

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ К. Д. УШІНСЬКОГО»**

*(кафедри теорії та методики практичної психології,
кафедра психіатрії, медичної та спеціальної психології)*

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

(кафедра мовної та психолого-педагогічної підготовки)

**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ**

(кафедра психології)

КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

(кафедра практичної психології)

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

Збірник наукових праць
Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції

19 травня 2023 року

Одеса – 2023

12. Титаренко Т. М. Життєва криза очима психолога. Психологія життєвої кризи. К.: Агропромвидав України, 1998. С. 8–68.

17. Чайкіна Н.О. Специфічність кризи ідентичності особистості. *Видавництво: Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка. Сборник научных докладов: Общества знаний. 2017. С. 88-90.*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗДАТНОСТІ ЗАСВОЮВАННЯ ІНФОРМАЦІЇ В СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЯХ ПІД ЧАС ВІЙНИ У ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Розіна І., Борщевська О.

*Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»
(м. Одеса, Україна)*

Підлітковий та юнацький вік є одним із тих періодів, коли особистість має багато приводів пережити стрес, адже у цей період відбувається професійний вибір, зміна та адаптація до нових соціальних умов і контактів, насичений навчальний процес і багато іншого. Наразі великим випробуванням для нервової системи юнаків є війна, оскільки вона є тим стресовим фактором, який виник несподівано, триває досить довго, торкається не лише однієї особи, а носить масовий характер. Тобто повинно оцінювати стан підлітків та юнаків не тільки одноособово, а й у сукупності осіб, які знаходяться в такому стані й можуть впливати один на одного з позитивного так і з негативного боку.

Також, слід відзначити, що саме в підлітковому та юнацькому віці ми бачимо великі розбіжності в станах, в яких перебувають особи: юнаки і дівчата, які залишилися в Україні чи виїхали закордон; мають осіб, яких вони опікують (діти чи родичи) тощо.

Слід зауважити, що такий фактор як стрес досі не досліджувався саме через призму воєнних дій в Україні, оскільки відомо, що менталітет має національні особливості, які формуються на генетичному рівні та надають в більшому ступеню особливості сприйняття тих чи інших ситуацій. Тому при визначенні шляхів дослідження в першу чергу необхідно досліджувати етапи сприйняття особою подій, які відбуваються під час війни. За можливості дослідити анамнез її попереднього сприйняття подій в житті взагалі, в тому числі й стресових ситуацій, які траплялися в житті до війни. Таким чином можна буде спрогнозувати чи може особа через рефлексію досягти вирівнювання свого психологічного стану чи потрібна їй буде психологічна допомога у групі чи індивідуально тощо.

Наразі майже всі освітні заклади України переведені на онлайн навчання, що зумовлено об'єктивними причинами воєнного часу. Але майже не проведено досліджень та не надано рекомендацій щодо діагностики підлітків та осіб юнацького віку відносно можливості до сприймання, вивчання та засвоювання інформації, з урахуванням нормального розумового розвитку та психоемоційного стану та аномальних станів розвитку дитини.

Розробкою проблем вивчення здатності засвоювання інформації в стресових станах міститься в працях вітчизняних та зарубіжних психологів: К. О. Абульханової-Славської, Б. Г. Ананьева, Г. М. Андреевої, Е. Берна,

Р. Бернса, Г. Блумера, А. А. Бодальова, Л. С. Виготського, Л.О. Герасименко, Е. Л. Доценко, Р.І. Ісакова, Я. Л. Коломинського, В. Н. Куніцина, О. М. Леонтєва, А. О. Леонтєва, М. І. Лісіної, Б. Ф. Ломова, В.Н. Мясичева, М. М. Обозова, В.І. Розов, А.М. Скрипніков та ін.

В роботах вчених сформувалися підходи до визначення стресових станів як сукупності захисних психічних і фізіологічних реакцій організму у відповідь на вплив різних чинників, особливо нових, несподіваних. За Сельє, існує два види стресу: еустресс і дистрес. Еустресс активізує, мобілізує внутрішні резерви людини, поліпшує протікання психічних і фізіологічних функцій. Він є короткочасним, супроводжується бурхливим витрачанням «поверхневих» адаптуючих резервів і початком мобілізації «глибоких» та може давати відчуття піднесення внутрішніх сил. Дистрес – руйнівний процес, дезорганізуючий поведінку людини, погіршує протікання психофізіологічних функцій [1, с.27-40]. Саме негативний бік стресу проявляється у осіб з низькою компенсаторною функцією психіки, що і обумовлює його надмірну інтенсивність.

Якщо говорити про реакції на стрес за МКХ 10, то виділяють загалом в розділі психічні розлади та розлади психіки пункт F43 «Реакція на важкий стрес та розлади адаптації», яка характеризується виникненням як відстроченої або тривалої відповіді на стресову подію (коротку чи тривалу) виключно загрозливого чи катастрофічного характеру, яка може викликати глибокий стрес майже у кожного. Сприятливі фактори, такі як особистісні особливості (компульсивність, астенічність) або нервові захворювання в анамнезі, можуть знизити поріг для розвитку синдрому або посилити його перебіг, але вони ніколи не є необхідними або достатніми для пояснення його виникнення. Типові ознаки включають епізоди повторюваних переживань травмуючої події в нав'язливих спогадах ("кадрах"), думках або кошмарах, що з'являються на стійкому тлі почуття заціпеніння, емоційної загальмованості, відчуженості від інших людей, невідповідності на навколишнє і уникнення дій і уникнення дій. Зазвичай мають місце перезбудження та виражена наднастороженість, підвищена реакція на переляк та безсоння. З вищезгаданими симптомами часто пов'язані тривожність та депресія, і не рідкістю є ідеї самогубства. Появі симптомів розладу передують латентний період після травми, що коливається від кількох тижнів до кількох місяців. Перебіг розладу по-різному, але в більшості випадків очікується одужання. У деяких випадках стан може прийняти хронічний перебіг на багато років з можливим переходом у стійку зміну особистості (F62.0). В рамках тематики роботи такий стан є некоректним для дослідження, оскільки в такому стресовому розладі зазвичай знижуються майже всі когнітивні функції організму – пам'ять, сприйняття, мислення, увага.

Валідним для дослідження за тематикою роботи є стан «Розлад пристосувальних реакцій» (F43.2), який є станом суб'єктивного дистресу та емоційного розладу, що створює труднощі для суспільної діяльності та вчинків, що виникає в період адаптації до значної зміни в житті чи стресової події. Стрессова подія може порушити цілісність соціальних зав'язків індивіда (важка втрата, розлука) або широку систему соціальної підтримки та цінностей

(міграція, статус біженця) або представляти широкий діапазон змін і переломів у житті (надходження до школи, набуття статусу батьків, невдача у досягненні заповітної особистої цілі, відхід у відставку). Індивідуальна схильність чи вразливість відіграють важливу роль у ризику виникнення та формі прояву розладів пристосувальних реакцій, проте не допускається можливість виникнення таких розладів без травмуючого фактору. Прояви дуже варіабельні і включають пригніченість настрою, настороженість або занепокоєння (або комплекс цих станів), відчуття нездатності впоратися з ситуацією, запланувати все заздалегідь або вирішити залишатися в цій ситуації, а також включає певний рівень зниження здатності діяти в повсякденному житті. Одночасно можуть приєднуватися розлади поведінки, особливо у юнацькому віці. Характерною рисою може бути коротка чи тривала депресивна реакція чи порушення інших емоцій та поведінки. (культурний шок, реакція горя госпіталізм у дітей) [2].

Саме в таких станах травмованої психіки вчені відмічають порушення пам'яті, сприйняття, мислення та уваги як когнітивних функцій, за допомогою яких підлітки та особи юнацького віку здатні засвоювати інформацію, але при належній психологічній корекції та реабілітації можливі досить позитивні результати.

Проблемам порушення пам'яті та інших когнітивних функцій психіки у підлітків та юнаків присвячено багато статей як медичного, психологічного так і педагогічного спрямування. Вчені розглядають цю проблематику у ракурсі норми та патології.

Цікавими з цього приводу є праці таких вчених як Н. Доброштан та О. Куліш, які оглядово розглядають вікові особливості у дослідженнях видів і процесів пам'яті [3, с. 37–44]. Це надає можливість більш детально зануритися у етапи розвитку пам'яті на різних стадіях вікових категорій і стає фундаментальною сходинкою для розгляду проблемних питань з точки зору нормального та аномального розвитку дитини.

Корисною з цього приводу є фундаментальна робота Н.М. Токаревої, яка поєднує педагогічний та психологічний аспекти вивчення пам'яті підлітків та надає ряд цікавих наукових ідей, які мають практичний напрямок реалізації саме в психолого-педагогічному напрямку [4].

Також актуальними на сьогодні є питання дослідження мнемоністичних особливостей підлітків та осіб юнацького віку під час війни в Україні. В цьому сенсі є доцільним звернутися до дослідження О.Ф. Яцини щодо впливу війни на психічне здоров'я: ознаки травматизації психіки дітей та підлітків [5, с. 554-567], в якому вона серед інших попереджає про негативні наслідки війни для психіки підлітків, як посттравматичний синдром та окреслює подальші шляхи психокорекції дітей.

Таким чином, може бути сформований план дослідження практичного спрямування, яке буде охоплювати дослідження як педагогічного характеру так і психологічного генезу щодо пам'яті підлітків у станах спокою і стресу та шляхи необхідної корекції.

Виходячи з того, що пам'ять – це психічна властивість людини, яка відкриває їй можливості для нагромадження досвіду. Завдяки цій психічній властивості ми здобуємо різноманітну інформацію, засвоюємо знання про світ, розвиваємо наші вміння та вправність. Н. Доброштан та О. Куліш з'ясували, що у найширшому розумінні цього слова пам'ять – це властивість, яка створює умови для впливу попередніх подій і переживань на сьогодення. У вузькому розумінні пам'ять – це здатність пригадувати окремі переживання з минулого, усвідомлюючи не лише саме переживання, але і його миттєвість в історії нашого життя зі свідомим розміщенням у часі і просторі [4, с. 37].

Починаючи з 2020 року через спочатку пандемію та потім запровадження воєнного стану підлітки та особи юнацького віку стикнулися з питаннями проведення освітнього процесу за допомогою дистанційних мультимедійних платформ.

До того часу мультимедійні платформи застосовувалися в школах як додаток до освіти у класі з педагогом. Це давало позитивний ефект засвоювання матеріалу. Але дослідження переведення освіти повністю на онлайн дистанцію почало не надає поки що ефективного зворотного зв'язку.

Такий результат дослідження треба вивчати більш розлого за напрямками:

- Ефективність та якість надання матеріалу
- Вміння викладача користуватися діджитал-інструментарієм
- Наявність сучасних гаджетів у учнів/студентів та викладача
- Здатність засвоювати матеріал без наочного спілкування

Саме крайня позиція є предметом дослідження психології. А якщо визначити задачі дещо вужче, акцентуючи увагу на дослідження цих процесів в інклюзивній освіті, то дослідження проблематики переходить до рамок клінічної психології.

Тут потрібно визначити групи осіб (умовно – діти, підлітки, особи юнацького віку), які можуть бути поділені на категорії за критерієм здатності до навчання розумовим та психо-емоційним станом:

- Особи, які здатні до навчання (особи, які знаходяться в нормі та особи, які мають легку розумову відсталість та здатні засвоювати початкову навчальну програму)
- Особи, які не здатні до навчання. Це підлітки та юнаки, які мають середню та тяжку розумову відсталість.

Остання група цієї класифікації не може бути піддана психологічному дослідженню, оскільки навіть за нормальних умов враховуючи офлайн освіту вони об'єктивно не можуть засвоювати матеріал.

Що стосується першої групи вона в свою чергу може поділятися за критерієм можливості сприймання наочного(візуального) та вербального контакту.

- Особи здатні сприймати, вивчати та засвоювати інформацію без візуального контакту «з очима вчителя»
- Особи, які можуть сприймати, вивчати та засвоювати матеріал як в контакті так й поза контакту з «очима вчителя»

- Особи, які не можуть сприймати, вивчати та засвоювати інформацію «поза контакту з очами вчителя».

Окремої уваги дослідників тут потрібно приділити саме підліткам та юнакам з порушенням аутистичного спектру, оскільки саме їм, можливо, більш комфортно не зустрічатися кожен раз з очами вчителя, бути в тіні, не привертаючи уваги, а з іншого боку – таким чином, таку особу взагалі можна не помічати, оскільки вона не буде себе виявляти. Багато досліджень виявляють, що саме діти з порушенням аутистичного спектру комунікації менше піддаються стресу. Тому тут можна очікувати незмінний вектор здатності дитини сприймати, вивчати та засвоювати інформацію під час війни чи за допомогою онлайн навчання чи навчання в аудиторії. Слід зазначити, що аутистичний спектр також має градації щодо ступеню можливості комунікувати з зовнішнім світом. Звісно, якщо особа (підліток чи особа юнацького віку) знаходиться в контактній чи партнерській стадії, то навчання буде давати свої плоди. Тому для валідності дослідження серед підлітків та осіб юнацького віку з порушенням аутистичного спектру слід обирати саме осіб, які взагалі можуть та хочуть піти на контакт, якщо це стосується навчання.

Необхідно підкреслити, що взагалі окрема робота щодо навчання під час війни дітей повинна бути проведена психологом і з викладачем для того щоб спрямувати його увагу на дитину, яка повинна бути в зоні його педагогічної уваги.

Іншим типом підлітків та юнаків є такі, що не можуть концентрувати свою увагу довгий час на одному матеріалі, вони відволікаються за значно коротший час, ніж це передбачено уроком. Це не говорить про їх стан «не норми» це може бути обумовлено їх типом темпераменту, який не залежить від зовнішніх чинників.

Ще однією категорією підлітків та юнаків становлять такі, що є умовними відмінниками при офлайн навчанні, при усних відповідях й не можуть скласти іспити за допомогою діджитал-технологій. Причини цього потребують більш детального дослідження за допомогою хронометрування та інших видів психологічної діагностики.

Більш того, значну негативну роль як вплив на психіку дитини та юнаків наразі дійсно відіграла війна. Стрес надає про себе знати. Навіть в регіонах, де не ведуться активні бойові дії діти також зазнають стресових ситуацій – відімкнення світла, повітряні тривоги, розмови навкруги про події. Навіть якщо такі особи суб'єктивно не відчувають себе в стресі, окремі показники оцінки психологічного стану свідчать про зворотнє.

З цього боку цікавими, з огляду на тематику роботи, виявляються дослідження, які би стосувалися здатності особи реагувати на стрес та визначення порогу стресостійкості (ступеню розвинутості компенсаторних механізмів), можливості запам'ятовувати інформацію при навчанні в залежності від багатьох факторів, наприклад таких як, стать, поріг розумової активності, темперамент, місця знаходження (в Україні чи поза її межами), сімейного стану,

ступеню впливу (фізичного чи морального) військових подій на кожну особу, віддаленість в часі від стресової події чи тривалість її досі тощо.

Зазвичай при короткочасних стресових розладах, які тривають до декількох тижнів у підлітків та осіб юнацького віку потрібно бути досить лояльними. Не повинно загострювати їх увагу на розумінні того, що вони перебувають у стресовому стані. При навчанні, для виведення їх із зони хворобливої абстракції рекомендується застосовувати якомога більше наочного матеріалу. Такий наочний матеріал може бути доволі статичним, але сама картинка буде заземлювати психіку особи, не надаючи спроби свідомості знов перенестися на травмуючі події. Більш того, картинка буде у нагоді тим особам, які по своєму типу є візуалами, а таких переважна більшість, аудіали зможуть сприймати інформацію на послух і тому будь-яка навчальна інформація має бути доволі систематизованою та зрозумілою для травмованої психіки підлітків та осіб юнацького віку.

Отже, підсумовуючи здатність підлітків та осіб юнацького віку засвоювати інформацію під час стресових ситуацій за допомогою онлайн технологій чи при офлайн навчанні слід спочатку оцінити розумовий, психоемоційний стан такої особи, зважити на зовнішні оточуючі фактори та надати рекомендації до більш доцільної та ефективної форми навчання в певновизначених умовах.

Література

1. Даниляк О., Марінець С-А., Заячківська О. Еволюція знань про стрес: від Ганса Сельє до сучасних досягнень. *Праці НТШ Мед. науки* 2016. Т. XLV. С. 27–40. <http://file:///D:/Documents/Downloads/121-Article%20Text-206-1-10-20190706.pdf>
2. МХБ 10. <http://kod.poltavalk.com.ua/mkxh-10-am/66-klas-5-rozlady-psykhiky-ta-povedinky-f00-f99/549-f40-f48-nevrotichni-pov-yazani-zi-stresom-ta-somatoformni-rozladi>
3. Доброштан Н., Куліш О. Вікові особливості у дослідженнях видів і процесів пам'яті. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2020. Випуск 7. С. 37–44 *Visnyk of the Lviv University. Series Psychological science. Issue 7. P. 37–44*
4. Токарева Н.М., Шамне А.В., Макаренко Н.М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу: монографія. Кривий Ріг: Інтерсервіс, 2014. 312 с.
5. Яцина О.Ф. Вплив війни на психічне здоров'я: ознаки травматизації психіки дітей та підлітків. *Наукові перспективи*. 2022. № 7(25). С. 554-567.

ДІАГНОСТИКА ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ ПАМ'ЯТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ТА НАДЗВИЧАЙНИХ УМОВАХ

Варфоломєєва Д.А., Мельничук І.В., Павлова І.Г.

*Державний заклад «Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»
(м. Одеса, Україна)*

Проблема дослідження пам'яті та її психокорекція у дітей молодшого шкільного віку в екстремальних та надзвичайних умовах є актуальною як в теоретичному так і практичному аспектах. Вивченням даної теми займалося чимало людей, найвідоміші з яких: П.П. Болонський, С.П. Бочарова, Л.С. Виготський, Д.Б. Ельконін, П.І. Зінченко, С.Л. Рубінштейн, А.О. Смірнов, П.М. Якобсон та багато інших. На перший погляд процес сприйняття інформації та подальше її закріплення здається дуже простим, але перш ніж це відбудеться