

DOI 10.18372/2786-823.1.20668

Михайлова Оксана Іванівна 

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри загальної та практичної психології,

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя,

м. Ніжин, Україна,

mihaksu1122@ukr.net

Віра Марина,

магістрантка другого року навчання

спеціальності 053 Клінічна психологія з основами психотерапії,

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя,

м. Ніжин, Україна,

vira.mb@ndu.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА СТУДЕНТІВ ІЗ ПРОЯВАМИ ПТСР ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ОБДАРОВАНОЇ ОСОБИСТОСТІ У СИСТЕМІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

***Анотація.** У статті розглянуто проблему психологічної підтримки студентів із проявами посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у контексті розвитку їхньої інтелектуальної та особистісної обдарованості. Обґрунтовано важливість створення безпечного освітнього середовища, яке сприяє саморозкриттю потенціалу студентів, що зазнали психотравмуючих впливів. На основі аналізу теоретичних джерел і спостережень за студентами НДУ імені Миколи Гоголя показано, що за належної психологічної підтримки студенти навіть з ознаками ПТСР здатні демонструвати високий рівень когнітивної активності, мотивації до пізнання та саморозвитку. Підкреслено роль викладача і психолога як фасилітаторів процесу розвитку обдарованості у контексті відновлення психоемоційного благополуччя.*

Ключові слова: *посттравматичний стресовий розлад, обдарованість, психологічна підтримка, інтелектуальний розвиток, вища освіта.*

Annotation. *The article examines the issue of psychological support for students with symptoms of post-traumatic stress disorder (PTSD) in the context of developing their intellectual and personal giftedness. The importance of creating a safe educational environment that promotes the self-realization of students affected by traumatic experiences is substantiated. Based on the analysis of theoretical sources and observations of students at Mykola Gogol Nizhyn State University, it is shown that with adequate psychological support, students who display PTSD symptoms are capable of demonstrating a high level of cognitive activity, motivation for learning, and self-development. The role of teachers and psychologists as facilitators of giftedness development within the process of restoring students' psycho-emotional well-being is emphasized.*

Key words: *post-traumatic stress disorder, giftedness, psychological support, intellectual development, higher education.*

Вступ. В умовах воєнного стану в Україні дедалі частіше постає питання про психологічне здоров'я здобувачів вищої освіти, які пережили травматичні події або мають ознаки посттравматичного стресового розладу (ПТСР). За даними Міністерства охорони здоров'я України, близько 15 мільйонів громадян можуть відчувати прояви психічних розладів унаслідок травматичного досвіду війни. Особливо вразливою є студентська молодь, яка водночас перебуває на етапі становлення особистості, професійного вибору та самореалізації. У цьому контексті постає суперечність між необхідністю збереження психічного здоров'я студентів і завданням розвитку їхнього інтелектуального потенціалу, творчих здібностей та особистісної самостійності. Значна частина студентів, навіть переживши травматичні події, зберігає або навіть посилює мотивацію до навчання, пошуку сенсу, творчої діяльності — тобто проявляє риси обдарованості. Саме психологічна підтримка стає визначальним чинником у забезпеченні умов для розкриття цього потенціалу.

Мета статті полягає у теоретичному обґрунтуванні та практичному аналізі ролі психологічної підтримки як чинника розвитку інтелектуальної та особистісної обдарованості студентів із проявами ПТСР у системі вищої освіти.

Виклад основного матеріалу. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) є складним психічним станом, що виникає внаслідок дії травматичних подій і проявляється емоційною нестабільністю, тривожністю, порушеннями концентрації уваги, труднощами у спілкуванні та самоорганізації [8]. У студентському середовищі ці симптоми нерідко поєднуються з підвищеною когнітивною активністю, внутрішньою мотивацією та прагненням до саморозвитку — тобто ознаками інтелектуальної або особистісної обдарованості [3]. Психологічна підтримка таких студентів потребує врахування подвійної специфіки — поєднання травматичного досвіду та високого потенціалу розвитку. Згідно з підходом В. Бочелюка, М. Панова та А. Турубарової, ефективна допомога особам із ПТСР базується на принципах відновлення відчуття контролю над власним життям і формування стійких когнітивних стратегій подолання [1]. Ці принципи особливо важливі в освітньому контексті, де студенти мають потребу у відновленні довіри до власних інтелектуальних можливостей.

О. Гершанов підкреслює, що основою психологічної підтримки у кризових станах має бути партнерська взаємодія психолога та клієнта, спрямована не лише на зменшення симптомів, а й на розвиток сили особистості [2]. Для обдарованих студентів з ПТСР це означає створення умов, у яких їхня пізнавальна активність та емоційна чутливість розглядаються як ресурси самовідновлення. Р. Мороз [3] описує важливість ресурсного підходу, який передбачає виявлення внутрішніх і зовнішніх факторів підтримки особистості. У роботі зі студентами це може бути інтеграція методів когнітивно-поведінкової терапії (СВТ) для корекції негативних мисленневих патернів і розвиток метакогнітивних стратегій, що допомагають осмислити власний досвід та трансформувати його у джерело навчальної мотивації. Згідно з дослідженнями Л. Карамушки, О. Кокуна та О. Лук'яненко [3], адаптація

студентської молоді в умовах війни вимагає від психологів не лише терапевтичної, а й педагогічної функції. Автори наголошують на важливості формування у студентів психологічної стійкості через розвиток критичного мислення, саморегуляції, емпатії та ціннісного самовизначення. Офіційні дані Міністерства охорони здоров'я України [5] підкреслюють зростання потреби у системній підтримці психічного здоров'я в освітніх закладах. Це передбачає організацію психопросвітницьких програм, спрямованих на профілактику дистресу, розвиток навичок емоційної грамотності та формування культури турботи про ментальне благополуччя. Практичний досвід, узагальнений О. Пучиною та О. Бодиком [6], свідчить про ефективність інтегративних підходів, які поєднують арт-терапевтичні техніки, когнітивно-поведінкові інструменти та елементи позитивної психотерапії. Вони допомагають студентам не лише знижувати рівень тривожності, а й активізувати когнітивні процеси, стимулюючи творчість і аналітичне мислення. А. Б. Цурканов та А. Потужна [7] наголошують на ролі соціальної підтримки як ключового ресурсу подолання наслідків травми. У середовищі вищої освіти це реалізується через створення мережі взаємодії між студентами, викладачами та психологічними службами. Такі соціально-психологічні зв'язки сприяють не лише адаптації, а й розвитку обдарованості як прояву інтеграції інтелектуальних і соціальних компетентностей. Важливу роль відіграє гуманістичний підхід, що ґрунтується на прийнятті та безумовній повазі до особистості студента. Як зазначають О. Чабан, О. Хаустова та В. Омелянович [8], ефективна психологічна допомога людям із психотравмами має будуватися на принципі емпатичного супроводу, де консультант виступає не експертом, а партнером у процесі відновлення. У західній практиці психологічної допомоги особам із ПТСР також акцентується на розвитку навичок саморегуляції, усвідомлення та позитивної переоцінки травматичного досвіду. М. Williams і S. Poijula [10] у «The PTSD Workbook» пропонують практичні вправи для розвитку когнітивної гнучкості та поступового відновлення відчуття безпеки. Це може бути корисним для викладачів і психологів, які працюють зі студентами, схильними до надмірного

інтелектуального навантаження або самокритики. Європейські дослідження (M. Cloitre та співавт.) [9] підкреслюють, що ефективні інтервенції при складних формах ПТСР включають поетапне відновлення когнітивних, емоційних і соціальних функцій. Для обдарованих студентів це означає поєднання академічної діяльності з психоосвітніми тренінгами, наставництвом і розвитком саморефлексії.

Отже, аналіз наукових джерел свідчить, що психологічна підтримка студентів із ПТСР має бути багаторівневою, інтегративною та орієнтованою на розвиток сильних сторін особистості. Поєднання когнітивно-поведінкових, гуманістичних, арт-терапевтичних і соціально підтримувальних методів дозволяє не лише мінімізувати прояви травми, а й стимулювати розвиток інтелектуальної та особистісної обдарованості.

Слід зазначити, що психологічна підтримка у вищій освіті має бути спрямована не лише на зменшення симптомів ПТСР, а й на створення умов для розкриття потенціалу особистості. Як показують спостереження за студентами спеціальностей «Комп'ютерні науки» та «Середня освіта. Математика» Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя, навіть за наявності емоційного напруження, тривожності чи симптомів виснаження багато студентів демонструють високий рівень інтелектуальної обдарованості. Крім когнітивного аспекту, спостерігалися прояви особистісної обдарованості — прагнення до саморозвитку, здатність до емпатії, відповідальність, ціннісна спрямованість на допомогу іншим. Такі студенти нерідко виступають ініціаторами волонтерських або дослідницьких проєктів, демонструють стійкість у подоланні труднощів, що свідчить про наявність внутрішніх компенсаторних механізмів.

У цьому контексті психологічна підтримка повинна базуватись на принципах гуманістичної та позитивної психології: прийняття, емпатії, підтримки автономії та розвитку сильних сторін особистості. Одним із ключових завдань викладача й університетського психолога є створення безпечного середовища, у якому студент може відкрито висловлювати свої

переживання, розвивати самоусвідомлення та поступово відновлювати довіру до себе і до світу.

Висновки. Отримані результати дослідження підтверджують, що психологічна підтримка студентів із проявами посттравматичного стресового розладу є важливою складовою освітнього процесу, яка не лише сприяє збереженню психічного здоров'я, а й забезпечує умови для розкриття їхнього інтелектуального та особистісного потенціалу. За умови належної психолого-педагогічної взаємодії навіть ті здобувачі освіти, які мають досвід травматичних переживань, здатні демонструвати високий рівень аналітичного мислення, креативності, саморефлексії та мотивації до пізнання. Створення безпечного, підтримувального середовища у закладі вищої освіти сприяє активізації внутрішніх ресурсів студентів, розвитку самостійності, емоційної стабільності та віри у власні можливості.

Психологічна допомога у системі вищої освіти має розглядатися не як разова інтервенція, а як цілісна система, що поєднує освітній, профілактичний і психокорекційний компоненти. Її ефективність визначається орієнтацією на сильні сторони особистості, розвиток когнітивних стратегій, формування адекватної самооцінки та соціальної підтримки. Відповідно, розвиток обдарованості у студентів із ПТСР може виступати не лише засобом компенсації психотравматичних наслідків, а й потужним ресурсом інтелектуального та особистісного зростання, що сприяє зміцненню людського потенціалу суспільства в умовах сучасних викликів.

Список використаних джерел

1. Бочелюк В. Й., Панов М. І., Турубарова А. О. Психологічна допомога при посттравматичних стресових розладах. Київ : Либідь, 2021.
2. Гершанов О. Психологічна підтримка особистості у кризових станах. Київ : Академвидав, 2020.

3. Карамушка Л. М., Кокун О. М., Лук'яненко О. М. Психологічні особливості адаптації студентської молоді в умовах війни. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2023.
4. Мороз Р. Психологія травмуючих ситуацій. Київ : ЦНЛ, 2019.
5. Психічне здоров'я під час війни: офіційні дані. *Міністерство охорони здоров'я України*. 2023.
6. Пучина О. В., Бодик О. П. Психологічна допомога при проявах ПТСР. *Матеріали Міжнародного конгресу «Сучасні психологічні проблеми»*, м. Київ, 2024.
7. Цурканов Б., Потужна А. Соціальна підтримка як ресурс подолання психотравми. Харків : ХНПУ, 2022.
8. Чабан О., Хаустова О., Омелянович В. Психічні розлади воєнного часу. Київ : КІМ, 2023.
9. Cloitre M. et al. Treatment for PTSD and Complex PTSD. *European Journal of Psychotraumatology*, 2019.
10. Williams M. B., Pojula S. The PTSD Workbook. New Harbinger Publications, 2016.