

емоційно-етичної компетентності [2]. Загоєння рани учня, робота з його психологічною травмою потребує «зцілення душі душею», терпіння, витривалості і спокою вчителів.

Варто зазначити, що для досягнення позитивного результату у роботі з учнями, які постраждали від війни, необхідне об'єднання зусиль і досвіду травмофокусованої педагогіки та травмофокусованої когнітивно-поведінкової терапії, яка безпосередньо працює з першопричиною, коренем проблеми.

Отже, травмофокусована педагогіка є важливим інструментом для роботи в закладах загальної середньої освіти, особливо в умовах війни. Вона допомагає учням долати наслідки психологічних травм, а вчителям – розпізнавати симптоми цих травм і коректно реагувати на них, запобігаючи ретравматизації. Звичайно, вчителі – не терапевти, вони не можуть клінічно оцінювати та лікувати дітей. Але знання підходів травмофокусованої педагогіки значно покращує навчальний досвід учнів, а також турботу вчителів про себе, своє психологічне самопочуття. Травмофокусована педагогіка передбачає взаємодію вчителів, шкільних психологів та інших фахівців для надання комплексної допомоги учню.

Джерела та література

1. Травмапедагогіка. Практичні поради. Переклад з німецької О. Колюхової. URL: <https://dytynawaldorf.com.ua/articles-list/psyhotravma-ta-ekstrena-pedagogika/> (дата звернення 11.03.2026 р.).

2. Meshko H., Meshko O., Habrusieva N. The Impact of the War in Ukraine on the Emotional well-being of Students in the Learning. *Journal of Intellectual Disability – Diagnosis and Treatment, Lifescience Global*, 2023. Vol. 11. Issue 1. P. 55-65. DOI: <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2023.11.01.7>

УДК 159.922.8

Миськів А.; Чорна І., канд. психол. наук, доц.

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТРИВОЖНОСТІ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Анотація. У статті розглянуто проблему тривожності підлітків в умовах воєнного стану. Проаналізовано сучасні наукові підходи до вивчення тривожності та її проявів у підлітковому віці. Представлено результати емпіричного дослідження рівня реактивної та особистісної тривожності за методикою Ч. Спілбергера – Ю. Ханіна. Встановлено переважання середнього рівня тривожності з наявністю значної частки високих показників.

Ключові слова: тривожність, підлітки, воєнний стан, емоційний стан, психологічні фактори.

Myskiv A.; Chorna I., Ph.D. (Psych.), Assoc. Prof.

Ternopil Ivan Puluj National Technical University, Ukraine

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ADOLESCENT ANXIETY UNDER MARTIAL LAW CONDITIONS

Abstract. The article examines the problem of adolescent anxiety under martial law conditions. Modern scientific approaches to the study of anxiety and its manifestations in adolescence are analyzed. The results of an empirical study of reactive and personal anxiety using the Spielberger– Hanin method are presented. The predominance of a moderate level of anxiety with a significant proportion of high indicators was established.

Keywords: anxiety, adolescents, martial law, emotional state, psychological factors.

Проблема тривожності підлітків є однією з ключових у сучасній психології, особливо в умовах воєнного стану. Підлітковий вік характеризується підвищеною емоційною чутливістю, нестабільністю психічних процесів та активним формуванням особистості. Умови війни

суттєво загострюють ці особливості, створюючи додаткові стресові фактори, такі як загроза життю, вимушене переміщення, інформаційний тиск та соціальна нестабільність. За результатами сучасних досліджень, вплив воєнних подій призводить до зростання рівня тривожності, емоційного напруження та психічного виснаження серед підлітків [1; 2]. Таким чином, дослідження психологічних особливостей тривожності у підлітковому віці в умовах воєнного стану є актуальним як з теоретичної, так і з практичної точки зору.

Проблему тривожності вивчали як зарубіжні, так і вітчизняні науковці. Значний внесок у дослідження тривожності зробили Ч. Спілбергер, Ю.Ханін, Дж. Тейлор, Ф. Філліпс, які розглядали тривожність як багатовимірне психологічне явище, що включає як ситуативний стан, так і стійку особистісну характеристику. Серед сучасних дослідників, які аналізують вплив стресових факторів на психічний стан підлітків, варто відзначити українських науковців, що досліджують наслідки воєнного стану для психічного здоров'я дітей та молоді [3]. Також міжнародні дослідження підтверджують значний вплив військових подій на психоемоційний стан підлітків [4]. Сучасні наукові джерела підкреслюють значний вплив війни на психічний стан підлітків. Зокрема, зазначається, що воєнні події спричиняють підвищення рівня тривожності, стресу та емоційної напруженості серед дітей і підлітків [1]. У дослідженнях також наголошується, що підлітки є однією з найбільш уразливих груп у контексті психічних наслідків війни [2]. Крім того, міжнародні дослідження вказують на значне психічне навантаження на українських підлітків, що потребує системної психологічної підтримки [4]. У класичних роботах Ч. Спілберга тривожність визначається як «емоційний стан, що характеризується відчуттям напруження, занепокоєння та активацією нервової системи» [5].

З метою визначення рівня тривожності підлітків було проведено емпіричне дослідження за методикою Ч. Спілбергера – Ю. Ханіна. У дослідженні взяли участь 31 учень 8 класу.

Аналіз результатів показав, що серед досліджуваних підлітків переважає високий рівень реактивної тривожності, який становить 51,6%. Середній рівень зафіксовано у 35,5% учнів, тоді як низький рівень виявлено у 12,9% підлітків. Це свідчить про наявність у значної частини підлітків підвищеної емоційної напруженості та вираженої реакції на стресові фактори.

Щодо особистісної тривожності, результати також вказують на значну частку підлітків із високим рівнем – 41,9%. Середній рівень становить 35,5%, тоді як низький рівень зафіксовано у 22,6% досліджуваних. Отримані дані свідчать про наявність у частини підлітків стійкої схильності до переживання тривоги в різних життєвих ситуаціях.

Отримані результати дозволяють зробити висновок про наявність підвищеного рівня тривожності у значної частини підлітків, що може бути пов'язано з впливом зовнішніх стресових факторів, зокрема умов воєнного стану.

Проведене дослідження дозволяє зробити висновок, що тривожність у підлітків формується під впливом комплексу факторів. Одним із ключових факторів є воєнний стан, який створює постійний фон небезпеки та невизначеності. Важливу роль також відіграє інформаційний тиск, пов'язаний із надмірним споживанням новин та соціальних мереж. Значний вплив мають навчальне навантаження, міжособистісні труднощі у шкільному середовищі та загальна соціальна нестабільність.

Отримані результати свідчать про необхідність розробки та впровадження психологічних програм, спрямованих на зниження рівня тривожності у підлітків, розвиток навичок емоційної саморегуляції та підвищення стресостійкості. Це є важливим напрямом практичної діяльності психологів в умовах воєнного стану.

Джерела та література

1. Психічне здоров'я дітей та підлітків в умовах воєнного стану. Психологія та психотерапія. 2023. URL: <https://e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/585> (дата звернення: 14. 04. 2026).

2. Психологічні наслідки війни для дітей та підлітків. Актуальні проблеми психології. 2024. URL: <https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/1555>

(дата звернення: 14. 04. 2026).

3. Тривожність підлітків в умовах воєнного стану. Центральнoукраїнський державний університет. 2023. URL: <https://dspace.cusu.edu.ua/items/b81cdfa3-d432-4a3b-b6c4-807dd6a93272>

(дата звернення: 14. 04. 2026).

4. Mental health of Ukrainian adolescents during war. PubMed. 2024. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38526470/> (дата звернення: 14. 04. 2026).

5. Spielberger C. D. Anxiety as an emotional state // *Anxiety: Current Trends in Theory and Research*. New York : Academic Press, 1983.

УДК 364.444:37.035.1

Пацалюк Л.

Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Україна
ГО "Країна рівності і правди", Україна

ВОЛОНТЕРСТВО ЯК ІНСТРУМЕНТ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ МИСТЕЦЬКИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Анотація. Розкрито роль волонтерської діяльності у становленні сучасної молоді як активної особистості, соціально відповідальної, творчої, виділено засоби розвитку соціальної відповідальності: творчі соціальні проєкти, майстер-класи.

Ключові слова: волонтерство, студентська та учнівська молодь, соціальна відповідальність, майстер-клас, мистецькі практики, соціально-мистецькі ініціативи.

Patsalyuk L.

Ternopil Volodymyr Hnatyuk National Pedagogical University, Ukraine
NGO "Country of Equality and Truth", Ukraine

VOLUNTEERING AS A TOOL FOR DEVELOPING SOCIAL RESPONSIBILITY IN YOUTH

Abstract: *The role of volunteering in the development of modern youth as active, socially responsible, and creative individuals is revealed, and means of developing social responsibility are highlighted: creative social projects, master classes.*

Keywords: *volunteering, students and pupils, social responsibility, master class, artistic practices, social and artistic initiatives.*

Реалії сучасного життя України, довготривала війна, суспільні проблеми, пов'язані з військовими діями вивели на абсолютно новий рівень діяльність окремих людей та організацій, яку в науковій літературі означають як волонтерство, волонтерська діяльність. Доволі активними учасниками волонтерського руху є студентська та учнівська молодь. Особливу нішу у волонтерській діяльності займає допомога військовим. Заняття волонтерською діяльністю є дієвим інструментом розвитку соціальної відповідальності молоді, оскільки в її основі закладено сутність самої соціальної відповідальності як етичної концепції, згідно з якою особистість, організація чи держава беруть на себе добровільні зобов'язання безкорисно діяти на благо суспільства та довкілля.

Донедавна волонтерство було у фокусі уваги обмеженого кола осіб: безпосередніх учасників, бенефіціарів та профільних експертів. На сьогодні залучення молоді до волонтерської діяльності стає засобом громадянського виховання, соціалізації молоді, відповідно і предметом наукових розвідок. Роль волонтерства відображена також у державних документах. Так, у «Концепції розвитку громадянської освіти в Україні» одним із завдань громадянської освіти в Україні визначено наступне: «формувати активну життєву позицію, здатність поширювати і застосовувати практики громадських ініціатив та волонтерства» [3, с. 4].

Волонтерство О. Трубнікова визначає як форму соціальної активності, яка обумовлена