

Державна служба України з надзвичайних ситуацій
Львівський державний університет безпеки життєдіяльності
Навчально-науковий інститут психології та соціального захисту

ОСОБИСТІТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Матеріали
XI Всеукраїнської науково-практичної конференції

м. Львів, 24 травня 2024 р.

Львів – 2024



Рекомендовано до друку вченою радою Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності 25 квітня 2024 року, протокол № 5.

Рецензенти:

Жигайло Наталія Ігорівна – доктор психологічних наук, професор;
Діденко Олександр Васильович – доктор педагогічних наук, професор.

Особистість в екстремальних умовах: матеріали XI Всеукраїнської науково-практичної конференції (24 травня 2024 р., м. Львів).
Львів, 2024. 244 с.

Редакційна колегія:

доктор психологічних наук, доцент **Сірко Р. І.**;
доктор педагогічних наук, професор **Литвин А. В.**;
доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник **Руденко Л. А.**;
кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник **Вдович С. М.** (упорядник);
кандидат психологічних наук, доцент **Стельмах О. В.**;
кандидат психологічних наук, доцент **Яремко Р. Я.**

У збірнику матеріалів науково-практичної конференції розглядаються психологічні особливості професійної діяльності фахівців ризиконебезпечних професій в умовах війни; психолого-педагогічні аспекти підготовки фахівців до професійно-екстремальної діяльності; сучасний стан і перспективи психологічної реабілітації особистості в умовах воєнного стану; міждисциплінарні гуманітарні аспекти підготовки та діяльності особистості в екстремальних умовах.

Для науковців у галузі психології та педагогіки, психологів-практиків і педагогів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання, аспірантів, ад'юнктів, докторантів.

Матеріали подано в авторській редакції.



Оксана Стельмах	
Сутність поняття «посттравматичний стресовий розлад»	109
Юрій Вінтюк	
Фільмотерапія у реабілітації осіб, що здійснюють діяльність в екстремальних умовах	112
Світлана Вдович, Даріна Семенцова	
Психологічні проблеми осіб, які пережили окупацію	116
Маріанна Компанович	
Етичні аспекти в супервізійних стосунках	120
Ксенія Березяк	
Застосування концепту інтегративної методики Ганни Елізабет Шуман для роботи з психічною травмою	124
Тетяна Чередниченко	
Психологічний стрес: сутність і механізми подолання.....	130
Юлія Балебрух	
Образні метафори в психотерапії травми	133
Павло Завалко	
Питання соціальної та професійної компетентності майбутніх фахівців з психологічної реабілітації	136
Юлія Кулик	
Негативні автоматичні думки в осіб із проявами депресії під час воєнного стану	139
Ірина Тимчук	
Особливості посттравматичного стресового розладу в умовах воєнного стану	142
Юлія Кагуй	
Психотравма як наслідок зумовленого війною стресу	144

Розділ 4

Міждисциплінарні гуманітарні аспекти підготовки та діяльності особистості в екстремальних умовах

Віталій Литвин, Володимир Бобко, Андрій Литвин	
Психологічні проблеми використання ікт у професійній освіті	149

————— РОЗДІЛ 4 —————

**МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ ГУМАНІТАРНІ АСПЕКТИ
ПІДГОТОВКИ ТА ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ
В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ**

УДК 378.6-028.42

Віталій Литвин, м. Львів
Володимир Бобко, м. Львів
Андрій Литвин, м. Львів

**ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ВИКОРИСТАННЯ ІКТ У ПРО-
ФЕСІЙНІЙ ОСВІТІ**

Науково-педагогічний аналіз використання засобів інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ) свідчить, що загалом вони дають змогу враховувати особистісні, психофізіологічні та соціально-психологічні якості особистості здобувачів освіти, сприяють індивідуальній пізнавальній діяльності та процесу формування компетентностей індивіда у процесі загальноосвітньої та професійної підготовки. Успішна діджиталізація закладів освіти різного профілю переконує, що використання дидактичних і виховних можливостей ІКТ створює прорив у методології, організації та практиці вивчення різних дисциплін на всіх рівнях системи освіти [1, с. 314]. Із пасивних спостерігачів здобувачі перетворюються в зацікавлених учасників навчально-виховного процесу, розкриваючи свої творчі якості та навички самовираження.

Глобальні телекомунікації в цілому сприяють розвитку критичного мислення, лаконічності, логіки у вирішенні проблем. Однак необґрунтоване використання засобів ІКТ може виявитись не ефективним і навіть шкідливим для розвитку здібностей здобувачів [2, с. 376]. Переваги використання інформаційно-комунікаційних технологій в освіті незаперечні, проте є об'єктивні причини, які ускладнюють їх використання в освіті: психолого-дидактичні, санітарно-гігієнічні, психофізіологічні, соціальні [6, с. 142].

Педагогічні спостереження показують формування у здобувачів певної поведінки у процесі діяльності в системі з використанням ІКТ. Так, наприклад, існування в цій системі віртуального середовища накладає певне навантаження на психіку особистості у процесі переключення її діяльності в межах «реальність – віртуальність – реальність».

Стандартизоване управління комп'ютерними пристроями позбавляє здобувачів можливості виробити власну стратегію діяльності та вияву творчості. Також залишається відкритим питання про те, як використання засобів інформаційних технологій у навчально-виховному процесі «впливає на формування системи оперативних одиниць сприйняття, сенсорних еталонів, котрі опосередковують та перетворюють його з процесу побудови образу в елементарні процеси розпізнавання, відокремлення реального та віртуального світів» [3, с. 145-146].

Відзначаючи беззаперечні переваги ІКТ, фахівці наголошують на потребі враховувати й певні небезпеки для здоров'я користувача, про яку і педагоги, і суб'єкти навчання мають знати. Це зокрема: напруження зорових функцій на фоні нервово-емоційної напруги призводить до близькозорості, атигматизму тощо; несприятливий мікроклімат, шум, нераціональне освітлення, комп'ютерне випромінювання (електромагнітне, іонізуюче, електростатичне поле) викликають психічні розлади, порушення ендокринної та імунної систем; підвищені розумові та нервово-емоційні навантаження нерідко провокують розвиток вегетосудинних порушень за гіпертонічним типом; одноманітна поза тіла, коли рухається лише кисть руки, сприяють виникненню остеохондрозу шийного та поперекового відділів хребта, парезу (судомів руки), хронічних захворювань жовчо-вивідних шляхів тощо [5, с. 135].

Санітарно-гігієнічні та психофізіологічні проблеми, пов'язані із широким впровадженням засобів ІКТ в навчальний процес набувають особливо важливого значення через різке погіршення здоров'я молоді. Як відомо, усі електронні пристрої (в тому числі монітор, системний блок, принтер, сканер, модем, маршрутизатор) створюють шкідливі для здоров'я людини електромагнітні поля, які деколи в кілька разів перевищують допустимі параметри електромагнітного випромінювання, особливо в комп'ютерних класах, де в одному приміщенні знаходяться десятки комп'ютерів з іншою офісною технікою. За останніми дослідженнями окрім електромагнітного електронні й електромагнітні системи створюють ще й торсіонні (інформаційні) поля. Їх випромінювання викликає різке збільшення психоенергетичного навантаження з подальшим розвитком всіляких патологій: головного болю, роздратування, безсоння тощо.

У психо-фізіологічному плані досягнення високого рівня пізнавальної діяльності здобувачів при застосуванні ІКТ відбувається за рахунок значних нервово-психічних перевантажень. Прагнення викладачів збі-

льшити кількість інформації в навчальній комп'ютерній програмі призводить до включення захисних механізмів нервової системи здобувачів, а бажання підвищити швидкість інформаційного потоку чи тривалість занять – до зниження якості навчальної інформації, що засвоюється, збільшення кількості помилок, погіршенню настрою та самопочуття.

Науковці відзначають негативні результати впливу ІКТ на психічні та соматичні структури людини. Через виникнення інформаційних перевантажень, відбувається зміна статусу особистості (людина неадекватно оцінює себе та свої можливості) і статусу свідомості. Змінений стан свідомості зумовлює трансформації сприймання (зсув порогів, синестезії), переміни емоційного тону відчуттів і структури афектів, пам'яті (спонтанне вивільнення з пам'яті давно пережитих ситуацій, що іноді переходять у регресію поведінки), зміна сприйняття плину часу (уповільнення, прискорення, роздрібнення). Зміни стану свідомості стимулюють розвиток регресії поведінки, що психологи трактують як специфічну форму відходу індивіду від дійсності, повернення його на більш ранню стадію розвитку, до більш примітивних форм поведінки і мислення.

Занурюючись в інформаційний, віртуальний світ, здобувачі часто не вдумуються в зміст медіатекстів, зазнають утруднення в їх оцінюванні, аналізі й критичному осмисленні інформаційного потоку. Така ситуація призводить до поступового зниження потреби в набутті знань, спілкуванні з прекрасним, духовно-естетичному збагаченні. Для певного прошарку молоді засоби інформації виконують, на жаль, лише розважальну або релаксаційну функцію.

Відсутність у здобувачів Інтернет-культури створює проблеми психологічного і соціального характеру. Неконтрольоване і нераціональне використання Інтернет-ресурсів (відвідування сайтів, що не належать до навчальних, використання Інтернету для спілкування та комп'ютерних ігор) є, як правило причиною виникнення академічних заборгованостей [4, с. 218]. Користування Інтернетом особами, які не дотримуються правил поведінки у віртуальному просторі, призводить до: неконтрольованого й нераціонального використання Інтернет-ресурсів; використання робочого доступу в Інтернет з особистою метою; неконтрольованого доступу до матеріалів дезінформаційної, агресивної або протизаконної спрямованості, що розташовані в Інтернеті; виникнення та розвитку адиктивної поведінки, яка деструктивно впливає як на особистість та його близьких [4, с. 219-220].

Технології навчання лише тоді зберігатимуть психічне здоров'я здобувачів, коли серед їх складових не буде чинників ризику для здоров'я, і навпаки – виникатимуть прагнення цілковитого емоційного занурення у процес навчання, мотивації до навчання, сприятливе, комфортне середовище для досягнення мети, опертя на досвід, знання, вміння та навички здобувачів, відчуття контролю над процесом свого навчання, досягнення успіху, задоволення пізнавальних потреб і потреби в самореалізації, достатність часу на засвоєння нових знань і вмінь, зміна позиції викладача [8, с. 20]. З метою формування досконалого інформаційно-освітнього середовища необхідно вирішити комплекс завдань, серед яких – створення на основі сучасних психологічних знань належних умов у закладі освіти для повноцінного фізичного, розумового та духовного розвитку особистості [9, с. 39-40; 10].

Отже, інформаційні технології навчання, засновані на максимальній активізації пізнавальної діяльності здобувачів, можуть бути ефективними лише за умови прискіпливого врахування психофізіологічних і психологічних особливостей, наявності в ній системи діагностики і корекції значущих для навчання і професійної діяльності якостей та станів людини [6, с. 145-146]. Обґрунтоване застосування інформаційно-комунікаційних технологій у системі професійної освіти, посилення психолого-педагогічного забезпечення цього процесу, дотримання санітарно-гігієнічних норм роботи з комп'ютером сприятиме підвищенню якості формування компетентностей, набуття необхідних соціально та професійно важливих якостей, зробить освітній процес більш цікавим, наочним, особистісно зорієнтованим, а також зумовить формування фахівців, які зможуть ефективно вирішувати завдання професійної діяльності в умовах інформаційного суспільства.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гуревич Р., Коношевський Л., Сумський В. Нові інформаційні технології в інженерно-педагогічній освіті. Педагог професійної школи: зб. наук. праць. Київ: Наук. світ. 2001. Вип. 1. С. 311–317.
2. Жалдак М. І. Педагогічний потенціал інформатизації навчального процесу. Розвиток педагогічної і психологічної наук в Україні 1992–2003: зб. наук. пр. до 10-річчя АПН України. Ч. 1. Харків: «ОВС», 2002. С. 371–383.
3. Жук Ю. О. Характерні особливості поведінки у комп'ютерно-орієнтованому середовищі. Комп'ютерно-орієнтовані системи навчання. Вип. 4. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова. 2001. С. 144–147.
4. Застосування телекомунікаційних засобів у навчальному процесі (психолого-педагогічні аспекти): навч.-метод. посібник / авт. кол.; за ред. М. Л. Смульсон. Київ: Педагогічна думка, 2008. 256 с.

5. Лапаєнко С. В., Красильник Ю. С. Психолого-педагогічні умови використання комунікаційних технологій в системі професійної освіти. Інформаційні та телекомунікаційні технології в сучасній освіті: досвід, проблеми, перспективи: зб. наук. пр. Вип. 1. Львів: ЛДУБЖД, 2006. С. 131–135.
6. Литвин А. Негативні аспекти застосування ІКТ у професійній освіті. *Pedagogika katolicka: czasopismo katedry pedagogiki katolickiej Widziału Zamiejscowego Nauk o społeczeństwie KUL w Stalowej Woli*. 2012. Nr 11 (2). S. 141–147.
7. Маклаков Г. Ю. Медико-біологічні аспекти дистанційної освіти. Теорія та методика навчання математики, фізики, інформатики. Том 3. Кривий Ріг: Вид. відділ НМетАУ. 2002. С. 161–165.
8. Шмалей С. Технології навчання та психічне здоров'я. *Науковий світ*. 2007. № 3. С. 20–21.
9. Koval M. S., Lytvyn A. V., Rudenko L. A. Conceptual Principles of Improving Specialists' Professional Training in the Information and Educational Environment at Higher School. Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми: зб. наук. пр. Вінниця: ТОВ «Друк плюс», 2023. Вип. 67. С. 35–43.
10. Piechka L., Honchar M., Koval M., Kusiya M., Lytvyn A., Levchuk N. Innovative Educational Environment in the Conditions of Educational Reform: Neuropsychological Approach. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2022. Vol. 13, Issue 1Sup1. P. 80–93.

УДК 159.9

Галина Брославська, м. Харків

ПСИХІЧНИЙ СТАН УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ НЕБЕЗПЕЧНИХ ЗОН ПРОЖИВАННЯ

Сучасна українська система освіти в умовах війни, яку в нашій державі провадять російські терористи, зіткнулася із завданням переведення на дистанційну (онлайн) форму навчання майже всіх освітніх закладів Харківської, Херсонської, Запорізької, Миколаївської, Одеської, Донецької областей.

В умовах, пов'язаних із постійною загрозою ракетного обстрілу, атак шахедрами та керуючими бомбами, під постійні сигнали повітряної тривоги навчаються наші здобувачі освіти. Від нічних та денних атак російських агресорів, пов'язаних із небезпекою для життя та здоров'я людини, у наших здобувачів освіти існує постійне почуття страху, розгубленості, деякі мають неадекватну поведінку. Емоційні реакції, що виникають у зв'язку з побоюваннями за своє життя та життя