

# ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЕЙ УЧАСТНИКОВ СВО

ГУЧЕНОК Елизавета Сергеевна

аспирант

Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н.Толстого

г. Тула, Россия

В настоящий момент тема формирования готовности будущих педагогов-психологов к работе с детьми участников специальной военной операции (далее СВО) только начинает изучаться, в связи с тем, что данная категория детей является особенной и их эмоциональное состояние зачастую отражает в себе целый симптомокомплекс с которым необходимо работать поступательно и грамотно. Участие родителей в военных действиях, таких как СВО, оказывает значительное влияние на всю семейную систему, включая детей. Дошкольники, чьи родители являются участниками или ветеранами СВО, сталкиваются с рядом психологических проблем, которые могут проявляться в форме повышенной тревожности, стресса, агрессии, посттравматического расстройства личности, замкнутости. Особое внимание следует уделять обеспечению эмоционального комфорта и преодолению последствий психологических трудностей.

**Ключевые слова:** дети участников СВО , эмоции, ПТСР, проблемы, агрессия, фрустрация, тревожность.

Дети участников СВО подвержены психотравмам, которые могут вызвать как положительные, так и отрицательные эмоции. Позитивные эмоции способствуют активности и развитию, в то время как негативные могут привести к неблагоприятным последствиям, таким как страхи, тревожность и агрессивное поведение. Негативное поведение ребенка проявляется в подавленности, растерянности, нежелании общаться и участвовать в контакте с окружающими. Ребенок мало улыбается, грустно смотрит, часто плачет и легко обижается. Он проводит

много времени в одиночестве и не интересуется окружающим миром. При обследовании такой ребенок пассивен и не проявляет инициативу.

Эмоции играют важную роль в жизни людей и поэтому часто изучаются психологами.

Эмоции – это о чувствах людей по отношению к важности воздействующих на них факторов, которые приводят к удовлетворению или неудовлетворению их потребностей. Важно понимать, что образование играет ключевую роль в развитии общества и страны в целом.

Психологи изучают как негативные, так и позитивные эмоции, которые влияют на нашу жизнь и отношения с другими людьми. Эмоциональные состояния – это наши чувства и отношения к окружающему миру и себе. Они регулируются эмоциями и влияют на наши реакции и отношения.

Изучение психолого-педагогической литературы показывает, что эмоциональные состояния можно разделить на положительные и отрицательные.

Исследование положительных эмоций помогает определить отрицательные эмоциональные состояния, которые могут влиять на психические процессы и взаимодействие личности с окружающим миром.

Ученые-психологи интерпретируют негативные эмоции как психическое состояние человека, вызывающее дискомфорт и временное нарушение деятельности из-за отрицательных эмоций и переживаний [2].

Негативные эмоции могут ухудшить эмоциональную устойчивость, включая страх, агрессию, тревогу, фобии, фрустрацию и стресс. Появление негативного эмоционального состояния может привести к эмоциональной отстраненности.

Опишем основные виды негативных эмоций.

Это эмоциональные состояния, вызванные ощущением угрозы или опасности. Они могут проявляться как реакция на реальную угрозу, так и на воображаемую. Страх – это сильное эмоциональное состояние, возникающее в условиях опасности и угрозы для жизни.

Страх может быть реальным или воображаемым, острым или хроническим. Возрастные страхи чаще всего возникают одновременно с изменениями в жизни человека.

Фобия – это вид страха, связанный с определенной ситуацией или представлениями, который не возникает в их отсутствие [3].

Стресс – это эмоциональное состояние, связанное с мобилизацией сил для нахождения выхода из сложной ситуации и достижения нужного результата [3].

Фрустрация – негативное эмоциональное состояние, когда невозможно выполнить определенные требования или желания, когда у человека есть определенные желания, но он не в состоянии их осуществить из-за ограниченных возможностей [3].

Агрессия – это проявление вредоносных действий с целью нанесения ущерба другому человеку [3].

Тревожность – это эмоциональный дискомфорт перед предстоящей угрозой – может проявляться как временное состояние, так и как постоянная черта характера человека [3].

Изучение психолого-педагогической литературы показало, что агрессия и тревожность встречаются чаще всего.

Вопросы агрессии и агрессивного поведения изучали такие зарубежные ученые как А. Адлер, А. Бандура, А. Басс, Л. Берковиц, Р. Бэрн, К. Лоренц, Д. Ричардсон, З. Фрейд, Э. Фромм и др.

Вместе с зарубежными исследованиями, наше исследование также опиралось на теоретические работы В.Д. Менделеевич, А. Налчаджян, А.К. Осницкий, Г.Э. Бреслав, И.А. Фурманов, А.Г. Долгова и др.

Изучение научных исследований психологов позволило выявить причины агрессивного поведения:

- фактором, затрудняющим адаптацию в обществе, являются психобиологические особенности, вызывающие асоциальное поведение;
- психолого-педагогический фактор влияет на школьное и семейное обучение и воспитание;

- социально-психологический фактор - взаимодействие с окружающим миром;

- личностный фактор включает в себя предпочтения в общении, отношение к ценностям окружающего мира, воздействие семьи, школы и общества, а также личные ценности и способность к саморегуляции поведения [2].

Подчеркнем, что тревожность – это сложное психическое состояние, которое сопровождается беспокойством, напряжением, страхом и негативными эмоциями. Тревожность может возникать из-за различных причин, как внешних, так и внутренних. Она может осложнять жизнь человека, мешать ему сосредоточиться, принимать решения и наслаждаться жизнью. Поэтому важно научиться справляться с тревожностью и находить способы ее преодоления.

Тревожность и тревога – два разных понятия. Тревожность это свойство личности, а тревога – это отрицательное эмоциональное состояние, длительное напряжение, в то время как связанное с изменениями в нервной и психической деятельности – называется ситуативной тревогой.

Большинство авторов утверждают, что длительная тревога может стать постоянным качеством личности и превратиться в хроническую тревожность.

На сегодняшний день наука находится на новом уровне развития и более углубленно исследует причины возникновения тревожности, говоря о том, что тревожность зависит как от генетических и природных особенностей, так и от социального и личностного опыта человека.

Исследования показали, что агрессия и тревожность часто встречаются у детей разной возрастной категории [1].

Дети с агрессивным поведением обычно имеют примитивные ценности, узкие интересы, повышенную внушаемость и озлобленность к окружающим. У них может быть неустойчивая самооценка, страх перед социальными контактами и эгоцентризм. Они часто используют защитные механизмы и не умеют находить выход из трудных ситуаций.

Некоторые дети, которые проявляют агрессивное поведение, могут быть одновременно и интеллектуально и социально развитыми. Для них агрессия является способом укрепления статуса, показа самостоятельности и зрелости.

У детей, чьи родители участвуют в СВО, выявлено посттравматическое стрессовое расстройство (далее ПТСР), которое проявляется через негативные эмоции. Человек переживает травмирующие события в кошмарных снах, страдает от нервного напряжения, раздражительности и тревожности, желает избавиться от воспоминаний.

Дети подвержены повышенному риску развития посттравматического стрессового расстройства из-за их чувствительности и недостаточной сформированности адаптационных механизмов нервной системы. Важным фактором, способствующим этому расстройству, является уход близкого родственника на СВО или потеря одного из родителей. ПТСР у детей является отложенной реакцией на травму, вызванной истощением адаптационных резервов и сбоем эмоционально-волевых механизмов. В критической ситуации организм работает на пределе, чтобы выжить.

Эмоции и страхи подавляются, чтобы не помешать бороться за жизнь. Однако со временем защитные механизмы истощаются, и переживания начинают проявляться через навязчивые воспоминания, кошмары и тревогу.

Сильное расстройство с выраженными симптомами, длится до 3 месяцев.

Длительное психическое расстройство проявляется через признаки утомления центральной нервной системы, такие как грубость, эгоизм и равнодушие к окружающим.

При длительном хроническом течении ПТСР возникают деформации эмоционально-волевой сферы. Это проявляется в приступах тревоги, страха и паники, а также усилении негативных черт характера.

Отложенный стресс. Признаки появляются спустя полгода или более после воздействия психологической травмы.

Дети с ПТСР избегают ситуации, напоминающие им о травме. Встреча с триггером вызывает эмоциональные приступы: тревогу, крики, панику, плач, неадекватное поведение.

Рассмотрим чувства детей, родители которых участвуют в СВО.

Изучение опросов, наблюдений и научных статей показало, что дети часто реагируют эмоционально.

Дети испытывают тревожность, агрессию и ПТСР из-за отсутствия одного из родителей и неясности относительно его состояния, что вызывает у них страх и неуверенность. Они могут постоянно беспокоиться о родителе, беспокоиться за его здоровье и безопасность.

Отсутствие родителя вызывает грусть и утрату. Временная разлука может привести к чувству потери, тоске и эмоциональной пустоте, а также к симптомам депрессии.

Некоторые дети могут проявлять агрессию в отношении окружающих или самого себя.

Дети могут избегать общения из-за внутренних проблем.

Дети, испытывающие стресс из-за проблем в семье, могут проявлять следующие поведенческие особенности:

- частые проявления негативных эмоций, включая капризы, истерики и частое плачевное состояние;
- перепады в поведении, например, от активности к пассивности или наоборот;
- проблемы с концентрацией внимания, снижение интереса к играм и образовательным занятиям;
- трудности в установлении контакта со сверстниками.

Эти проявления требуют внимательного наблюдения со стороны педагогов и психологов, а также разработки индивидуальных стратегий помощи.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Вилюнас В.К. Психология эмоций : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению и специальностям психологии / авт.-сост.: Витис Вилюнас. – Москва [и др.]: Питер, 2007. – 496 с.
2. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб: Питер, 2005. – 583 с.
3. Психология эмоций: хрестоматия / авт.-сост. Витис Вилюнас. – СПб: Питер, 2004. – 357 с.

## THEORETICAL FOUNDATIONS OF THE STUDY OF NEGATIVE EMOTIONAL STATES OF CHILDREN PARTICIPATING IN SVO

**GUCHENOK Elizaveta Sergeevna**

Graduate student

Tula State Pedagogical University named after L.N. Tolstoy

Tula, Russia

Currently, there is a growing interest in preparing future psychological educators to support children affected by special military operations. The emotional well-being of these children is complex, requiring a progressive and competent approach. The involvement of parents in such operations significantly impacts the family system, especially preschoolers who may experience psychological issues like anxiety, stress, aggression, and isolation. It is important to focus on offering emotional support and helping individuals overcome psychological challenges.

**Keywords:** children of the participants, emotions, PTSD, problems, aggression, frustration, anxiety.