

ВОРОНОВА Валентина

кандидат педагогічних наук, професор,
 професор кафедри психології і педагогіки,
 Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
<https://orcid.org/0000-0002-5072-4184>
 e-mail: professor.voronova@gmail.com

КОВАЛЬЧУК Вікторія

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
 доцент кафедри психології і педагогіки,
 Національний університет фізичного виховання і спорту України
<https://orcid.org/0000-0002-7969-3959>
 e-mail: kovalchuk.v.i@ukr.net

ВЕЛЬКО Катерина
 Крюківщинський ліцей «Лідер»
<https://orcid.org/0009-0007-6403-6845>
 e-mail: katerynavelko@gmail.com

ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

З огляду на низку факторів (криза підліткового віку, фізіологічні особливості організму, вплив соціального оточення, вибір референтного зразку для уподобання та ін.) підлітковий період особистісного становлення потребує значної уваги та вивчення. На сьогодні до всіх тих факторів, які зазвичай викликають підвищене емоційне реагування в підлітковому віці і пов'язаних з перебуванням в школі: погані результати навчання/екзаменів, висловлювання вчителів або однокласників з цього питання, їх насмішки, додалися значно інтенсивніші за впливом об'єктивні чинники, з якими підліток не може впоратися самостійно – життя в умовах воєнного стану. Деструктивний вплив на психіку українців всіх вікових категорій пов'язаний з довготривалістю воєнних дій (більше 3-ох років) і проявляється у вигляді депресій, тривожних розладів, формуванні посттравматичного стресового синдрому, зниженні працездатності та відсутності інтересу до професійного розвитку та зростання. Поява таких негативних станів зокрема у підлітків є дуже тривожним симптомом, що вказує на необхідність вивчення цього питання більш глибоко та нагальну необхідність термінового визначення шляхів боротьби з такими деструктивними впливами. Метою даного дослідження було вивчення переживання та особливостей прояву психоемоційного стану учнів підліткового віку в умовах війни в Україні. Дослідження показало, що в умовах воєнного стану більшість підлітків проявляють нестабільність емоційного стану. Аналіз результатів проективного тесту показав, що для багатьох учнів зараз ключовими емоціями є тривожність та невпевненість через усвідомлення обмеженого контролю над життям. Виявлені особливості психоемоційних переживань впливають і на інші вагомні особистісні властивості дітей підліткового віку, зокрема у них спостерігається тенденція до низького рівня домагань, що може свідчити про зміну пріоритетів та відсутність віри на успішне та благополучне майбутнє під час перебування в умовах нестабільності та під впливом стресу. Результати дослідження підкреслюють важливість врахування емоційного стану учнів у процесі навчання та необхідність створення підтримуючого освітнього середовища.

Ключові слова: підлітки, психоемоційний стан, тривожність, рівень домагань, стресори.

[https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).117](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).117)

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Підлітковий вік має дуже важливе значення в процесі формування особистості людини. Отримавши на початок періоду молодшого підліткового віку певний особистісний досвід дитина поступово починає наполегливо відстоювати власну точку зору, яка часто не співпадає з батьківською, активніше шукає друзів та підтримки поза родинним колом, підпадаючи

під небажані впливи, що призводить до появи кризи підліткового віку. Для підлітка характерним в цей період є розвиток навичок, спрямованих на вивчення власної особистості – самопізнання та самосприйняття, самоаналіз та самооцінка, що слугують підґрунтям для формування морально-ціннісної системи, життєвих стереотипів [1].

В деяких дослідженнях стверджується, що основною причиною специфічної реакції підлітків на гострі ситуації є захист, що має всеохоплюючий характер, тобто впливає на

емоційну, фізіологічну, поведінкову, когнітивну та соціальну сфери [2]. Серед різних чинників, що викликають підвищене емоційне реагування в підлітковому віці виділяють перш за все ті, які пов'язані з навчанням в закладі загальної середньої освіти (далі – ЗЗСО): погані результати навчання або екзаменів, висловлювання вчителів або однокласників з цього питання можуть слугувати причиною виникнення навіть депресивних станів. Невірний висновок та самооцінка на фоні таких негараздів безумовно вплине на відносини з однолітками, родиною, що вказує на необхідність врахування вразливості особистості підлітків та дослідження широкого спектру стресових факторів, характерних саме для підліткового віку, а також їх тип та специфічні прояви [2]. Проте не вплив емоційного інтелекту та стійкості до стресу здійснюють визначальний безпосередній вплив на атмосферу шкільного клімату, задоволеність життям та успішність навчання підлітків, а глибина особистісних зрушень, їх відображення на соціальному оточенні та час виходу із стресових ситуацій [3]. Саме тому вивчення особливостей психоемоційного стану учнів підліткового віку в умовах війни в Україні потребує додаткової уваги для збереження емоційного балансу в умовах підвищеного стресу через становище в нашій країні. Високий рівень тривожності може негативно впливати на навчальний процес, створюючи труднощі в соціалізації та ускладнюючи виконання як життєвих, так і учнівських завдань.

2. ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Серед найбільш впливових на особистість та поведінку дитини підліткового віку називають два фактори – побудова системи відносин з родиною та з однолітками, яка формується протягом всього підліткового періоду [4]. Порушення рівноваги таких стосунків призводить до проявів девіантної поведінки, спричинити яку може низька успішність підлітка, що викликає відповідну реакцію емоційного неприйняття його в групі. Неприятливий психоемоційний фон взаємовідносин стає підґрунтям не тільки для подальших відхилень в поведінці підлітка, але і створює несприятливий психологічний клімат в класі. Саме роботу з класом

пропонується використовувати для корекції девіантної поведінки підлітків, де робота буде проводитися в напрямі корегування психологічного клімату групи і таким чином створювати для підлітка новий емоційний досвід [4].

Не можна залишати поза увагою ще один дуже важливий аспект формування особистості та впливу на поведінку підлітка, а саме характер взаємовідносин і психологічну атмосферу в сім'ї [5]. Про позитивний психологічний клімат в родинному колі свідчить наявність емоційної близькості та доброзичливості в родині, відчуття захищеності та повага до думки іншого, можливість бути почутим, відповідальність у відносинах і взаєморозуміння, бажання проводити вільний час разом [5].

Соціальні та економічні умови вважаються впливовими чинниками зміни стану та поведінки підлітків, що особливо актуальним стало в нинішніх умовах війни в Україні. На жаль погіршення умов вільного перебування в звичному оточенні, постійна напруга через тривогу і виття сирен, турбота за життя і здоров'я рідних і близьких, постійне порушення норм сну та інше можуть мати фатальні наслідки (адиктивна поведінка, агресія, суїцидальні дії), та призвести до кризи сенсів життя, яка виникає та посилюється через невизначеність майбутнього, відсутність віри в покращення становища, почуття безпорадності та провини через неможливість виправити існуючий стан речей [6].

Деструктивний вплив на психіку українців пов'язаний з довготривалістю перебування в умовах воєнних дій в країні, які продовжуються більше 3 років, коли не видно їх закінчення, і проявляється у вигляді депресій, тривожних розладів, формуванні посттравматичного стресового синдрому, зниженні працездатності та відсутності інтересу до професійного розвитку та зростання [7].

Цікаву особливість впливу військових дій на соціально-психологічний стан дітей та підлітків встановили ізраїльські вчені, де загроза війни існує постійно, вже впродовж довгих років. Так вплив невизначеності умов знаходження суспільства, перевага в ньому військового устрою, випадки нелюдської поведінки впливають на психосоціальний розвиток дітей підліткового віку, здатність

любити, піклуватися або відчувати солідарність. За таких умов воєнного стану у дорослих підвищується рівень стресу, а в результаті знижується їх здатність надавати необхідну підтримку дітям, що викликає у останніх зниження успішності та бажання навчатися [8].

Різноманітність та множина переживань, які стають постійними супутниками життя дітей в воєнний період (нервовість, стривоженість, дратівливість, пригніченість, істерика, боязнь гучних звуків, вийти на вулицю або спілкуватися, втрата інтересу до ігор та навчання тощо) були поєднані науковцями та об'єднані в групи посттравматичних стресових реакцій: інтрузивні спогади, які виникають довільно, самі по собі в зображеннях, снах, думках, запахах чи звуках; уникнення як розмов про ті травмуючі події чи спогади, які мали місце в житті дитини, та і всього того, що могло б про них нагадати; фізіологічна збудливість, перебування в постійній перенапрузі, під впливом негативних емоційних станів [8]. Небезпека таких впливів полягає в їх лонгітудному впливі на все подальше життя дитини і вдома, і в ЗЗСО [9].

Негативні зміни мікро- та макро-середовища в країні, де ведуться бойові дії змінюють соціальний рівень сім'ї, ролі в сімейній системі, напрями та зміст діяльності та відносин членів родини, доступність спілкування [7, 10, 11, 12]. Науковці виявили зміни в поведінці дітей підліткового віку, як особистісної реакції на події в країні, що воює, а саме підвищену агресію, нестриманість у стосунках, значна імпульсивність поведінки. Як свідчать дослідження особливої уваги в цьому сенсі потребує молодь 12 – 18 рр. через порушення сну та харчування, підвищення рівня та невибіркової агресивності, бажання помститися, уникання контактів, появу депресії тощо.

Значна роль щодо допомоги в такий важкий період підліткам, разом з сім'єю, відводиться шкільному колективу, де така робота буде успішною тільки за умови спільного бажання для вчителів та учнів [12].

3. ВИДІЛЕННЯ НЕВИРІШЕНИХ РАНІШЕ ЧАСТИН ЗАГАЛЬНОЇ ПРОБЛЕМИ, КОТРИМ ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ ОЗНАЧЕНА СТАТТЯ

Аналіз останніх наукових даних з питання, яке розглядається свідчать, що події в нашій країні значно впливають на самопочуття підлітків. Тому нагальним питанням є вивчення всіх стресогенних факторів впливу, визначення особливо вразливого віку учнів, факторів, від яких страждає їх психоемоційна сфера, взаємозв'язок з соціальним середовищем їх життєдіяльності, навчання та взаємовідносини в класі, їх подальше особистісне формування і психічне здоров'я.

4. ФОРМУВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Метою даного дослідження було вивчення переживання та особливостей прояву психоемоційного стану учнів підліткового віку в умовах війни в Україні.

В процесі дослідження аналізувалася науково-методична література, визначалися психологічні складові особистості школярів підліткового віку [13, 14, 15, 16]: рівень тривожності (за А. Кастанеда, В. Р. Маккандалесс, Д. С. Палермо); моторна проба визначення рівня домагань (за Й. Шварцландером); рівень адаптації до критичних життєвих ситуацій, внутрішніх переживань учнів, їх особистісні резерви і здатності долати складні життєві ситуації (проективна методика «Людина під дощем Романової О. В. і Ситько Т. І.), методи математичної статистики. Вибір проективної методики пояснюється її можливістю неусвідомлювано відображати учнями свої внутрішні сподівання, почуття і реакції на впливи зовнішніх об'єктів або ситуацій. Школярі отримали можливість висловити свої думки, фантазії, асоціації і почуття через невизначені стимули (суб'єктивні зображення на малюнку, як інтерпретація певних завдань), тобто можливість вільно висловити свої думки, переживання та уявлення і таким чином встановити більш глибинні, невидимі сторони особистості учнів. При організації та проведенні дослідження дотримувалися основних положень «Правил етичних принципів проведення наукових досліджень за участю людини», затверджених Гельсінською декларацією.

Констатувальне дослідження проводилося на базі Крюківщинського ліцею «Лідер» Вишневої міської ради Бучанського району Київської області за участю учнів 8

класу (9 хлопців і 9 дівчат); 9 класу (8 хлопців і 8 дівчат).

5. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБҐРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

З метою діагностики психологічного стану учнів під час особливо гострих стресових ситуацій (приховані емоційні переживання та реакції, рівень тривожності) використано проєктивну методику «Людина під дощем», яка висвітлює особливості реагування підлітків на стрес та рівень стресостійкості, їх здатність до саморегуляції, наявність адаптаційних ресурсів для подолання труднощів, ставлення до власного психоемоційного стану та реакцію на зовнішні стресори (табл.1). Зазначена проєктивна методика допомагає розкрити глибинні емоційні переживання, оскільки малюнок у дощових умовах символізує життєві труднощі або стресові ситуації, а те, як підліток зображує людину під дощем, відображає його ставлення до власного психоемоційного стану та реакцію на зовнішні фактори стресу.

Дослідження показало, що в умовах воєнного стану більшість підлітків проявляють нестабільність емоційного стану. Аналіз малюнків виявив кілька основних тенденцій:

1. Розташування фігури на малюнку: багато учнів зображають фігуру людини в нижній частині аркуша, що вказує на переживання тиску з боку зовнішніх обставин та обмеження відчуття безпеки і, на наш погляд, є свідченням вразливості перед неконтрольованими стресовими факторами;

2. Наявність парасольки або інших захисних елементів: учні, які зобразили фігуру під парасолькою або в захисному одязі, демонструють певний рівень готовності до самозахисту від стресових факторів, як свідчення про наявність внутрішніх ресурсів або підтримки з боку дорослих (відсутність таких елементів вказує на відчуття беззахисності та страху перед обставинами);

3. Емоційний вираз обличчя: сумне або напружене обличчя у малюнках учнів може свідчити про переживання ними занепокоєння, страху або пригніченості. В

нашому випадку усміхнені або нейтральні обличчя зустрічаються рідше, але вказують на наявність певного рівня емоційної стабільності;

4. Деталі малюнка: велика кількість додаткових деталей (темні хмари, блискавки, сильний дощ) свідчить про підвищену тривожність у деяких учнів. Спрощених малюнків з мінімумом деталей, що відображають відстороненість або уникнення важких емоцій, не виявлено.

На сьогодні воєнний стан в країні додав незвичні стресори для підлітків – відчуття небезпеки, страх за близьких, порушення стабільності повсякденного життя та емоційне навантаження від навчання он-лайн. Мабуть саме тому аналіз малюнків показав, що для багатьох учнів зараз ключовими емоціями є тривожність та невпевненість через усвідомлення обмеженого контролю над життям.

Відповідно до отриманих результатів можна говорити про різні способи прояву емоційного стану та рівнів тривожності в кожному класі, зокрема (табл.1).

Учні 8 класів частіше розташовували зображення фігури в нижній частині аркуша, що вказує на емоційне напруження та нестабільність; 60% малювали парасольки, що трактується як символ захисту від зовнішніх факторів стресу.

Більшість учнів 9 класів розташовували зображення фігури ближче до центру аркуша, що згідно з інтерпретацією результатів тесту, свідчить про стабільніший емоційний стан; 50% з них також використовували символи захисту; проте тут серед учнів виявлено найвищий відсоток, які розташовували намальовану фігуру у верхній частині аркуша, що пояснюється більшим контролем над обставинами та станом спокою.

Виявлене використання при виконанні тесту символів захисту значною частиною підлітків, свідчить про задіяння адаптаційних ресурсів, як можливого прояву здатності самостійно долати стресові ситуації. Водночас, звертає на себе увагу відсоток учнів з ознаками підвищеної емоційної вразливості, що визначає необхідні напрями роботи шкільних психологів і вчителів.

Таблиця 1

Результати визначення стану учнів під впливом стресових ситуацій («Людина під дощем» за Романовою О. В. і Ситько Т. І.)

Клас	Розташування фігури	Наявність парасольки (%)	Вираз обличчя (сумний/нейтральний/усміхнений)	Наявність додаткових стресорів (%)
8-Б	Нижня частина	60%	70% 20%/10%	65%
8-Д	Центр	55%	65%/25%/10%	60%
9-Б	Центр	50%	60%/30%/10%	55%
9-Д	Верхня частина	48%	55%/35%/10%	50%

Водночас, результати дослідження самооцінки рівня тривожності у підлітків за методикою А. Кастанеда, В. Маккандалесс, Д. Палермо свідчать, що більшість учнів оцінюють його як помірний рівень

тривожності, (табл.2, рис.1), що може свідчити про адаптаційну реакцію підлітків на навчальне навантаження в умовах підвищеного стресу.

Таблиця 2

Рівень тривожності учнів

Клас	Низький рівень тривожності (%)	Помірний рівень тривожності (%)	Високий рівень тривожності (%)
8-Б	15%	70%	15%
8-Д	10%	75%	15%
9-Б	12%	68%	20%
9-Д	8%	72%	20%

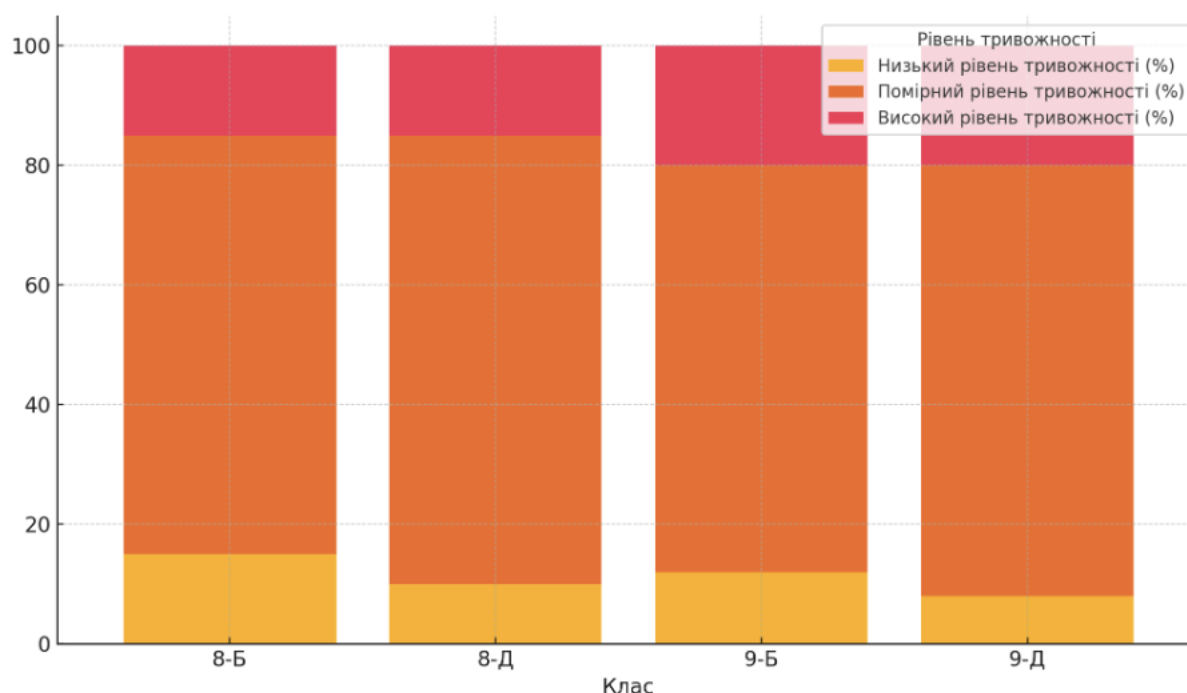


Рис.1. Рівень тривожності учнів по класах (за А. Кастанеда, В. Маккандалесс, Д. Палермо)

Хоча даний рівень емоційного напруження не виходить за межі норми, для окремих учнів він може поглиблюватися через зовнішні фактори, характерні для воєнного стану. Низький рівень тривожності, наявний у приблизно третини учнів, може свідчити про стабільність емоційного стану і впевненість, які дозволяють легше долати виклики навчання. Водночас, у кожному класі

є невеликий відсоток учнів із високим рівнем тривожності, що може потребувати додаткової уваги з боку психологів і педагогів для надання підтримки в адаптації.

Однак, для забезпечення емоційного комфорту та стабільності важливо, щоб педагоги надавали учням підтримку в адаптаційних процесах. Приблизно третина учнів має низький рівень тривожності, що

може бути ознакою стабільного емоційного стану та впевненості у виконанні завдань навчального процесу. Учні з низьким рівнем тривожності краще адаптуються до завдань, зокрема в умовах стресу і, ймовірно, мають більш ефективні копінг-стратегії, що дозволяють їм краще долати виклики. Такий рівень тривожності сприяє впевненості у собі та забезпечує стабільність у навчальній діяльності.

Разом із цим, у кожному класі є невелика частка учнів із високим рівнем тривожності,

що вимагає додаткової уваги та допомоги. Вищезазначені психоемоційні переживання впливають і на інші вагомні особистісні властивості дітей підліткового віку, зокрема у них спостерігається тенденція до низького рівня домагань (табл. 3), що може свідчити про зміну пріоритетів та відсутність віри на успішне та благополучне майбутнє під час перебування в умовах нестабільності та під впливом стресу.

Таблиця 3

Показники рівня домагань в учнів 8-9 класів

Клас	Високий рівень домагань (%)	Помірний рівень домагань (%)	Низький рівень домагань (%)	Дуже низький рівень домагань (%)	Дуже високий рівень домагань (%)
9-Д	6	11	50	33	0
9-Б	0	6	47	47	0
8-Д	10	20	30	30	10
8-Б	10	15	25	50	0

Виявлені показники рівня домагань мають загальну тенденцію до низьких значень, що може свідчити про зниження або відсутність мотивації досягати високих цілей за стресових умов сьогодення. На готовність ставити перед собою легші цілі більшості учнів вказує виявлений низький або дуже низький рівень домагань.

Виявлені нами показники такого рівня домагань вказують на бажання школярів реалізовувати легші цілі, тобто прагнення підсвідомо формувати власні очікування, з метою уникнення ризику розчарувань, відсутність мотивації досягати високих цілей у стресових умовах. Це, у свою чергу, може бути показником того, що підлітки підсвідомо адаптують свої очікування, вибираючи прості шляхи для досягнення мети.

Врахування низького рівня домагань може вказувати на необхідність адаптації методів викладання з урахуванням психологічного стану учнів, оскільки в умовах воєнного стану навчання для підлітків перестає бути пріоритетною сферою, і це слід враховувати при розробці підходів до навчального процесу учнів такого віку.

Аналіз даних випробовуваних вказав на можливість поділити їх на кілька груп:

1. Підлітки з високим рівнем домагань, які демонструють сильну цілеспрямованість, але можуть переживати значний стрес у разі невдачі;

2. Підлітки із середнім рівнем домагань, які є найбільш адаптованими до змінних умов і зазвичай зберігають спокій у складних ситуаціях;

3. Підлітки з низьким рівнем домагань, які можуть мати проблеми з мотивацією та схильність до уникання викликів.

Низький рівень домагань може вказувати на захисний механізм, що активується в умовах впливу стресорів воєнного стану, визначатися як адаптивна реакція на складні зовнішні обставини, коли підлітки намагаються уникати високих ризиків і розчарувань, свідомо чи підсвідомо знижують свої амбіції, щоб уникнути надмірного тиску і забезпечити емоційну стабільність.

6. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

Результати дослідження показують, що більшість учнів мають адаптивний рівень тривожності, однак певна частина школярів потребує додаткової уваги для збереження емоційного балансу в умовах підвищеного стресу через воєнне становище в країні. Високий рівень тривожності може негативно впливати на навчальний процес, створюючи труднощі в соціалізації та ускладнюючи виконання завдань. Учні з підвищеною тривожністю можуть потребувати додаткової

психологічної підтримки, особливо в умовах дії тривалих стресорів. Результати методики «Людина під дощем» свідчать про використання значною частиною учнів захисних символів, що можна трактувати як наявність адаптаційних ресурсів, які, однак, повинні бути посилені за допомогою психологічної підтримки. Порівняння рівня тривожності та рівня домагань дозволяє краще зрозуміти індивідуальні потреби учнів і вказує на необхідність адаптації педагогічних методів для зниження емоційного навантаження.

Результати дослідження підкреслюють важливість врахування емоційного стану

учнів у процесі навчання та необхідність створення підтримуючого освітнього середовища. Зниження рівня тривожності та підвищення мотивації є ключовими факторами для забезпечення їхнього психологічного благополуччя та успішної адаптації у школі, особливо в умовах воєнного стану.

Перспективи подальших досліджень – визначення психологічних технологій корекції тривожних станів школярів, залежно від індивідуально-типологічних особливостей їх особистості, віку та статі.

Література

1. Бойко А.Т. Вплив психологічного клімату сім'ї на психічне здоров'я дитини. *Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі*. 2017. С. 204–206.
2. Величенко Л., Тимофєєва Т. Дослідження особливостей самопізнання та самосприйняття учнів підліткового віку. *Сучасна психологія: проблеми та перспективи* : зб. наук. праць за мат. Всеукр. наук.-практ. конф. «Сучасна психологія: проблеми і перспективи». Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2022. С. 27–32.
3. Воронова В.І., Ковальчук В.І., Велько К.А. Особливості психологічного стану учнів, як складових психологічного клімату в класі в умовах війни. *Наук. час. Укр. держ. ун-ту імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2025. № 2(187). С. 62–69. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.02\(187\).12](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.02(187).12).
4. Дмитрієва С.М., Король Л.М., Максимець С.М., Бутузова Л.П., Дубравська Н.М., Мачушник О.Л., Сидоренко Н.І. Особистість: практичні засади вивчення : навч.-метод. пос. Житомир, 2011. 378 с.
5. Дослідження рівня домагань. *Персонал*. 2005. № 8. С. 82–83.
6. Ісаченко В. Оптимізація соціально-психологічного клімату в умовах війни. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2023. № 2 (11). С. 50–57.
7. Кастанеда А., Маккандалесс В.Р., Палермо Д.С. Методика визначення рівня шкільної тривожності у підлітків. *Методики вивчення повсякденного стресу і способів розв'язання кризових життєвих ситуацій* / За ред. Т.М. Титаренко. Київ : Міленіум, 2009. С. 82–83.
8. Ладика М. Вплив умов бойових дій на психологічний клімат сім'ї. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/5_2022/9.pdf
9. Лифенко О.К. Формування сприятливого морально-психологічного клімату в колективі закладу загальної середньої освіти. *Інтеграція науки та практики управління в умовах соціокультурних трансформацій*: зб. мат.в Міжнар. наук.-практ. конф., 25 травня 2023 р., м. Полтава. Полтава : ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2023. С. 357–360.
10. Мельник А., Магдисюк Л., Ключко Л. Вплив успішності та емоційно-психологічного клімату на девіантну поведінку підлітка. *Психологія: реальність і перспективи*. 2020. № 14. С. 160–165.
11. Мороз Д.Д. Вплив стресових ситуацій на емоційний стан підлітків в процесі навчання: дипл. робота. Київ : Національний авіаційний університет, 2024. 51 с.
12. Сміт П., Дирегров А., Юле В. Діти та війна. Навчання технік зіплення. Для дітей віком від 8 до 18 років / пер. з англ. О. Антонішин ; наук. ред. К. Явна. Львів : Гал. вид-ча спілка, 2022. 108 с.
13. Шамлян К., Кліманська М. Проективні методи дослідження особистості : підр. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2014. 466 с.
14. Щербата О.А. Психологічні механізми формування девіантної поведінки у підлітковому віці. *The XIX International Scientific and Practical Conference «Modern problems in science»*, May 17–20, 2022, Vancouver, Canada. С. 748–751.
15. Izaguirre L.A., Rodríguez-Fernández A., Fernández-Zabala A. Perceived academic performance explained by school climate, positive psychological variables and life satisfaction. *British Journal of Educational Psychology*. 2023. Vol. 93, № 1. С. 318–332.
16. Shamai M., Kimhi S. Exposure to threat of war and terror, political attitudes, stress, and life satisfaction among teenagers in Israel. *Journal of Adolescence*. 2006. Vol. 29, № 2. С. 165–176.

References

1. Boyko, A.T. (2017). Vplyv psykhologichnoho klimatu sim'i na psykhichne zdorov'ia dytyny [The influence of the psychological climate of the family on the mental health of the child]. *Psychological and pedagogical features of personality development in the educational space*. Pp. 204–206. [In Ukrainian].

2. Velichtenko, L. & Timofeeva, T. (2022). Doslidzhennia osoblyvostei samopiznannia ta samospryiniattia uchniv pidlitkovoho viku [Research on the characteristics of self-knowledge and self-perception of adolescent students]. *Modern psychology: problems and prospects: collection of scientific papers on mathematics. All-Ukrainian scientific-practical conference «Modern psychology: problems and prospects»*. Izmail: RVV IDGU. Pp. 27–32. [In Ukrainian].
3. Voronova, V.I., Kovalchuk, V.I. & Vel'ko, K.A. (2025). Osoblyvosti psykholohichnoho stanu uchniv, yak skladovykh psykholohichnoho klimatu v klasi v umovakh viiny [Peculiarities of the psychological state of students as components of the psychological climate in the classroom during wartime]. *Scientific Journal of the Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov. Series 15*. 2025. No. 2(187). P. 62–69. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.02\(187\).12](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.02(187).12). [In Ukrainian].
4. Dmitrieva, S.M., Korol, L.M., Maksymets, S.M., Butuzova, L.P., Dubravskaya, N.M., Machushnyk, O.L. & Sydorenko, N.I. (2011). Osobystist: praktychni zasady vyvchennia [Personality: practical principles of study] : educational-methodical. village. Zhytomyr. 378 p. [In Ukrainian].
5. Doslidzhennia rivnia domahan [Research on the level of harassment]. *Personnel*. 2005. No. 8. P. 82–83. [In Ukrainian].
6. Isachenko, V. (2023). Optymizatsiia sotsialno-psykholohichnoho klimatu v umovakh viiny [Optimization of the socio-psychological climate in war conditions]. *Social Work and Social Education*. № 2 (11). Pp. 50–57. [In Ukrainian].
7. Castaneda, A., McCandless, V.R. & Palermo, D.S. (2009). Metodyka vyznachennia rivnia shkilnoi tryvozhnosti u pidlitkiv [Methodology for determining the level of school anxiety in adolescents]. *Methods of studying everyday stress and ways to resolve crisis life situations* / Edited by T.M. Tytarenko. Kyiv: Millennium, 2009. Pp. 82–83. [In Ukrainian].
8. Ladyka, M. (2023). Vplyv umov boiovykh dii na psykholohichni klimat sim'i [The impact of combat conditions on the psychological climate of the family]. *Scientific Notes of the V.I. Vernadsky TNU. Series: Psychology*. URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/5_2022/9.pdf [In Ukrainian].
9. Lyfenko, O.K. (2023). Formuvannia spryiatlyvoho moralno-psykholohichnoho klimatu v kolektyvi zakladu zahalnoi serednoi osvity [Formation of a favorable moral and psychological climate in the staff of a secondary education institution]. *Integration of science and practice of management in conditions of socio-cultural transformations: collection of materials of the International Scientific-Practical Conference, May 25, 2023, Poltava*. Poltava: Publishing House «LNU named after Taras Shevchenko». Pp. 357–360. [In Ukrainian].
10. Melnyk, A., Magdysiuik, L. & Klyuyko, L. (2020). Vplyv uspishnosti ta emotsiino-psykholohichnoho klimatu na deviantnu povedinku pidlitka [The influence of academic performance and emotional and psychological climate on deviant behavior of adolescents]. *Psychology: Reality and Prospects*. № 14. Pp. 160–165. [In Ukrainian].
11. Moroz, D.D. (2024). Vplyv stresovykh sytuatsii na emotsiyni stan pidlitkiv v protsesi navchannia [The impact of stressful situations on the emotional state of adolescents during the learning process] : diploma thesis. Kyiv: National Aviation University. 51 p. [In Ukrainian].
12. Smith, P., Dyregrove, A. & Yule, V. (2022). Dity ta viina. Navchannia tekhnik ztsilennia. Dlia ditei vikom vid 8 do 18 rokiv [Children and War. Teaching Healing Techniques. For children aged 8 to 18] / trans. from English. O. Antonyshyn; scientific editor K. Yavna. Lviv: Gal. vid-cha spilka. 108 p. [In Ukrainian].
13. Shamlyan, K. & Klimanska, M. (2014). Proektyvni metody doslidzhennia osobystosti [Projective methods of personality research] : ed. Lviv: Ivan Franko National University of Lviv. 466 p. [In Ukrainian].
14. Shcherbata, O.A. (2022). Psykholohichni mekhanizmy formuvannia deviantnoi povedinky u pidlitkovomu vitsi [Psychological mechanisms of the formation of deviant behavior in adolescence]. *The XIX International Scientific and Practical Conference «Modern problems in science»*, May 17–20, Vancouver, Canada. Pp. 748–751. [In Ukrainian].
15. Izaguirre, L.A., Rodríguez-Fernández, A. & Fernández-Zabala, A. (2023). Perceived academic performance explained by school climate, positive psychological variables and life satisfaction. *British Journal of Educational Psychology*. Vol. 93, № 1. Pp. 318–332. [In Ukrainian].
16. Shamaï, M. & Kimhi, S. (2006). Exposure to threat of war and terror, political attitudes, stress, and life satisfaction among teenagers in Israel. *Journal of Adolescence*. Vol. 29, № 2. Pp. 165–176. [In Ukrainian].

Abstract

VORONOVA Valentyna, KOVALCHUK Victoria

National University of Ukraine on Physical Education and Sport

VELKO Kateryna

Kryukivshchyna Lyceum "Leader"

PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF TEENAGE STUDENTS IN CONDITIONS OF WAR IN UKRAINE

Given a number of factors (crisis adolescence, physiological characteristics of the body, the influence of the social environment, the choice of a reference sample for liking, etc.) the adolescent period of personal formation requires significant attention and study. Today, to all those factors that usually cause increased emotional response in adolescence and are associated with being at school: poor academic results/exams, statements by teachers or classmates on this issue, their ridicule, much more intense objective factors have been added that a teenager cannot cope with on their own - life under martial law. The destructive impact on the psyche of Ukrainians of all age categories is associated with the long duration of military operations (more than 3 years) and manifests itself in the form of depression, anxiety disorders, the formation of post-traumatic stress syndrome, reduced working capacity and lack of interest in professional development and growth. The appearance of such negative states, particularly in adolescents, is a very alarming symptom, indicating

the need to study this issue more deeply and the urgent need to urgently determine ways to combat such destructive influences. The purpose of this study was to study the experiences and features of the manifestation of the psycho-emotional state of adolescent students in conditions of war in Ukraine. The study showed that in conditions of martial law, most adolescents exhibit instability of their emotional state. Analysis of the results of the projective test showed that for many students, anxiety and uncertainty are now the key emotions due to the awareness of limited control over life. The identified features of psycho-emotional experiences also affect other significant personal properties of adolescent children, in particular, they have a tendency to a low level of aspirations, which may indicate a change in priorities and a lack of faith in a successful and prosperous future while being in conditions of instability and under the influence of stress. The results of the study emphasize the importance of taking into account the emotional state of students in the learning process and the need to create a supportive educational environment.

Key words: *adolescents, psycho-emotional state, anxiety, level of harassment, stressors.*

Стаття надійшла до редакції 12.02.2025 р.