



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА
НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ЦЕНТР «ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНО-
ПРАВОВИХ ТА ПОЛІТИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ІМЕНІ ОЛЕКСАНДРА
ЯРЕМЕНКА»
ДУ «УКРАЇНСЬКИЙ ІНСТИТУТ» (ЧЕХІЯ)
ВАРШАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ (ПОЛЬЩА)
СТАМБУЛЬСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ (ТУРЕЧЧИНА)

МОЛОДЬ ТА МОЛОДІЖНА ПОЛІТИКА В УКРАЇНІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції

21 червня 2024

Київ 2024

*Рекомендовано до друку Вченою радою
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
(протокол № 2 від 19 вересня 2024 року)*

Редакційна колегія:

К. Захаренко, доктор політичних наук, доцент;
І. Рашковська, кандидат психологічних наук;
Р. Драпушко, кандидат філософських наук, доцент;
С. Болтівець, доктор психологічних наук, професор;
О. Сіра, кандидат філософських наук;
Ю. Шевцова, кандидат наук з державного управління.

**МОЛОДЬ ТА МОЛОДІЖНА ПОЛІТИКА В УКРАЇНІ В УМОВАХ
ВОЄННОГО СТАНУ** [Електронний ресурс]: збірник матеріалів Міжнародної
науково-практичної конференції (21 червня 2024 р.)/ Київ: УДУ імені Михайла
Драгоманова, 2024. 127 с. PDF-формат.

Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції «Молодь та молодіжна політика в Україні в умовах воєнного стану» містить короткий зміст результатів наукових досліджень молодих та досвідчених дослідників, що стосуються молоді та молодіжної політики за умов військової агресії російської федерації проти України.

Матеріали зацікавлять науковців, викладачів, представників органів державного управління та органів місцевого самоврядування, здобувачів вищої освіти, аспірантів, а також тих, хто цікавиться питаннями становища молоді, молодіжної політики та молодіжної роботи в Україні.

Матеріали подано в авторській редакції. Відповідальність за достовірність викладеного матеріалу, автентичність цитат, вірність посилань несуть автори матеріалів, а також (для аспірантів) наукові керівники.

© *Автори публікацій, 2024*
© *Український державний університет*
імені Михайла Драгоманова, 2024

Список використаних джерел:

1. Про основні засади молодіжної політики : Закон України від 27.04.2021 р. № 1414-IX URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1414-20#Text>

2. Про національну молодіжну стратегію до 2030 року : Указ Президента України від 12.03.2021 р. № 94/2021 URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1414-20#Text>

3. Про затвердження Державної цільової соціальної програми «Молодь України» на 2021-2025 роки та внесення змін до деяких актів Кабінету Міністрів України : Постанова Кабінету Міністрів України від 02.06.2021 р. № 579 URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1414-20#Text>

Ілона Рашковська / Iлона Rashkovska

*кандидат психологічних наук,
професор кафедри практичної психології,
перший заступник директора
НДЦ «Інститут соціально-правових та
політичних досліджень імені Олександра Яременка»
УДУ імені Михайла Драгоманова
(м. Київ, Україна)*

НАПРЯМИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС КРИЗОВИХ ПОДІЙ ЕПІДЕМІЇ COVID-19 ТА ВОЄННОГО ЧАСУ

DIRECTIONS OF PRESERVING THE MENTAL HEALTH OF STUDENTS DURING THE CRISIS EVENTS OF THE COVID-19 EPIDEMIC AND WARTIME

Умови життя, навчання, професійної діяльності населення України на сучасному етапі постійно змінюється під впливом стресових факторів. Спочатку люди перебували в ситуації життя в умовах епідемії COVID-19, зараз, не до кінця завершивши одну проблему населення країни намагається вижити в умовах російської агресії. Звичайно, людська психіка важко сприймає таку інтенсивну зміну подій. Серед цих подій весь час існує думка про те, як зберегти свою безпеку та безпеку рідних та близьких. Так, і у варіанті проживання в умовах

епідемії, і у варіанті існування в умовах воєнного часу мова іде про постійну загрозу здоров'ю та життю людини. Тому невпевненість у завтрашньому дні, психологічна безпорадність та неготовність людей сприйняти таку інтенсивність подій, пов'язаних із загрозою життю, яку вони спостерігають в інформаційному потоці, в умовах зміни звичного ритму життя, поява масштабної нестабільності, спровокованої соціально-економічними труднощами, спричинює вплив на психічний стан людини. Відмітимо, що неготовність спеціалістів до такої ситуації не могла не відбитися на житті української молоді. Тому підготовка спеціалістів з психічного здоров'я є дуже важливою. У цьому контексті особливо цінним є проведення заходів для психологічної підтримки населення у напрямках просвітницької, діагностичної, корекційної та інших видів робіт з метою попередження та подолання страхів, панічних атак, фобій тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визначає психічне здоров'я як «динамічний процес повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад» [4]. Проблеми, які пов'язані з психічним здоров'ям, є зараз вкрай актуальними. Одним із чинників, що впливають на психічне здоров'я людини – її професійна діяльність. Провідним видом діяльності для студентів є навчально-професійна діяльність, яку забезпечує заклад вищої освіти. Дана діяльність вимагає від студента більшої навчальної і наукової активності, засвоєння нових психологічних норм і соціокультурного розвитку. Саме в процесі навчальної діяльності та через неї досягаються основні цілі підготовки фахівців [1, с.112]. Тому заклади освіти повинні йти в авангарді заходів, що сприяють поліпшенню та збереженню психічного здоров'я студентів. Аналіз сучасної психологічної літератури дозволяє зробити висновок, що основними методологічними підходами до розуміння здоров'я є філософські, медичні, валеологічні, психологічні, соціальні тощо. Вивчаючи дану проблему, О. Ісакова розкриває велику значущість не фізичних, а, саме психологічних аспектів здорового способу життя. В свою чергу, Г. Апанасенко розглядає здоров'я як динамічний стан людини, що детермінується резервами механізмів

самоорганізації. За позицією Ю. Бойчука, Н. Науменко та інших спеціалістів даної галузі «духовне здоров'я», або «ментальне здоров'я» розглядається як складна інтегрована особистісна якість. Відомі психологи Ю. Приходько і В. Юрченко трактують психічне здоров'я як «як адекватність особистісних проявів (реакцій) навколишньому середовищу, зовнішнім впливам, критичність і можливість приймати норми і правила соціуму, пластичність щодо життєвих обставин, що змінюються, і здатність будувати (планувати) перспективи майбутнього» [3]

Далі, досліджуючи структурні компоненти здоров'я, такі як біологічний, психологічний, соціальний, багато вчених зазначають, що на кожному з визначених рівнів здоров'я має свої особливості прояву серед них психологи та педагоги: Л. Карамушка, І. Коцан, Г. Ложкін, С. Максименко, М. Мушкевич, Л. Терлецька та інші. Цікавий погляд наступних вчених І. Аршава, С. Максименко, Д. Носенко містить думку, що психічне здоров'я людини в термінах динаміки проживання нею відповідних психічних станів, що відображають рівень задоволеності/незадоволеності людини життям, а також психологічним і соціальним благополуччям.

За даними, підготовленими ГО «Аналітичний центр Cedos» станом на листопад 2023 року найпоширенішими викликами від війни для молоді, що мають відбиток на стані психічного здоров'я молоді стало: зниження або втрата доходу (36%) та погіршення психічного здоров'я (28%). Крім того, 18% зазначили розрив стосунків і стільки ж – розлуку з сім'єю, 16% – переміщення в інші населені пункти України (власне або членів сім'ї), 14% – смерть друзів або членів сім'ї, 6% – пошкодження житла і стільки ж – отримання травм, пов'язаних з воєнними діями (особисто або членами сім'ї). На відміну від 2022 року суттєво зросла стурбованість здоров'ям (власним або близьких) – 50% проти 35% у 2022 році; а також стурбованість психічним здоров'ям – 22% проти 11% у 2022 році. Відсутність грошей, яка в 2022 році була топ-проблемою молодих людей, відійшла на другий план після здоров'я та блекаутів (її зазначили 31%), але дохід респондентів суттєво знизився: якщо в 2022 році 23% зазначили, що їм не

вистачає на харчування та/або вистачає лише на покриття базових потреб, то в 2023 році до цієї категорії потрапило вже 40% [4]. Зараз теж знов зросла кількість стресових ситуацій від постійного відключення світла і неможливості нормально закінчити початковий рік у 55% студентської молоді. Враховуючи важливість та актуальність даної теми для сучасного населення країни та молоді зокрема, діяльність багатьох організацій та громадських діячів направлена на розробку та впровадження реальних дій щодо збереження психічного здоров'я. Так, Міністерстві охорони здоров'я спільно з Офісом першої леді та іншими партнерами ініціювали створення «Національної програми психічного здоров'я та психосоціальної підтримки», яка передбачає: залучення фахівців ВООЗ до розроблення моделі системи надання психологічної допомоги; підготовлення покрокового плану реалізації моделі після її обговорення з представниками професійної спільноти, експертами; побудову системи навчання, сертифікації, моніторингу якості підготовки психологів, психотерапевтів, лікарів психологів; проведення навчання сімейних лікарів, психологів, соціальних працівників, освітян методик надання психологічної підтримки; формування реєстру фахівців і методик, систематизація даних, розробка моделі перенавчання й перепідготовки кадрів і системи їх залучення З'ясувалося, що люди в різних країнах визначають однакові загрози й приводи для тривоги – від війни до фінансової неспроможності. Щодо молоді, то вона більш емоційно пригнічена тим, що відбувається в країні. Це руйнує популярний міф про витривалість молоді – вона дуже емоційно пригнічена. На 10% більше, ніж старше покоління! [4] Разом з дружиною Президента Оленою Зеленською у межах Національної стратегії безбар'єрності розпочато проєкт «Реабілітація травм війни в Україні» (2022). Проєкт передбачає план заходів за трьома складовими: освітня, оснащення і нормативно-правова. У межах освітньої складової заплановано створити курси з надання реабілітаційної допомоги та лікувальної фізичної культури, які зможуть пройти фахівці сфери охорони здоров'я по всій країні.

Проте, однією з важливих умов формування загальнокультурних та моральних засад формування здорового способу життя у молоді є особистісний приклад батьків, викладачів, вчителів тощо по зміцненню фізичного та психічного здоров'я. Але, враховуючі життя молоді в умовах епідемії COVID-19 та воєнного часу часто ті, хто повинен демонструвати приклади роботи над своїм ментальним здоров'ям часто самі не можуть опанувати (в силу постійного стресу) його основи. Отже, є запит на те, щоб і з молоддю (як і з всіма віковими категоріями населення) активно працювали психологи та соціальні працівники. Але, проблема в тому, що студенти та молодь не завжди звертаються самі, тому наша задача в широкій пропаганді психологічних методів супроводу та профілактики стресових ситуацій, в проведенні психоедукаційних заходів та всебічній психологічній допомозі. Бо за словами першої леді: «вона (психологічна допомога) може не постукати. Ось це – самостійно звернутися до психолога – залишається глобальною проблемою для всіх вікових груп. Першочерговою задачею зараз є створення та ефективна робота консультаційних пунктів для студентів, викладачів, вчителів, тобто всіх, хто бере участь в навчальному процесі та забезпечує збереження психічного здоров'я молоді.

Список використаних джерел:

1. Перепелюк Т.Д., Гриньова Н.В. Особливості психічного здоров'я студентів в умовах пандемії. Вчені записки ТНУ імені Вернадського: Серія: Психологія. С. 110-114
2. Психологія і педагогіка у протидії пандемії COVID-19: Інтернет-посібник (за науковою редакцією В.Г. Кремня, Київ: ТОВ «Юрка Любченка, 2020, 243 с.
3. Приходько Ю.О., Юрченко В.І. Психологічний словник – довідник: навч. Посібник К.Каравелла, 2012. 328 с.
4. https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Molodizhna_polityka/2023/