

5. Фокін А.С. Адаптація шкал оцінки ментального здоров'я. *Габітус*. 2024; 65: 202-208. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.65.35>

6. Bezsheiko V. Адаптація Шкали для клінічної діагностики ПТСР та опитувальника «Перелік симптомів ПТСР» для української популяції. 2016; 1(1):e010108.

7. Emal L.M., Tamminga S.J., Kezic S., Schaafsma F.G., Nieuwenhuijsen K., van der Molen H.F. Diagnostic Accuracy and Measurement Properties of Instruments Screening for Psychological Distress in Healthcare Workers-A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2023 Jun 13;20(12):6114. doi: 10.3390/ijerph20126114. PMID: 37372701; PMCID: PMC10298301

8. Yehuda R. Post-traumatic stress disorder. *New engl and journal of medicine*. 2002. Vol. 346(2). P. 108-114.

9. Veit C.T., Ware J.E., The Structure of Psychological Distress and Well-Being in General Populations. 1983; 51(5):730-42. doi: 10.1037/0022-006X.51.5.730

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-496-5-37>

ФОРМУВАННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я У ПРОЦЕСІ ВИХОВНОЇ РОБОТИ В ЗВО У ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ

Бондарчук Оксана Віталіївна

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки,
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова
м. Одеса, Україна*

Формування ментального здоров'я у процесі виховної роботи в закладах вищої освіти у період воєнного часу є однією з найактуальніших тем у сфері освіти і науки в Україні. Напружений період супроводжується не лише фізичною загрозою, а і впливає на ментальне здоров'я академічної спільноти. У цей час пріоритетна складова виховної роботи є не тільки забезпечення освітнього процесу, а також формування умов для зміцнення психологічного здоров'я здобувачів, підтримка в подоланні тривожності та емоційно нестабільних станів. Стрес і тривога, які є невід'ємною частиною збройного конфлікту, можуть суттєво підірвати мотивацію до навчання, ускладнити освітній процес і вплинути на загальну академічну

успішність [4, с. 120]. Ключову роль у цьому процесі відіграє виховна робота закладів вищої освіти, оскільки вона створює умови щодо формування особистості і здійснює вплив на її здатність пристосовуватися до непростих умов.

Згідно з Н. П. Волковою, виховання – це соціально і педагогічно організований процес формування людини як особистості [1, с. 94]. Воно здійснюється через сім'ю, школу, друзів, соціум. Отже, виховання охоплює всі аспекти життя людини та формує її світогляд. Це не тільки усвідомлення правил і норм, а й розвиток відповідальності, моральності, тощо.

Виховна робота у вищій школі, на наш погляд, спрямована на всебічний розвиток здобувачів і є невід'ємною частиною освітнього процесу. До того ж, вона відіграє ключову роль у формуванні соціальних навичок, громадянської свідомості та стресостійкості сучасної молоді. Закон України «Про освіту» передбачає, що виховний процес спрямовується на формування патріотизму, повагу до державної мови та державних символів України, а також на розвиток громадянської відповідальності та соціальної активності тощо [6]. Ці аспекти стають актуальними в умовах воєнного стану, коли суспільство стикається із загрозами суверенітету і незалежності держави. Відповідно до Закону України «Про правовий режим воєнного стану», воєнний стан – це особливий правовий режим, що запроваджується на території України або в окремих її регіонах у разі збройної агресії, загрози нападу чи небезпеки державному суверенітету тощо [7]. З цієї причини, виховна робота в ЗВО українських реаліях стає ще більш важливою, адже спрямована на підтримку морального духу, формування стійкості та адаптивності студентів до складних умов. Зважаючи на це, особливо суттєвим є впровадження ефективних методик виховної роботи закладами вищої освіти, що допоможуть студентам адаптуватися до реалій сьогодення.

Згідно з визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), ментальне здоров'я – це стан щастя та добробуту, в якому людина реалізує свої творчі здібності, може протистояти життєвим стресам, продуктивно працювати та робити внесок у суспільне життя [5]. Під час воєнного стану формування ментального здоров'я здобувачів у процесі виховної роботи в закладах вищої освіти стає надзвичайно важливим, тому що стрес, невизначеність, страх майбутнього впливають на психологічний стан студентів, а особливо на мотивацію до навчання. Як зазначили науковці Л. Мороз та О. Сафін, навчання в умовах воєнного стану пов'язано зі значним діапазоном коливання активності, порушенням режиму відпочинку та сну, важкими емоційними переживаннями. Зростання напруги суб'єктивно проявляється у переживаннях занепокоєння, тривожності, дратівливості, напруженості, пригніченому емоційному стані [3, с. 57].

Тому виховна робота в ЗВО повинна бути спрямована не лише на активну громадянську позицію і освітній розвиток, а й на підтримку мотивації до навчання, емоційної стійкості, а також формування навичок подолання стресу. Одним із важливих аспектів є тренінги з психологічної підтримки, що сприяють соціалізації студентів, а також групові обговорення для згуртованості студентського колективу. Окрім цього, на наш погляд, виховна робота в ЗВО під час воєнного стану повинна мати на меті усвідомлення взаємодопомоги, соціальної відповідальності та громадянської активності. Тому, включаючи у виховну роботу благодійність, волонтерські ініціативи, проекти, а також заходи із патріотичного виховання, дається змога здобувачам відчувати свою значимість та причетність до суспільних процесів, що знижує тривогу. Крім того, студентам важливо відвідувати спеціальні програми, спрямовані на розвиток психологічної витривалості та навичок тощо.

Беручи за приклад досвід університетів Великої Британії, можна відзначити програми для студентів, які систематично реалізують техніки релаксації, тренінги з управління стресом та підтримки ментального здоров'я, що допомагає академічній молоді краще адаптуватися до динамічних умов, зберігаючи працездатність і впевненість у майбутньому, незважаючи на умови емоційного перенавантаження. Такі заходи забезпечили студентам не тільки покращений психологічний стан, а й успішність навчання під час пандемії та інших кризових ситуацій [2].

Підсумовуючи можна дійти висновків, що виховна робота в період воєнного стану, є вкрай актуальною та повинна бути комплексною, охоплюючи як емоційно-психологічний аспект, так і громадянське становлення молоді. Забезпечення якісної освіти для всіх дає можливість подолати виклики війни та побудувати більш мирне і процвітаюче майбутнє.

Література:

1. Волкова Н. П. Педагогіка: навчальний посібник. Київ: Альма-Матер, Академвидав, 2012. 616 с.
2. Майндфулнес – практика усвідомленості: веб-сайт. URL: <https://www.boichenko.org/about-mindfulness> (дата звернення: 13.03.2025).
3. Мороз Л. І., Сафін О. Д. Модель розвитку стресостійкості здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського, 2022. С. 57-58.
4. Москалюк М., Москалюк Н. Підвищення мотиванії студентів в умовах дистанційного навчання під час військових дій. Науковий вісник Ізмайльського державного гуманітарного університету. № 60. 2022. С. 118-127.

5. Офіційний сайт Всесвітньої організації охорони здоров'я: веб-сайт. URL <https://www.who.int/ukraine/uk> (дата звернення: 12.03.2025).

6. Про освіту : Закон України від 05 вересня 2017 р № 2145-VIII: URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 12.03.2025).

7. Про правовий режим воєнного стану: Закон України від 12.05.2015 р. № 389-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/389-19#Text>. (дата звернення: 12.03.2025).

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-496-5-38>

PSYCHODIAGNOSTIC OF MENTAL HEALTH OF UKRAINIAN REFUGEES IN EUROPEAN COUNTRIES

Vasylkevych Yaroslava Zinoviivna

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Psychology,
Hryhoriy Skovoroda University in Pereiaslav
Pereiaslav, Ukraine*

Kikinezhdi Oksana Mykhailivna

*Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Professor at the Department of Psychology,
Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University
Ternopil, Ukraine*

Ryk Hanna Serhiivna

*PhD student at the Department of Psychology,
Hryhoriy Skovoroda University in Pereiaslav
Pereiaslav, Ukraine*

The full-scale war in Ukraine has led to the forced displacement of people and a large-scale humanitarian crisis, exacerbating mental health issues both within the country and among Ukrainian refugees abroad.

Mental health, according to the World Health Organization (WHO), is a state of well-being in which an individual realizes their abilities, can cope with normal life stresses, work productively, and contribute to their community. During a war, mental health becomes a focal point for both researchers and practitioners [1; 2; 3; 6; 7]. According to T. Tytyrenko, «the trauma experienced by the country's population due to direct and indirect