



НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г. С. КОСТЮКА НАПН УКРАЇНИ
Лабораторія психодіагностики та науково-психологічної інформації
МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра психології

II Всеукраїнська науково-практична інтернет-конференція
«Українська школа в контексті війни: психологічні проблеми»

5 травня 2025 року

Збірник матеріалів

Київ

2025

Рекомендовано до розповсюдження за ухвалою вченої ради Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (протокол № 6 від 29 травня 2025 року).

Українська школа в контексті війни: психологічні проблеми : збірник матеріалів II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (Київ, 5 травня 2025 року) / за ред. С. Д. Максименка. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2025. 157 с.

Редакційна колегія:

С. Д. Максименко, дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор;
Н. В. Пророк, доктор психологічних наук, старший науковий співробітник Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України; **І. І. Брецько**, кандидат психологічних наук, завідувач кафедри психології Мукачівського державного університету; **С. Т. Бойко**, науковий співробітник Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України

Метою проведення конференції є висвітлення психологічних аспектів освіти під час війни.

Зокрема, розглянуто психолого-педагогічні аспекти (освітні, вікові, гендерні тощо) взаємодії суб'єктів освітнього простору в умовах сучасних викликів; питання психологічної допомоги та підтримки дітей і дорослих у подоланні негативних психологічних наслідків війни; психологічні проблеми адаптаційних розладів у суб'єктів освітнього простору в ускладнених сучасних умовах (зокрема, воєнних дій, диджиталізації суспільства, інформаційних впливів); можливості адаптаційних ресурсів для подолання наслідків війни.

Відповідальність за вірогідність викладеного матеріалу та належність його автору, за правильне цитування джерел та посилання на них покладено на авторів тез доповідей. Думки авторів можуть не збігатися з позицією редколегії.

ЗМІСТ

Секція 1. Психологічні аспекти освіти під час війни

Гнатюк О. В. Психологічні аспекти безпечного освітнього середовища в закладах освіти під час війни.....	5
Котух О. В. Психологічний зміст поняття «криза мілітарної ідентичності» у контексті освіти підлітків.....	12
Мар'яненко Л. В. Пізнавально-творчий потенціал учня в умовах особистісної невизначеності: модель психологічного дослідження.....	16
Полякова В. І. До проблеми розвитку стресостійкості у вчителів.....	23

Секція 2. Психолого-педагогічні аспекти (освітні, вікові, гендерні тощо) взаємодії суб'єктів освітнього простору в умовах сучасних викликів

Гомонюк В. О. Вплив вікових та гендерних особливостей на процес відновлення дітей після кризових ситуацій.....	31
Зликов В. Л. Особливості мілітарних наративів школярів під час війни.....	34
Лукомська С. О. Особливості морального розвитку підлітків в умовах мілітарної повсякденності.....	38
Медінцев В. О. Теоретичні засади формування професійної мілітарної ідентичності старшокласників.....	43
Соловей Я. Г. Психологічні особливості асертивної взаємодії музично обдарованих студентів.....	51
Столярчук О. А. Партнерство як провідна стратегія взаємодії викладачів зі студентами в умовах війни.....	56

Секція 3. Психологічна допомога та підтримка дітей і дорослих у подоланні негативних психологічних наслідків війни

Володарська Н. Д. Особливості методів психологічної допомоги членам сімей в умовах війни	59
Завгородня О. В., Макіна Л. Б. Роль суб'єктів освітнього простору у формуванні стійкості в умовах війни.....	67
Кирилах С. В. Психологічні наслідки військових конфліктів для дітей в Україні та інших міжнародних контекстах.....	74
Тарнавська О. В. Через біль – до світла: родинне горювання під час війни у контексті культури підтримки.....	79
Терещук А. Д. Психологічна допомога та підтримка військовослужбовців у подоланні негативних афективних станів.....	87
Царенко Л. Г. Виклики повномасштабної війни: ситуації, події та способи реагування	94

Секція 4. Психологічні проблеми адаптаційних розладів у суб'єктів освітнього простору в ускладнених сучасних умовах (зокрема, воєнних дій, диджиталізації суспільства, інформаційних впливів)

Пастушенко В. С. Психоемоційна підтримка вчителів, які працюють з дітьми, постраждалими від війни.....	102
Полякова В. І. Психологічний супровід дистанційного навчання в умовах війни.....	105

Пророк Н. В. Мотиваційно-сміслові настановлення, що формуються під впливом цифрового світу.....	109
Скальська Л. О, Горбачов В. О. Ресурсний потенціал психологічного супроводу освітніх процесів в умовах воєнного часу в Україні.....	117

Секція 5. Можливості адаптаційних ресурсів для подолання наслідків війни

Бойко С. Т. Адаптаційні ресурси батьків здобувачів загальної середньої освіти для в умовах війни в Україні.....	120
Карабаєва І. І. Особистісний адаптивний потенціал як один із чинників психологічної стійкості дітей.....	129
Купрєсва О. І. Життєстійкість як особистісний ресурс особистості.....	136
Мельник М. О. Асертивність і суб'єктність у структурі факторів реалізації потенціалу обдарованості.....	141
Ткачишина О. Р. Психологічні наслідки війни.....	145
Чекстєре О. Ю. Життєстійкість молодших школярів під час війни.....	150

5. Шинкар М. І. Проблема асертивності в сучасному суспільстві. *Вісник Національного університету оборони України. Сер. Питання психології*. 2020. Т. 1. Вип. 54. 2020. С. 210–213.

ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ВІЙНИ

Ткачишина Оксана Романівна,
*кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри психології особистості
та соціальних практик
Київський столичний університет
імені Бориса Грінченка*

Війна за своїм впливом на психіку людини є значним стресогенним чинником і викликає як безпосередні наслідки (тобто явні), так і опосередковані, які можуть бути віддаленими в часі. Руйнівні наслідки війни, воєнних дій можна побачити досить швидко, а психологічні – не завжди проявляються відразу, за винятком деяких, як-от гостра реакція на стрес внаслідок екстремальних ситуацій зумовлених війною тощо. До психологічних наслідків війни щодо впливу на психіку людини можна віднести стрес-асоційовані розлади. Стрес-асоційовані розлади (САР) – це велика група психічних порушень, яка об'єднує різні захворювання, що відрізняються ступенем важкості, тривалістю, періодом відновлення та наслідками. Розглядаючи їх у вузькому значенні, до них відносять різні за своїми проявами та часовим перебігом розлади, зокрема як-от: гостра реакція на стрес (тривалістю до декількох днів), посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), що може тривати роками та розлади адаптації (можуть тривати місяці). Наслідки психопатології в межах групи стрес-асоційованих розладів також відрізняються проявом патологічного процесу: від відсутності порушень соціального функціонування до його розладів у різних сферах. Якщо розглядати психологічні наслідки війни для особистості в широкому значенні, то крім зазначених вище, до них можна віднести тривогу, депресію, психосоматичні розлади, сенсорну депривацію, втрати тощо.

Проблема психологічних наслідків війни в Україні для її населення є

досить актуальною в наш час. Проблема ментального здоров'я та психологічного благополуччя особистості набуває все більшої актуальності в умовах сьогодення України. Серед українських науковців проблемі впливу війни на психічне здоров'я населення України приділяють увагу, зокрема С. Лагутіна, М. Маркова, Н. Марута, Г. Пилягіна, О. Хаустова, О. Чабан, Л. Юр'єва та ін.

Важливо враховувати, що тривалість війни породжує дистрес. Якщо на початку широкомасштабної війни населення переживало тривогу, страх, паніку та інші значні за силою емоційні переживання, що відповідає першій фазі стресу, то пізніше – внаслідок мобілізації внутрішніх сил та певного пристосування до такої нестандартної ситуації, як війна, враховуючи успіхи України на фронті, можна було говорити про загальну психологічну опірність загрозі, моральне піднесення серед населення, надію на швидке закінчення війни, що узгоджувалося з особливостями переживання другої фази стресу – фази опору. Але оскільки війна продовжується, перетворюючись у дистресовий чинник для психіки особистості, то неодмінно настає третя фаза – виснаження, втоми від війни, як серед населення, так і серед військовослужбовців, оскільки психологічні, фізіологічні ресурси людини не є безмежними.

Дистрес, пов'язаний з війною в Україні, має свій негативний вплив. Так, постійне порушення сну (наприклад, внаслідок повітряних тривог та небезпек, обстрілів тощо) 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, за якого 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, зазвичай є результатом екстремальних переживань наближення до смерті. Виходячи з вище зазначеного, вплив війни цілком можна розглядати як дистрес, що негативно впливає на особистість та її функціонування [1].

Світовий досвід, отриманий в інших надзвичайних ситуаціях, вказує на те, що війна в Україні матиме як безпосередній, так і опосередкований вплив на психічне здоров'я та добробут населення. Причому цей вплив проявляється як безпосередньо під час війни, так буде проявлятися і після її завершення, а також протягом кількох років потому.

Війна та воєнні дії, військові конфлікти загалом, призводять до підвищення показників проявів тривоги та депресії серед населення від легких проявів до тяжких розладів, що підтверджується відповідними даними ВООЗ. Так, згідно з глобальними оцінками ВООЗ, 22% людей, які пережили війну чи інший конфлікт протягом останніх 10 років, матимуть депресію, тривогу, посттравматичний стресовий розлад, біполярний розлад, або шизофренію. Відповідно до даних ВООЗ, оцінювана поширеність психічних розладів серед постраждалого від конфлікту населення в будь-який конкретний момент часу (точкова поширеність) становить 13% для легких форм депресії, тривоги й посттравматичного стресового розладу та 4% для помірних форм цих розладів. Розрахункова поширеність тяжких розладів (тобто шизофренії, біполярного розладу, важкої депресії, сильної тривоги та важкого посттравматичного стресового розладу) становить 5%. За оцінками, кожна одинадцята людина (9%), яка живе в середовищі, що зазнавало конфлікту протягом останніх 10 років матиме помірний або важкий психічний розлад [3].

Як зазначають фахівці у галузі психосоматичної медицини, тривожні розлади та депресія є досить поширеними у сучасному світі. Динамічність та насиченість, непередбачуваність та важкопрогнозованість, характерні для сучасного світу, сприяють формуванню тривожних та депресивних розладів. А

війна, як значний стресогенний чинник, також сприяє їхньому поширенню серед населення.

У контексті вивчення проблеми психологічних наслідків війни та їх впливу на ментальне здоров'я молоді, нами в 2024 р. (II навчальному семестрі) на факультеті психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка було проведено дослідження спрямоване на вивчення проявів тривоги та депресії у студентів-першокурсників. На час проведення опитування, студенти-першокурсники вже змогли адаптуватися до умов закладу вищої освіти, нового соціального оточення, своєї нової ролі студента та ін. Це важливо було врахувати під час проведення дослідження з метою виключення вирішального впливу процесів адаптації студентів до умов закладу вищої освіти на результати дослідження, коли студенти в процесі адаптації могли відчувати тривогу та переживати депресивні настрої внаслідок збільшення навчального навантаження, входження в нове соціальне середовище тощо. 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. Вибір цієї 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) [2].

Розглянемо отримані результати дослідження за підшкалою «Тривога». Загалом було виявлено, що у 26% студентів першого курсу за показниками тривоги є наявні розлади, тобто у них спостерігається клінічно виражена тривога. Так, 22% першокурсників за підшкалою «Тривога» мають помірний ступінь розладу настрою, а у 4% досліджуваних спостерігається важкий ступінь розладу настрою. 34% студентів мають результати, що становлять зону ризику (присутність феномену) або легкий ступінь тяжкості симптому, тобто в них спостерігається субклінічно виражена тривога. Отже, прояви тривоги

спостерігаються у 60% досліджуваних (від легкого ступеня – субклінічно виражена тривога до важкого ступеня – клінічно виражена тривога). Менше половини (40%) студентів-першокурсників мають показники в межах норми, тобто характеризуються відсутністю виражених симптомів тривоги [2].

Далі розглянемо отримані дані за підшкалою «Депресія», за якою результати виявилися кращими. Так, важкий ступінь депресії у студентів не виявлено. Лише 6% студентів мають помірний ступінь розладу настрою, тобто для них характерна клінічно виражена депресія. А 16% студентів мають результати, що становлять зону ризику (присутність феномену) або легкий ступінь тяжкості депресії, тобто в них спостерігається субклінічно виражена депресія. Тож у 22% студентів першого курсу спостерігаються прояви депресії (від легкого до помірного ступеня). Решта досліджуваних (78%) мають показники в межах норми, тобто характеризуються відсутністю виражених симптомів депресії [2].

Водночас було встановлено, що у 20% студентів у результатах спостерігається поєднання проявів тривоги та депресії, тобто певний ступінь тривоги поєднувався з певним ступенем вираженості депресії. Так, наприклад, помірний ступінь переживання тривоги поєднувався з легким або помірним ступенем проявів депресії, а легкий ступінь переживання тривоги поєднувався здебільшого з легким ступенем проявів депресії. Отже, проведене дослідження виявило певні тенденції щодо проявів тривоги та депресії у студентів. Звичайно, остаточний висновок щодо наявності тривожних чи депресивних розладів у людини робиться на основі не лише методики HADS, а й інших додаткових методик та методів, у тому числі й клінічного інтерв'ю, що входить до сфери лікарської практики. Лікарі, які працюють у сфері психосоматичної медицини зазначають, що в лікарській практиці досить часто зустрічається поєднання тривоги та депресії, яке формує групу тривожно-депресивних розладів.

Загалом проведене дослідження підтвердило деякі припущення про те, що війна та воєнний стан мають негативні психологічні наслідки щодо впливу на

ментальне здоров'я населення та психіку особистості. Тому в умовах воєнного стану соціально-психологічна служба закладу вищої освіти має відігравати важливу роль у подоланні негативних психічних станів у студентів, надаючи психологічну допомогу тим, хто цього потребує. Одним з ефективних методів роботи для покращення психологічного самопочуття студентів та їх психічних станів може бути проведення тренінгів.

Література

1. Ткачишина О. Р. Проблема ментального здоров'я в Україні: психологічний аналіз. *Габітус*. Вип. 53. Видавничий дім «Гельветика», 2023. С. 207–211.
2. Ткачишина О. Р. Вивчення психічного стану студентів в умовах сьогодення. *Восьмі Геретівські читання : наукові статті, тези доповідей та інші матеріали Всеукр. наук.-практ. конференції (27 вересня 2024 р.)*. Тернопіль, 2024. С. 284–288.
3. WHO. Mental health in emergencies (16 March 2022). URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-in-emergencies> (дата звернення: 28.03.2025).

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Чекстере Оксана Юріївна,

*кандидат психологічних наук, провідний науковий співробітник
лабораторії психодіагностики та науково-психологічної інформації,
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України*

Війна – це глибокий стресовий фактор, що впливає на всі аспекти життя людини, особливо на психоемоційний стан дітей. Молодші школярі, які перебувають на етапі активного формування особистості, особливо вразливі до воєнних реалій. Втрата стабільності, вимушене переселення, розлука з рідними, постійна загроза безпеці – усе це створює значні психологічні навантаження, які можуть призводити до тривожності, страхів, порушення адаптації та соціальної взаємодії.

Однак навіть у таких складних умовах діти демонструють здатність до відновлення та подолання труднощів. Це явище описується терміном «життєстійкість», що означає здатність особистості адаптуватися до стресових ситуацій, зберігаючи психічне здоров'я та соціальне функціонування [8; 9]. Життєстійкість молодших школярів під час війни є ключовим фактором їхньої