



ISSN 2450-6486

www.ehs-ss.pl

DOI: <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2020.3-2.11>

Світлана ДЄНІЖНА,
Маргарита СОВА

Організація діяльності університетів із запобігання психічних розладів у студентської молоді в період пандемії

SVITLANA DIENIEZHNA, MARGARITA SOVA. **Organization of university activities to prevent mental disorders in student youth during the pandemic.** *The article substantiates the urgency of the research problem, due to the need to develop new forms of organizing the activities of higher education institutions for the prevention and neutralization of mental disorders in students in a epidemiological situation. The purpose of the article is to reveal the features of the organization of universities to prevent mental disorders in student youth during the pandemic. The article identifies the causes and factors that cause mental disorders in students during a pandemic. Particular attention is paid to highlighting gaps in the organization of the educational process of the distance format in universities, which have contributed to the deterioration of students' mental health. Methods of diagnostics of mental states arising under the influence of the quarantine and self-isolation. Anti-epidemic measures for*

psychological and social assistance of students are considered. As a result of the study, the directions and forms of the organizational activities of universities to prevent mental disorders and preserve the mental andemia of young people during a pandemic are determined.

Key words: *mental health, mental disorders, pandemic, psychological assistance, distance learning.*

Постановка проблеми. У сучасний кризовий період людство переживає драматичні події, пов'язані з глобальним розповсюдженням вірусної пандемії. Масштаби й швидкість поширення коронавірусної інфекції викликали у населення паралельну епідемію тривоги й стресових станів. Адже, під впливом діяльності різних ЗМІ у людей виникає тривожне відчуття того, що вони розгублюються в планетарному потоці інформації з її надмірними емоціями, переляком й і екологічними проблемами. Без сумніву, що таке інформаційне навантаження неоднозначно впливає на психічний стан людей і викликає широкий спектр емоцій (від фаталізму, страху та ризиків спалаху нової хвороби до «чорного» гумору). Потік інформації спричиняє стійкість негативних упереджень, тривожне реагування на епідеміологічну ситуацію, зумовлює прояви панічної поведінки. Певна річ, це стосується COVID-19, коли існує безліч повідомлень щодо трагічних наслідків вірусу.

Проте, як відомо, до теперішнього часу не розроблено загальноприйнятої вакцини та ефективного методу лікування цієї інфекційної хвороби, що, у свою чергу, впливає на розлади в психічному стані людей. Звідси виникла необхідність у внесенні змін в організації здоров'я-збережувальної діяльності, впровадженні нових форм і методів психологічної допомоги населенню і, зокрема, студентської молоді.

Складна ситуація з тотальним розповсюдженням коронавірусної інфекції умотивувала заклади вищої освіти до трансформаційних змін не тільки у традиційній системі викладання, а й у здійсненні якісних перетворень у роботі психологічних підрозділів, організації онлайн-форм надання психологічної допомоги студентам.

У зв'язку з цим у науковій літературі набуває актуальності дослідження проблеми застосування в закладах вищої освіти нових форм організації діяльності щодо запобігання психічних

розладів і збереження психічного здоров'я у студентської молоді в умовах пандемії.

Аналіз досліджень з проблеми виявив посилений інтерес науковців до вивчення психічних розладів, до яких може призвести спалах пандемії. Вченими досліджуються симптоми коронавірусної хвороби, спричинені нею психологічні реакції (тривога, стрес, посттравматичний стресовий розлад, депресії, інші емоційні розлади), а також їх наслідки (зростання агресивних дій, дратівливості). При цьому наголошується на тому, що психологічний страх (ірраціональний) може бути більш тривалим, ніж сама хвороба (об'єктивний страх) [1].

Дослідником Н. Мюллером зазначається, що за умов пандемії люди нерідко відчувають безпорадність, занепокоєння з приводу того, що вони самі захворіють або звинувачують інших у проблемах власного здоров'я. Прояви такого тривожного стану людей потенційно можуть спричинити у них психічний розлад [2].

Китайські вчені К. Сим, Х.Чан, Р. Чонг вказують на широкий діапазон психічних порушень, котрі можуть проявлятися під час пандемії: від депресії, тривоги, панічних нападів, соматичних симптомів і ознак посттравматичного стресового розладу до делірію, психозу та навіть суїциду. Такий спектр проявів негативних психічних станів значною мірою властивий особам молодого віку, що привертає увагу науковців до пошуку шляхів нейтралізації та подолання стресу у молоді [3].

За даними наукових досліджень, під час спалаху COVID-19 у студентів спостерігались такі симптоми, як високий рівень стресу, тривоги та депресії, роздратування, безсоння; серед представників жіночої статі – міалгія, запаморочення, симптоми ГРВІ. Тому заходи психологічного втручання мають бути адаптованими до вікової групи студентської молоді [5].

Вченими доведено, що психічні розлади впливають на формування низької самооцінки стану психічного здоров'я, порушення когнітивних функцій, підвищення емоційної напруги, негативні змінення у поведінці. Звідси необхідним є проведення оцінювання психічних функцій та ймовірності психічних розладів [4]. Відзначається про доцільність розробки протоколів для виявлення, лікування та запобігання проблем психічного здоров'я у розпал епідемії [1].

Дослідники дійшли висновку, що для досягнення ефективності процесу відновлення психічного здоров'я, варто застосовувати

комплексну допомогу, яка включає медичну, психологічну й соціальну складові. З цих позицій було розроблено теорію і модель психологічного кризового втручання, котра інтегрує комплексне втручання (медичне, психологічне, соціальне) внаслідок страху перед хворобою та труднощів адаптації. Проведення заходів відбувається на інтернет-платформі [7].

Для реалізація даної моделі розроблено практичні рекомендації з управління стресом за схемою «передбачати – планувати – стримувати», в якій: «передбачати» означає припущення результатів стрес-тренінгу і стрес-менеджменту; «планувати» – розробка плану відновлення психічного здоров'я після психологічних проблем (резілієнсу); «стримувати» – використання плану резілієнсу та моніторинг стресу. У змісті психологічних онлайн-втручань містяться рекомендації з профілактики психічних розладів, самоадаптації осіб до епідеміологічної ситуації, поради із саморегуляції емоційного стану та нейтралізації психічних розладів. Разом з тим, пропонуються заходи з організації гарячих ліній та телефонів довіри, з проведення інтернет-консультування, здійснення онлайн-діагностики психічних станів.

На особливу увагу заслуговує навчальний курс «Психічне здоров'я та соціальна підтримка під час підготовки до COVID-19, реагування та відновлення», розроблений Центром громадського здоров'я МОЗ України. У змісті цього курсу містяться рекомендації щодо використання засобів комунікативної взаємодії для:

- підтримки психічного та психосоціального благополуччя людей;
- організації системи психологічної допомоги;
- створення ефективного самоменеджменту із застосуванням адаптивних копінг-стратегій в умовах пандемії COVID-19 [6].

Конкретні рекомендації з організації протиепідеміологічних заходів розробило Міністерство освіти та науки України. У презентованих матеріалах містяться вказівки щодо необхідності проведення інструктажу в закладах освіти, використання санітарно-гігієнічних засобів, розміщення інформаційних плакатів, пропонується алгоритм управлінських дій, надаються поради з проведення онлайн-занять і створення безпечних умов у навчальних закладах в епідеміологічній ситуації [8]

Однак у розміщених рекомендаціях МОН України не приділяється належної уваги збереженню психічного здоров'я студентів, організації діяльності університетів щодо попередження й

нейтралізації у них психічних розладів. Тому виникла необхідність у наукових дослідженнях щодо розкриття особливостей діяльності вищих навчальних закладів із збереження психічного здоров'я студентів. Звідси актуальності набуває дослідження проблеми здоров'я-збережувальної діяльності університетів з попередження психічних розладів, впровадження профілактичних програм і проведення протиепідеміологічних заходів.

Мета та завдання статті – розкрити особливості організації діяльності університетів із запобігання психічних розладів у студентської молоді в період пандемії. Для досягнення поставленої мети передбачається вирішити такі завдання:

- визначити пріоритетні напрями діяльності закладів вищої освіти із збереження психічного здоров'я студентів;
- розглянути нові форми організації діяльності університетів з попередження психічних розладів у студентської молоді у період пандемії;
- висвітлити протиепідеміологічні заходи в роботі психологічних підрозділів із запобігання та нейтралізації психічних розладів у студентів під час карантину та самоізоляції.

Виклад основного матеріалу. У період пандемії система вищої освіти намагалась подолати перешкоди, які виникли за умов епідеміологічної ситуації. Особливості організації освітнього процесу в дистанційній формі вплинули на переорієнтацію формату проведення занять і заходів з психологічної та соціальної роботи з використанням онлайн-технологій.

Зауважимо, що в період епідеміологічної ситуації були виявлені певні прогалини в організації діяльності університетів. Так, спостерігалась надмірна регламентованість освітнього процесу, недостатній рівень цифрових можливостей для ефективної роботи в дистанційному форматі, неповною мірою були реалізовані програми допомоги студентам щодо попередження та подолання психічних розладів (тривоги, стресового стану, депресії, проявів панічної поведінки).

Аналізуючи проблеми в організації діяльності університетів у період пандемії, які спричинили психологічну нестійкість студентів, варто виокремити такі: розповсюдження «інфодемії» та упередження «епідемії» паніки; недостатня інформованість суб'єктів освітнього процесу про нові вимоги до дистанційного навчання; масова втрата студентами роботи; повернення значної кількості

студентів додому і неможливість придбати квиток на проїзд, що зумовило потребу в матеріальній допомозі; невідповідність закладів вищої освіти до впровадження технології прокторингу, яка передбачає спостереження за процесом дистанційного проведення екзаменаційної сесії та захисту курсових і випускових робіт.

Вищевказані обставини стали причинами проявів у студентів психологічної напруги, тривоги, стресу і, як наслідок, – посттравматичного стресового розладу, депресії, втрати орієнтирів і планів на майбутнє.

У цьому аспекті зазначимо, що при проведенні онлайн занять були виявлені психологічні проблеми у студентів, а саме: пониження рівня їх мотивації до навчання; прояви нестійких емоційних станів; переживання з приводу технічних труднощів у забезпеченні інформаційної безпеки.

Причини виникнення таких психологічних проблем певною мірою криються у недосконалій структуризації онлайн-занять, нерозвинутій інформаційній інфраструктурі, неналежному використанні електронних засобів і психологічних механізмів цифрової дидактики.

Крім того, слід виокремити чинники, які підвищують ризики спалаху інфекційного захворювання серед студентської молоді і, відповідно, негативно впливають на стан їх психічного здоров'я, а саме:

- невідповідність укомплектованості кабінетів психологічної служби та їх внутрішнього розпорядку стандартним вимогам збереження психічного здоров'я студентів та попередження психічних розладів у період епідемії;
- недоліки у роботі організаційних структур університетів щодо проведення проти захисних психосоціальних заходів, а також створення спеціальних умов для попередження та протидії епідемії інфекційних захворювань і психічних розладів;
- особливості психічного стану студентів, котрі спричиняють їх байдужість до дотримання необхідних правил поведінки в ситуації пандемії та використання санітарно-гігієнічних засобів захисту від інфекційного захворювання.

Тим самим, завчасно непередбачений стан освітнього процесу та організації психологічної допомоги молоді в екстремальних умовах епідеміологічної ситуації призвів до необхідності внесення відповідних змін у процедуру проведення навчальної та психологічної роботи, аби не понизити досягнутий рівень фахової підготовки студентів.

Відтак, перед закладами вищої освіти постали такі завдання:

- удосконалити організаційну діяльність університетів в умовах пандемії; застосовувати цифрові форми організації освітнього процесу;
- розробити програми психологічної допомоги студентам щодо нейтралізації негативних емоційних станів і психологічних розладів з використанням онлайн-технологій.

Успішне виконання цих завдань передбачає:

- виправлення соціальних і економічних відмінностей між студентам за допомогою працевлаштування;
- застосування нових форм і технологій психологічної допомоги студентам, спрямованих на упередження психічних розладів у період пандемії;
- допомога у наданні дешевого освітнього кредиту;
- продовження навчання іноземних студентів, у яких з'явилося мало шансів для повернення до нормального освітнього процесу; набуття викладачами інформаційно-цифрових компетенцій та технологічної готовності до проведення навчальних занять у онлайн-форматі.

Безперечно, що у складних реаліях розповсюдження пандемії має здійснюватися системна робота зі збереження психічного здоров'я та попередження психічних розладів у студентської молоді, що включає організацію таких форм роботи у закладах вищої освіти:

- перепідготовка викладачів, зорієнтована на ефективне використання цифрових ресурсів і технологій в умовах дистанційного навчання;
- розробка методичного та технологічного забезпечення для проведення інтерактивних практичних і віртуальних лабораторних занять у дистанційному форматі;
- використання технології прокторингу для проведення контролю та оцінювання навчальних досягнень студентів;
- удосконалення діяльності психологічних підрозділів щодо запобігання та нейтралізації негативних психічних станів у дистанційному форматі;
- відкриття онлайн-платформ для надання послуг психологічного консультування в умовах епідемії;
- проведення вебінарів з управління стресом;
- застосування телефону довіри для психологічного консультування студентів;

- надання психологічної допомоги студентам з обмеженими можливостями та молоді з неблагополучних сімей.

Для покращання психологічного стану студентів в епідеміологічний період варто звернути увагу на організацію творчої роботи студентів, активізацію їх ініціативи у розробці проєктів, виборі навчальних дисциплін, вирішенні творчих завдань при виконанні самостійної роботи.

Певного сенсу набуває переведення платформи онлайн-освіти в хмарну інфраструктуру або інтеграція різних ІТ-платформ, що дозволить організувати освітній процес без втрати рівня якості навчання, а також уможливить створення оптимальних умов для співпраці та міжнародного партнерства студентів різних університетів у період пандемії.

Особливого значення набуває організація роботи волонтерського корпусу під час карантину. Для прикладу: а) ІТ-волонтери допомагають в освоєнні технологій електронного навчання, надають консультації з питань роботи платформи Moodle, Zoom, Microsoft Teams; б) волонтери-психологи надають поради щодо нейтралізації стресового стану по телефону, допомагають медикам у роботі з тими, хто вже захворів, а також проводять нейропрофілактику стресу з особами, які перебувають в умовах самоізоляції. На позитивну оцінку заслуговує програма «Нейрогімнастика», спрямована на психологічну підтримку осіб у дистанційному форматі у період пандемії, яка включає комплекс вправ для досягнення стійкого психоемоційного стану, саморегуляції та самоконтролю особистості.

Перехід на дистанційну форму навчання, безперечно, потребує волонтерської уваги до студентів з обмеженими можливостями. Наприклад: для осіб з вадами зору підбираються сервіси, завдяки яким здійснюється перетворення тексту в аудіо-матеріал, розробляються платформи невізуальних Smart-додатків.

У контексті вдосконалення психологічної роботи у ВНЗ доцільно використовувати методичний інструментарій для діагностики психічних станів студентів в умовах пандемії, а саме: Шкала впливу подій (IES-R) для виявлення рівня психічного стану (стресу, тривоги, депресії); Опитувальник для виявлення депресії PHQ-9; Шкала оцінювання тривоги GAD-7; Самоопитувальник SRQ-20; Шкала депресії Гамільтона (HAM-D); Шкала тривоги Гамільтона (HAM-A); Шкала позитивних та негативних симптомів (PANSS); самотестування за допомогою мобільних телефонів; анкетування особисто або онлайн.

Отриманню позитивних результатів в організації роботи з психологічної та соціальної підтримки студентів у період карантину сприяє діяльність Центру психічного здоров'я, створеного в умовах закладу вищої освіти.

Без сумніву, у період пандемії особлива увага має приділятися особам, які перебувають в умовах самоізоляції. Певна річ, зменшення кількості психічних розладів у них досягається завдяки соціальній підтримці та соціальним ресурсам університету. Так, спілкування інтернет-груп у соціальних мережах сприяє зниженню рівня тривоги, стресу, страху, які виникають через усамітнення та потрясіння внаслідок карантинних заходів.

На увагу заслуговує така форми організації соціальної підтримки, як створення «біржи працевлаштування» для молоді, яка опинилась у складній життєвій ситуації. Варто відкрити банк вакансій, на які можна тимчасово працевлаштувати студентів, зокрема: «документознавець», «співробітник колл-центру», «програміст мікросервісів» та інші робочі місця різного профіля у структурних підрозділах університету або кампусу.

Серед форм соціальної підтримки студентів слід виокремити організацію віртуальних ярмарок вакансій з стейкхолдерами і проведення вебінарів, які допомагають молоді успішно підготуватися до співбесіди.

Як варіант соціальної підтримки студентів, які знаходяться на самоізоляції, керівництво університету може прийняти рішення оплатити Інтернет мешканцям гуртожитків, або дозволити молоді користуватися зовнішнім інтернетом безкоштовно на період пандемії. За таких умов стане можливим продовження дистанційного навчання у повному обсязі до відміни режиму самоізоляції. Крім того, таких студентів можна забезпечити безкоштовними ланч-боксами або обідами.

Для збереження психічного здоров'я студентів і запобігання у них психічних розладів в умовах дистанційного навчання доцільно створити віртуальне освітнє середовища (VLE), що передбачає впровадження в практику міжнародного досвіду діяльності провідних університетів в період пандемії. Позитивні результати мають надати Центри дистанційного викладання, робота яких спрямована на вдосконалення інформаційно-цифрової компетентності викладачів, що включає:

технологічну готовність викладачів до проведення онлайн-занять;

- обмін новаторським досвідом з розробки методичного забезпечення щодо проведення онлайн-занять;
- впровадження в освітню практику сучасних онлайн-технологій дистанційного навчання;
- розповсюдження рекомендацій з розробки дистанційних і відкритих онлайн-курсів;
- надання порад з організації відеоконференцій і вебінарів;
- створення експериментальних майданчиків і ресурсних центрів. Досягнення високого рівня інформаційно-цифрової компетентності та технологічної готовності викладачів, безперечно, сприятиме набуттю психологічної зрівноваженості та емоційної стійкості студентів і збереженню у них психічного здоров'я.

Узагальнення викладених вище положень щодо використання нових форм організації діяльності із запобігання психічних розладів у студентів у період пандемії унаочнюється в таблиці 1.

Висновок. На підставі викладеного, слід заключити, що складний епідеміологічний стан, у якому опинилась система вищої освіти, вплинув на зростання психологічного напруження у студентів, що зумовило численні прояви тривоги, стресу, депресії.

На виникнення психічних розладів у молоді вплинули прогалини в організації освітнього процесу в період пандемії, зокрема: зниження якості викладання в умовах дистанційного формату; недостатній рівень інформаційно-цифрової компетентності частини викладачів і їхньої технологічної готовності до проведення онлайн-занять; відсутність у студентів можливості особистого спілкування з викладачами; трансформації у формах організації освітнього процесу; неукомплектованість університетів освітніми ресурсами, необхідними для організації онлайн-занять і набуття студентами знань в карантинний період.

Отже, психологічні виклики часу вимагають внесення відповідних змін в організацію діяльності ЗВО. З одного боку, слід провести превентивні заходи щодо запобігання й протидії психічних розладів, збереження психічного здоров'я молоді; з іншого, – перед університетами постали нові завдання розвитку здоров'я-збережувальної діяльності в наступні часові періоди. Епідеміологічна ситуація показала доцільність у подальшій цифровізації психологічної допомоги студентам, застосуванні нових форм комунікативної взаємодії суб'єктів освітнього процесу,

Таблиця 1.

Форми організації діяльності університетів із запобігання психічних розладів у студентів у період пандемії			
№ п/п	Психологічні	Соціальні	Освітні
1.	Психологічний супровід освітньої діяльності	Інструктаж	Відеолекції
2.	Онлайн-платформа для надання психологічної допомоги	Університетська «біржа працевлаштування» студентів	Прокторинг
3.	Віртуальний центр психічного здоров'я	Віртуальний ярмарок вакансій	Дистанційні курси
4.	Вебінари з управління стресом	Вебінари з підготовки студентів до співбесіди зі стейкхолдерами	Вебінари
5.	Дистанційний психологічний консалтинг	Ком'юніті Інтернет-груп з використанням соціальних мереж	Інтеграція різних ІТ-платформ і використання хмарної інфраструктури
6.	Віртуальний психологічний тренінг	Онлайн-взаємодія Інтернет-груп студентів	Відкриті онлайн-курси
7.	Психологічні Інтернет-клуби	Безкоштовне користування Інтернетом у гуртожитку в період самоізоляції	Відеоконференції
8.	Волонтерський корпус психологічної допомоги	Франдрайзінг	Освітні Інтернет-тури
9.	Психологічна клініка	Краудфандінг	Центр дистанційного викладання і розповсюдження методичного та технологічного забезпечення для онлайн-навчання
10.	Телефон довіри	Розповсюдження інформаційних плакатів та відеоматеріалів	Обмін Міжнародним досвідом дистанційного навчання в умовах пандемії
11.	Інтерактивні психологічні вправи	Поширення протиепідеміологічних відеоматеріалів	Творчі проекти
12.	Гаряча лінія	Безкоштовні ланч-бокси та обіди для мешканців гуртожитку під час самоізоляції	Діяльність ресурсних центрів і експериментальних майданчиків

впровадженні у практику цифрових технологій психологічної роботи із запобігання та нейтралізації психічних розладів.

Організація таких форм здоров'я-збережувальної діяльності в ЗВО, як віртуальний центр психічного здоров'я, онлайн-платформа для надання психологічної допомоги, віртуальна психологічна клініка, онлайн-консалтинг, волонтерський корпус, телефон довіри має сприяти зменшенню стресових станів у студентів за умов карантину та самоізоляції, підвищенню якості вищої освіти в період пандемії.

Отже, психологічні виклики часу вимагають внесення відповідних змін в організацію діяльності ЗВО. З одного боку, слід провести превентивні заходи щодо запобігання й протидії психічних розладів, збереження психічного здоров'я молоді; з іншого, – перед університетами постали нові завдання розвитку здоров'я-збережувальної діяльності в наступні часові періоди. Епідеміологічна ситуація показала доцільність у подальшій цифровізації психологічної допомоги студентам, застосуванні нових форм комунікативної взаємодії суб'єктів освітнього процесу, впровадженні у практику цифрових технологій психологічної роботи із запобігання та нейтралізації психічних розладів.

Організація таких форм здоров'я-збережувальної діяльності в ЗВО, як віртуальний центр психічного здоров'я, онлайн-платформа для надання психологічної допомоги, віртуальна психологічна клініка, онлайн-консалтинг, волонтерський корпус, телефон довіри має сприяти зменшенню стресових станів у студентів за умов карантину та самоізоляції, підвищенню якості вищої освіти в період пандемії.

Перспективи подальших досліджень в окресленому напрямі полягають у створенні в структурі університету наукової лабораторії з психології освітнього процесу, що включає вивчення психічних розладів у суб'єктів освітнього процесу, а також впровадження нових програм і онлайн-технологій зі стрес-менеджменту, саморегуляції та самоконтролю особистістю власних почуттів у кризові періоди.

References:

1. Ho C. S. Mental Health Strategies to Combat the Psychological Impact of COVID-19 Beyond Paranoia and Panic. Article in Press | 'Online First' Access. URL: http://www.annals.edu.sg/pdf/special/COM20043_HoCSH_2.pdf]
2. Müller N. Infectious diseases and mental health. In: Sartorius N., Holt RIG, Maj M., editors. Key Issues in Mental Health. Basel: S. KARGER AG. 2014. P. 99-113. Available at: [https://www.karger.com/Article/ FullText/365542](https://www.karger.com/Article/FullText/365542)].
3. Sim K., Huak Chan Y., Chong P. N. et al. Psychosocial and coping responses within the community health care setting towards a national outbreak of an infectious disease. J Psychosom Res. 2010. Vol. 68. P. 195-202.
4. Qan M. Y., Ye D. M., Dong W. et al. Changes of coping behavior, cognitive evaluation and emotional state of SARS in Peking people in different periods. Chinese Mental Health Journal. 2003. Vol. 8. P. 515-520.
5. Wang C., Pan R., Wan X. et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020 Jan. Vol. 17, № 5. P. 1729.
6. Психічне здоров'я та психосоціальна підтримка під час підготовки до COVID-19, реагування та відновлення: Навчальний курс // Центр громадського здоров'я. – 13 с. Електронний ресурс – Режим доступу: <https://www.humanitarianresponse.info/sites>
7. Теорія кризового втручання. Електронний ресурс. – Режим доступу: [http://oplib.ru/random /view/871610](http://oplib.ru/random/view/871610).
8. Електронний ресурс. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua>.

Transliteration of References:

1. Ho C. S. Mental Health Strategies to Combat the Psychological Impact of COVID-19 Beyond Paranoia and Panic. Article in Press | 'Online First' Access. URL: http://www.annals.edu.sg/pdf/special/COM20043_HoCSH_2.pdf]
2. Müller N. Infectious diseases and mental health. In: Sartorius N., Holt RIG, Maj M., editors. Key Issues in Mental Health. Basel: S. KARGER AG. 2014. R. 99-113. Available at: [https://www.karger.com/Article/ FullText/365542](https://www.karger.com/Article/FullText/365542)].
3. Sim K., Huak Chan Y., Chong P. N. Et al. Psychosocial and coping responses within the community health care setting towards a national outbreak of an infectious disease. J Psychosom Res. 2010. Vol. 68. R. 195-202.
4. Qan M. Y., Ye D. M., Dong W. Et al. Changes of coping behavior, cognitive evaluation and emotional state of SARS in Peking people in different periods. Chinese Mental Health Journal. 2003. Vol. 8. P. 515-520.
5. Wang C., Pan R., Wan X. Et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in Shina. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020 Jan. Vol. 17, # 5. R. 1729.
6. Psikhichne zdorov'ya ta psikhosocial'na pidtrimka pid chas pidgotovki

- do COVID-19, reaguvannya ta vi`dnovlennya: Navchal`nij kurs // Czentr gromads`go zdorov`ya. – 13 s. Elektronnij resurs – Rezhim dostupu: <https://www.humanitarianresponse.info/sites>
7. Teori`ya krizovogo vtruchannya. Elektronnij resurs. – Rezhim dostupu: <http://oplib.ru/random/view/871610>.
8. Elektronnij resurs. – Rezhim dostupu: <https://mon.gov.ua/ua>.

Authors

Dienizhna Svitlana Oleksandrivna
*Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor,
Department of Psychology and Sociology,
University of State Fiscal Service,
Irpın, Ukraine
E-mail: dieniezhna@gmail.com*

Sova Margarita Oleksandrivna
*Doctor of Pedagogical Sciences,
Professor
Kyiv, Ukraine
Email: margaritasova810@gmail.com*

Abstracts

СВІТЛАНА ДЕНІЖНА, МАРГАРИТА СОВА. Організація діяльності університетів із запобігання психічних розладів у студентської молоді в період пандемії. У статті обґрунтовується актуальність проблеми дослідження, зумовлена необхідністю розробки нових форм і способів організації діяльності вищих навчальних закладів із запобігання та нейтралізації психічних розладів у студентів в умовах епідеміологічної ситуації. Мета статті – розкрити особливості організації діяльності університетів із запобігання психічних розладів у студентської молоді в період пандемії. У статті виявляються причини й чинники, які зумовлюють психічні розлади у студентів під час пандемії. Особлива увага приділяється висвітленню прогалин в організації освітнього процесу в дистанційному форматі, які вплинули на погіршення психічного здоров'я студентів. Пропонуються методики діагностики психічних станів, які проявляються під впливом пандемії. Розглядаються протиепідеміологічні

заходи з психологічної та соціальної підтримки студентській молоді. У результаті дослідження визначено форми організаційної діяльності університетів із запобігання психічних розладів і збереження психічного здоров'я молоді в період пандемії. **Ключові слова:** психічне здоров'я, психічні розлади, пандемія, психологічна допомога, дистанційне навчання.

СВЕТЛАНА ДЕНИЖНАЯ, МАРГАРИТА СОВА. **Организация деятельности университетов по предотвращению психических расстройств у студенческой молодежи в период пандемии.** В статье обосновывается актуальность проблемы исследования, обусловленная необходимостью разработки новых форм и способов организации деятельности высших учебных заведений по предупреждению и нейтрализации психических расстройств у студентов в условиях эпидемиологической ситуации. Цель статьи - раскрыть особенности организации деятельности университетов по предупреждению психических расстройств у студенческой молодежи в период пандемии. В статье выявляются причины и факторы, которые обуславливают психические расстройства у студентов в период пандемии. Раскрываются проблемы в организации образовательного процесса в дистанционном формате, которые повлияли на ухудшение психического здоровья студентов. Предлагаются методики диагностики психических состояний, которые проявляются под влиянием пандемии. Рассматриваются противоэпидемиологические мероприятия по психологической и социальной поддержке студентов. В результате исследования определены формы организационной деятельности университетов по предупреждению психических расстройств и сохранения психического здоровья молодежи в период пандемии. **Ключевые слова:** психическое здоровье, психические расстройства, пандемия, психологическая помощь, дистанционное обучение.

SWITŁANA DIENIEŻNA, MARHARYTA SOWA. **Organizacja działalności uniwersytetów na rzecz przeciwdziałania zaburzeniom psychicznym młodzieży studenckiej w okresie pandemii.** W artykule uzasadnia się aktualność problemu badania, określonego koniecznością opracowania nowych form i sposobów organizacji działań uczelni w celu zapobiegania i neutralizacji zaburzeń psychicznych u studentów w sytuacji epidemiologicznej. Celem artykułu jest przedstawienie specyfiki organizacji działań uczelni na rzecz przeciwdziałania zaburzeniom psychicznym młodzieży studenckiej w okresie pandemii. W artykule zidentyfikowano przyczyny i czynniki, które powodują zaburzenia psychiczne u studentów w czasie pandemii. Szczególną uwagę zwraca się na podkreślenie wad w organizacji procesu kształcenia zdalnego, które przyczyniły się do pogorszenia stanu zdrowia psychicznego studentów. Zaproponowano metody diagnozowania stanów psychicznych przejawiających się pod wpływem pandemii. Rozważane są środki antyepidemiologiczne mające na celu wsparcie psychologiczne i społeczne młodzieży studenckiej. W badaniu zidentyfikowano formy działań organizacyjnych uczelni w celu zapobiegania zaburzeniom psychicznym i zachowania zdrowia psychicznego młodych ludzi w czasie pandemii. **Słowa kluczowe:** zdrowie psychiczne, zaburzenia psychiczne, pandemia, pomoc psychologiczna, edukacja zdalna.