

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2026, Том 14, № 2 / 2026, Vol. 14, Iss. 2 <https://mir-nauki.com/issue-2-2026.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN226.pdf>

5.3.7. Возрастная психология (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Савва, Л. И. Психологическая коррекция тревожности подростков из семей участников специальной военной операции / Л. И. Савва, Д. А. Хабибулин, В. В. Чурилов, В. В. Верховцева // Мир науки. Педагогика и психология. — 2026. — Т. 14. — № 2. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN226.pdf>.

For citation:

Savva L.I., Khabibulin D.A., Churilov V.V., Verkhovtseva V.V. Psychological correction of anxiety in adolescents from families of participants in a special military operation. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2026;14(2): 63PSMN226. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/63PSMN226.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

УДК 159.922.73

Савва Любовь Ивановна

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова»,
Магнитогорск, Россия

Профессор кафедры «Педагогического образования и документоведения», председатель диссертационного
совета по специальности 13.00.08 — Теория и методика профессионального образования
Доктор педагогических наук, профессор

E-mail: savva.53@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8340-3742>

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=426001

Хабибулин Денис Асхатович

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова»,
Магнитогорск, Россия

Доцент кафедры «Психологии»

Кандидат педагогических наук, доцент

E-mail: habibulin-denis@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5488-0635>

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=463474

Чурилов Владимир Васильевич

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова»,
Магнитогорск, Россия

Старший преподаватель кафедры «Психологии»

E-mail: vv.churilov@magtu.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6356-7803>

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=801942

Верховцева Виолетта Валерьевна

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова»,
Магнитогорск, Россия

Студент кафедры «Психологии»

E-mail: vita_3007@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-4723-5390>

**Психологическая коррекция тревожности
подростков из семей участников специальной
военной операции**

Аннотация. В статье рассматривается проблема психологической коррекции тревожности подростков, воспитывающихся в семьях участников специальной военной операции (СВО). Авторами обоснована актуальность проблемы, обусловленная высоким риском формирования устойчивой тревожности у данной категории детей в условиях длительной разлуки с родителем, информационной неопределённости и изменения семейной системы. В исследовании, проведённом на выборке подростков 15–17 лет, разделённых на экспериментальную и контрольную группы, применялся комплекс диагностических методик: «Интегративный тест тревожности» А. П. Бизюк, Л. И. Вассерман, Б. В. Иовлева, «Методика измерения подростковой тревожности» А. А. Хвана и Ю. А. Зайцева, «Многомерная оценка детской тревожности» Е. Е. Ромицыной. Разработанная авторами коррекционная программа включала 13 еженедельных занятий и интегрировала техники мышечной релаксации, дыхательные и медитативные практики, методы когнитивно-поведенческой терапии и арт-терапии. Результаты исследования продемонстрировали статистически значимое снижение в экспериментальной группе показателей личностной и ситуативной тревожности, включая эмоциональный дискомфорт, астенический компонент и тревожную оценку перспективы, а также уменьшение тревожности относительно будущего и повышение психической активности наряду со снижением вегетативной реактивности. Полученные данные свидетельствуют об эффективности предложенной программы и позволяют рекомендовать её для использования в практике психолого-педагогического сопровождения подростков из семей участников СВО в образовательных и социальных учреждениях. В дальнейшем планируется исследование устойчивости достигнутых эффектов и расширение арсенала методов коррекции отдельных компонентов тревожности.

Ключевые слова: подростки; тревожность; психологическая коррекция; семья; родители; участники специальной военной операции

Введение

Специальная военная операция стала одним из наиболее значимых социально-политических событий последних лет, оказавшим глубокое влияние на психологическое благополучие российского общества. Особую уязвимую группу представляют семьи военнослужащих, принимающих непосредственное участие в боевых действиях [1–3]. В условиях длительной разлуки с родителем, информационной неопределённости и постоянную тревогу за жизнь близкого человека члены семей, особенно дети и подростки, переживают состояние хронического стресса, которое может трансформироваться в устойчивую тревожность [4; 5]. Согласно последним исследованиям, в России формируется целый пласт психолого-педагогических практик сопровождения детей из семей участников специальной военной операции (СВО), что подтверждается проведением специализированных семинаров и конференций по методам коррекции тревожности и стресса у данной категории [6; 7]. Аналогичные тенденции наблюдаются и в международной практике: исследования, свидетельствуют о повышенном риске развития депрессии, тревожности и поведенческих нарушений у детей военнослужащих, особенно в периоды длительных командировок [8; 9].

Подростковый возраст сам по себе является критическим периодом для развития эмоциональных и поведенческих нарушений. Характерные для данного возраста гормональные перестройки, неустойчивость нервной системы, стремление к эмансипации и одновременно высокая потребность в поддержке со стороны значимых взрослых создают благоприятную почву для возникновения тревожных расстройств [10; 11]. Наложение возрастных особенностей на психотравмирующую ситуацию, связанную с участием родителя в боевых действиях, многократно усиливает риск дезадаптации. Подростки из семей участников СВО пребывают в трудной жизненной ситуации, характеризующейся отсутствием одного из родителей, ограничением коммуникации с ним, неопределённостью относительно его судьбы и будущего семьи в целом.

Разлука с родителем лишает подростка привычной эмоциональной атмосферы, чувства опоры и безопасности, порождая неуверенность в себе, страхи, печаль, тоску, тревогу.

Исследователи отмечают, что дети участников СВО подвергаются серьёзным психологическим испытаниям: они сильно переживают за безопасность родителя, испытывают беспокойство, тревогу как в явной, так и в преобразованных формах — уединение, невозможность сосредоточиться, нежелание следить за собой, конфликтное поведение [3; 12]. Кроме того, на подростка ложится груз дополнительной ответственности по уходу за домом, контролю за младшими детьми, что ведёт к физической и психологической перегрузке. Оставшийся родитель, испытывая собственную усталость и эмоциональное истощение, может проявлять избыточную властность и строгость, что нарушает у ребёнка ощущение вовлечённости в семью, эмоциональной теплоты и безопасности.

Современные подходы к психологическому сопровождению семей участников (ветеранов) СВО рассматривают снижение уровня тревожности и преодоление посттравматического стресса в качестве приоритетных задач [12–14]. При этом отмечается, что значительная часть подростков из семей участников СВО отрицает необходимость вмешательства специалистов даже при наличии нарушений психического здоровья, что свидетельствует о недостаточной информированности и низкой обращаемости за профессиональной помощью. В этой связи разработка и внедрение программ психологической коррекции тревожности, адаптированных для образовательной среды, приобретает особую актуальность.

Целью настоящего исследования выступила разработка, апробация и оценка эффективности программы психологической коррекции тревожности подростков, воспитывающихся в семьях участников специальной военной операции.

Методы

Исследование проводилось в несколько этапов на базе МОУ СОШ Челябинской области в период с ноября 2025 года по февраль 2026 года. Выборку составили 20 подростков в возрасте 15–17 лет, воспитывающихся в семьях участников СВО. Критерием включения являлось наличие у подростка близкого родственника (родителя), принимающего участие в специальной военной операции. Участники были разделены на экспериментальную ($n = 10$) и контрольную ($n = 10$) группы, эквивалентные по исходному уровню тревожности (отсутствие статистически значимых различий подтверждено с помощью t -критерия Стьюдента для независимых выборок).

Диагностический инструментарий включал три стандартизированные методики. «Интегративный тест тревожности» (ИТТ) А. П. Бизюк, Л. И. Вассерман, Б. В. Иовлева позволил оценить выраженность личностной и ситуативной тревожности по шкалам: эмоциональный дискомфорт, астенический компонент тревожности, фобический компонент, тревожная оценка перспективы, социальная защита и общая тревожность. «Методика измерения подростковой тревожности» (МИПТ) Ю. А. Зайцева и А. А. Хвана применялась для выявления тревожности в основных сферах жизнедеятельности подростка: взаимоотношения со сверстниками, взаимоотношения с родителями, отношение к будущему, самооценка и общий уровень тревожности. «Многомерная оценка детской тревожности» (МОДТ) Е. Е. Ромицыной использовалась для всестороннего изучения структуры тревожности, включая её проявления в социальных контактах, учебной деятельности и психофизиологическом реагировании.

Программа психологической коррекции была разработана с учётом возрастных и психологических особенностей подростков из семей участников СВО. Теоретико-методологическую основу программы составили принципы когнитивно-поведенческой терапии, арт-терапии, методы нервно-мышечной релаксации и техники осознанности. Программа включала 13

занятий продолжительностью 40 минут каждое, проводимых с периодичностью один раз в неделю. Структура занятий предусматривала последовательное освоение техник саморегуляции: от формирования доверительной атмосферы и сплочения группы к освоению конкретных приёмов снижения тревожности (дыхательные упражнения «по квадрату», «4–7–8», «дыхание одной ноздрей»; мышечная релаксация «Лимон», «Ледяная скульптура», «Надувной мяч»; медитативные практики «Безопасное место», «Облака мыслей», «5–4–3–2–1»; арт-терапевтические техники «Рисунок тревоги», «Мандала спокойствия», «Ладонь ресурсов»; когнитивные упражнения «Цветные мысли», «Дневник успехов») и пр. В контрольной группе коррекционная работа не проводилась.

Для оценки эффективности программы применялся t-критерий Стьюдента для зависимых выборок (сравнение показателей до и после коррекции в экспериментальной группе) и для независимых выборок (сравнение экспериментальной и контрольной групп после завершения программы). Критические значения t-критерия: $p \geq 0,05 = 2,26$; $p \geq 0,01 = 3,24$ для зависимых выборок и $p \geq 0,05 = 2,10$; $p \geq 0,01 = 2,87$ для независимых выборок.

Результаты

Анализ исходного уровня тревожности. Результаты первичной диагностики (до проведения коррекционной программы) позволили установить, что для подростков из семей участников СВО характерен высокий уровень тревожности по большинству исследуемых показателей. По методике ИТТ (личностная тревожность) высокие значения были зафиксированы по шкалам «эмоциональный дискомфорт» (среднее = 6,8), «астенический компонент тревожности» (6,6), «фобический компонент» (7,0), «тревожная оценка перспективы» (6,7) и «общая тревожность» (7,1). Средний уровень выявлен только по шкале «социальная защита» (5,4). По ситуативной тревожности высокие значения получены по шкалам «астенический компонент» (7,0), «фобический компонент» (6,3) и «общая тревожность» (6,1); средние значения — по шкалам «эмоциональный дискомфорт» (5,3), «тревожная оценка перспективы» (5,3) и «социальная защита» (5,2).

Данные свидетельствуют о том, что подростки длительное время испытывают напряжённость, скованность, чувствуют усталость, имеют расстройства сна, быстро утомляются, боятся определённых ситуаций или объектов, ощущают угрозу, которая в реальности может не существовать, и часто беспокоятся о будущем.

По методике МИПТ высокий уровень выявлен по шкалам «сверстники» (6,5) и «самооценка» (6,1), средний с тенденцией к высокому — по шкалам «родители» (5,8) и «будущее» (5,7), общий показатель тревожности составил 6,4 (высокий уровень).

Это указывает на то, что подросткам важно мнение сверстников, они ориентируются на групповые нормы, недооценивают себя и свои возможности, остро реагируют на взаимоотношения с родителями, испытывают неопределённость относительно будущего.

По методике МОДТ высокий уровень обнаружен по шкалам «тревога во взаимоотношениях со сверстниками» (7,1), «тревога, связанная с успешностью в обучении» (7,0) и «тревога, возникающая в ситуациях самовыражения» (7,3). Остальные показатели находились на среднем уровне, однако по шкалам «повышение вегетативной реактивности, связанное с тревогой» (6,8) и «снижение психической активности, связанное с тревогой» (6,1) значения приближались к высокому уровню.

Оценка эффективности программы коррекции. В экспериментальной группе после реализации программы психологической коррекции произошли статистически значимые изменения по большинству отслеживаемых показателей (табл. 1).

Таблица 1

**Анализ показателей тревожности в
экспериментальной группе до и после коррекции (средние значения)**

Методика	Шкала	До коррекции	После коррекции	t-критерий	p
ИТТ (личностная)	Эмоциональный дискомфорт	6,7	4,8	4,4	< 0,01
	Тревожная оценка перспективы	6,7	4,4	3,9	< 0,01
	Общая тревожность	7,0	5,4	4,7	< 0,01
	Астенический компонент	6,3	5,2	2,4	< 0,05
ИТТ (ситуативная)	Эмоциональный дискомфорт	5,5	3,5	5,1	< 0,01
	Общая тревожность	6,0	5,0	3,9	< 0,01
	Астенический компонент	6,4	5,8	2,7	< 0,05
	Тревожная оценка перспективы	4,9	3,9	2,5	< 0,05
МИПТ	Будущее	5,4	3,9	4,8	< 0,01
	Общий балл	6,3	4,8	5,58	< 0,01
	Самооценка	6,0	5,2	4,0	< 0,05
МОДТ	Снижение психической активности	6,4	4,6	3,52	< 0,01
	Повышение вегетативной реактивности	6,8	4,5	3,63	< 0,01
	Общая тревожность	6,5	5,6	2,59	< 0,05
	Тревога в связи с оценкой окружающих	5,3	4,1	2,71	< 0,05
	Тревога в ситуациях самовыражения	7,0	5,6	2,81	< 0,05

Составлено авторами

Статистически значимых изменений не произошло по шкалам «фобический компонент тревожности» (личностная и ситуативная), «социальная защита», «сверстники», «родители», «тревога во взаимоотношениях с учителями», «тревога, связанная с успешностью в обучении» и «тревога в ситуациях проверки знаний». Это может быть связано с тем, что коррекция данных аспектов тревожности требует большего времени либо применения иных методов и форм работы, в том числе с привлечением родителей и педагогов.

В контрольной группе статистически значимых изменений по всем исследуемым показателям выявлено не было ($p > 0,05$), что подтверждает обусловленность позитивной динамики в экспериментальной группе именно коррекционным воздействием.

При сравнении результатов экспериментальной и контрольной групп после завершения программы выявлены статистически значимые различия по следующим показателям: личностная тревожность — «эмоциональный дискомфорт» ($t = 2,37$, $p < 0,05$), «астенический компонент» ($t = 2,14$, $p < 0,05$), «тревожная оценка перспективы» ($t = 3,08$, $p < 0,01$), «социальная защита» ($t = 2,3$, $p < 0,05$), «общая тревожность» ($t = 2,51$, $p < 0,05$); ситуативная тревожность — «эмоциональный дискомфорт» ($t = 2,83$, $p < 0,05$), «астенический компонент» ($t = 2,95$, $p < 0,05$), «общая тревожность» ($t = 2,17$, $p < 0,05$); по методике МИПТ — «будущее» ($t = 2,79$, $p < 0,05$) и «общий балл» ($t = 2,92$, $p < 0,01$); по методике МОДТ — «общая тревожность» ($t = 2,82$, $p < 0,05$), «тревога в связи с оценкой окружающих» ($t = 3,5$, $p < 0,01$), «тревога, связанная с успешностью в обучении» ($t = 2,11$, $p < 0,05$), «тревога в ситуациях проверки знаний» ($t = 2,76$, $p < 0,05$), «снижение психической активности» ($t = 2,39$, $p < 0,05$) и «повышение вегетативной реактивности» ($t = 2,15$, $p < 0,05$).

Обсуждение

Проведённое исследование подтвердило гипотезу о том, что для подростков из семей участников СВО характерен высокий уровень тревожности, проявляющийся в различных сферах — от эмоционального дискомфорта и усталости до страхов, связанных с будущим, и проблем в межличностных отношениях.

Полученные результаты согласуются с данными опубликованных исследований, согласно которым дети военнослужащих подвержены повышенному риску развития тревожных расстройств в периоды длительных командировок [2; 4; 14]. При этом, как показывают исследования, наличие сильной семейной сплочённости, доступ к структурированным услугам поддержки и благополучное психическое состояние родителей могут выступать защитными факторами, смягчающими негативное влияние военного стресса.

Разработанная программа психологической коррекции, интегрирующая техники КПТ, арт-терапии, мышечной релаксации, дыхательных и медитативных практик, продемонстрировала свою эффективность в снижении личностной и ситуативной тревожности подростков экспериментальной группы. Наиболее выраженная положительная динамика наблюдалась по показателям эмоционального дискомфорта, тревожной оценки перспективы, общей тревожности, а также по таким важным аспектам, как тревога относительно будущего и самооценка. Кроме того, у подростков повысилась психическая активность и снизилась вегетативная реактивность, связанная с тревогой, что свидетельствует об улучшении как психологического, так и психофизиологического состояния.

Следует отметить, что по ряду показателей (фобический компонент тревожности, социальная защита, взаимоотношения со сверстниками и родителями, тревога в ситуациях проверки знаний) статистически значимых изменений достичь не удалось. Это может объясняться несколькими причинами. Во-первых, коррекция глубинных фобических компонентов и сложившихся паттернов межличностных отношений требует более длительного времени и, возможно, более интенсивного терапевтического воздействия. Во-вторых, взаимоотношения со сверстниками и родителями являются системными факторами, которые не могут быть полностью изменены только за счёт индивидуальной работы с подростком — требуется вовлечение социального окружения. В-третьих, школьная тревожность, связанная с проверкой знаний, может быть обусловлена объективными требованиями учебного процесса и требует дополнительных интервенций, направленных на развитие навыков совладания со стрессом в академической среде.

Практическая значимость исследования заключается в том, что разработанная программа может быть рекомендована для использования педагогами-психологами образовательных учреждений, специалистами центров социальной помощи и реабилитационных центров при работе с подростками из семей участников СВО. Комплексный характер программы, сочетающий различные техники и методы, позволяет воздействовать на разные аспекты тревожности и учитывать индивидуальные особенности подростков. Важным преимуществом программы является её доступность — занятия не требуют специального оборудования и могут проводиться в условиях обычного образовательного учреждения.

Ограничения настоящего исследования связаны с относительно небольшим объёмом выборки ($n = 20$), что обусловлено спецификой исследуемой категории и ограниченной доступностью респондентов. Дальнейшие исследования в данном направлении целесообразно проводить на более крупных выборках с включением подростков из разных регионов, что позволит повысить репрезентативность результатов. Кроме того, перспективным представляется изучение отдалённых эффектов программы (через 3–6 месяцев после завершения) для оценки устойчивости достигнутых изменений.

Выводы

Для подростков, воспитывающихся в семьях участников СВО, характерен высокий уровень личностной и ситуативной тревожности, проявляющийся в эмоциональном дискомфорте, усталости, фобических переживаниях, тревожной оценке будущего, проблемах в межличностных отношениях и снижении психической активности.

Разработанная программа психологической коррекции тревожности, включающая техники КПТ, арт-терапии, мышечной релаксации, дыхательные и медитативные практики, продемонстрировала эффективность в снижении показателей личностной и ситуативной тревожности, тревожности относительно будущего и самооценки, а также в повышении психической активности и снижении вегетативной реактивности, связанной с тревогой.

Полученные результаты подтверждают целесообразность внедрения комплексных программ психологической коррекции тревожности в систему психолого-педагогического сопровождения подростков из семей участников СВО в образовательных и социальных учреждениях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кадиева, Р. И. Современные подходы и технологии психологического сопровождения семей участников (ветеранов) специальной военной операции / Р. И. Кадиева, А. Р. Давудова. — DOI: 10.12731/2658-4034-2024-15-6-725 // Russian Journal of Education and Psychology. — 2024. Т. 15. № 6-2. — С. 205–232. — URL: <https://rjep.ru/jour/index.php/rjep/article/view/725> (дата обращения: 11.05.2026).
2. Микушева, А. Е. Особенности психоэмоционального состояния подростков, родственники которых находятся в зоне СВО / А. Е. Микушева, Е. А. Петрова // Научный аспект. — 2024. — Т. 29, № 4. — С. 3755–3762. URL: <https://na-journal.ru/4-2024-psihologiya/11011-osobennosti-psihoehmotsionalnogo-sostoyaniya-podrostkov-rodstvenniki-kotoryh-nahodyatsya-v-zone-svo> (дата обращения: 11.15.2026). — EDN KMAUGI.
3. Слепухина, Г. В. Психологические особенности прямых и косвенных участников специальной военной операции и работа с ними: электронное издание / Г. В. Слепухина, О. П. Степанова. — Магнитогорск: Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова, 2024. — 102 с. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=73811668> (дата обращения: 11.05.2026). — EDN UACIWY.
4. Хабибулин, Д. А. Психологическая помощь детям ветеранов и участников специальной военной операции / Д. А. Хабибулин, В. В. Селезнева, Д. Д. Хабибулин // Проблемы современного педагогического образования. — 2025. — № 87-1. — С. 402–404. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-pomosch-detyam-veteranov-i-uchastnikov-spetsialnoy-voennoy-operatsii> (дата обращения: 11.15.2026). — EDN VWQMKW.
5. Селиванова, Ю. В. Взаимосвязь тревожности, связанной с проведением специальной военной операции и киберагрессии (на примере молодежи) / Ю. В. Селиванова, А. А. Шаров // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 1. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/77PSMN124.pdf> (дата обращения: 11.05.2026). — EDN AOCIMU.
6. Конеева, Е. В. Проблемы психолого-социальной реабилитации подростков на основе оптимизации эмоциональной устойчивости / Е. В. Конеева, Т. И. Коток // Человеческий капитал. — 2019. — № 6-2(126). — С. 282–288. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_38519247_60453011.pdf (дата обращения: 11.05.2026). — EDN QEEGCL.

7. Латышева, М. С. Психологическая поддержка участников специальной военной операции, членов семей участников специальной военной операции и их детей / М. С. Латышева // Феномен специальной военной операции: проблемы и перспективы научного осмысления: Материалы Всероссийской научной конференции, посвященной 80-летию Победы в Великой Отечественной войне, Омск, 24 апреля 2025 года. — Омск: Омский государственный педагогический университет, 2025. — С. 181–187. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_88901987_54333627.pdf (дата обращения: 11.05.2026). — EDN JPPVFL.
8. Cohen, J.A. Trauma-Focused CBT for Children and Adolescents: Treatment Applications / J.A. Cohen, A.P. Mannarino, E. Deblinger. — DOI:10.1080/07317107.2013.789374. — New York: The Guilford Press, 2017. — 308 p.
9. Pinoos, R.S. A developmental psychopathology model of childhood traumatic stress and intersection with anxiety disorders / R.S. Pinoos, A.M. Steinberg, J.C. Piacentini. — DOI 10.1016/s0006-3223(99)00262-0 // Biol Psychiatry. — 1999. — Vol. 46, № 11. — Pp. 1542–1554. — URL: [https://doi.org/10.1016/s0006-3223\(99\)00262-0](https://doi.org/10.1016/s0006-3223(99)00262-0) (дата обращения: 11.05.2026).
10. Прихожан, А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст / А. М. Прихожан; А. М. Прихожан. — 2-е изд.. — Москва [др.]: Питер, 2007. — EDN QXSALV.
11. Шпаковская, Е. Ю. Социально-психологические особенности подростков, склонных к виктимному поведению / Е. Ю. Шпаковская, О. В. Токарь // Мир науки. Педагогика и психология. — 2025. — Т. 13. — № 1. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/31PSMN125.pdf> (дата обращения: 11.05.2026). — EDN XVGZKM.
12. Хажуев, И. С. Оценка эффективности программы психологической реабилитации детей из семей участников специальной военной операции / И. С. Хажуев, А. А. Саидов // Гуманитарное знание и духовная безопасность: Сборник материалов XII Международной научно-практической конференции, Грозный, 12 декабря 2025 года. — Махачкала: ООО "Издательство АЛЕФ", 2025. — С. 322–327. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_88784229_73823373.pdf (дата обращения: 11.05.2026). — EDN TLRRAI.
13. Торхова, Н. В. Практика работы с семьями участников специальной военной операции / Н. В. Торхова // Социальная работа: теория, методы, практика. — 2025. — № 11. — С. 193–203. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_82585826_66706979.pdf (дата обращения: 11.05.2026). — EDN ONKTDK.
14. Штепа, А. Н. Психологическая помощь семьям военнослужащих участникам специальной военной операции / А. Н. Штепа // Современные тенденции развития образования: интеграция науки и практики: сборник материалов I Всероссийской научно-практической конференции, Мелитополь, 25–26 марта 2024 года. — Мелитополь: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Мелитопольский государственный университет", 2024. — С. 198–205. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_73088675_16495339.pdf (дата обращения: 11.05.2026). — EDN XSNRXE.

Savva Lyubov Ivanovna

Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia

E-mail: savva.53@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8340-3742>

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=426001

Khabibulin Denis Askhatovich

Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia

E-mail: khabibulin-denis@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5488-0635>

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=463474

Churilov Vladimir Vasilievich

Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia

E-mail: vv.churilov@magtu.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6356-7803>

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=801942

Verkhovtseva Violetta Valerievna

Nosov Magnitogorsk State Technical University, Magnitogorsk, Russia

E-mail: vita_3007@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-4723-5390>

Psychological correction of anxiety in adolescents from families of participants in a special military operation

Abstract. This article examines the psychological treatment of anxiety in adolescents raised in families of special military operations (SVO) participants. The authors substantiate the relevance of this problem, owing to the high risk of developing persistent anxiety in this category of children under conditions of prolonged separation from parents, information uncertainty, and changes in the family system. The study, conducted on a sample of 15–17-year-old adolescents divided into experimental and control groups, utilized a combination of diagnostic methods: the «Integrative Anxiety Test» by A.P. Bizyuk, L.I. Wasserman, and B.V. Iovleva, the «Methodology for Measuring Adolescent Anxiety» by A.A. Khvan and Yu.A. Zaitsev, and the «Multidimensional Assessment of Childhood Anxiety» by E.E. Romitsyna. The authors' treatment program included 13 weekly sessions and integrated muscle relaxation techniques, breathing and meditation practices, cognitive behavioral therapy, and art therapy. The study's results demonstrated a statistically significant reduction in the experimental group's measures of personal and situational anxiety, including emotional discomfort, asthenic components, and anxious assessment of the future. This also included a decrease in anxiety about the future and an increase in mental activity, along with a reduction in autonomic reactivity. These findings demonstrate the effectiveness of the proposed program and recommend it for use in the psychological and pedagogical support of adolescents from the families of SVO participants in educational and social institutions. Future studies are planned to examine the sustainability of these effects and expand the range of methods for correcting individual anxiety components.

Keywords: teenagers; anxiety; psychological correction; family; parents; participants of a special military operation