



ISSN 2450-6486

<http://ehs.eeipsy.org>DOI: <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2023.2.06>

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



Сергій ВИШНЕВСЬКИЙ,
Маргарита ЗІМБОРОВСЬКА

Діяльність психологічної служби
вищого навчального закладу
системи Міністерства внутрішніх
справ України щодо адаптації та
подолання посттравматичного
синдрому курсантами та студентами-
переселенцями*

SERGIY VISHNEVSKIY, MARGARYTA ZIMBOROVSKA.
**Psychological service activity at the higher school of the system
of Internal Affairs Ministry of Ukraine in terms of adaptation
and overcoming posttraumatic syndrome by resettled cadets and
students.** *The problem of the cadets and students' adaptation, which were
internally displaced to the higher school of the system of internal affairs
ministry of Ukraine is analyzed in this article. Psychological service activity*



Received 05.20.2023
Peer-reviewed 06.01.2023
Revised version received 06.18.2023
Accepted 06.25.2023

aimed at overcoming posttraumatic stress with such kind of trainees is described. The most favorable factors for getting over stress and further successful adaptation of the new living and studying conditions as well as the difficulties they are coming across are in focus of the research.

Key words: *cadets, students, resettled, internal displacement, stress, adaptation, adaptation problems.*

1. Вступ

Кожен курсант та студент – переселенець стикається з низкою проблем, які включають в себе всі сфери людського життя: економічні, соціальні, побутові, організаційні та психологічні, іноді мають місце й правові колізії, до того ж переїзд до нового міста – це завжди стресова ситуація. Стрес не повинен переважати можливості організму до адаптації і набувати ролі патогенного чинника. Стрес – це неспецифічна реакція організму у відповідь на несподівану та напружену ситуацію; це фізіологічна реакція, що мобілізує резерви організму. Комплекс специфічних психогенних симптомів, які виникли після перенесеної кризової події, отримав назву Posttraumatic stress disorder (посттравматичний стресовий розлад – ПТСР). У 1980 р. його було внесено до третього видання офіційного американського діагностичного психіатричного стандарту DSM-III Diagnostic and Statistical Manual Disorders.

2. Постановка проблеми

Актуальність обраної теми зумовлена важливістю отримання молоддю України вищої освіти та розглядом освіти як інструмента подолання посттравматичного стресу в умовах війни. Найгостріше наслідки війни на собі відчувають діти та молодь, які проживають у Донецькій та Луганській областях. Таким чином, у сучасній Україні маємо факт вимушеної зміни місця проживання та вибір вищого навчального закладу в іншому місті. Кілька тисяч людей набули статусу внутрішньо переміщених осіб чи переселенців, змінили місця проживання, праці та навчання. Курсанти та студенти – переселенці повною мірою піддаються емоційним переживанням, зазнають психологічної кризи, пов'язаної з віковими, соціальними та психологічними особливостями. Молоді люди перебувають у стані розгубленості, обумовленому відсутністю бачення своїх

особистих і професійних перспектив. Вони занепокоєні власною долею та долею своїх близьких, які залишилися на тимчасово окупованих територіях.

Метою цієї статті є дослідження явища стресу молоді з Донецької та Луганської областей, яка переживає кризовий період, пов'язаний з конфліктом на сході України та вимушена отримувати вищу освіту в інших містах країни. Особливу увагу звернуто на фактори, що сприяють подоланню стресу й адаптації до нових умов навчання та проживання.

3. Аналіз публікацій, у яких започатковано розв'язання даної проблеми

Розгляд психотравми, як дисгармонії, дисонансу, розладу у психічному стані особистості, є сферою багатьох досліджень як вітчизняних, так і зарубіжних науковців, зокрема у працях вітчизняних психологів Т.М. Титаренко, Т.С. Кириленко, Н.Ю. Максимової, К.Л. Мілютіної, О.П. Саннікової, Е.Л. Носенко, С.І. Яковенка та ін. [3]. На думку Е.Л. Носенко, щоб мінімізувати наслідки психотравми слід максимально повернути життя таких осіб у звичайний ритм. Проблеми психологічного характеру трапляються нині серед вимушених переселенців найчастіше. Молодь відірвалася від свого коріння, зіткнулася з матеріальними проблемами, соціальною деривацією, тобто опинилася в ситуації відсутності друзів, нових контактів, можливості обрати той вищий навчальний заклад, який бажала. Діти та молодь є у цій ситуації вразливішими за дорослих, бо вони ще не мають життєвого досвіду й психологічного захисту. Загалом, посттравматичні стресові розлади серед вимушених переселенців, на превеликий жаль, тільки починаються, адже виникають через кілька місяців, а то й років після дії психотравми.

Так, О.Л. Вознесенська [2] виділяє кілька аспектів у переживанні ситуації вимушеної міграції. Це міграція як переживання негативних життєвих подій – втрат, поневірянь – змін, що відбуваються до і під час переселення. Також це адаптація вимушених переселенців у новому соціокультурному середовищі: переживання змін і культурних відмінностей, переживання ізоляції і депривації (від лат. *deprivatio* – втрата, позбавлення – психічний стан, викликаний позбавленням можливості задоволення найнеобхідніших життєвих потреб, або позбавленням благ, звичних для людини довгий

час). Проводячи дослідження соціально-психологічної адаптації переселенців Г. Солдатова, Л. Шайгерова, привернули увагу суспільства до психологічних проблем вимушених переселенців та усвідомлення необхідності створення та підтримки програм психологічної допомоги переселенцям та біженцям [1].

4. Виклад основного матеріалу дослідження

Українське суспільство сьогодні переживає кризовий період, пов'язаний з багатьма чинниками. Збройний конфлікт на сході держави не дає можливості молоді отримувати вищу освіту у рідних містах, призводить до значних психосоціальних навантажень.

Вступ до вищого навчального закладу є переломною подією у житті першокурсників, що супроводжується зміною установок, звичок, переконань, способу життя та стереотипів поведінки. Вимушена зміна місця проживання та вибір вищого навчального закладу в іншому місті призводять до стресової ситуації, стану психологічного і фізичного напруження, втрати інтересу до навчання, розчарувань, відчуження та пасивності. Вибір професії – це завжди важлива подія у житті молодої людини; важливим фактором, що сприяє успішній психологічній адаптації, є свідоме професійне самовизначення, задоволення особистим статусом, сформованість соціально-значимих якостей та вміння здійснювати саморегуляцію поведінки і високий рівень мотивації до навчання.

Аналізуючи поведінку курсантів та студентів перших курсів вищого навчального закладу системи Міністерства внутрішніх справ, можна зазначити, що ця категорія є більш полохливою та тривожною, занепокоєною і емоційно відчуженою. У таких курсантів та студентів виникають труднощі із зосередженням, дратівливість. Можна припустити, що ці явища виникають на ґрунті посттравматичного стресу.

Посттравматичний стрес є звичайним та природним явищем як реакція на отримання травми під час війни. Спогади про травматичні події, вимушена зміна місця проживання, руйнування надій та мрій вступити у вищий навчальний заклад у своєму рідному місті неконтрольовано проникають у свідомість молодої людини.

Відділенням психологічного забезпечення відділу кадрового забезпечення Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ України проводиться ретельна психологічна робота з цією категорією осіб, які поступили до навчального

закладу з метою отримати якісну освіту. Психологи та фахівці відділення психологічного забезпечення надають роз'яснення про відомі реакції на стрес, пов'язаний із війною, нормалізують реакції таким чином, щоб курсанти та студенти не відчували себе самотніми, заохочують молодих людей розповідати свої історії про рідний дім, рідне місто. Як, приклад, психологами та фахівцями вищого навчального закладу наводиться «історія молодой людини», яка пережила подібну ситуацію та вже навчається і несе службу у вищому навчальному закладі. За допомогою цієї історії фахівці ВПЗ ВКЗ заохочують молодь розповісти про те, що трапилось з ними. Думки та спогади про те, що сталося, можуть перешкоджати якісному навчанню та несенню служби. Курсанти та студенти, які пережили втрату, як правило, повільніше мислять, їм не вистачає енергії, вони можуть скаржитися на фізичний стан. З цієї причини перед тим, як молода людина вступає до вищого навчального закладу системи Міністерства внутрішніх справ, фахівцями ВПЗ ВКЗ ретельно вивчається особиста справа та фіксуються окремі значні факти з життя цієї молодой людини, щоб допомогти їй адаптуватись до життя в університеті, несення служби та навчання.

Відділенням психологічного забезпечення відділу кадрового забезпечення ДДУВС розроблено низку заходів, які вживаються для допомоги цій категорії молоді. Широко застосовуються сучасні психологічні технології управління стресом, психотренінгові технології, дослідження психічного стану за допомогою проєктивних малюнків, метафоричні асоціативні карти «Стрес – стоп» автора

О.А.Блінова, доцента кафедри соціальних технологій Навчально – наукового Гуманітарного інституту Національного авіаційного університету, психолога, психотерапевта, ведучого психотерапевта відділення психологічної реабілітації військового госпіталю м. Ірпінь, кандидата психологічних наук. Застосовуються імагінативні техніки, когнітивно-поведінкова терапія та ін. Враховуючи специфіку навчального закладу системи Міністерства внутрішніх справ України, курсанти та студенти, які прибули з Донецької та Луганської областей, одразу ж вносяться до групи посиленої психологічної уваги (ГППУ), фахівці та психологи відділення психологічного забезпечення відділу кадрового забезпечення університету здійснюють поглиблене вивчення таких осіб.

До підстав, умов включення курсантів (слухачів) до ГППУ можна віднести:

1) перебування працівників органів внутрішніх справ України в екстремальних ситуаціях, пов'язаних із загибеллю людей; 2) виявлення за результатами психологічної діагностики у працівника органів і підрозділів внутрішніх справ негативного психоемоційного стану; 3) труднощі, пов'язані з процесом адаптації до умов службової діяльності; 4) ознаки формування соціально-психологічної дезадаптації особистості; 5) підвищена хворобливість, часта відсутність на службі через стан здоров'я, скарги на самопочуття; 6) зловживання алкоголем, вживання наркотичних, токсичних речовин чи психотропних препаратів, у тому числі й медичних без припису лікарів; 7) пресуїцидальна поведінка, висловлювання намірів покінчити життя самогубством або наявність в анамнезі суїцидальних спроб; 8) акцентуації характеру, які обумовлюють виражені негативні риси особистості; 9) схильність до невротичних та депресивних реакцій; 10) особисте звернення курсанта (слухача) за психологічною допомогою до психолога.

До проблем курсантів та студентів вищих навчальних закладів з Донецької та Луганської областей можна віднести психологічні та педагогічні, адже зміна середовища життя накладає свій відбиток на внутрішній стан людини, особливо молоді. Психологічні проблеми виступають головним стресором для будь – якого студента та курсанта – переселенця, кожна людина по-різному реагує та долає проблеми та перешкоди. Особливу роль в таких ситуаціях відіграє нове оточення та атмосфера у новому колективі.

5. Висновки

Зважаючи на вищевикладене, можна дійти висновку, що на успішність пристосування курсантів та студентів – переселенців до ВНЗ, їх ефективну адаптацію впливає колектив, в який потрапляє молода людина, психологічна служба університету й успішне подолання стресу. З огляду на окреслену проблематику, основними завданнями ВНЗ та психологічної служби стає психолого – педагогічний супровід, соціально-психологічна робота, проведення тренінгів, психокорекційних та психодіагностичних вивчень. Прискорення процесів адаптації курсантів та студентів-переселенців до нового для них способу життя і діяльності,

дослідження психологічних особливостей психічних станів, а також виявлення психолого – педагогічних умов оптимізації даного процесу – надзвичайно важливі завдання. Необхідно враховувати, що більшість курсантів та студентів, які виїхали з окупованих територій, є патріотами України, і дуже важливо зберегти таку громадянську позицію. Також потрібно зазначити, що у Дніпропетровському державному університеті внутрішніх справ особливої ефективності набули лекції, тренінги з team-building (командоутворення), семінари та нестандартні творчі заходи, такі як: інтеграційні ігри, караоке, гуртки за захопленнями, масові культурні заходи та зустрічі з психологами відділення психологічного забезпечення відділу кадрового забезпечення.

За результатами анонімних опитувань курсантів та студентів Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ найчастіше виникають такі труднощі: постійні стреси через різку зміну звичного середовища життя; постійна тривога за своїх рідних та близьких, які лишилися на окупованій території; страх перед новим; невпевненість в собі.⁶⁶

References:

1. Аникеева Н.П. Психологический климат в коллективе. М.: Просвещение. 1991.
2. Вознесенська О.Л. Ресурси арт-терапії на допомогу вимушеним переселенцям: практичний посібник / Олена Леонідівна Вознесенська. К.: Human Rights Foundation, 2015. 50 с. 2,8 д.а.
3. Кириленко Т. С. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів / Т. С. Кириленко. К. : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2014. 135 с.

Transliteration of References:

1. Anikeeva N.P. (1991). Psikhologhycheskiy klimat v kollektvye. M.: Prosveshchenye. 1991.
2. Voznesenska O.L. (2015). Resursy art-terapii na dopomohu vymushenym pereselentsiam: praktychnyi posibnyk / Olena Leonidivna Voznesenska. K.: Human Rights Foundation. 50 s.
3. Kyrylenko T.S. (2014). Psykholohiia travmuiuchykh sytuatsii: navch. posib. dlia studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv / T. S. Kyrylenko. K. : Vydavnycho-polihrafichnyi tsentr «Kyivskiy universytet». 135 s.

Authors

Sergiy VISHNEVSKY

*Head of the Psychological Support Department of the
Personnel Support Department,
Dnipropetrovsk State University of Internal
Affairs of Ukraine,
Dnipro, Ukraine*

Margaryta ZIMBOROVSKA

*psychologist, psychotherapist,
leading specialist of the
Dnipropetrovsk State University of Internal
Affairs of Ukraine,
Dnipro, Ukraine
E-mail: margo1979zim@gmail.com*

Abstracts

СЕРГІЙ ВИШНЕВСЬКИЙ, МАРГАРИТА ЗІМБОРОВСЬКА.
Діяльність психологічної служби вищого навчального закладу системи Міністерства внутрішніх справ України щодо адаптації та подолання посттравматичного синдрому курсантами та студентами-переселенцями. У статті аналізується проблема адаптації курсантів та студентів – вимушених переселенців до вищого навчального закладу системи Міністерства внутрішніх справ України та діяльність служби психологічного забезпечення щодо подолання посттравматичного стресу. Особливу увагу приділено факторам, що сприяють подоланню стресу, та адаптації до нових умов навчання і проживання, описано труднощі, з якими стикаються курсанти та студенти вищих навчальних закладів.
Ключові слова: курсанти, студенти, переселенці, вимушена міграція, стрес, адаптація, проблеми адаптації.

SERGIY VISHNEVSKIY, MARGARYTA ZIMBOROVSKA.
Działalność Służby Psychologicznej uczelni wyższej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych Ukrainy w zakresie adaptacji i przezwycięzania stresu pourazowego przez kadetów i wewnątrznie przesiedlonych studentów. W artykule analizowany

jest problem adaptacji kadetów i studentów – przymusowych migrantów do studiowania na uczelni wyższej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych Ukrainy oraz działalności Służby Pomocy Psychologicznej w kierunku przezwyciężania stresu pourazowego. Szczególną uwagę poświęcono czynnikom, które sprzyjają przezwyciężeniu stresu i adaptacji do nowych warunków nauczania i życia, opisano trudności, z jakimi borykają się kadeci i studenci szkół wyższych.

Słowa kluczowe: kadeci, studenci, osoby wewnętrznie przesiedlone, migracja przymusowa, stres, adaptacja, problemy adaptacyjne.

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