



ISSN 2450-6486

<http://ehs.eeipsy.org>DOI: <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2024.2.11>

This publication was made with the funds of a joint Grant of
EEIP (Ukraine - France) and ChF "Education: Future"



Світлана ШИЙКА

Вища освіта як засіб подолання посттравматичного стресового розладу в умовах війни*

SVITLANA SHYYKA. **Higher education as a means of overcoming Post-Traumatic Stress Disorder in war conditions.** *The article is devoted to the study of organizational, pedagogical and humanitarian potential of higher education as a means of overcoming post traumatic stress in war conditions. The interpretation of the main concepts of "stress", "stress", "post-traumatic stress", "post-traumatic stress disorder", and the symptoms of post-traumatic stress state are given. It is emphasized that the attraction of internally displaced people to higher education simultaneously solves such important tasks as overcoming the consequences of post-traumatic stress, psychological stabilization of the individual, its socialization, adaptation to life in new conditions, training of the future qualified specialist and citizen. The complex of measures ensuring successful fulfillment of these tasks is highlighted, among them: solving of material and domestic and organizational and pedagogical problems, design of educational, cognitive and educational activity on the basis of information of psychological and pedagogical diagnosis, creation of*

favorable social and psychological environment, formation of interpersonal relationships on principles of Ukrainian morals, language and mentality, active involvement of young people in public work, including student self-government, personal a well-orientated approach to the learning process, the effective use of the content of academic disciplines, the application of promising teaching methods and assessment of academic achievement, the involvement of students in virtual e-communication, participation in thematic programs and projects. The result of the pedagogical process is to become a psychologically balanced, adapted to the new conditions of a person's life, and at the same time - a competent specialist.

Key words: *higher education, internally displaced person, post-traumatic stress, post-traumatic stress disorder, stress.*

1. Постановка проблеми

Військові дії на Східній Україні спричинили появу численної кількості внутрішньо переміщених осіб, тобто громадян, які мають право на постійне проживання в Україні, але які змушені залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, проявів насильства, порушень прав людини [3].

За даними Мінсоцполітики станом на 20 листопада 2017 року структурними підрозділами соціального захисту населення обласних та Київської міської державних адміністрацій взято на облік 1 498 158 переселенців з Донбасу і Криму [7]. Більшість мігрантів задовільно справляються зі складностями матеріального, соціального і психоемоційного характеру, які викликані війною, зміною місця проживання, звичного кола спілкування та ін. Проте у 20–30 % переселених діагностуються психологічні відхилення, посттравматичний стресовий розлад [1; 10; 16, с. 202]. Серед них, особи молодого віку, студенти.

Важливими постають сьогодні питання надання студентській молоді психологічної допомоги, адаптації до нових умов життя і діяльності, соціалізації особистості, навчання, виховання, розвитку і подальшої її самореалізації. З огляду на це, актуалізується роль і значення вищої освіти, як одного з дієвих інструментів і засобів подолання посттравматичного стресу в умовах війни.

2. Аналіз останніх досліджень і публікацій

Законодавчі, теоретичні та методичні підходи до формулювання термінологічних понять, пов'язаних з посттравматичною стресовою ситуацією, вироблення алгоритмів надання психологічної допомоги в кризових та екстремальних умовах, правил профілактики посттравматичних стресових розладів системно розробляються або пропагуються в Україні тільки з 2014 року.

Верховною Радою України у 2015 році прийнято Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб» [3]. Вийшли друком фундаментальні праці О. В. Богомолець та ін. [8], Д. Д. Романовської та О. В. Ілащук [12], О. В. Скориніни-Погребної [15], переклад навчального посібника Ліси Г. Джейкокс, Одрі К. Ленглі, Крістін Л. Дін. для керівників груп за програмою SSET [5]. Оприлюднено матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Українське суспільство в умовах війни: виклики сьогодення та перспективи миротворення» (Маріуполь, 9 червня 2017 р.) [17]. Роль психологічної просвіти в контексті проблеми попередження посттравматичних стресових станів висвітлено у науковій статті С. Уварової [16], а умов адаптації внутрішньо переміщених осіб до університетського середовища засобами студентського самоврядування у публікації Ю Кравченка і Г Сорокіної [4].

Разом з тим, проблематика організаційного, педагогічного, гуманітарного аспектів вищої освіти як інструмента посттравматичного стану особистості, викликаного воєнними діями, практично не досліджувалася.

Мета статті. Мета статті полягає у дослідженні організаційної, педагогічної і гуманітарної потенційних можливостей вищої освіти як засобу подолання посттравматичного стресу в умовах війни. Серед основних завдань: тлумачення термінів «стрес», «стресостійкість», «посттравматичний стрес», «посттравматичний стресовий розлад»; визначення симптоматики посттравматичного стресового стану, висвітлення організаційного, педагогічного і гуманітарного аспектів навчання, виховання і розвитку внутрішньо переміщених осіб у вищих навчальних закладах держави.

3. Методика дослідження

Методика дослідження передбачає з'ясування сутності термінів «стрес», «стресостійкість», «посттравматичний стрес»,

«посттравматичний стресовий розлад» та визначення шляхів подолання посттравматичного стресу в умовах війни можливостями навчання у вишах України.

У роботі використано описовий метод, метод критичного аналізу законодавчих, наукових і методичних джерел, узагальнення і систематизації практичного досвіду та метод системного аналізу.

4. Виклад основного матеріалу

Воєнна агресія, захоплення території і як наслідок порушення усталених норм життя, загроза здоров'ю, а в подальшому переселення на безпечні території викликають травматичну стресову ситуацію наслідки якої, для окремо взятої особистості, часто непередбачувані. Взагалі «стрес – поняття, введене для позначення стану психічного напруження, обумовленого виконанням діяльності в надскладних умовах» [12, с. 102]. Не всі люди однаково переносять стресову подію. В одних добре розвинена така риса як «стресостійкість» – «поєднання особистісних якостей людини, що дає їй змогу витримувати стресові ситуації, уникаючи негативних наслідків як для життєдіяльності, так і для оточення» [12, с. 102]. В інших стрес може стати причиною психічної травми, «що зачіпає значущі сторони існування людини і призводить до глибоких психологічних переживань» [11, с. 30], психологічних розладів, тривожного стану, нервових зривів, депресії тощо. Виникає важкий психологічний стан «посттравматичного стресу» – «посттравматичний стресовий синдром – сукупність психофізіологічних симптомів і соціальних наслідків, властивих самопочуттю і поведінці людей, які пережили катастрофу, тяжке випробування, пов'язане із загрозою для життя» [13, с. 211]. Синтезуючи наведену у наукових і періодичних фахових виданнях посттравматичну симптоматику [5, с. 13; 12, с. 36; 15, с. 37–38; 16, с. 203; 14] виділимо такі прояви посттравматичного стресового стану:

- повторне переживання травмуючої події (інтрузивні думки про тривожну подію, спогади, сновидіння і кошмари про травматичну ситуацію, відчуття пригніченості при нагадуванні про подію);
- фізіологічна гіперактивація (порушення сну; слабка концентрація; тривога, лякливність, пильність до небезпеки; підвищена дратівливість, прояви злості);
- уникання болісних спогадів (уникання ситуацій, що асоціюються з пережитою травматичною подією);

- відчуження (невпевненість, постійні сумніви, нерішучість, обмеження соціальних контактів; людина відчуває стан відчуженості від навколишнього світу і відчуває себе «емоційно зціпивши»).

Виведення потерпілого із стану посттравматичного стресу передбачає психологічне звільнення від спогадів про минуле та інтерпретації подальших психоемоційних переживань травматичної ситуації, формування потреби в самоактуалізації, соціалізацію особистості, активне включення у пізнавальну і трудову діяльність, суспільну комунікацію і взаємодії.

Екстраполюючи наведене на пласт проблем внутрішньо переміщеного студентства слід відмітити, що органи виконавчої влади реалізують державну політику у сферах освіти і науки, створюючи умови для здобуття громадянами вищої освіти з урахуванням відомостей щодо внутрішньо переміщених осіб [3]. За даними Міністерства освіти і науки України 18 вищих навчальних закладів та наукових установ Донецької, Луганської областей і Криму після початку антитерористичної операції на Донбасі були переміщені на підконтрольну Україні територію. В них здобуває вищу освіту понад 40 тисяч осіб, а навчально-професійну діяльність здійснює 3,4 тисячі науково-педагогічних працівників. У 2017 році до українських вишів вступило 1550 студентів з тимчасово невідконтрольних та окупованих територій.

Найпершою передумовою подолання посттравматичного стресу і адаптації переміщених студентів є комплекс організаційно-педагогічних заходів. Серед них: вирішення матеріально-побутових проблем (поселення в гуртожитку, забезпечення стипендією), організаційних питань (оформлення необхідних документів, ліквідація академічної різниці, розподіл до академічних груп), забезпечення навчальною і методичною літературою (курс лекцій, методичні вказівки до практичних занять і самостійної роботи, матеріали цифрового репозиторію) тощо.

Суттєва роль відводиться психолого-педагогічному діагностуванню особистості студента (бесіди, анкетування, тестування, інтернет-опитування, аналіз скарг і пропозицій, вивчення особистих документів), яке охоплює вивчення психологічних властивостей, стан здоров'я, соціально-психологічних поведінкових установок, ціннісних орієнтацій, мотивів і проблем інтелектуального росту, готовності до навчально-пізнавальної діяльності, а також

дослідження психічного стану, стресостійкості і проблем в адаптації. Акумуляовані відомості куратор академічної групи, педагог-наставник використовують для кординації лояльного входження студента у колектив, педагогічного керівництва складанням плану саморозвитку, корекції психологічних відхилень та розладів. В разі необхідності може проводитися психотерапевтичне навчання або самонавчання, надаватися психологічна допомога, здійснюватися соціальний супровід.

До провідних організаційно-педагогічних умов адаптації внутрішньо переміщених осіб до університетського життя відносять «створення сприятливого соціально-психологічного мікроклімату» [4, с. 94]. Найперше, що потрібно для його реалізації – домогтися щоб «дух» толерантності був присутній скрізь: на навчальних заняттях, у позааудиторній роботі, в реальному та віртуальному спілкуванні тощо. Важливо створити «мікросередовище гуманізму», «толерантний простір», що забезпечують формування партнерського стилю і культури ділових міжособистісних взаємин між студентами і викладачами, єдність, раціональність і синергізм у підходах до вирішення проблемних, конфліктних ситуацій та ситуацій невизначеності, створення комфортних соціально-педагогічних умов співпраці і спілкування. Складовими його можуть виступати: свобода пізнавального й особистісного вибору, бажань і дій, автентичне виховання, педагогічна підтримка і керівництво, гуманізація стосунків учасників освітнього процесу, аксіомами взаємовідносин: шанобливе ставлення до людини, віра в можливості молодшої особистості, довіра, доброчинність. Ці передумови стануть запорукою як подолання посттравматичних відхилень так і успіху в розвитку індивідуального творчого потенціалу молодшої особистості і формування рис професійної компетентності.

Генетичні основи внутрішніх психологічних установок майбутніх толерантних взаємодій особистості і колективу закладені на рівні підсвідомості, в народній моралі, в українському менталітеті. Головними чинниками української народної моралі завжди були ідеали добра, милосердя, людяності та морально-етичні категорії: честь, гідність, працелюбність [6]. Важливо також зауважити, що гуманізм, толерантність, миролюбність, щирість, душевність, релігійність відносяться до питомих, усталених рис українського національного характеру. Крім того варто мати на увазі, що в традиції нашого народу завжди шанувалися почуття любові до

батьків, до старших, до жінок, повага, допомога ближньому, сусідові, односельчанину, виняткова гостинність та ін. Під час вивчення фактичного матеріалу гуманітарних та суспільних дисциплін, у виховному процесі доречно використовувати і опиратися на ці ментальні особливості. Практичні заходи результативно проводити, моделюючи народні етикетні норми, серед яких: вітання «Добрий день», «Дай Боже щастя», «Слава Ісусу Христу»; звертання на «Ви, а також словами «Добродію», «Пане / пані», «Брате / сестро»; привітання до зайнятого роботою «Бог на поміч» (відповідь «Казали Боги, щоб Ви помогли»); вибачення, перепрошення «Вибачте, будь ласка», «Прости мені» (відповідь «Я прощаю, хай Бог простить»), «Перепрошую пане / добродію»; прощання «До побачення», «Бувайте здорові», «На все добре» тощо.

Дієвим засобом відволікання уваги студентів-переселенців від спогадів про тривожні події, соціальної адаптації виступає активне включення їх у структуру міжособистісних конструктивних стосунків та залучення до участі у студентському самоврядуванні. Перелік видів діяльності органів студентського самоврядування включає захист прав студентів, проведення організаційних, навчальних, наукових, культурних, спортивно-оздоровчих, благодійних заходів, сприяння соціальному захисту студентів, їхньому тимчасовому та професійному працевлаштуванню. Ефективним соціальним інструментом постає технологія психолого-педагогічної підтримки (тренінги позитивної взаємодії: зміна негативних установок до переселенців, розвиток почуття власного достоїнства та вміння поважати інших, навчання способам виходу із конфліктних ситуацій, розвиток соціальної довіри, емпатії, співчуття), школа розвитку лідерських та комунікативних якостей «Лідер майбутнього» [4, с. 94].

Не менш важливий фактор – використання змісту навчальних дисциплін для засвоєння інтелектуального і поведінкового досвіду та вироблення, на цій основі, оптимальних внутрішніх психологічних установок і стереотипів, алгоритмів майбутніх можливих дій, правил поведінки і співжиття та вдосконалення методики проведення навчальних лекцій, практичних занять, самостійної роботи, виконання індивідуальних проблемних завдань і наукових досліджень, виховних заходів тощо. Педагогічна практика навчання української мови (за професійним спрямуванням) показує, що перспективними формами викладання є лекції з елементами пояснення, обговорення, проблемні лекції, бінарні лекції, діалогічні

лекції, інтерактивні лекції та ін., фрагменти практичних занять у формі вільного висловлення своєї думки («Виступ перед мікрофоном»), відстоювання своєї позиції («Твоя позиція»), дискусійного розгляду проблемних питань, захисту презентацій, комунікативні тренінги, представлення результатів наукових досліджень на конференціях, інтернет-форумах тощо. Ефективності навчально-виховного процесу сприяє використання сучасних інтерактивних (колективно-групового навчання, кооперативного навчання, ситуативного моделювання, опрацювання дискусійних питань) та інформаційно-комунікативних технологій [18].

Процес учіння набуває в цих умовах, за визначенням К. Роджерса, характеру значущого учіння, що передбачає не лише просте накопичення фактів, а й глибоке проникнення в сутність, зміну поведінки людини тепер і в майбутньому, її відношень і особистості [14, с. 166]. Забезпечується активна участь студентів, як «суб'єктів» процесу пізнання і розвитку, шляхом особистісно орієнтованого підходу. Достатній рівень розвитку комунікативної толерантності сприяє ефективності їхньої учбової діяльності, особистісного зростання та ефективної взаємодії з викладачем. Змінюється також роль викладача вищого навчального закладу. Тепер він постає «наставником, який координує, моделює пізнавальну ситуацію, працює спільно зі студентами для її розв'язання» [18, с. 116], тобто виступає в ролі фасилітатора, психотерапевта.

Забезпеченню особистісно орієнтованого навчання покликані модернізація і реформування вищої освіти відповідно європейських освітніх стандартів на принципах Болонської конвенції, запровадження кредитно-модульної організації навчального процесу, які передбачають підвищення вимог до оцінювання якості знань і вмінь студентів. Самоствердженню і самоактуалізації молодой особистості, підвищенню мотивації до навчально-пізнавальної діяльності, зокрема, із дисципліни «Українська мова (за професійним спрямуванням)» у вищому навчальному закладі нефілологічного профілю сприяє оптимальне використання сучасних індивідуальних форм оцінювання знань, в тому числі, комп'ютерного тестового контролю навчальних досягнень студентів [19].

Соціалізації особистості, «яка здатна самостійно мислити, на основі отриманих знань здійснювати інновації і організацію власного життя, відповідати за свою діяльність і життєвий вибір» [2, с. 26] сприяє віртуальне Інтернет-спілкування в соціальних мережах,

участь у проєкті «Справитися з травмою війни», використання матеріалів Національної просвітницької кампанії щодо проблеми посттравматичного розладу та допомоги особам, що пережили психотравмуючі події «Простір надії», міжнародної програми підтримки осіб, які зазнали травм SSET та ін. [5; 11].

Треба зауважити, що війна та її наслідки увійшли в наше життя як виклик, з якими ми можемо справитися лише мобілізавши усі наші ресурси та протиставивши їм силу Правди, Любові та Надію – віру, що усе «чорне», що є в житті скоро минеться, тобто Надію, що кличе нас на дію. І суспільно-політичні події останнього часу вказують на те, що громадянською активністю, «духом» патріотизму, терпимості, доброзичливості і взаємодопомоги все ширше наповнюється всеукраїнський духовний простір. Толерантність як внутрішня необхідність, потреба і загальнолюдська цінність однієї особи, невеликої групи людей і великого колективу кореспондується на толерантність усього народу і виступає передумовою і засобом реалізації національної консолідуючої ідеї – ідеї єдності українського народу. Це, в свою чергу, разом із підтримкою патріотичної громадянської позиції студентів-переселенців, виступає однією з важливих умов подолання посттравматичного стресу в умовах війни, виховання і розвитку молоді особистості, майбутнього фахівця і громадянина.

5. Висновки та перспективи подальших досліджень

Залучення внутрішньо переміщених осіб до здобуття вищої освіти одночасно розв'язує такі важливі завдання як подолання наслідків посттравматичного стресу, психологічну стабілізацію особистості, соціалізацію, пристосування до життя в нових умовах, підготовку майбутнього кваліфікованого фахівця і виховання громадянина.

Успішність реалізації перелічених завдань забезпечується комплексом організаційно-педагогічних заходів, проєктуванням навчально-пізнавальної і виховної діяльності на основі відомостей психолого-педагогічного діагностування, створенням сприятливого соціально-психологічного середовища, формуванням міжособистісних взаємовідносин на засадах української моралі, мови і ментальності, активним залученням до громадської роботи, в тому числі, до студентського самоврядування, особистісно орієнтованим підходом до процесу навчання, ефективним використанням змісту навчальних дисциплін, застосуванням перспективних методик

викладання і оцінки навчальних досягнень, залученням студентів до віртуальної електронної комунікації, участю у тематичних програмах і проектах тощо.

Результатом педагогічного процесу має постати психологічно врівноважена, адаптована до нових умов, життєтворча особистість, яка добре знає себе і вміє проектувати власне життя, комфортно почувається в навколишньому суспільному середовищі, розуміє інших людей і завжди готова прийти на допомогу, доброзичлива, чуйна, гуманістична і в той же час – компетентний фахівець, здатний до самореалізації, самоактуалізації тобто «прагнення до найбільш повного виявлення, реалізації і розвитку своїх особистісних можливостей» [13, с. 263].

Відсутність наявності прогресу у припиненні воєнних дій на сході України, недостатня увага науковців до з'ясування ролі вищої освіти у подоланні посттравматичного стресу в умовах війни, едукції і соціалізації внутрішньо переміщених осіб залишає широкі можливості для подальших наукових розвідок.

References:

1. Вчимося жити разом : курс підготовки вчителів. URL : <http://lt.multycourse.com.ua/ua/> (дата звернення 28.11.2017).
2. Діденко Н. Г. Теоретико-методологічні засади розробки та функціонування механізмів державного управління в системі соціального партнерства : автореф. дис. ... д-ра н. держ. упр. : 25.00.02. / ДонДУУ. Донецьк, 2008. 43 с.
3. Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб: Закон України від 20.04.2014 р. № 1706-VII. Дата оновлення 20.04.2017. URL : <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/1706-18> (дата звернення 28.11.2017).
4. Кращенко Ю., Сорокіна Г. Умови адаптації внутрішньо-переміщених осіб до університетського середовища засобами студентського самоврядування. Витоки педагогічної майстерності. Серія : Педагогічні науки. 2016. Вип. 17. С. 89–96.
5. Джейкокс Л. Г., Ленглі О. К., Дін К. Л. Підтримка учнів, які зазнали травм: програма SSET : навчальний посібник для керівників груп, плани занять, матеріали для занять та бланки. Львів, 2015. 217 с.
6. Народна мораль і етика. URL : <http://about-ukraine.com/index.php?text=92> (дата звернення 28.11.2017).
7. Обліковано 1 498 158 переселенців. Міністерство соціальної політики України. URL : <http://www.msp.gov.ua/news/14356.html> (дата звернення 28.11.2017).

8. Оптимізація підходів до надання психіатричної допомоги відповідно до сучасних потреб учасників бойових дій : методичні рекомендації / уклад. О. В. Богомолець та ін. Київ, 2014. 44 с.
9. Посттравматичний стрес. ENC.COM.UA Україномовна енциклопедія. URL: <http://enc.com.ua/velika-psixologichna-enciklopediya/ponya-potr/104346-posttravmatichnijstres.html> (дата звернення 28.11.2017).
10. Посттравматичний стресовий розлад / автор тесту В. Горбунова. URL : https://www.dropbox.com/s/b9vkg1picxw1kfj/PROSTIR_NADIJY-dr.pdf?dl=0 (дата звернення 28.11.2017).
11. Простір надії : Національна провітницька кампанія щодо проблеми посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та допомоги особам, що пережили психотравмуючі події. URL : <http://prostirnadii.org.ua/> (дата звернення 28.11.2017).
12. Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти : методичний посібник / упор. Д. Д. Романовська, О. В. Лашук. Чернівці : Технодрук, 2014. 133 с.
13. Психологічний словник / авт.-уклад. В. В. Синявський, О. П. Сергєєнкова ; ред. Н. А. Побірченко. URL : http://elibrary.kubg.edu.ua/5980/3/O_Serhieienkova_IL.pdf (дата звернення 28.11.2017).
14. Роджерс К. Становление личности. Взгляд на психотерапию. / пер. М. М. Исениной ; ред. Е. И. Исениной. URL : <http://psycheresurs.ru/d/294831/d/rodzhers-k.-o-stanovlenii-lichnostyu.pdf> (дата звернення 28.11.2017).
15. Скориніна-Погребна О. В. Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях : курс лекцій. Харків : НУЦЗ України, 2016. 90 с.
16. Уварова С. Психологічна просвіта в контексті проблеми попередження посттравматичних стресових станів. Науковий вісник МНУ ім. В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки. 2016. № 1 (16). С. 202–207.
17. Українське суспільство в умовах війни: виклики сьогодення та перспективи миротворення : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (Маріуполь, 9 черв. 2017 р.) Маріуполь : ДонДУУ, 2017. 311 с.
18. Шийка С. В. Інформаційно-комунікаційні технології як засіб удосконалення традиційної методики навчання української мови за професійним спрямуванням. Інформаційні технології і засоби навчання. 2017. Т. 59, № 3. С. 114–125. URL : <http://journal.iitta.gov.ua/index.php/itlt> (дата звернення 28.11.2017).
19. Шийка С. В. Проблема оптимізації комп'ютерного тестового контролю навчальних досягнень студентів з української мови (за професійним спрямуванням). Інформаційні технології і засоби навчання. 2017. Т. 60, № 4. С. 288–299. URL : <http://journal.iitta.gov.ua/index.php/itlt> (дата звернення 28.11.2017).

Transliteration of References:

1. Vchymosia zhyty razom: kurs pidhotovky vchyteliv. URL: <http://lt.multycourse.com.ua/ua/> (data zvernennia 28.11.2017).
2. Didenko N.H. (2008). Teoretyko-metodolohichni zasady rozrobky ta funktsionuvannia mekhanizmiv derzhavnoho upravlinnia v systemi sotsialnoho partnerstva : avtoref. dys. ... d-ra n. derzh. upr. : 25.00.02. / DonDUU. Donetsk, 2008. 43 s.
3. Pro zabezpechennia prav i svobod vnutrishno peremishchenykh osib: Zakon Ukrainy vid 20.04.2014 r. № 1706-VII. Data onovlennia 20.04.2017. URL : <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/1706-18> (data zvernennia 28.11.2017).
4. Krashchenko Yu., Sorokina H. (2016). Umovy adaptatsii vnutrishno-peremishchenykh osib do universytetskoho seredovyscha zasobamy studentskoho samovriaduvannia. Vytoky pedahohichnoi maisternosti. Seriiia : Pedahohichni nauky. 2016. Vyp. 17. S. 89–96.
5. Dzheikoks L. H., Lengli O. K., Din K. L. (2015). Pidtrymka uchniv, yaki zaznaly travm: prohrama SSET : navchalnyi posibnyk dlia kerivnykiv hrup, plany zaniat, materialy dlia zaniat ta blanky. Lviv, 2015. 217 s.
6. Narodna moral i etyka. URL : <http://about-ukraine.com/index.php?text=92> (data zvernennia 28.11.2017).
7. Oblikovano 1 498 158 pereselentsiv. Ministerstvo sotsialnoi polityky Ukrainy. URL : <http://www.msp.gov.ua/news/14356.html> (data zvernennia 28.11.2017).
8. Optymizatsiia pidkhodiv do nadannia psykhiatrychnoi dopomohy vidpovidno do suchasnykh potreb uchasnykiv boiovykh dii : metodychni rekomendatsii / uklad. O. V. Bohomolets ta in. Kyiv, 2014. 44 s.
9. Posttravmatychnyi stres. ENC.COM.UA Ukrainomovna entsyklopediia. URL: <http://enc.com.ua/velika-psixologichna-enciklopediya/ponya-potr/104346-posttravmatichnijstres.html> (data zvernennia 28.11.2017).
10. Posttravmatychnyi stresovy rozlad / avtor testu V. Horbunova. URL : https://www.dropbox.com/s/b9vkg1picxw1kfj/PROSTIR_NADIJY-dr.pdf?dl=0 (data zvernennia 28.11.2017).
11. Prostir nadii : Natsionalna provitnytska kampaniia shchodo problemy posttravmatychnoho stresovoho rozladu (PTSR) ta dopomohy osobam, shcho perezhly psykhotravmuiuchi podii. URL : <http://prostirnadii.org.ua/> (data zvernennia 28.11.2017).
12. Profilaktyka posttravmatychnykh stresovykh rozladiv: psykhologichni aspekty: metodychni posibnyk / upor. D. D. Romanovska, O. V. Ilashchuk. Chernivtsi: Tekhnodruk, 2014. 133 s.
13. Psykhologichni slovnyk / avt.-uklad. V. V. Syniavskiy, O. P. Serhieienkova; red. N.A. Pobirchenko. URL: http://elibrary.kubg.edu.ua/5980/3/O_Serhieienkova_IL.pdf (data zvernennia 28.11.2017).
14. Rodzhers K. Stanovlenye lychnosti. Vzgliad na psykhoterapiyu. / per. M.M. Ysenynoi; red. E.Y. Ysenynoi. URL: <http://psycheresurs.ru/d/294831/d/rodzhers-k.-o-stanovlenii-lichnostyu.pdf> (data zvernennia 28.11.2017).

15. Skorynina-Pohrebna O.V. (2016). Psykholohichna dopomoha v kryzovykh ta ekstremalnykh sytuatsiiakh : kurs lektsii. Kharkiv : NUTsZ Ukrainy, 2016. 90 s.
16. Uvarova S. (2016). Psykholohichna prosvita v konteksti problemy poperedzhennia posttravmatychnykh stresovykh staniv. Naukovyi visnyk MNU im. V. O. Sukhomlynskoho. Pedahohichni nauky. 2016. № 1 (16). S. 202–207.
17. Ukrainske suspilstvo v umovakh viiny: vyklyky sohodennia ta perspektyvy myrotvorennia : materialy Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii (Mariupol, 9 cherv. 2017 r.) Mariupol : DonDUU, 2017. 311 s.
18. Shyika S.V. (2017). Informatsiino-komunikatsiini tekhnolohii yak zasib udoskonalennia tradytsiinoi metodyky navchannia ukrainskoi movy za profesiinym spriamuvanniam. Informatsiini tekhnolohii i zasoby navchannia. 2017. T. 59, № 3. S. 114–125. URL : <http://journal.iitta.gov.ua/index.php/itlt> (data zvernennia 28.11.2017).
19. Shyika S.V. (2017). Problema optymizatsii kompiuternoho testovoho kontroliu navchalnykh dosiahnen studentiv z ukrainskoi movy (za profesiinym spriamuvanniam). Informatsiini tekhnolohii i zasoby navchannia. 2017. T. 60, № 4. S. 288–299. URL : <http://journal.iitta.gov.ua/index.php/itlt> (data zvernennia 28.11.2017).

The Author

Svitlana SHYYKA
Candidate of Philological Sciences,
Senior Lecturer,
Department of Ukrainian Studies,
National University Water Management
and Nature Management,
Rivne, Ukraine
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-8138-7205>
E-mail: svitlanashyyka@ukr.net

Abstracts

СВІТЛАНА ШИЙКА. Вища освіта як засіб подолання пост-травматичного стресового розладу в умовах війни. Статтю присвячено дослідженню організаційної, педагогічної і гуманітарної потенційних можливостей вищої освіти як засобу подолання посттравматичного стресу в умовах війни. Наведено тлумачення основних понять «стрес», «стресостійкість», «посттравматичний стрес», «посттравматичний стресовий розлад», визначено симптоми посттравматичного стресового стану. Акцентовано, що за-

лучення внутрішньо переміщених осіб до здобуття вищої освіти одночасно розв'язує такі важливі завдання як подолання наслідків посттравматичного стресу, психологічну стабілізацію особистості, її соціалізацію, пристосування до життя в нових умовах, підготовки майбутнього кваліфікованого фахівця і громадянина. Висвітлено комплекс заходів, що забезпечують успішне виконання цих завдань, серед яких: вирішення матеріально-побутових та організаційно-педагогічних проблем, проектування навчально-пізнавальної і виховної діяльності на основі відомостей психолого-педагогічного діагностування, створення сприятливого соціально-психологічного середовища, формування міжособистісних взаємовідносин на засадах української моралі, мови і ментальності, активне залучення молоді до громадської роботи, в тому числі, до студентського самоврядування, особистісно орієнтований підхід до процесу навчання, ефективне використання змісту навчальних дисциплін, застосування перспективних методик викладання і оцінки навчальних досягнень, залучення студентів до віртуальної електронної комунікації, участі у тематичних програмах і проектах. Результатом педагогічного процесу має стати психологічно врівноважена, адаптована до нових умов життя особистість, і в той же час – компетентний фахівець.

Ключові слова: вища освіта, внутрішньо переміщена особа, посттравматичний стрес, посттравматичний стресовий розлад, стрес.

ŚWIETLANA SZYJKA. **Szkolnictwo wyższe jako sposób na przezwyciężenie zespołu stresu pourazowego w warunkach wojennych.** Artykuł poświęcony jest badaniu potencjału organizacyjnego, pedagogicznego i humanitarnego szkolnictwa wyższego jako środka przezwyciężania stresu pourazowego w warunkach wojny. Podano interpretację głównych pojęć „stres”, „odporność na stres”, „stres pourazowy”, „zespół stresu pourazowego”, zdefiniowano objawy stanu stresu pourazowego. Podkreśla się, że zaangażowanie osób wewnętrznie przesiedlonych w zdobywanie wyższego wykształcenia rozwiązuje jednocześnie tak ważne zadania, jak przezwyciężenie skutków stresu pourazowego, psychologiczna stabilizacja osobowości, jej socjalizacja, przystosowanie się do życia w nowych warunkach, przygotowanie przyszłej wykwalifikowanej kadry specjalista i obywatela. Podkreślono zespół działań zapewniających pomyślną realizację tych zadań, do których zalicza się: rozwiązywanie problemów materialnych i bytowych oraz organizacyjno-pedagogicznych, projektowanie działań wychowawczych i poznawczo-wychowawczych, opierając się na informacje diagnozy

psychologiczno-pedagogicznej, tworzenie sprzyjającego środowiska społeczno-psychologicznego, kształtowanie relacji międzyludzkich opierając się na zasady ukraińskiej moralności, języka i mentalności, aktywne zaangażowanie młodzieży w pracę publiczną, w tym samorząd studencki, podejście do procesu uczenia się zorientowane na osobę, efektywne wykorzystanie treści dyscyplin akademickich, stosowanie zaawansowanych metod nauczania i ocen osiągnięć edukacyjnych, zaangażowanie studentów w wirtualną komunikację elektroniczną, udział w programach i projektach tematycznych. Efektem procesu pedagogicznego powinna być osoba zrównoważona psychicznie, dostosowana do nowych warunków życia, a jednocześnie kompetentny specjalista.

Słowa kluczowe: *szkolnictwo wyższe, osoba wewnętrznie przesiedlona, stres pourazowy, zespół stresu pourazowego, stres.*

* *Стаття підготовлена у 2017 році (коли тривав 4-й рік війни, яку в 2014 році розпочала Росія проти України) і вперше представлена на I-й Міжнародній Міждисциплінарній Асамблеї «“ПІТСР: дорослі, діти та родини в ситуації війни” (8-10 грудня 2017 року, м. Київ, Україна) (Ред.)*