

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- 1) Зварич І., Чуйко Г., Чаплак Я. Віртуальна ідентифікація сучасної людини. *Psychological journal*. 2021. Vol. 7, no. 2. P. 9–24.
- 2) Краснякова А. Мережа інтернет як комунікативний простір національної та громадянської самоідентифікації кіберпокоління. *Проблеми політичної психології*. 2018. Т. 21. С. 174–184.
- 3) Facebook Profiles Reflect Actual Personality, Not Self-Idealization / M. D. Back та ін. *Psychological Science*. 2010. Т. 21, № 3. С. 372–374.
- 4) Hongladarom S. Personal Identity and the Self in the Online and Offline World. *Minds and Machines*. 2011. Vol. 21, no. 4. P. 533–548.
- 5) Koh-Herlong L. High School Graduates' Perspectives on the Creation of Online Identities. 2015.
- 6) Seibel B. Insta-Identity : the Construction of Identity through Instagram an Extended Literature Review : thesis for the degree of Bachelor of Arts (B.A.) in Communication Studies and University Honors. 2019.
- 7) van der Sloot B. Virtual Identity and Virtual Privacy: Towards a Concept of Regulation by Analogy. *eGov Präsenz*. 2011. Vol. 1. P. 41–43.

## ВПЛИВ СТАТЕВОГО ВИХОВАННЯ НА ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

**Ємеліна Я.В.**

*Полтавський національний педагогічний університет*

*імені В.Г.Короленка*

[yaninaemelina@ukr.net](mailto:yaninaemelina@ukr.net)

Війна в Україні стала не лише трагедією національного масштабу, спричинивши людські втрати та руйнування інфраструктури, а й створює

безпрецедентні виклики для психічного та соціального благополуччя населення, особливо молоді. Пережитий травматичний досвід, постійна загроза насильства, руйнування звичного життя – все це підриває стійкість особистості. У таких умовах статеве виховання набуває особливого значення, оскільки виступає не лише як інструмент інформування про сексуальність та репродуктивне здоров'я, але й як важливий фактор зміцнення життєстійкості. Життєстійкість включає в себе такі якості, як оптимізм, самооцінка, віра у власні сили, здатність до саморегуляції та соціальна підтримка.

Статеве виховання, як комплексний процес навчання та формування ціннісних орієнтацій щодо сексуальності, репродуктивного здоров'я та гендерних відносин, чинить значний вплив на життєстійкість особистості, сприяючи підвищенню самооцінки та впевненості через надання достовірної інформації про тіло, статеве дозрівання та навчання навичок спілкування про статеві відносини, встановлення меж і відстоювання прав. Також розвиває емоційну стійкість та саморегуляцію, допомагаючи розпізнавати, розуміти, керувати своїми емоціями та переживаннями. В умовах стресу та травми, розуміння власних фізичних та емоційних реакцій є важливим елементом саморегуляції, що сприяє зниженню тривожності та підвищенню емоційної стійкості.

Відкрите обговорення питань сексуальності та стосунків, допомагає розвивати навички ефективної комунікації. Це сприяє розвитку навичок подолання труднощів через обговорення складних ситуацій. Соціальні зв'язки та підтримка під час війни є особливо цінними. Зміцнення соціальної підтримки та навичок спілкування забезпечується через групові заняття та навчання важливості згоди, поваги й емпатії.

Формування оптимістичного світогляду та віри в майбутнє відбувається завдяки наданню знань про відповідальну сексуальну поведінку та можливості будувати здорові стосунки. Нарешті, статеве виховання розвиває навички прийняття рішень та самостійності, надаючи необхідну інформацію для обґрунтованих виборів щодо сексуальної поведінки та репродуктивного здоров'я,

а також навчаючи аналізувати ризики та наслідки.

Статеве виховання навчає розпізнавати різні форми насильства, встановлювати особисті межі, поняття згоди, дає знання куди звертатися за допомогою і розуміння, що замовчування погіршує ситуацію. Тож, статеве виховання є критично важливим для захисту молоді в умовах підвищеної вразливості.

Війна підвищує ризики сексуального насильства, яке може бути використане як зброя або засіб психологічного впливу проти жертви, а також наслідком загальної дегуманізації та беззаконня. За даними численних досліджень, зокрема тих, що проводилися в зонах конфліктів, діти та молодь є особливо вразливими до сексуальної експлуатації та насильства.

Офіційні дані від Держстату України щодо кількості сексуальних насильств, в тому числі над дітьми, за період війни на даний момент відсутні у відкритому доступі. Проте, інформація від інших джерел однозначно свідчить про критичне зростання цієї проблеми, що підкреслює важливість статевого виховання та психосоціальної підтримки дітей в умовах війни. Так, згідно інформації з інтерв'ю начальниці Департаменту захисту інтересів дітей та протидії насильству Офісу генпрокурора за 9 місяців 2024 року кількість дітей, які постраждали від сексуального насильства, вже досягла рівня всього 2022 року (понад 500 дітей), а у 2023 році ця цифра перевищила 800. За час великої війни в Україні зростає кількість випадків сексуального та домашнього насильства, особливо проти дітей [1].

Війна руйнує звичні соціальні структури та системи охорони здоров'я, що може призвести до обмеження доступу до контрацепції, інформації про безпечний секс та послуг з профілактики ІПСШ та ВІЛ/СНІДу. Недостатня обізнаність у цих питаннях в умовах підвищеної вразливості може мати катастрофічні наслідки для репродуктивного здоров'я молоді. Експерти ЮНЕСКО у своєму дослідженні зазначають, що комплексна сексуальна освіта сприяє формуванню відповідальної сексуальної поведінки та знижує ризики

небажаної вагітності та інфекцій, що передаються статевим шляхом [2].

В умовах війни в Україні ефективно статеве виховання, спрямоване на зміцнення життєстійкості молоді, потребує застосування спеціалізованих методів та підходів, які враховують травматичний досвід, обмежені ресурси та нестабільну ситуацію.

Одним з таких методів є травма-інформований підхід, що демонструє довгостроковий вплив травматичного досвіду на здоров'я та благополуччя особистості. Важливість травма-інформованої сексуальної освіти досліджували Ніколь М. Фава та Лейна Й. Бей-Ченг. У контексті статевого виховання, цей підхід визнає минулий досвід насильства, обіцянку стійкості та право молодих людей на позитивну сексуальність [3].

У своїй роботі Фава та Бей-Ченг обґрунтовують необхідність інтеграції травма-інформованого підходу в програми статевого виховання для молоді. Автори підкреслюють, що значна частина молоді переживає травматичний досвід, який може суттєво впливати на їхнє розуміння сексуальності, стосунків та власного тіла. Традиційні програми статевого виховання часто ігнорують цей аспект, що може призвести до неефективності або навіть ретравматизації.

У статті автори розглядають ключові принципи травма-інформованої сексуальної освіти, включаючи створення безпечного середовища, побудову довірливих стосунків, надання інформації про вплив травми, розвиток навичок саморегуляції та підкреслення стійкості молоді. Автори наголошують на важливості визнання прав молоді та їхньої здатності до відновлення, пропонуючи практичні рекомендації для педагогів та розробників навчальних програм, щоб зробити статеве виховання більш чутливим до потреб молоді, яка пережила травму, та сприяти їхньому здоровому розвитку.

Також, ефективними методами роботи є індивідуальні та групові консультації, організація груп підтримки та тренінгів, застосування методів арт-терапії, адаптація навчальних матеріалів до сучасних умов (врахування психологічних наслідків війни).

Варто зазначити, що важливу роль також відіграє комунікація між батьками та дітьми щодо питань сексуальності та вплив соціального середовища.

Застосування цих методів та підходів у комплексі дозволить створити ефективні та чутливі до потреб як молоді, так і старшого покоління програми статевого виховання, психосоціальної підтримки жертв сексуального насилля та стратегію профілактики численних негативних наслідків війни України.

В умовах воєнного конфлікту статеве виховання відіграє подвійну роль: не лише надає необхідні знання та навички у сфері сексуальності та репродуктивного здоров'я, але й є важливим фактором зміцнення життєстійкості особистості. Через запобігання насильству, підтримку психологічного благополуччя, формування відповідальної поведінки, розвиток навичок спілкування та підвищення впевненості в собі, статеве виховання допомагає молоді долати виклики воєнного часу, складні життєві обставини та будувати стійке майбутнє.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. За час великої війни в Україні зросла кількість випадків сексуального та домашнього насильства, особливо проти дітей URL: <https://hromadske.radio/news/2024/11/11/za-chas-velykoi-viyny-v-ukraini-zrosla-kilkist-vypadkiv-seksualnoho-ta-domashnoho-nasylstva-osoblyvo-proty-ditey>
2. International Technical Guidance on Sexuality Education, UNESCO, 2018 URL: [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000260770\\_rus](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000260770_rus)
3. Trauma-informed sexuality education: recognising the rights and resilience of youth, Fava & Bay-Cheng, 2013. URL: [https://www.researchgate.net/publication/263720148\\_Trauma-informed\\_sexuality\\_education\\_recognising\\_the\\_rights\\_and\\_resilience\\_of\\_yo](https://www.researchgate.net/publication/263720148_Trauma-informed_sexuality_education_recognising_the_rights_and_resilience_of_yo)