

ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДИТИНИ ЯК МОЖЛИВА ПЕРЕДУМОВА ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА В УМОВАХ ВІЙНИ

Шиловська О.М. Забезпечення психологічного здоров'я дитини як можлива передумова особистісного розвитку молодшого школяра в умовах війни.

Анотація. Стаття присвячена дослідженню особливостей прояву психологічного здоров'я у дітей молодшого шкільного віку. Особлива увага надається дослідженню рівня розвитку у дитини здатності до самостійного прийняття рішень та здатності переборювати стресові ситуації, як необхідних умов забезпечення психологічного здоров'я дитини в кризових умовах.

Виокремлено стратегії розв'язання складних життєвих ситуацій дітьми молодшого шкільного віку, а також рівні готовності дитини до прийняття рішень. Також досліджено стилі реагування дітей на стресові або кризові ситуації. Означено, що 11% дітей молодшого шкільного віку схильні брати на себе відповідальність за прийняття рішень, що безпосередньо пов'язано із соціальним оточенням дитини, зокрема з батьками.

Встановлено, що окрім впливу соціального оточення, на розвиток здатності дитини брати на себе відповідальність за прийняття рішення впливають психологічні особливості дитини, зокрема, рівень тривожності. Рівень тривожності також безпосередньо пов'язаний з психологічним благополуччям молодшого школяра.

Визначено, за період військових дій на 11,6% збільшилася категорія дітей, які є групою ризику, оскільки будь-яка сфера діяльності у дитини пов'язана зі страхом, тривогою, неможливістю самостійно вирішити ситуацію, нездатністю переборювати стресові ситуації та життєві труднощі без шкоди для здоров'я, та на 15,1% збільшилася категорія дітей, які також можуть відчувати стан тривоги в будь-якій ситуації і, як правило, розраховують на допомогу з боку дорослого. Окреслено подальші перспективи дослідження.

Ключові слова: психологічне здоров'я, здатність приймати на себе відповідальність за прийняття рішень, стійкість дитини до стресових ситуацій, рівень тривожності.

Shilovska O.M. Ensuring the psychological health of the child as a possible prerequisite for the personal development of a younger schoolchild in the conditions of war.

Abstract. *The article is devoted to the study of the features of the manifestation of psychological health in children of primary school age. Particular attention is paid to the study of the level of development of the child's ability to make decisions independently and the ability to overcome stressful situations, as necessary conditions for ensuring the psychological health of the child in crisis conditions.*

The strategies of solving difficult life situations by children of primary school age, as well as the levels of the child's readiness to make decisions, are allocated. The styles of children's response to stressful or crisis situations are also studied. It is determined that 15% of children of primary school age tend to take responsibility for decision-making, which is directly related to the social environment of the child, especially with parents.

It has been established that in addition to the influence of the social environment, the development of the child's ability to take responsibility for decision-making is influenced by the psychological characteristics of the child, in particular, the level of anxiety. The level of anxiety is also directly related to the psychological well-being of the younger student.

It is determined that during the period of hostilities, the category of children who are at risk has increased by 11.6%, since any area of activity in a child is associated with fear, anxiety, inability to resolve the situation on their own, inability to overcome stressful situations and life difficulties without harm to health, and the category of children who can also experience anxiety in any situation has increased by 15.1% and, as a rule, (a) To the extent permitted by the provisions of this Convention, the Secretary-General shall ensure that the Secretary-General of the Council of Europe is not obliged to Further prospects for the study are outlined.

Key words: *psychological health, ability to take responsibility for decision-making, child's resistance to stressful situations, anxiety level.*

Вступ

В період молодшого шкільного віку відбуваються психологічні зміни, які відкривають широкі можливості для особистісного розвитку дитини. Зокрема, дитина стає активним суб'єктом, що пізнає власну особистість, оточуючий світ, особливості взаємин з оточуючими, набуваючи при цьому власного досвіду проживання і переживання життєвих подій. Саме на даному віковому етапі у дитини починає формуватися рефлексія, що забезпечує розвиток усвідомленого ставлення дитини до власного «Я», відкриває можливості для усвідомлення подій, що відбуваються в житті молодшого школяра та закладає основи для побудови власної «Я-концепції». Також у дитини молодшого шкільного віку починає формуватися самототожність як характеристика особистісного досвіду. Однак, як свідчать результати попередніх досліджень, формування самототожності

Актуальні проблеми психології: Т.2 Психологічна герменевтика може гальмуватися за рахунок залежності дитини від зовнішніх впливів. [2]

Переживання дітьми даного віку військових дій, що тривають на території нашої держави, може мати значний вплив не лише на психологічний стан дитини, але й на її подальший особистісний розвиток. Зокрема, дитина відчуває страх перед небезпекою, яка її оточує. Невизначеність та загрози можуть впливати на появу тривоги та відчуття безпорадності у молодшого школяра. Війна знищує звичність та стабільність у житті, саме тому дитина може втратити почуття безпеки, навіть тоді, коли її фізичним потребам нічого не загрожує. Крім того, травматичні події, які переживає дитина можуть мати довгостроковий вплив на її психіку, що може проявлятися у посттравматичному стресовому розладі та інших психічних розладах.

Проживання дитини в умовах війни може також вплинути і на когнітивний розвиток молодшого школяра, змінюючи сприйняття світу, пізнавальні інтереси та здатність до навчання. Діти можуть стати свідками руйнувань та змін у своєму оточенні, що вимагатиме від них адаптації до нових умов та реалій. Така адаптація вимагає від дитини розвитку навичок стресостійкості та резильєнтності, набуття досвіду вирішення труднощів в стресових та кризових ситуаціях.

Саме тому забезпечення психологічного здоров'я молодшого школяра як однієї з важливих умов успішного особистісного розвитку дитини набуває особливої **актуальності**.

Мету нашого дослідження ми вбачаємо у визначенні рівня розвитку в дитини здатності до самостійного прийняття рішень та здатності переборювати стресові ситуації, як необхідних умов забезпечення психологічного здоров'я дитини в кризових умовах.

Предмет дослідження рівень розвитку у дитини здатності до самостійного прийняття рішень, визначення стратегій виходу молодшого школяра із складних життєвих ситуацій.

Завдання роботи:

1. Дослідити рівень розвитку у молодшого школяра здатності до самостійного прийняття рішень.
2. Емпірично визначити наявні стратегії виходу дитини із складних життєвих ситуацій.
3. Дослідити динаміку рівня тривожності дитини як однієї з умов забезпечення психологічного здоров'я дитини.

Методи дослідження: теоретичний аналіз сучасних першоджерел з теми дослідження, емпіричні методи дослідження.

Методи та результати

В психологічній літературі до індивідуально-особистісних факторів, що зумовлюють психологічне здоров'я дитини належать

Актуальні проблеми психології: Т.2 Психологічна герменевтика особливості темпераменту; рівень тривожності; рівень самооцінки тощо. [3] Разом з тим, при описі того, як проявляється психологічне здоров'я, в психологічних дослідженнях виокремлюють таку важливу якість людини як стійкість до стресу. Особистість, яка здатна переборювати життєві стресові ситуації без суттєвої шкоди для здоров'я, здатна в ситуації стресу функціонувати більш активно, створюючи альтернативні умови діяльності та не переживаючи при цьому стан апатії. Не менш важливим аспектом в забезпеченні психологічного здоров'я є стан гармонії дитини, який передбачає рівновагу між фізичною, емоційною, інтелектуальною та комунікативною складовими власного «Я». Гармонія не передбачає статичного стану у стосунках між дитиною та оточуючим світом, радше це постійні зміни і розвиток, які в молодшому шкільному віці найчастіше залежать від соціуму і особливо від найближчого оточення дитини.

Психологічне здоров'я – це також відкритість переживанням, яке передбачає усвідомлення своїх думок і почуттів, здатність приймати свої почуття і думки як основу для вибору поведінки в різних життєвих ситуаціях, відсутність схильності до вироблення психологічних механізмів захисту, які гальмують особистісний розвиток і здатність до усвідомлення і осмислення подій, що відбуваються в житті людини, а також емоційних переживань дитини, які вона відчуває. Психологічно здорова людина, насамперед, приймає себе і оточуючих. Значення прийняття оточуючих очевидно для всіх, а от прийняття самого себе для багатьох виявляється проблемою. Однак саме впевненість у собі, усвідомлення власної самоцінності лежить в основі гармонійних відношень людини з іншими людьми. Крім того, важливою якістю психологічно здорової людини є здатність брати на себе відповідальність за своє життя. [3]

На наш погляд, наявність у молодшого школяра перерахованих якостей або ж тенденція до розвитку цих якостей, що знову ж таки багато в чому зумовлюється соціумом.

Досліджуючи особливості реагування дитини на стресові ситуації, ми використовували в своїй роботі притчі, як тексти, що створені культурою і в яких зафіксовано соціокультурні норми, а також різні варіанти особистісного розвитку, які схвалені та прийняті суспільством.

В своїх дослідженнях ми вже неодноразово використовували притчі, що зумовлено тим, що вони допомагають вчитися за допомогою певних моделей, разом з тим відкриваючи можливість по-різному інтерпретувати зміст історії, події, що описуються в притчі, в також та зіставляти цей зміст з власною життєвою ситуацією. В даному дослідженні робота з притчею була

Актуальні проблеми психології: Т.2 Психологічна герменевтика спрямована на виявлення стратегій, які молодший школяр може використовувати при вирішенні власних проблем, які виникають в різних життєвих ситуаціях. Дітям було запропоновано закінчити притчу, описуючи власне вирішення складної життєвої ситуації.

В процесі інтерпретації дитячих розповідей, було виокремлено кілька стратегій розв'язання складних життєвих ситуацій:

- для досягнення мети використовуються маніпулятивні тактики;
- складні життєві ситуації вирішуються з допомогою оточення;
- життєва ситуація вирішується активними діями, уникаючи довгих роздумів;
- дитина сподівається, що ситуація вирішиться сама по собі і перечікує, проявляючи пасивність;
- впевненість в тому, що необхідно докласти власні зусилля для вирішення складної життєвої ситуації;
- дитина намагається вирішити складну ситуацію, сподіваючись на схвалення та підтримку близького оточення;

Зауважимо, що означені стратегії перегукуються зі стратегіями, що були виокремлені в дослідженнях, які проводилися раніше. [1]

Рухаючись за логікою дослідження, що проводилося до військових дій на території України, на наступному етапі ми поставили за мету визначити, чи переносить дитина шаблони вирішення життєвих ситуацій, які вона засвоює у соціумі, на розв'язання своїх життєвих проблем. Дітям було запропоновано коротко описати або розповісти про найскладнішу ситуацію, яка трапилася у їхньому житті і показати, яким чином описана ситуація була вирішена і як приймалося рішення щодо вирішення складної ситуації. Зауважимо, що вирішення складних життєвих ситуацій у молодших школярів найчастіше відповідає стратегії, що були описані при продовженні притчі. Ми припускаємо, що ці стратегії молодші школярі копіюють, спостерігаючи за своїм близьким соціальним оточенням. Нашу думку підтверджує той факт, що дитина молодшого шкільного віку далеко не завжди готова до прийняття певного рішення самостійно, без участі та впливу дорослого. Рівні готовності дитини до прийняття рішень, виокремлені в процесі дослідження:

- неготовність молодшого школяра до самостійного прийняття рішень, як наслідок психологічних особливостей дитини і суттєвої залежності від дорослих;
- відмова від самостійного прийняття рішення, дитина покладається виключно на дорослих;
- уявне малювання можливих перешкод і труднощів, що можуть виникнути і, як наслідок, невіра в те, що щось можна змінити;
- при прийнятті рішення дитина розраховує на підтримку друзів;

➤ дитина намагається самостійно приймати рішення.

За результатами дослідження лише 11% дітей молодшого шкільного віку схильні брати на себе відповідальність за прийняття рішень, що наразі на 4% нижче, ніж було виявлено в дослідженні, що проводилося до війни. Розвиток даної здатності безпосередньо пов'язаний із соціальним оточенням дитини, зокрема з батьками. Ми припускаємо, що відмова приймати рішення самостійно в сучасних умовах може бути пов'язано також із рівнем тривожності дитини.

Зокрема, за наявності підвищеного рівня тривожності, переживання дитиною стану тривоги з приводу будь-якої ситуації призводить до орієнтації на думку дорослих і неможливості приймати рішення без сторонньої допомоги. Такий стан дитини часто підтримується і батьками, які впевнені у тому, що у молодшого школяра не достатньо досвіду та можливостей для прийняття власних рішень.

Несуттєва тривожність є нормальною реакцією дитини на будь-яку незнайому ситуацію, однак, якщо вона не є занадто вираженою, то змушує дитину діяти у даній ситуації, приймати певні рішення для її розв'язання. Крім того, рівень тривожності дітей часто пов'язаний із особливостями спілкування з батьками, або ж їхнім стилем реагування на життєві ситуації.

Молодші школярі, батьки яких схильні драматизувати будь-яку ситуацію, нагнітати страх, копіюють поведінку батьків. Іноді, побоюючись за дитину, батьки свідомо виховують її в дусі надмірної тривожності, недовіри до соціуму тощо. Батьки, які надають можливість дитині самостійно приймати рішення, які розуміють і приймають те, що дитина не завжди орієнтується на їхню думку, відкривають для молодшого школяра можливість самостійно приймати життєві рішення і навчають дитину нести за них відповідальність.

Проаналізуємо результати, отримані в процесі дослідження, спрямованого на виявлення рівня тривожності дитини. Узагальнені результати дослідження, що були проведені до війни та в період військових дій на території України подані в таблиці.

Таблиця 1

Рівень тривожності молодших школярів

	До початку військових дій	В період військових дій
надто високий рівень тривожності	17,9%	29,5%
суттєво підвищений рівень	19,7%	34,8%

Актуальні проблеми психології: Т.2 Психологічна герменевтика

тривожності		
несуттєво підвищений рівень тривожності	32,8%	16,8%
нормальний рівень тривожності	29,6%	18,9%

Отримані в процесі дослідження результати дають підстави для наступних висновків:

- ✓ за період військових дій на 11,6% збільшилася категорія дітей, які є групою ризику, оскільки будь-яка сфера діяльності у дитини пов'язана зі страхом, тривогою, неможливістю самостійно вирішити ситуацію, нездатністю переборювати стресові ситуації та життєві труднощі без шкоди для здоров'я;
- ✓ на 15,1% збільшилася категорія дітей, які також можуть відчувати стан тривоги в будь-якій ситуації і, як правило, розраховують на допомогу з боку дорослого;
- ✓ на 10,7% зменшилася кількість молодших школярів, що мають рівень тривожності, який необхідний для адаптації та продуктивної діяльності.

Дослідницькою компанією Gradus Research навесні 2023 року було проведено опитування, за даними якого, 75% від усіх батьків, які взяли участь в опитуванні, стверджують, що їхні діти демонструють ті чи інші ознаки психотравматизації. Зокрема, швидке та безпричинне коливання настрою від гарного до поганого – спостерігається у 45% дітей, підвищений рівень тривожності – у 41% дітей. Варто зауважити, що рівень тривожності дитини початкової школи безпосередньо залежить від психологічного стану батьків, особливо матері, з якою діти проводять більше часу і є дуже чутливими до її емоційного стану. [4]

Підтвердження результатів нашого дослідження щодо впливу емоційного стану батьків на рівень тривожності у молодших школярів ми знаходимо у дослідженні Фелікса-Себастьяна Коха, Джонні Людвігссон і Аннелі Сєпа. Дослідниками були опитані батьки дітей, які мали вік 1, 2, 5 та 8 років. Батьків запитували, чи пережили вони складну життєву подію, наприклад, смерть родича, розлучення, втрату роботи, важку хворобу, насильство, з кожним новим опитуванням постійно розширюючи контрольний список запитань. В даному дослідженні нас цікавлять діти 8 років. Зокрема, як стверджують дослідники, у восьмирічних дітей, чиї батьки пережили серйозні життєві події, підвищився рівень кортизолу, тоді як у дітей, чиї батьки не зазнавали подій, що можуть викликати стрес, навпаки, рівень кортизолу знизився. Однак, якщо батьки тривалий час перебувають у стресовому стані,

діти молодшого шкільного віку можуть бути більш вразливими до переживань стресу за межами сім'ї. [5]

З метою дослідження впливу рівня тривожності дитини на здатність молодшого школяра брати на себе відповідальність за прийняття рішень та схильністю дитини до певних стратегій розв'язання дитиною складних життєвих ситуацій нами була проведена процедура кореляційного аналізу із застосуванням коефіцієнта кореляції Пірсона.

У результаті проведеного аналізу було встановлено пряму залежність між показником «надто високим рівнем тривожності» та неготовністю молодшого школяра самостійно приймати рішення (коефіцієнт кореляції 0,48), вирішенням життєвих ситуацій за допомогою оточення (коефіцієнт кореляції 0,49) та пасивністю дитини і сподіваннями що ситуація вирішиться сама по собі (0,46). Таким чином, високий рівень тривожності дитини повністю закриває простір для розвитку здатності дитини молодшого шкільного віку брати на себе відповідальність за прийняття будь-яких, навіть незначних, рішень, а при вирішенні складних ситуацій вона або сподівається виключно на оточення або ж уникає вирішення. Як вже було зазначено, при наявності високого рівня тривожності у молодшого школяра будь-яка діяльність у молодшого школяра пов'язана зі страхом, тривогою, нездатністю переборювати стресові ситуації та життєві труднощі без шкоди для здоров'я. Досить складно за даних умов говорити про психологічне здоров'я дитини. Радше ці діти є групою ризику, яка потребує підвищеної уваги і допомоги з боку фахівців.

Пряму залежність було також встановлено між «суттєво підвищеним рівнем тривожності» та уявним малюванням можливих перешкод і труднощів, що можуть виникнути і невіри в те, що щось можна змінити (КК 0,52), прийняттям рішення виключно за допомогою дорослих (КК 0,46), а також неготовністю до самостійного прийняття рішень (КК 0,49). За наявності у молодшого школяра підвищеного рівня тривожності дитина може відчувати тривогу з приводу будь-якої ситуації. Вона може несвідомо посилювати цей стан тривоги, уявляючи собі додаткові труднощі, негаразди, перешкоди і будучи впевненою в тому, що ситуацію змінити неможливо. Часто такий стан дитини може посилюватися батьками, які також можуть проявляти підвищену тривогу, демонструють свій тривожний стан дитині, намагаючись при цьому захистити її від можливих складностей. Це призводить до залежності від дорослих і неможливості хоча б щось вирішувати самостійно. Зрозуміло, що в такій ситуації необхідна одночасна робота з дитиною і батьками.

В процесі дослідження пряма залежність встановлена між показником «несуттєво підвищений рівень тривожності» та намаганням дитини самостійно приймати рішення (КК 0,51), а також застосуванням дитиною активних дій при вирішенні складних життєвих ситуацій (КК 0,48)

Отримані результати свідчать про те, що несуттєва тривожність є нормальною реакцією дитини на будь-яку незнайому ситуацію, однак, якщо вона не є занадто вираженою, то змушує дитину діяти у даній ситуації, приймати певні рішення для її розв'язання. Крім того, дитина не боїться самостійно приймати рішення. Навпаки несуттєва тривожність ніби сигналізує дитині, що цей стан не є природним і необхідно шукати вихід із ситуації, яка тебе не задовольняє.

Ще одним суттєвим чинником, який, на нашу думку, впливає на психологічне здоров'я дитини та її особистісний розвиток є стійкість молодшого школяра до стресу, тобто здатність переборювати стресові ситуації та життєві труднощі, що в сучасних умовах набуває особливої актуальності.

Аналізуючи дитячі розповіді, ми спробували узагальнити і виокремити стилі реагування дітей на стресові або кризові ситуації:

- кризова ситуація є наслідком війни, тому змінити на даний час нічого не можливо;
- очікування допомоги від найближчого оточення;
- кризова ситуація не впливає суттєво на життєдіяльність, тому змінювати щось немає сенсу;
- активні дії, спрямовані на вихід із кризової ситуації;
- пасивні дії в кризовій ситуації, що допомагають вижити;
- дитина не усвідомлює або ж не сприймає кризову ситуацію, намагаючись від неї відсторонитися;
- кризова ситуація вирішиться, коли в країні буде мир.

І наостанок звернемо увагу на розвиток вміння молодшого школяра приймати власну особистість, що, на наш погляд, є однією з важливих передумов розвитку психологічно здорової дитини. За результатами дослідження лише 32% дітей молодшого шкільного віку схильні до самоприйняття, яке, на наш погляд, є однією з передумов гармонійно розвиненої особистості. Разом з тим, порівняно з довоєнним періодом, показник прийняття молодшим школярем власної особистості знизився на 6%, що може бути наслідком різних причин, зокрема, переживання дитиною кризових ситуацій. Однак, дане припущення потребує більш поглибленого дослідження.

Висновок

В процесі дослідження були виокремлені стратегії розв'язання складних життєвих ситуацій. Зауважимо, що означені

Актуальні проблеми психології: Т.2 Психологічна герменевтика стратегії перегукуються зі стратегіями, що були виокремлені в дослідженнях, які проводилися до початку військових дій на території нашої держави. Однак є певні розбіжності при виявленні стилей реагування дітей на стресові або кризові ситуації. Зокрема, з'явилися такі стилі як: кризова ситуація є наслідком війни, тому змінити на даний час нічого не можливо; пасивні дії в кризовій ситуації, що допомагають вижити; дитина не усвідомлює або ж не сприймає кризову ситуацію, намагаючись від неї відсторонитися; кризова ситуація вирішиться, коли в країні буде мир.

Були також досліджені рівні готовності дитини до прийняття рішень, виокремлені в процесі дослідження. Лише 11% дітей молодшого шкільного віку схильні брати на себе відповідальність за прийняття рішень, що наразі на 4% нижче, ніж було виявлено в дослідженні, що проводилося до війни. Відмова приймати рішення самостійно в сучасних умовах може бути пов'язана із рівнем тривожності дитини. За період військових дій на 11,6% збільшилася категорія дітей, які є групою ризику і має суттєво підвищений рівень тривожності, а на 10,7% зменшилася кількість молодших школярів, що мають рівень тривожності, який необхідний для адаптації дитини в різних життєвих ситуаціях.

Література

1. Психологія саморозвитку особистості: збірник наукових праць [Електронний документ] / за ред.. Н.В. Чепелевої, Я.Ф. Андрєєвої. Чернівці – Київ, 2016. 284 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/704781/4/maket73.pdf> (дата звернення: 26.08.2023)
2. Самопроектування особистості у дискурсивному просторі: монографія / Н.В.Чепелева, М.Л.Смульсон, О.В.Зазимко, С.Ю.Гуцол [та ін.] ; за ред. Н.В. Чепелевої. К.: Педагогічна думка, 2016. 232 с.
3. Тихонова М.І. Фактори ризику порушення психологічного здоров'я учнів початкової школи. URL: <http://vuzlib.com/content/view/926/94/> (дата звернення: 27.08.2023)
4. Як війна змінила життя українських дітей - опитування Gradus. URL: <https://gradus.app/uk/open-reports/iak-zminilosia-zhittia-ukrayinskikh-ditei-pid-chas-viini/> (дата звернення: 25.08.2023)
5. Koch Felix-Sebastian, Ludvigsson Johnny, Anneli Sepa (2010). Parents' psychological stress over time may affect children's cortisol at age 8. *Journal of Pediatric Psychology*. 9(35). 2010. p. 950–959. URL: <http://dx.doi.org/10.1093/jpepsy/jsp132> (дата звернення: 26.08.2023)

References

1. Chepeleva N.V., & Andreeva Ya.F. (Eds.) (2016). *Psykhologhiia samorozvytku osobystosti [Psychology of personality self-development]*. Chernivtsi – Kyiv. 284. Retrived from : <https://lib.iitta.gov.ua/704781/4/maket73.pdf> [in Ukrainian].
2. Chepeleva, N. V. , Smulson, M. L., Rudnytska, S. Yu., Zazymko, O. V., Zaretska, O. O., Shylovska, O. M., ... & Gudinova, I. L. (2016) *Samoproektuvannya osobystosti u dyskursyvnomu prostori : monohrafiya – Self-designing of personality in discursive space : monograph* (N. V. Chepeleva, Ed.). Kyiv: Pedahohichna dumka, 232. Retrieved from: <http://lib.iitta.gov.ua/704560/> [in Ukrainian].
3. Tykhonova M.I. (2015, 02 jan) Faktory ryzyku porushennia psykhologichnoho zdorovia uchniv pochatkovoї shkoly [Risk factors of psychological health disorders of primary school students]. *vuzlib.com*. Retrived from : <http://vuzlib.com/content/view/926/94/> [in Ukrainian].
4. Gradus Research company (2022, may) *Iak viina zminyla zhyttia ukrainskykh ditei [How the war changed the lives of Ukrainian children]*. Autor. Retrived from : <https://gradus.app/uk/open-reports/iak-zminilosia-zhittia-ukrayinskikh-ditei-pid-chas-viini/> [in Ukrainian].
5. Koch Felix-Sebastian, Ludvigsson Johnny, & Anneli Sepa (2010). Parents' psychological stress over time may affect children's cortisol at age 8. *Journal of Pediatric Psychology*. 9(35), 950–959. <http://dx.doi.org/10.1093/jpepsy/jsp132>

Актуальні проблеми психології. Т.2. 2023. Вип. 14.

Actual problems of psychology: coll. science. G.S. Kostyuk Institute of Psychology, National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Volume II., Issue 14,2023.

ISSN 2072-4772