescents have a significant increase in situational anxiety, while the level of personal anxiety remains generally low. On the basis of the conducted study, it was concluded that the problem of anxiety in adolescents in the conditions of the military conflict in Ukraine is extremely relevant, since the growth of certain aspects of anxiety can lead to the formation of anxiety as a stable personality trait that detracts the development and formation of the entire personality of a teenager. Scientifically reliable studies that would reveal all aspects of the psychological characteristics of anxiety of adolescent children in conditions of military conflict are seen as prospects for further*

*research. A topical issue is the development of theoretical-experimental and methodological basis for the prevention and correction of anxiety in adolescents in conditions of military conflict*

**Key words:** *adolescence, anxiety, personal anxiety, situational anxiety, general anxiety, school anxiety, self-rating anxiety, interpersonal anxiety.*

### Вступ

Повномасштабна війна стала величезним випробуванням для українського народу, що негативним чином впливає на психічне здоров'я та благополуччя кожної людини. Під час воєнного конфлікту стрес та тривогу переживають усі члени українського суспільства, незалежно від того, чи є вони безпосередніми учасниками чи свідками бойових дій, чи переживають терористичні атаки в тилкових районах, чи дізнаються про жахливі події з засобів масової інформації. Постійне перебування у ситуації невизначеності провокує виникнення емоційного дисбалансу, страхів, тривожності.

Важливим є врахування вікової специфіки психоемоційного стану українського суспільства. У зазначеному контексті на особливу увагу заслуговує підлітковий етап розвитку, оскільки саме він є періодом становлення та фіксації стійких психічних властивостей особистості. На цьому етапі молода людина визначається з вибором свого місця в системі соціальних стосунків, шукає сенс життя, формує світогляд і життєву позицію.

Психологічні дослідження особливостей впливу воєнних конфліктів на психіку дітей підліткового віку доводять пролонгованість наслідків даних впливів. Як зазначають Joshi та O'Donnell, травматизуючі події, з якими зіштовхуються підлітки під час воєнних конфліктів, можна поділити на два типи: несподівані травматичні події та довготривалі несприятливі події. Обидва типи викликають у підлітків непродуктивні стратегії поведінки. Серед таких непродуктивних стратегій перш за все виділяють тривожні розлади, депресію, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), дисоціативні розлади (добровільна соціальна ізоляція, деперсоналізація, дереалізація, небажання розмовляти, кататонічний синдром), поведінкові розлади (зокрема агресія, асоціальна і злочинна поведінка, схильність до насильства). Також помічено, що підлітки, які пережили травматичні воєнні події, більш схильні до зловживання алкоголем і наркотичними засобами [1].

Д. Сміт (Smith 2001) звертає увагу на те, що ступінь впливу війни на психічне здоров'я дітей визначається наступними негативними чинниками: відсутність ресурсів для забезпечення базових потреб (вода, житло, їжа, права, освіта, охорона здоров'я тощо); розрив сімейних стосунків (переміщення, розлука, втрата); стигматизація і дискримінація (мають суттєвий вплив на ідентичність); песимістичний погляд на життя (постійне відчуття втрати та горя, нездатність уявити світле майбутнє) і нормалізація насильства [2].

К. Журба зазначає, що найбільшими стресорами для підлітків є: сирени, бомбардування та обстріли, навіть якщо вони далеко; паніка дорослих; різноманітні диверсійні дії і теракти; комендантська година та обмеження воєнного часу; руйнування житлових будинків; необхідність перебувати у бомбосховищах; інформація про масове насилля, полонених, тортури, втрати. Для дітей підліткового віку, які опинилися в окупації, такими стресорами є наслідки війни, масове насилля, виживання у надзвичайних ситуаціях, постійні загрози життю, втрата рідних, ризики, пов'язані з евакуацією, спогади [3].

Палько Т.В. та Травіна К.В. у своєму емпіричному дослідженні довели негативний вплив війни на психоемоційний стан підлітків в Україні. Зокрема, у 45% досліджених підлітків виявлено високий рівень ситуативної тривожності; 50% підлітків продемонстрували клінічно значущі симптоми депресії [4].

**Мета даної статті:** емпіричний аналіз психологічних особливостей тривожності підлітків в умовах воєнного конфлікту.

### Матеріали та метод

Для виявлення психологічних особливостей тривожності підлітків в умовах воєнного конфлікту нами разом з Траєвич Н. було проведено емпіричне дослідження. У дослідженні взяли участь 70 дітей підліткового віку (13–14 років). В якості психодіагностичного інструментарію було використано «Шкали соціально-ситуаційної тривоги» Кондаша (1973) та «Шкала тривоги Спілбергера-Ханіна».

### Результати

Для аналізу особливостей тривожності у підлітків нами було застосовано «Шкали соціально-ситуаційної тривоги» Кондаша (1973), яка дозволила виявити загальну, шкільну, самоцінну та міжособистісну тривожності. Результати опитування за окремими шкалами подано нижче.

Результати показників загальної тривожності за «Шкалою соціально-ситуаційної тривоги» Кондаша у групі підлітків виявились наступними. Нормальний рівень загальної тривожності виявлено у 29 підлітків, що становить 41% від загальної кількості досліджуваних. Трохи завищений рівень загальної тривожності виявлено у 15 підлітків, що становить 21% від загальної кількості досліджуваних. Високий рівень загальної тривожності виявлено у 6 підлітків, що становить 9% від загальної кількості досліджуваних. Дуже високий рівень загальної тривожності виявлено у 2 підлітків, що становить 3% від загальної кількості досліджуваних. Надмірно спокійний рівень виявлено у 18 підлітків, що становить 26% від загальної кількості досліджуваних.

**Результати дослідження** загальної тривожності представлено на рисунку 1.

Отримані дані за даною методикою дозволяють зробити висновки про те, що менше половини підлітків (41%) мають нормальний рівень загальної тривожності. При цьому приблизно така ж кількість підлітків (38%) мають трохи завищений, високий та дуже високий рівень загальної тривожності. Отже, можна зробити висновок про підвищення рівня загальної тривожності у значної кількості підлітків.

Звертає на себе увагу досить значна кількість підлітків (26%), які мають надмірно спокійний рівень загальної тривожності. Дане явище може свідчити або про ігнорування наявної ситуації життя, або про наявність механізму психологічного захисту. І те, і інше потребує уваги з боку психологів.



**Рис. 1.** Рівень загальної тривожності за методикою «Шкали соціально-ситуаційної тривоги» Кондаша

Наступним кроком нашого дослідження є аналіз рівня тривожності за методикою «Шкали соціально-ситуаційної тривоги» Кондаша за окремими шкалами.

Результати показників за шкалою шкільної тривожності у групі підлітків виявились наступними. Нормальний рівень шкільної тривожності виявлено у 33 підлітків, що становить 47% від загальної кількості досліджуваних. Трохи завищений рівень шкільної тривожності виявлено у 13 підлітків, що становить 19% від загальної кількості досліджуваних. Високий рівень шкільної тривожності виявлено у 12 підлітків, що становить 17% від загальної кількості досліджуваних. Дуже високий рівень шкільної тривожності виявлено у 5 підлітків, що становить 7% від загальної кількості досліджуваних. Надмірно спокійний рівень виявлено у 7 підлітків, що становить 10% від загальної кількості досліджуваних.

**Результати дослідження** за шкалою шкільної тривожності представлено на рисунку 2.

Отримані дані за даною шкалою дозволяють зробити висновки про те, що тільки половина підлітків (47%) мають нормальний рівень шкільної тривожності. При цьому приблизно така ж кількість підлітків (43%) мають трохи завищений, високий та дуже високий рівень шкільної тривожності. Отже, можна зробити висновок про підвищення рівня шкільної тривожності у значної кількості підлітків.

Кількість підлітків, які мають надмірно спокійний рівень за шкалою шкільної тривожності виявилась незначна – 10%. До цієї категорії, ймовірно, відносяться підлітки, які мають або дуже високі здібності та успішність у навчанні, або ті, які є неуспішними у навчанні і втратили через це зацікавленість в даному процесі, або учні з дуже низькою мотивацією щодо навчання.

Результати показників за шкалою самооцінної тривожності у групі підлітків виявились наступними. Нормальний рівень самооцінної тривожності виявлено у 33 підлітків, що становить 47% від загальної кількості досліджуваних. Трохи завищений рівень самооцінної тривожності виявлено у 9 підлітків, що становить 13% від загальної кількості досліджуваних. Високий рівень самооцінної тривожності виявлено у 9 підлітків, що становить 13% від загальної кількості досліджуваних. Дуже високий рівень самооцінної тривожності виявлено у 4 підлітків, що становить 6% від загальної кількості досліджуваних. Надмірно спокійний рівень виявлено у 15 підлітків, що становить 21% від загальної кількості досліджуваних.



**Рис. 2.** Рівень шкільної тривожності за методикою «Шкали соціально-ситуаційної тривоги» Кондаша

**Результати дослідження** за шкалою самооцінної тривожності представлено на рисунку 3.

Отримані дані за даною шкалою дозволяють зробити висновки про те, що тільки половина підлітків (47%) мають нормальний рівень самооцінної тривожності. При цьому приблизно третина підлітків (32%) мають трохи завищений, високий та дуже високий рівень самооцінної тривожності. Отже, можна зробити висновок про підвищення рівня самооцінної тривожності у значній кількості підлітків.

Звертає на себе увагу досить значна кількість підлітків (21%), які мають надмірно спокійний рівень самооцінної тривожності. Дане явище є досить негативним, оскільки може свідчити або про ігнорування значущості процесу самоідентифікації, формування Я-концепції, або про наявність механізму психологічного захисту в процесі самооцінки і самоусвідомлення. І те, і інше потребує значної уваги з боку психологів, оскільки саме підлітковий вік є значущим для формування вищезначених структур особистості підлітка.

Результати показників за шкалою міжособистісної тривожності у групі підлітків виявились наступними. Нормальний рівень міжособистісної тривожності виявлено у 35 підлітків, що становить 50% від загальної кількості досліджуваних. Трохи завищений рівень міжособистісної тривожності виявлено у 5 підлітків, що становить 7% від загальної кількості досліджуваних. Високий рівень міжособистісної тривожності виявлено у 10 підлітків, що становить 14% від загальної кількості досліджуваних. Дуже високий рівень міжособистісної тривожності виявлено у 3 підлітків, що становить 4% від загальної кількості досліджуваних. Надмірно спокійний рівень виявлено у 17 підлітків, що становить 25% від загальної кількості досліджуваних.

**Результати дослідження** за шкалою міжособистісної тривожності представлено на рисунку 4.

Отримані дані за даною шкалою дозволяють зробити висновки про те, що тільки половина підлітків (50%) мають нормальний рівень міжособистісної тривожності. При цьому чверть підлітків (25%) мають трохи завищений, високий та дуже високий рівень міжособистісної тривожності. Отже, можна зробити висновок про підвищення рівня міжособистісної тривожності у чверті досліджених підлітків.

Звертає на себе увагу досить значна кількість підлітків (25%), які мають надмірно спокійний рівень міжособистісної тривожності. Дане явище є досить негативним для даної категорії,



**Рис. 3. Рівень самооцінної тривожності за методикою «Шкали соціально-ситуаційної тривоги» Кондаша**



**Рис. 4. Рівень міжособистісної тривожності за методикою «Шкали соціально-ситуаційної тривоги» Кондаша**

оскільки саме міжособистісні стосунки у вигляді інтимно-особистісного спілкування з однолітками в цьому віці є провідною діяльністю. І тому можливе ігнорування або психологічний захист в даній сфері може досить негативно вплинути на подальше формування особистості цих підлітків.

Узагальнення результатів психологічного діагностування за методикою «Шкали соціально-ситуаційної тривоги» Кондаша дозволили зробити наступні висновки:

- нормальний рівень тривожності за всіма шкалами виявлено тільки у половини підлітків;
- значна кількість підлітків (від 43% до 25% залежно від шкали) мають трохи завищений, високий та дуже високий рівень тривожності;
- у підлітків більш вираженою є шкільна тривожність, а найменш вираженою – міжособистісна тривожність;
- значна кількість підлітків (від 26% до 10% залежно від шкали) мають надмірно спокійний рівень тривожності, що може свідчити або про ігнорування наявної ситуації життя, або про наявність механізму психологічного захисту.

Для дослідження рівня особистісної та ситуаційної тривожності підлітків в умовах воєнного конфлікту нами було використано «Шкалу тривоги Спілбергера-Ханіна».

Результати показників особистісної тривожності за «Шкалою тривоги Спілбергера-Ханіна» у групі досліджених підлітків виявились наступними. Низький рівень особистісної тривожності виявлено у 18 підлітків, що становить 26% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень особистісної тривожності виявлено у 32 підлітків, що становить 46% від загальної кількості досліджуваних. Високий рівень особистісної тривожності виявлено у 20 підлітків, що становить 28% від загальної кількості досліджуваних.

**Результати дослідження** за шкалою особистісної тривожності представлено на рисунку 5.

Отримані дані щодо особистісної тривожності підлітків дозволяють зробити висновки про те, що приблизно чверть підлітків (28%) мають високий рівень особистісної тривожності. В цілому, дані показники є позитивним явищем, оскільки свідчать про незначну кількість підлітків з високим рівнем особистісної тривожності, але ці підлітки потребують уваги з боку психологів, батьків, педагогів.



**Рис. 5. Рівень особистісної тривожності за методикою «Шкала тривоги Спілбергера-Ханіна»**

Результати показників ситуативної тривожності за «Шкалою тривоги Спілбергера-Ханіна» у групі досліджених підлітків виявились наступними. Низький рівень ситуативної тривожності виявлено у 12 підлітків, що становить 17% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень ситуативної тривожності виявлено у 18 підлітків, що становить 26% від загальної кількості досліджуваних. Високий рівень ситуативної тривожності виявлено у 40 підлітків, що становить 57% від загальної кількості досліджуваних.

**Результати дослідження** за шкалою ситуативної тривожності представлено на рисунку 6.

Отримані дані щодо ситуативної тривожності підлітків дозволяють зробити висновки про те, що значна кількість підлітків (57%) мають високий рівень ситуативної тривожності. Дані



**Рис. 6. Рівень ситуативної тривожності за методикою «Шкала тривоги Спілбергера-Ханіна»**

показники є досить негативним явищем, оскільки свідчать про значне зростання ситуативної тривожності у підлітків.

Узагальнення результатів психологічного діагностування за методикою «Шкала тривоги Спілбергера-Ханіна» дозволили зробити наступні висновки:

– високий рівень особистісної тривожності виявлено у чверті підлітків, що свідчить про незначну сформованість у підлітків тривожності в якості риси особистості в умовах воєнного конфлікту, але і підлітки потребують особливої уваги;

– у значній кількості підлітків виявлено високий рівень ситуативної тривожності;

– кількість підлітків з високим рівнем ситуативної тривожності вдвічі більше кількості підлітків з високим рівнем особистісної тривожності (відповідно 57% і 28%), що свідчить про те, що тривожність як риса особистості не сформувалась у більшості підлітків в умовах воєнного конфлікту, але висока тривожність як стан притаманна більшості підлітків в цих умовах. Дане явище є негативним, оскільки при несприятливих обставинах (подальше продовження чи ескалація воєнного конфлікту, різка зміна образу життя підлітка, проблеми в міжособистісних стосунках тощо) ситуативна тривожність може перерости в тривожність як рису особистості.

Отже, проведене емпіричне дослідження особливостей тривожності підлітків в умовах воєнного конфлікту дає можливість зробити висновки про зростання тривожності у значній кількості підлітків.

### Висновки

Проведене нами дослідження дає можливість зробити висновок про те, що в умовах воєнного конфлікту значно підвищується тривожність підлітків, що є негативним явищем не тільки для психоемоційного благополуччя, а й для розвитку і формуванні особистості підлітків. Тому подальшою перспективою наших досліджень є науково-емпіричне та методологічне забезпечення розробки програм, спрямованих на профілактику та корекцію тривожності підлітків в умовах воєнного конфлікту.

### Література:

1. Joshi P., O'Donnell D. Consequences of child exposure to war and terrorism. *Clinical Child and Family Psychology Review*. 2003. 6(4). P.279–291.
2. Smith D. Children in the heat of war. *APA Monitor*, 2001. 32(8). P. 29
3. Журба К.О. Війна як чинник впливу на смисложиттєву сферу сучасних підлітків. *Нова педагогічна думка*, 2022. № 2 (110). С. 105–109.
4. Палько Т.В., Травіна К.В. Вплив війни на психоемоційний стан підлітків. *Перспективи та інновації науки. Серія «Психологія»*. 2024. Вип. № 8(42) С. 832–844.