

*Орленко Н.А., канд. пед. наук, доцент,  
Скидан І.В., ст. викладач  
Шип Л.О., ст. викладач  
Порадник С.Г., викладач  
(Національний авіаційний університет)*

## **Психічне здоров'я студентів ЗВО як важлива складова освітнього процесу**

**Анотація.** Війна – це стрес, від якого залишаються психологічні травми у багатьох людей які залежить від багатьох обставин, у тому числі від внутрішнього потенціалу людини. В статті з'ясовано, що психічне та фізичне здоров'я пов'язане, а травми які можуть бути нанесені молоді після початку повномасштабного вторгнення росії в Україну мають негативні наслідки.

Як відомо людські трагедії, мають беззаперечний вплив на психологічне та фізичне здоров'я людини і у світлі усіх нових подій, що відбуваються зараз, ці невід'ємні елементи, а саме фізичне та психологічне здоров'я, людського життя піддаються негативному впливу. З поміж усіх видів людських трагедій, таких як, катаклізми, стихійні лиха та техногенні катастрофи, війна посідає найвищу ланку серед усіх проблем людства, що супроводжують його весь період еволюції людини та її історичного розвитку. Війна руйнує здоров'я усіх, якою б витривалою людина не була. У зоні ризику травматизації здоров'я постають усі люди, що проживають у державі на території якої ведуться бойові дії. Зокрема і в Україні з моменту, коли відбулися такі події як: Революція Гідності, окупація Автономної Республіки Крим, війна з росією на Донбасі та подальше повномасштабне вторгнення росії в Україну, яке спричинило велику кількість трагедій, таких як: підлив Каховської ГЕС, окупація території України, постійні бомбові та ракетні обстріли, військові злочини тощо, створили умови в яких відбувається травматизація не тільки фізичного, а й психологічного здоров'я.

Саме тому у сучасному контексті справ, варто розуміти, що психічне та фізичне здоров'я пов'язане. Велика кількість людей, які зазнали фізичних травм внаслідок війни, мають травматизацію психологічного здоров'я, і навпаки, людина, яка зазнала психологічних травм через бойові дії з часом відчує, що фізичне здоров'я теж розпочинає страждати від хвороби, які можуть бути викликані нервовими зривами, постійними переживаннями та перенесеним стресом. Тому правильним буде висновок, що людина здорова тільки тоді, коли є здорова як психічно, так і фізично. Усвідомленим є вплив психічного здоров'я на фізичне, тож можна стверджувати, що фізичне здоров'я повністю залежить від психічного, тому особливу увагу цьому ствердженню потрібно надавати під час воєнних дій.

В умовах, які склалися перед українським урядом постає виклик, в яких межах Українській державі важливо розпочати глибоку роботу над подоланням травматичних наслідків війни, тому що якщо матеріальний світ можна відбудувати, то духовний є ризик втратити повністю.

Ера ХХІ століття, повинна була стати ерою закінченням усіх війн, ерою прогресивності технологій, медицини, ерою коли про людське горе повинні були почати говорити менше. 24 лютого 2022 року розпочалася повномасштабна фаза російсько-української війни. Війни таких масштабів з моменту закінчення Другої світової війни, людство ще не бачило. Усі події, які за собою принесла війна конвертувалися та стали наслідком, який привів до великої кількості внутрішньо переміщених осіб, осіб які зазнали сексуального та фізичного насильства, які втратили рідних та близьких, які мають травматизацію психічного здоров'я у тій чи іншій мірі. На підґрунті таких обставин сформувалося нове покоління дітей та підлітків, які тим чи іншим чином є травмовані війною, діти які були народжені у 2014 році, зараз не знають часів коли війни не було. Саме з початку війни психологи розпочали вести роботу над створенням центрів допомоги людям, які зазнали травматизму психічного здоров'я, зокрема потужна робота розпочалася над створенням умов для подолання травматичних наслідків війни для усіх категорій населення, зокрема і для молодого покоління, а саме серед дітей, підлітків, юнаків. Роботу у даному секторі розпочала не тільки держава, а й приватні психологи та психотерапевти.

Звісно своїм психологічним здоров'ям ризикують усі, однак особливу увагу у наданні психологічної підтримки потрібно приділяти молоді, яка може постраждати найбільше. Проблема постає у тому, що психологічні травми нанесені дітям, підліткам та юнакам, можуть вагомо вплинути на їхню долю, що в подальшому може погано вплинути на функціонування України та українського суспільства в цілому, такий результат може виникнути через звичайний природний процес, а саме дорослішання цієї молоді, яка в подальшому повинна здійснювати керування державою та забезпечувати функціонування суспільства як це належить.

Проблематика постає у тому що на жаль держава не надає належної допомоги особам, які зазнали травматизму щодо свого психологічного здоров'я. Як наслідок особи, яким не надається психологічна підтримка та які не можуть самостійно впоратися із психологічними проблемами, можуть шукати вирішення своїх проблем через алкоголь, паління тютюнових та нікотинових виробів або ж вживання наркотичних засобів. В таких умовах молоде українське покоління може бути втрачене, тому що легка можливість отримати цигарки, алкоголь чи наркотики впливає таким чином, що молодь приймає рішення не звертатися до спеціалістів за допомогою, а давати собі розраду у психоактивних речовинах, яка має безпосередній вплив на нервову систему, створює ілюзію того, що усі проблеми ідуть на задній план.

У свою чергу викликана психологічною травмою така поведінка, може призвести до невідомого шкоди здоров'ю, тому зважаючи на такі обставини питання про забезпечення психологічної підтримки молодому поколінню потрібно вирішувати терміново. Ця обґрунтованість підтверджується тим, що діти – це невід'ємна частина держави, як зазначено вище, фактично, її майбутнє, тому це той рід осіб, який є неймовірно важливим у державній системі повинен бути забезпечений всебічною допомогою та підтримкою зі сторони держави, тому що саме діти становлять кількість здобувачів освіти,

які здобувають освіту на всіх рівнях. Як наслідок ці здобувачі освіти – це велика кількість професійних кадрів, які в майбутньому повинні зайняти робочі місця, а в умовах, які зараз склалися, причиною яких є війна, діти, які є здобувачами освіти, можуть мати нанесені психологічні, травми того чи іншого рівня, що несе за собою негативні наслідки як для здобувача освіти, як індивідуальної особи, так і для рівня освіти та бажання вчитися в цілому. Тому розуміючи такий стан справ, питання про забезпечення психологічної підтримки здобувачів освіти, її тримання у тонусі, є дуже важливими, зокрема в умовах, коли повномасштабна війна триває вже третій рік.

Відповідно до частини 8 статті 1 Закону України «Про освіту» здобувачами освіти вважаються – вихованці, учні, студенти, курсанти, слухачі, стажисти, аспіранти або ж ад'юнкти та інші особи, які здобувають освіту за будь-яким видом чи формою здобуття освіти [1]. Тобто здобувачі освіти становлять дуже велику частку населення України і зважаючи на специфіку здобуття освіти кожного здобувача освіти, до кожного класу цієї категорії осіб повинен бути створений індивідуальний підхід щодо надання психологічної допомоги. Через те, що здобувачі освіти – це не тільки учні та студенти, шлях вирішення проблеми психологічного стану стає дещо ускладненим, тому що, умовно, підхід у наданні психологічної допомоги вихованцям дитсадків та курсантам академії сухопутних військ чи академії внутрішніх справ вагомо відрізняється. Як наслідок для кожної категорії здобувачів освіти важливо створювати індивідуальну програму підтримки психічного здоров'я та запровадити її у стінах усіх навчальних закладів.

Якщо говорити мовою статистики то за даними Gradus Research 75% українських дітей так чи інакше мають травматизацію психіки через бойові дії [2]. Це говорить про те, що питання про забезпечення цих дітей відповідною психологічною допомогою стоїть на перших шпальтах, а держава, у свою чергу забезпечити відповідні умови та відповідних експертів задля того, щоб цю допомогу надати та реалізувати можливість для здобувачів освіти безперешкодно здобувати освіту і надалі.

Тут варто зауважити, що відповідно до пункту 6 статті 3 Закону України «Про освіту» держава повинна створити умови для здобуття освіти особам з особливими освітніми потребами, тобто під час правового режиму воєнного стану, або у мирний час, здобувачам освіти, окрім особливих потреб, під які можна класифікувати травматизацію психологічного здоров'я, повинна забезпечуватися можливість здобувати знання також із урахуванням індивідуальних потреб, можливостей, здібностей та інтересів [1]. Сюди може бути віднесений індивідуальний графік навчання для осіб, які перебувають у медичних закладах на лікуванні, задля того щоб подолати нанесені психологічні травми, здобувачі освіти, які через нанесену травматизацію психологічного здоров'я не можуть перебувати у стінах навчальних закладів і відповідно до пункту 4 статті 9 Закону України «Про освіту» можуть скористатися можливістю перебувати на дистанційній формі навчання [1]. Також серед завдань держави у освітньому секторі є завдання, яке має під собою можливість забезпечити виявлення та усунення факторів, що перешкоджають реалізації прав і задоволенню потреб таких осіб у сфері

освіти, тобто, будь-які форми вияву агресії до здобувачів освіти, як зі сторони викладацького складу так і інших здобувачів освіти, які можуть утворитися на підґрунті бойових дій, якихось політичних переконань чи релігійних вірувань, повинні бути усунені.

Якщо говорити про таку співпрацю, то, до прикладу, спільно із Інститутом модернізації змісту освіти був розроблений курс, що містить 10 мультимедійних уроків у міжнародному форматі SCORM, а також містить одні з кращих міжнародних випадків та практичних тренінгів [3]. Цей курс має назву «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час та після завершення воєнних дій» розрахований він на отримання кваліфікації щодо надання психологічної допомоги здобувачам освіти, як під час ведення бойових дій так і після їх завершення [4]. Також варто додати, що після закінчення війни, особи, яким були нанесені психологічні травми нікуди не зникнуть, тобто питання про надання психологічної допомоги здобувачам освіти працівниками освітніх закладів буде актуальним ще тривалий час.

Таким чином, психологічний стан здобувачів освіти – це важлива складова освітнього процесу та сектору освіти в цілому. Уряд у лиці держави повинен запроваджувати індивідуальні підходи та новації щодо осіб, які мають психогенний травматизм. Викладачі у світлі усіх подій, які склалися повинні стати першими хто відгукнеться на виклики пов'язані із психічним здоров'ям здобувачів освіти. Кожен здобувач освіти – це особа, яка в подальшому в тому чи іншому роді стане професійним кадром у своїй специфіці, саме тому держава повинна піклуватися про таких осіб і надавати ту допомогу, яку такі особи потребують. Тому, на нашу думку, лише у державі де здобувач освіти відчуває підтримку, захищеність та потрібність, може мати хороше майбутнє і у незалежності від подій, що відбуваються освіта буде продовжуватися та забезпечуватися, тому що саме вона є запорукою хорошого майбутнього.

### Список літератури

1. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII : станом на 27 черв. 2024 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 02.07.2024).

2. Ukrinform. В Україні через війну травмована психіка у 75% дітей. *Укрінформ - актуальні новини України та світу*. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3473249-v-ukraini-cerez-vijnu-u-75-ditej-travmovana-psihika.html> (дата звернення: 02.07.2024).

3. Освітяни зможуть надавати якісну першу психологічну допомогу. Інститут модернізації змісту освіти. URL: <https://imzo.gov.ua/2022/06/29/osvityany-zmozhut-nadavaty-iaakisnu-pershupsykholohichnu-dopomogu/> (дата звернення: 07.07.2024).

4. КУРС ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ДЛЯ ОСВІТЯН «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час та після завершення воєнних дій». ВСЕУКРАЇНСЬКИЙ ПРОЄКТ З ПРОФОРІЄНТАЦІЇ ТА ПОБУДОВИ КАР'ЄРИ. URL: <https://hryoutest.in.ua/courses/programa-pidvishchennya-kvalifikaciji-psihologichnoji-pidtrimki-dlya-osvityan-ta-batktiv> (дата звернення: 07.07.2024).