**Психологические последствия войны**

*В последнее время в мире наблюдается резкое увеличение числа ситуаций, вызывающих у человека острые стрессовые расстройства. Это могут быть техногенные катастрофы, аварии, стихийные бедствия и другие психотравмирующие ситуации, которые стали постоянными спутниками современной личности.*

Сегодня социально-политические изменения, гнетущая обстановка и военная ситуация являются наиболее травмирующими факторами психологического здоровья любого жителя нашей Республики. Именно сейчас слово «стресс» стало знакомо каждому человеку от ребенка до взрослого. Ведь те события, которые «свалились» на нас вредят не только физическому состоянию, но и разрушают психику.

Проблема травматического стресса и посттравматического стрессового расстройства сейчас стоит на первом месте. Наиболее подвержены стрессу и ПТСР дети, а именно школьники подросткового возраста, так как у них еще недостаточно развиты личностные ресурсы, позволяющие эффективно справляться с последствиями травматических ситуаций. Психологи описывают подростковый возраст как кризисный этап в жизни человека, так как в этом возрасте формируется главное новообразование «чувство взрослости». Поэтому частым симптомом ПТСР у подростков является «вина выжившего». У подростков появляются проблемы в учебе и общении, а также поведенческие нарушения от депрессии до агрессии.

Перед всеми психологами учебных заведений Луганской Народной Республики стоит основная задача – сохранить психологическое здоровье школьников, предотвратить стрессовые расстройства, депрессивные состояния, тревожность. Психологическая служба Стахановской СОШ №32 занимается изучением данной проблемы с октября 2014 года, после того как город и школа подверглись обстрелам.

Таким образом, в период с марта по май 2015 года в Стахановской средней общеобразовательной школе №32 города Ирмино проводилось психологическое исследование. В эксперименте участвовало 46 человек (дети возрастом от 12 до 15 лет). Выборку составили подростки, которые длительное время находились в стрессовой ситуации в военной обстановке. Этот фактор стал основным параметром при проведении психодиагностики – как основное травмирующее событие для детей. Эксперимент проходил в нормальных условиях и с соблюдением всех норм и правил психологической диагностики. После обработки и интерпретации результатов «Опросника для выявления и оценки невротических состояний» (авторы – К.К. Яхин, Д.М. Менделевич) были получены следующие данные:

* у 15 испытуемых (32,6%) выражена **тревога**. У таких подростков наблюдаются признаки беспокойства, неуверенности при общении, плохая переносимость ожидания, нетерпеливость, непоседливость, нерешительность.
* у 20 опрошенных человек (43,5%) ярко выражено ***обсессивно-фобическое расстройство****.* Поведение детей характеризуется наличием навязчивостей, навязчивых воспоминаний, сомнений, страхов, неуверенности в своих поступках и решениях.
* ***вегетативные нарушения*** были выявлены у 7 испытуемых (15,2%). У таких подростков может наблюдаться неустойчивость сосудистого тонуса, снижение аппетита, нарушение сердечнососудистой деятельности, желудочно-кишечные расстройства, нарушение терморегуляции, нарушение сна, головные боли.
* у 10 опрошенных детей (21,7%) выражена ***невротическая депрессия****.* У школьников могут быть симптомы сниженного настроения, чувства безрадостности, ослабление тонуса и энергии, ограничение контактов с окружающими и снижение интересов.
* **астения** выявлена у 8 испытуемых (17,4%). Состояние учащихся характеризуется повышенной чувствительностью, быстрой утомляемостью, снижением работоспособности, раздражительностью, вспыльчивостью, эмоциональной лабильностью (неустойчивостью), нарушением внимания.
* у 12 человек (26,1%) присутствует ***истерический тип реагирования***, основные тенденции которого: требование признания, повышенная чувствительность и впечатлительность, обидчивость, а также проявление истерического реагирования в виде нарушенной сердечной деятельности, дыхания, желудочно-кишечного тракта, тиков и двигательных нарушений.

Исходя из данных исследования становится понятно, что дети и подростки находятся в постоянном стрессовом состоянии и требуют к себе особого внимания со стороны взрослых. Следующий этап – это, конечно же, коррекционно-развивающая работа, тренинговые занятия с целью формирования психологического здоровья учащихся.

*практический психолог*

*ГБОУ ЛНР «Стахановская СОШ №32»*

*Е.Н. Полищук*