

**О. М. Басенко**

аспірантка  
Докторська школа імені Юхименків  
Національного університету «Києво-Могилянська академія»

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СТРЕСУ ТА ЖИТТЄСТІЙКОСТІ У ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ

*У статті на основі аналізу даних теоретичних та емпіричних досліджень розглянуто психологічні особливості прояву стресу та життєстійкості у дітей і підлітків в умовах воєнного конфлікту. Наведено емпіричні дані щодо психосоціального стану дітей і підлітків, що мешкають у зоні проведення збройних операцій на Сході України. Проаналізовано концепцію стресу та розвитку життєстійкості з позиції підходу резилієнс і моделі соціальної екології.*

*Інтенсивність впливу екстремальних умов воєнного конфлікту та гострота отриманого стресу є настільки потужними, що реакція індивіда здебільшого постає у вигляді травматичного стресу і психологічної травми. Ситуація воєнного конфлікту зумовлює специфічну ситуацію: вплив психотравматичних факторів інтенсивно зростає, ускладнюється, є тривалим. Ефект звичайних стресових факторів посилюється дією додаткових потужних стресорів і психосоціальних проблем, що часто спричиняє ре-віктимізацію і призводить до гострої психологічної травми; дітям і підліткам ще важко свідомити суть стресової події, оскільки внаслідок певних вікових особливостей – недостатньої фізіологічної, соціальної та психологічної зрілості – вони орієнтуються на сприйняття ситуації значимими дорослими та більше запам'ятовують власні відчуття ситуації.*

*Особливий погляд на вивчення проблем переживання стресу, психологічного відновлення та життєстійкості пропонує сучасний підхід резилієнс. На противагу традиційному підходу, орієнтованому на травму й ураженість, підхід резилієнс наголошує на важливості внутрішнього потенціалу особистості й зовнішніх чинників у розвитку життєстійкості та іманентній для особистості здатності до активізації індивідуальних психічних ресурсів і психологічного відновлення, зокрема в особливо критичних умовах воєнного конфлікту. Згідно з підходом резилієнс і відповідно до моделі соціальної екології слід говорити про умови та результати адаптації та відновлення в осіб, які зазнали стресового, психотравматичного впливу та про розвиток життєстійкості у поєднанні характеристик особистісного розвитку та контексту перебування.*

**Ключові слова:** стрес, життєстійкість, діти та підлітки, воєнний конфлікт, психологічне відновлення й адаптація, психологічна травма, підхід резилієнс, модель соціальної екології.

**Постановка проблеми.** Воєнний конфлікт на Сході України та затяжна соціально-політична криза в країні негативно позначаються на різних рівнях функціонування людини: фізичному, соціальному і психологічному. Вочевидь, діти й підлітки відчувають цей вплив чи не найбільше, адже саме у цьому віці психіка людини зазнає істотних внутрішніх трансформацій і є особливо вразливою. За умов надзвичайної ситуації, якою і є війна, критичний процес внутрішніх особистісних перетворень ускладнюється й обтяжується психологічним травмуванням і хронічним стресовим станом.

Тема воєнного конфлікту та її зв'язок із проблематикою психоемоційного розвитку та психічного здоров'я особистості є достатньо новою для України. Наявні вітчизняні праці у цій сфері присвячено теоретичному огляду й емпіричному дослідженню окремих аспектів психологічного стану дітей і підлітків, що перебувають у зоні бойових дій на Сході України, на тимчасово оку-

пованих територіях, є внутрішньо переміщеними особами (Н. Бастун, О. Залеська, Н. Бочкор, Є. Дубровська, О. Панченко, А. Кабанцева, М. Маркова, Н. Макаренко, Ю. Удовенко) та вивченню впливу програм психологічної підтримки (С. Богданов, В. Чернобровкін, В. Чернобровкіна, В. Панок, Н. Пророк, С. Гончаренко). У західних джерелах сьогодні можна знайти значну кількість праць у сфері вивчення життєстійкості та психосоціальної допомоги дітям, постраждалим внаслідок воєнних конфліктів, однак все ще актуальною є потреба у дослідженні специфіки стресового стану та розвитку життєстійкості дітей і підлітків саме в умовах різних соціально-культурних контекстів воєнних конфліктів (W. Tol, T. Betancourt, M. Euwema, M. Wessels, J. Cohen, D. Karadzhev).

У зв'язку з цим важливо розглянути психологічні особливості прояву стресового стану та життєстійкості у дітей і підлітків в умовах проведення збройних операцій та, зокрема, в умовах воєнного конфлікту на Сході України.

**Мета статті** – теоретично обґрунтувати та виокремити психологічні особливості прояву стресу та життєстійкості у дітей і підлітків в умовах воєнного конфлікту.

**Виклад основного матеріалу.** Дитячий і підлітковий вік є періодом стрімкого зростання, величезного потенціалу та, з іншого боку, значних ризиків, коли потужний вплив справляють зовнішні фактори. З одного боку, психіка людини в цей період є вразливою, з іншого – має величезні можливості розвитку та формування нових здібностей [7; 32].

Важливе значення внутрішнього потенціалу особистості та зовнішніх чинників лежить в основі сучасного підходу резилієнс, на відміну від поширеного донедавна підходу, орієнтованого на травму й ураженість [13]. Підхід резилієнс дозволяє змістити акцент з негативного впливу стресової ситуації та травмування на психічний потенціал і спроможність індивіда впоратися з дією стресора і вийти з позитивними наслідками для здоров'я. З цієї позиції маємо можливість стверджувати про іманентну для особистості здатність до активізації індивідуальних психічних ресурсів і психологічного відновлення, зокрема в особливо критичних умовах. За даними сучасних досліджень, за таких умов значення індивідуальних відмінностей у реагуванні на стресор зменшується, але навіть у цих випадках гострий стрес виникає далеко не у кожного [7].

Основу концептуалізації базового поняття стрес заклали свого часу наукові праці Г. Сельє, Б. Голдстоуна, Р. Лазаруса, С. Фолкмана, С. Фобаролла, Б. Доренвенда. За Г. Сельє, стрес – це не просто нервово напруження, а неспецифічна реакція організму на будь-яку зміну умов, що вимагає пристосування і відновлення нормального стану. Вплив стресу виявляється не стільки в його наявності, скільки в мірі інтенсивності та якості. Р. Лазарус і С. Фолкман розглядали стрес вже у поєднанні з властивістю опанувати його, як комплекс адаптаційних реакцій, що проявляється на різних рівнях: фізіологічному, психологічному і поведінковому. Стрес виявляється саме як реакція на особливості взаємодії особистості та середовища перебування. В умовах фізіологічного стресу реакції є високостерейотипні, тоді як психологічного – індивідуальні й не завжди передбачувані. У переживанні стресової ситуації саме психологічні реакції як непередбачувані, на відміну від фізіологічних, є найбільш чутливим індикатором стресу. Інтенсивність і гострота психологічних реакцій залежать від індивідуальних особливостей особи, яка переживає стрес, і зовнішніх умов; відповідно, характер стресової ситуації визначається мірою розбіжності між зовнішніми вимогами та тими потенціями, якими володіє суб'єкт [7; 16].

У нашій роботі ми зосередимося саме на психологічних реакціях особи під час стресу й особливостях адаптаційного процесу в стресовій ситуації та, спираючись на наявну концептуалізацію поняття стресу, розглядатимемо психологічний стрес як стан психічного напруження, що є індивідуальною реакцією людини на дію чинників, загрозливих для її взаємин із середовищем і відчуття внутрішнього психологічного комфорту.

Щодо поняття психологічної стійкості до стресу, або ж життєстійкості, аналіз наявних досліджень виявляє недостатню його розробленість як у теоретико-методологічному, так і в практичному аспектах. В україномовній науковій літературі нині немає усталеного загально визнаного розуміння цього поняття, і на його позначення вживаються різні конструкти: стресостійкість, життєстійкість, життєздатність, психологічна пружність, стійкість до травми, психологічна стійкість до стресу, резильєнтність (від англійського *resilience* – гнучкість, здатність до відновлення нормального функціонування) [13; 12; 19].

Серед українських і російських дослідників поширене розуміння цього концепту як особистісної якості, що характеризується емоційною стабільністю, низьким рівнем тривожності, високим рівнем саморегуляції. Ця властивість особистості сприяє гармонізації психічних процесів у напруженій емоційній ситуації, тому дуже часто багатьма авторами вживається поняття «емоційна стійкість» [2; 6; 17].

У західних наукових джерелах поняття резильєнтності (*resilience*) розглядається як здатність до збереження позитивної адаптації, психічного здоров'я та вектору психічного розвитку, попри перебування під впливом стресових, часто психотравматичних факторів; збереження стану психологічного комфорту; позитивне реагування на негативні життєві події; здатність до конструктивного сприйняття складних подій, досягнення бажаного стану соціальної й емоційної рівноваги навіть в умовах значних ризиків [20; 21; 24; 30; 31]. Багато дослідників підкреслюють, що резильєнтність слід розглядати не стільки як індивідуальну властивість, скільки як процес адаптації за стресових умов. Т. Betancourt і К. Khan, аналізуючи низку досліджень проблем життєстійкості дітей у збройних конфліктах, стверджують, що загалом поняття психологічної адаптації, стійкості до стресу та психічного здоров'я дітей і підлітків в умовах війни слід розглядати скоріше як динамічний процес. Сьогодні дедалі більше провідних світових дослідників, що вивчають проблеми психологічного відновлення у дітей після пережитих стресових подій, застерігають від трактування резильєнтності як персональної властивості окремих «невразливих» осіб, котрі почуваються добре навіть попри перебування у кризових стресових умовах, зокрема війни. Натомість доречно

говорити про умови та результати адаптації та відновлення у осіб, які зазнали стресового, психотравматичного впливу. У такому розумінні резильєнтність є динамічним процесом досягнення позитивної адаптації в умовах впливу стресору [20; 26].

З огляду на зазначене вище, можемо зробити висновок про комплексну природу здатності особистості до психологічної стійкості, захисту та адаптації. Попри застереження деяких авторів [8; 18] про неможливість ототожнення концептів резильєнтності та життєстійкості, на нашу думку, поняття життєстійкості є одним із найбільш містких конструктів на позначення цієї здатності. Вважаємо, що з позиції підходу резильєнс це поняття набуває оновленого змісту: підкреслюється важливість внутрішніх і зовнішніх ресурсів як захисних факторів для збереження внутрішнього психологічного комфорту та протидії стресовим факторам. Отже, поняття життєстійкості можемо сформулювати як здатність індивіда до психологічного відновлення і збереження психологічного комфорту завдяки дії захисних факторів.

Як вже зазначалося, життєстійкість особистості формується внаслідок дії захисних факторів і захисних процесів, сприятливих для позитивного розвитку та позитивного психосоціального стану. Прихильники такого підходу стверджують, що правильно зрозуміти поняття життєстійкості можна саме з соціоекологічної перспективи. Модель соціальної екології, вперше запропонована У. Бронфенбреннером, наголошує на важливості вивчення розвитку життєстійкості індивіда у поєднанні характеристик особистісного розвитку та контексту перебування. Відповідно, зміцнення життєстійкості окремої особи передбачає також і посилення життєстійкості інших соціоекологічних рівнів системи, в якій вона перебуває: родина, друзі, громада тощо [20; 22; 24; 29; 13].

Екстремальні умови для розвитку і прояву життєстійкості у дітей і підлітків створюють надзвичайні події, до яких належать, зокрема, і воєнні конфлікти. Інтенсивність впливу таких подій і гострота отриманого стресу є настільки потужними, що реакція індивіда у більшості випадків постає у вигляді травматичного стресу та психологічної травми. Психоемоційні переживання при психологічній травмі характеризуються невідповідністю між загрозою та індивідуальними можливостями її подолання [1; 4; 6].

Відомо, що у разі недостатності або виснаженості індивідуальних ресурсів психотравматичні події здатні викликати потужну реакцію на стрес (до 48 годин після початку події), яка може перейти в гострий стан (до 1 місяця після травматичної події), хронічний розлад адаптації (до 3 місяців після травматичної події) чи посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). У деякого ПТСР

може розвинутися значно пізніше – через рік чи кілька років після пережитого [14].

За звичайних умов частота дії психотравматичних чинників не є високою, і після впливу стресового фактору є час і можливість до стабілізації психічного стану. Тоді як воєнні конфлікти зумовлюють специфічну ситуацію: вплив психотравматичних факторів інтенсивно зростає, ускладнюється, є тривалим, внаслідок чого виникає порушення у психічній сфері особи. Ефект звичайних стресових факторів посилюється дією додаткових потужних стресорів: спостереженням військової техніки, стрілянини, вбивств, каліцтв, втратою близьких, а також супутніми соціально-економічними та психосоціальними проблемами: втратою засобів до існування, майна, вимушеним переселенням, втратою набутих соціальних зв'язків, неможливістю налагодити нові, станом тривоги, депресії, суїцидального ризику тощо. Не завжди отримана психотравма викликає стан тяжкої психічної хвороби, однак подібні переживання часто створюють хворобливі емоційні стани, що призводять до дезадаптації. Окрім того, будь-яка віктимізація підвищує надалі ймовірність ре-віктимізації [10; 23; 25; 27].

Перебування в надзвичайних умовах воєнного конфлікту спричиняє стан постійного стресу і травматизації для усіх учасників подій: як військових, так і цивільних, всіх, кого ці події стосуються прямо або опосередковано, а надто таких соціально вразливих категорій, як жінки, діти й підлітки, люди похилого віку. Окрім того, особливістю воєнного конфлікту на Сході України є його гібридний характер, що чинить додатковий стресогенний вплив: втрачаються звичні орієнтири у сприйнятті навколишньої дійсності, відчуття стабільності та прогнозованості життя, деформуються цінності [7; 14; 15].

Перебіг посттравматичних реакцій дітей і підлітків, постраждалих від наслідків збройного конфлікту, має свою специфіку, на відміну від дорослих. В умовах війни молоде покоління переживає низку стресогенних впливів, що часто спричиняє ре-віктимізацію і призводить до гострої психологічної травми. У зв'язку з віковими особливостями, а саме: недостатньою фізіологічною, соціальною і психологічною зрілістю підліткам ще важко усвідомити суть події, вони натомість орієнтуються на сприйняття ситуації значимими дорослими та більше запам'ятовують власні відчуття ситуації і, як наслідок, внутрішня картина світу хаотично змінюється, що викликає тривожність, страхи, агресію тощо. Підлітки часто переживають подвійний стрес: власний внутрішній стрес і стресову ситуацію в родині; їхній психологічний стан погіршується також несформованою здатністю до висловлення своїх почуттів через недостатність когнітивного досвіду [4; 20].

Експрес-оцінка психосоціального стану дітей Донецької області, проведена ЮНІСЕФ у травні 2014 р. – у період активних бойових дій, виявила, з-поміж інших показників, підвищений рівень стресу у чверті підлітків у віці від 13 до 18 років. За отриманою інформацією, найпоширенішими проблемами у поведінці дітей всіх вікових категорій були втрата уваги, злість та агресія, а серед підлітків 13–18 років переважали ще й тривожність і страх. Отримані дані засвідчили передусім негативний пережитий досвід: більше половини опитаних підлітків стали безпосередніми свідками воєнних подій: військової техніки, сутичок, побиття, загроз зброєю тощо [5].

Результати інших досліджень у зоні воєнного конфлікту тоді також показали наявність високих показників психосоціального стресу у дітей зазначеної вікової категорії, підвищеного рівня негативізму, стриманості емоцій, агресивності, високої потреби у захисті [9; 11; 25; 27].

Оцінювання рівня психосоціального стресу серед школярів Донецької та Луганської областей віком від 8 до 17 років, проведене у 2015–2016 рр. Центром психічного здоров'я та психосоціального супроводу Національного університету «Києво-Могилянська академія», продемонструвало, що близько 70% респондентів відчували стрес одразу після активних збройних дій у цьому регіоні. Отримані дані підтвердили, що більшість дітей і підлітків, які були свідками воєнних подій і їхніх наслідків, переживали критичний рівень стресу порівняно з тими учнями, котрі не мали такого досвіду. Було також виявлено, що дівчата здатні гірше впоратися зі стресом, аніж хлопці, а, з іншого боку, хлопці відчувають більше проблем із налагодженням стосунків з однолітками порівняно з дівчатами. Хлопці у 2,5 рази частіше мають проблеми із соціальним аспектом взаємин і майже удвічі більш гіперактивні [25; 27].

Масштабне опитування понад 3 000 підлітків з 15-кілометрової зони вздовж лінії розмежування, проведене кількома міжнародними організаціями під егідою Дитячого Фонду ЮНІСЕФ вже у 2018 р., виявило також доволі високий відсоток (22,5%) тривожних підлітків із ризиком розвитку клінічного рівня екстерналізації та інтерналізації проблем у дорослому віці [3]. Дані звіту ЮНІСЕФ та деяких досліджень за 2017–2018 рр. продемонстрували вже певне покращення показників психологічного стану й адаптивних можливостей дітей шкільного віку, що мешкають у зоні воєнного конфлікту. Це можна пояснити, зокрема, здатністю дітей до швидшого, на противагу дорослим, відновлення нормального емоційного стану завдяки більшій психічній гнучкості й адаптивності. Іншим позитивним чинником можна вважати професійну психосоціальну допомогу, що її протягом цього періоду надають дітям вчителі, психологи та інші

спеціалісти, навчені в рамках проектної діяльності багатьох міжнародних фондів і громадських організацій, які працюють у зоні воєнного конфлікту на Сході України [11; 28].

**Висновки.** Отже, можемо зробити висновок, що прояви стресу та життєстійкості у дітей і підлітків загалом і зокрема тих, які мешкають у зоні воєнного конфлікту та піддаються значно більшому психотравматичному впливу, зумовлені мірою розбіжності між об'єктивними зовнішніми вимогами та індивідуальним внутрішнім потенціалом і залежать від наявності та дії внутрішніх і зовнішніх факторів захисту. Індивід розглядається в контексті загальної соціоекологічної системи як одна з її взаємозалежних ланок. Саме тому визначальними для розробки програм психологічної профілактики, корекції та супроводу дітей і підлітків, постраждалих від наслідків воєнного конфлікту, є врахування конкретних особливих контекстуальних умов та індивідуальних факторів, а також застосування комплексного підходу відповідно до моделі соціальної екології.

З огляду на зазначене вище можемо стверджувати про актуальність і важливість подальшого вивчення особливостей переживання дітьми та підлітками стресових подій нинішнього воєнного конфлікту на Сході України, по-перше, для дослідження проблем розвитку індивідуальної життєстійкості в ситуації воєнного конфлікту в умовах конкретного соціально-культурного середовища та, по-друге, у контексті вивчення психічних і психологічних проблем дитячого і підліткового віку, оскільки саме в цей період відбуваються істотні процеси психоемоційного розвитку й особистісного становлення, визначальні для психічного здоров'я та подальшої життєдіяльності вже зрілої людини.

#### Література:

1. Бастун Н.А. Передумови духовного розвитку у дитячому віці: можливі перешкоди. *Проблеми загальної і педагогічної психології*. 2010. Т. XII, ч. 4. С. 32–40.
2. Варданян Б.Х. Механізми регуляції емоціональної устійчivosti. *Категорії, принципи і методи психології*. Психические процессы. Москва, 1983. С. 542–543.
3. Доказовий аналіз психосоціальної адаптивності підлітків у зоні конфлікту та роль системи освіти як захисного середовища / Звіт ЮНІСЕФ. Лютий 2019. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/media/1386/file/Evidence-based%20analysis%20of%20psychosocial%20adaptability%20of%20adolescents%20in%20the%20conflict%20zone.pdf>.
4. Допомога дітям, постраждалим внаслідок воєнного конфлікту : довідник / Н. Пророк, С. Гончаренко, Л. Кондратенко та ін. Слов'янськ: ПП «Канцлер», 2015. 84 с.

5. Експрес-оцінка соціально-психологічного становища дітей в Донецькій області GfK, UNICEF, 2014. URL: <https://www.medbox.org/war-conflict-areas-refugees/5c99414a-3774-4eda-9c25-40141fcc7b87/toolboxes/preview?>
6. Кириленко Т. Проблемність переживання травматичних ситуацій. *Вісник Київського університету імені Тараса Шевченка. Соціологія. Психологія. Педагогіка*. 1998. Вип. 5. С. 76–81.
7. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу у дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір»: навчально-методичний посібник. Київ: НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. 208 с.
8. Кравчук С.Л. Особливості життєстійкості як фактора психологічної пружності особистості юнацького віку в умовах воєнного конфлікту. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2018. Вип. 1. Т. 1. С. 99–105.
9. Макаренко Н., Гончарова Т. Психологічні особливості переживання стресу у підлітків з окупованих територій. *Психологічний часопис*. 2017. № 1 (5). С. 66–75.
10. Маркова М.В., Піонтковська О.В., Соловійова А.Г. Вплив вимушеного переміщення на психоемоційну сферу дитини. *Український вісник психоневрології*. 2017. Т. 25. Вип. 4 (93). С. 41–48.
11. Меланчик А., Мухіна М. Дослідження окремих психологічних характеристик учнів з числа внутрішньо переміщених осіб і населення буферної зони. *Психосоціальна підтримка осіб з травмою війни: міжнародний досвід та українські реалії*: Збірник матеріалів, доповідей всеукраїнської науково-практичної конференції. Маріуполь, 2018. С. 93–95. URL: [http://dsum.edu.ua/upload/doc/konf\\_karitas.pdf#page=94](http://dsum.edu.ua/upload/doc/konf_karitas.pdf#page=94)
12. Психическое здоровье в чрезвычайных ситуациях / Департамент психического здоровья и зависимости от психоактивных веществ. Женева: ВОЗ, 2005. 8 с. URL: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67866/WHO\\_%20MSD\\_MER\\_03.01\\_rus.pdf;jsessionid=AE6613B1818AEEDD685DBA3E350B83EB?sequence=17](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67866/WHO_%20MSD_MER_03.01_rus.pdf;jsessionid=AE6613B1818AEEDD685DBA3E350B83EB?sequence=17).
13. Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс: навчально-методичний посібник/Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін та ін. Київ: НаУКМА, 2017. 92 с.
14. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період: методичні рекомендації / Н.П. Бочкор, Є.В. Дубровська, О.В. Залеська та ін. Київ: МЖПЦ «Ла-Страда Україна», 2014. 84 с.
15. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації. Кропивницький, 2018. 160 с.
16. Тихомирова Т.С. Формирование стрессоустойчивости школьников подросткового возраста в учебной деятельности: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Институт повышения квалификации и переподготовки работников народного образования Московской области. Москва, 2004. URL: <http://tistress.ru/wp-content/uploads/2016/09/%D0%90%D0%B2%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B5%D1%84%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%82-%D0%B4%D0%B8%D1%81%D1%81%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8.pdf>.
17. Тышкова М. Исследование устойчивости личности детей и подростков в трудной ситуации. *Вопросы психологии*. Москва, 1987. С. 28–34. URL: <http://www.voppsy.ru/issues/1987/871/871027.htm>.
18. Хамінч О.В. Резильєнтність: життєстійкість, життєздатність або резильєнтність. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2016. Т. 2. Вип. 6. С. 160–165.
19. Шклярська О. Психологічна пружність – запорука виживання під час війни. URL: <https://racurs.ua/ua/687-vijna-syndrom.html>.
20. Betancourt T.S., Khan K.T. The Mental Health of Children Affected by Armed Conflict: Protective Processes and Pathways to Resilience. *International Review of Psychiatry*. 2008. Vol. 20. Issue 3. P. 317–328.
21. Bonanno G.A., Galea S., Bucchiarelli A., Vlahov D. What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2007. Vol. 75. Issue 5. P. 671–682.
22. Bronfenbrenner, U. *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.
23. Cohen J.A. Helping Adolescents Affected by War, Trauma and Displacement. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2008. Vol. 47. Issue 9. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2666389/>.
24. Masten A.S., Best K., Garmezy N. Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*. 1990. Vol. 2. P. 425–444.
25. Research summary: UNICEF psychosocial support programs for school children in Donetsk and Luhansk oblasts / Bogdanov, S., Kovalevskaya, J., Girnyk, A., Chernobrovkin, V., Chernobrovkina, V., Panok, V., Lunchenko, N., Basenko, O., Ivanyuk, I., Eutuhov, D., Lasorenko, B., Savinov, V. Kyiv: NaUKMA. 2017. URL: [http://www.ukma.edu.ua/eng/images/docs/CMHPSS/UNICEF\\_KMA\\_Research%20summary\\_en\\_2017.pdf](http://www.ukma.edu.ua/eng/images/docs/CMHPSS/UNICEF_KMA_Research%20summary_en_2017.pdf).
26. Silk J., Vanderbilt-Adriance E., Shaw D. et al. Resilience among children and adolescents at risk for depression: Mediation and moderation

- across social and neurobiological contexts. *Development and Psychopathology*. 2017. Vol. 19. Issue 3. P. 841–865. URL: <https://www.cambridge.org/core/journals/development-and-psychopathology/article/resilience-among-children-and-adolescents-at-risk-for-depression-mediation-and-moderation-across-social-and-neurobiological-contexts/63CCF03B34AD-C822D77BCC6A9E4ECD5D>.
27. Talbot C., Wessels M. Life Skills Education and Psychosocial Support for Conflict-Affected Children and Adolescents. *An International Network for Education in Emergencies*. 2017. URL: <https://inee.org/en/resources/life-skills-education-and-psychosocial-support-for-conflict-affected-childr>
28. The Children of the Contact Line in East Ukraine. 2017 Assessment Update. UNICEF Ukraine, May 2018. URL: [https://www.unicef.org/ukraine/media/451/file/report\\_1.pdf](https://www.unicef.org/ukraine/media/451/file/report_1.pdf).
29. Ecological resilience: Working with Child Related Psychosocial Resources in War-Affected Communities / W.A. Tol, M.J.D. Jordans, R. Reis, J.T. V. M. De Jong. *Treating Traumatized Children: Risk, Resilience, and Recovery* / D. Brom, R. PatHorenczyk, J. Ford (Eds.). London : Routledge, 2009. 286 p.
30. Tol W.A., Song S., M.J.D. Jordans. Annual Research Review: Resilience and Mental Health in Children and Adolescents living in Areas of Armed Conflict – a Systematic Review of Findings in Low- and Middle-Income Countries. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2013. Vol. 54. Issue 4. P. 445–460. URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/jcpp.12053>.
31. Ungar M., Liebenberg L. A Measure of Resilience with Contextual Sensitivity – The CYRM-28: Exploring the Tension Between Homogeneity and Heterogeneity in Resilience Theory and Research. *Resilience in Children, Adolescents, and Adults: Translating Research into Practice* / Sandra Prince-Embury (Ed.). New York, NY : Springer, 2013. P. 245–255.
32. Wessells, M.G. Children and Armed Conflict: Introduction and Overview. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*. 2016. Vol. 22. Issue 3. P. 198–207. URL: <http://psycnet.apa.org/record/2016-38187-002>

**Basenko O. M. Psychological peculiarities of distress and resilience in children and adolescents affected by the armed conflict**

*The article examines the problem of distress and resilience in children and adolescents affected by the armed conflict; discusses relevant theoretical and empirical findings; presents empirical data on psychosocial wellbeing of children and adolescents living near the frontline in Eastern Ukraine; analyzes the concept of distress and resilience development through the approach of resilience as a process and the social ecology model.*

*Impact of the war extreme conditions and experienced stress is so intensive and heavy, that individual reactions often result in traumatic distress and psychological trauma. The situation of armed conflict causes specific situation: impact of psychotraumatic factors increases, becomes complicated and prolonged. Effect of common stress or is doubled by additional forceful stress factors and psychosocial problems. That often leads to re-victimization and acute psychological trauma. Children and adolescents can hardly realize what has happened as due to their age limits: physiological, social, and psychological immaturity – they are oriented on reactions of the parents and other important adults and memorize their own feelings.*

*The approach of resilience as a process proposes another understanding of distress, psychological recovery, and resilience problems. In contrast to the traditional trauma-oriented paradigm, the resilience approach focuses on importance of inner potentials and external factors for resilience development, on individual capability to activate psychic resources and recover in extreme situation of armed conflict. According to resilience approach and social ecology model, one had rather say about conditions and results of adaptation and recovery of people suffered from stressful, traumatic events, as well as about resilience development in interaction of personal characteristics and contextual factors.*

**Key words:** *distress, resilience, children and adolescents, armed conflicts, psychological recovery, adaptation, psychological trauma, resilience approach, social ecology model.*