

УДК 08:001+37+908(477)

В 76

В 76 Восьмі Геретівські читання: збірник наукових статей, тез доповідей та інших матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції, 27 вересня 2024 р. / Редколегія: О. М. Петровський, В. С. Мисик, І. М. Вітенко, О. І. Когут, Ю. Ч. Шайнюк, Т. В. Магера, Ф. І. Полянський, Н. Б. Стрийвус, Г. І. Герасимчук, М. І. Чорна. Тернопіль: ФОП Осадца Ю. В., 2024. 396 с.

У збірнику публікуються наукові статті, тези доповідей та інші матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «VIII Геретівські читання», що приурочена вшануванню пам'яті Ігоря Герети та воїнів, загиблих у неоголошеній війні московії проти України, проведеної 27 вересня 2024 р.

Усі матеріали збірника подаються у редакції авторів. Відповідальність за достовірність фактів, цитат, власних імен та інших даних несуть автори.

*Рекомендовано до друку науково-методичною радою Тернопільського обласного комунального інституту післядипломної педагогічної освіти
(протокол № 5 від 11 жовтня 2024 р.)*

УДК 08:001+37+908(477)

©Тернопільський обласний комунальний інститут післядипломної педагогічної освіти, 2024

ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ КОМУНАЛЬНИЙ ІНСТИТУТ
ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ

НАУКОВИЙ, МЕТОДИЧНИЙ, ІНФОРМАЦІЙНИЙ ЗБІРНИК

VIII ГЕРЕТІВСЬКІ ЧИТАННЯ

**НАУКОВІ СТАТТІ, ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ ТА ІНШІ МАТЕРІАЛИ
ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

27 вересня 2024 року

<i>Корх Г. І., Титаренко С. А.</i> Психолого-педагогічні умови збереження емоційного здоров'я дітей дошкільного віку в умовах війни	с. 195
<i>Кочерга О. В.</i> Чутливість процесів регулювання станів людини: психофізіологічний аспект.....	с. 199
<i>Лазарук А. Ф.</i> Вчинок самовизначення у просторі суспільного буття.	с. 204
<i>Лей Кунь.</i> Реалізація освітньої концепції патріотичного виховання студентів у закладах вищої освіти КНР.....	с. 208
<i>Лебедик Л. В.</i> Сучасні підходи до розвитку творчості майбутніх психологів.....	с. 213
<i>Левченко А. В., Лупаренко С. Є.</i> Особливості мотивації до навчання у здобувачів вищої освіти.....	с. 217
<i>Лупаренко С. Є.</i> Організація роботи з дітьми – малолітніми правопорушниками в Україні (кінець ХІХ ст. – початок ХХ ст.).....	с. 221
<i>Мартинів М. А.</i> Фінансування підвищення кваліфікації освітян Тернопільської області упродовж 1970–1972 рр.....	с. 223
<i>Миць О. В.</i> Порівняння воєнної пропаганди часу Першої світової війни та московито-української війни (2014 р. – наші дні): універсальні закони пропаганди у час війни.....	с. 227
<i>Мошаренкова Т. В.</i> Ритуал хвилини мовчання як засіб формування у майбутніх офіцерів Збройних Сил України усвідомлення цінності історичної пам'яті.....	с. 233
<i>Огірко О. В.</i> Взаємозв'язок логіки і теології.....	с. 237
<i>Поліщук В. М.</i> Вікова періодизація і вікова класифікація: вихідна феноменологія.....	с. 243
<i>Поліщук С. А.</i> Психологічна безпека: формування громадянина у дошкільному віці.....	с. 248
<i>Полянський Ф. І.</i> Тюрми на Тернопільщині у другій половині 1940-х рр. як політичні в'язниці радянської влади (за документами державного архіву Тернопільської області).....	с. 253
<i>Рушенко І. С., Титарико С. А.</i> Психологічні особливості адаптації дитини до навчання у школі.....	с. 258
<i>Сесик О. О.</i> Художня література як дієве джерело формування національної ідентичності особистості.....	с. 263
<i>Телепов С. М.</i> Організаційні форми та методи навчання і виховання в сільськогосподарських школах України (1920-1930 рр.).....	с. 267
<i>Теляга Г. А.</i> Вплив соціальних мереж на формування світогляду сучасного здобувача освіти та популяризацію навчального процесу...	с. 271
<i>Тернова Н. В.</i> Формування патріотичних почуттів у дітей дошкільного віку в аспекті народної гри.....	с. 274
<i>Титаренко С. А.</i> Забезпечення психолого-педагогічного супроводу освітнього процесу дітей дошкільного віку в умовах війни.....	с. 279
<i>Ткачишина О. Р.</i> Вивчення психічного стану студентів в умовах сьогодення.....	с. 284

Ткачишина Оксана Романівна,
кандидат психологічних наук, старший
викладач кафедри психології особистості
та соціальних практик Київського
столичного університету
імені Бориса Грінченка, м. Київ

ВИВЧЕННЯ ПСИХІЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ

Проблема ментального здоров'я та психологічного благополуччя особистості набуває все більшої актуальності в умовах сьогодення України. Головним чином це пов'язано з повномасштабною війною в Україні та усіма негативними впливами, які нею зумовлені. Війна стає випробуванням, як для психіки кожної окремої людини, так і держави в цілому. Негативний вплив війни та її наслідки не можуть не відбиватися на ментальному здоров'ї населення. Так, гострий та хронічний стрес, психотравма, горе та втрати (рідних і близьких, матеріальні та інші) не тільки впливають на психіку людини, а нерідко можуть порушувати й ментальне здоров'я, що може проявлятися у депресивних та тривожних розладах, формуванні ПТСР, когнітивних та психотичних розладах тощо. Психічний стан особистості є показником її психологічного благополуччя, або ж неблагополуччя, він тісно пов'язаний з наявністю чи відсутністю ментальних порушень, тривожних та депресивних розладів тощо.

Ментальне здоров'я нації є потенціалом розвитку держави, адже від психічного здоров'я залежать не тільки особливості життя конкретної людини, але й можливість та ефективність виконання нею соціальних ролей та функцій, її внесок у розвиток суспільства в цілому [2].

Проблеми ментального здоров'я та психологічного благополуччя особистості цікавили багатьох, як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників. Серед українських науковців проблемі впливу війни на психічне здоров'я та психічний стан, психологічне благополуччя населення України в наш час

приділяють увагу С. Лагутіна, М. Маркова, Н. Маруга, Г. Пилягіна, О. Хаустова, О. Чабан, Л. Юр'єва та інші.

Психічний стан людини являє собою цілісну характеристику її психічної діяльності за певний період часу. Основними компонентами психічного стану є активаційний, емоційний, когнітивний. Таким чином, психічний стан особистості впливає на її активність у соціальних відносинах, стосунках у групі, її діяльність, а також впливає і на результати діяльності. Емоційний компонент психічного стану визначає основні емоції, які переживає людина, їх силу та виразність в певний часовий період. Когнітивний компонент психічного стану впливає на когнітивну сферу особистості, пізнавальні процеси та пізнання в цілому. Отже, психічні стани, які переживає людина, їх тривалість та динаміка впливають не тільки на результати конкретної діяльності, але й на стосунки з іншими людьми, почуття психологічного благополуччя та задоволеність життям, сприйняття й оцінку зовнішнього світу та подій, які відбуваються.

Психічні стани змінюючись, супроводять життя людини в її відносинах з іншими людьми, суспільством в цілому. В будь-якому психічному стані також можна виділити три загальні виміри: мотиваційно-спонукальний, емоційно-оцінний і активаційно-енергетичний. Психічні стани людини характеризуються цілісністю, рухливістю і відносною стійкістю, взаємозв'язком з психічними процесами і властивостями особистості, індивідуальною своєрідністю і типовістю, крайнім різноманіттям, полярністю. На психічний стан особистості впливають стрес, дистрес та інші негативні чинники.

Дистрес пов'язаний з війною в Україні має свій негативний вплив. Наприклад, постійне порушення сну з великою ймовірністю може призводити до астенії, ангедонії, а то й до депресивних проявів. Людина може втрачати здатність отримувати задоволення від життя, діяльності, якою займалась і яка викликала позитивні емоції тощо. Надмірні переживання особистістю важких обставин життя, кризових чи екстремальних ситуацій, можуть значною мірою впливати на виникнення емоційних порушень.

Варто зазначити, що загалом дистрес розглядають з різних позицій:

- 1) стан, при якому людина не в змозі повністю адаптуватися до стресових ситуацій та спричинених ними наслідків і проявляє дезадаптивну поведінку;
- 2) «шкідливий стрес», внаслідок якого вичерпуються захисні сили організму та зриваються механізми адаптації, організм слабшає, що призводить до розвитку різних захворювань;
- 3) травматичний стрес – це дуже сильний дистрес, викликаний подією, яка є джерелом травми, як правило є результатом екстремальних переживань наближення до смерті. Виходячи з вищезазначеного, вплив війни цілком можна розглядати як дистрес, що негативно впливає на особистість та її функціонування [2].

Згідно з глобальними оцінками ВООЗ, кожна п'ята людина (22%), яка проживає в районі, що постраждав від конфлікту в будь-який час впродовж останніх 10 років, має певну форму психічного розладу, починаючи від легкої депресії, або тривожності до психозу, і майже кожна десята людина (9%) живе з помірним або важким психічним розладом [3].

У 2024 р. на факультеті психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка було проведено дослідження спрямоване на вивчення психічного стану студентів-першокурсників. Загалом у дослідженні брали участь 50 студентів першого курсу, які навчаються на факультеті. Для дослідження була використана шкала HADS (Hospital Anxiety and Depression Scale), яка направлена на виявлення тривоги й депресії та оцінку тяжкості цих симптомів. Перевагами даної шкали є простота застосування і обробка (заповнення шкали не вимагає тривалого часу і не викликає труднощів у досліджуваних) [1]. Вибір даної методики був зумовлений тим, що в умовах сьогодення України тривога та депресія можуть як викликатися, так і посилюватися у зв'язку з війною та її негативними наслідками (наприклад, повітряними тривогами, поганими новинами, порушенням сну тощо).

Далі коротко зупинимось на основних поняттях, що стосуються нашого дослідження. Тривога – це негативний емоційний стан, що виникає в ситуаціях

невизначеної небезпеки й виявляється в очікуванні неблагополучного розвитку подій. Сенс тривоги як психологічного феномену полягає у позначенні небезпеки та попередження про можливе заподіяння шкоди, болю, наявності загрози, яку ще можна уникнути. Рівень тривоги визначається індивідуальними психічними особливостями людини більшою мірою, ніж об'єктивною ситуацією. Не викликає сумніву, що війна в Україні впливає на психічний стан особистості і може підвищувати рівень її тривожності, оскільки вона несе загрозу життю та здоров'ю людини, а також перешкоджає задоволенню важливої потреби людини в безпеці. В крайньому негативному своєму прояві це може призводити до тривожних та інших психічних розладів.

Депресія – це не тільки смуток та пригнічений настрій, а складне поєднання різних відчуттів: від їх відсутності (оніміння) до картання себе ні за що. Причини депресії можуть бути різними і її виникнення можна пов'язувати з впливом багатьох чинників, не останню роль серед яких відіграє і війна в країні. Серед головних чинників виникнення депресії варто зазначити внутрішні, тобто індивідуально-психологічні особливості конкретної людини. І тут більш важливим є не те, що саме відбувається з особистістю, які конкретно події тощо, а те, як вона це сприймає (наскільки вона є психологічно чутливою до стресу, травматичних подій, володіє стресостійкістю та ін.).

В процесі нашого дослідження за допомогою методики HADS було виявлено, що за підшкалою «Тривога» 40% досліджуваних мають показники в межах норми, тобто характеризуються відсутністю виражених симптомів. Проте 34% студентів мають результати, що становлять зону ризику (присутність феномену) або легкий ступінь тяжкості симптому, тобто в них спостерігається субклінічно виражена тривога. А 22% першокурсників за результатами мають помірний ступінь розладу настрою, тобто для них характерна клінічно виражена тривога. Крім того, 4% досліджуваних мають важкий ступінь розладу настрою, клінічно виражену тривогу.

За підшкалою «Депресія» результати виявились кращими. Так, 78% досліджуваних мають показники в межах норми, тобто характеризуються

відсутністю виражених симптомів депресії. 16% студентів мають результати, що становлять зону ризику (присутність феномену) або легкий ступінь тяжкості депресії, тобто в них спостерігається субклінічно виражена депресія. А 6% студентів мають помірний ступінь розладу настрою, тобто для них характерна клінічно виражена депресія. Важкий ступінь депресії у студентів не виявлено.

Підсумовуючи отримані результати вивчення психічного стану студентів-першокурсників варто зазначити, що прояви тривоги спостерігаються у 60 % досліджуваних (від легкого ступеня – субклінічно виражена тривога до важкого ступеня – клінічно виражена тривога), у 40% – показники за підшкалою тривоги перебувають в межах норми. У 22% студентів першого курсу спостерігаються прояви депресії (від легкого до помірного ступеня), а у 78% – проявів депресії не виявлено. Показники психічного стану особистості можуть позначатися на процесі та результатах її діяльності, а отже на навчальній діяльності студентів (сприйнятті та засвоєнні нового матеріалу, підготовці до занять, навчальній успішності тощо). Тому, в умовах освітнього процесу в закладі вищої освіти варто враховувати ті чинники, які впливають на психічний стан студентів загалом, і зокрема, на переживання ними тривоги та депресії, що може впливати на навчальну успішність з метою здійснення педагогом позитивного психологічного впливу на психіку студентів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Практична психосоматика: діагностичні шкали : навчальний посібник / за заг. ред. О. О. Чабана, О. О. Хаустової. Київ : ВНТУ. 2018. 108 с.
2. Ткачишина О. Р. Проблема ментального здоров'я в Україні: психологічний аналіз. *Науковий журнал «Габітус»*. Вип. 53. Видавничий дім «Гельветика», 2023. С. 207–211.
3. Charlson F., van Ommeren M., Flaxman A., Cornett J., Whiteford H., Saxena S. New WHO prevalence estimates of mental disorders in conflict settings: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet*, 2019. P. 240-248.