

Львівський державний університет
внутрішніх справ

Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві

Збірник матеріалів
IV Всеукраїнської науково-практичної
конференції

18 жовтня 2019 року

Львів
2019

УДК 159.942.5;159.98.+316.613.5
П86

Рекомендовано до поширення через мережу Інтернет
Вченою радою Львівського державного
університету внутрішніх справ
(протокол від 25 вересня 2019 року № 2)

У к л а д а ч

З. Р. Кісіль,

доктор юридичних наук, професор,
декан факультету психології Львівського державного
університету внутрішніх справ

П86 **Психічне** здоров'я особистості у кризовому
суспільстві: збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-
практичної конференції (18 жовтня 2019 року) / уклад.
З. Р. Кісіль. Львів: Львівський державний університет
внутрішніх справ, 2019. 312 с.

Збірник містить тези доповідей та повідомлень матеріалів
Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психічне
здоров'я особистості у кризовому суспільстві», яка відбудеться
18 жовтня 2019 року у Львівському державному університеті
внутрішніх справ.

У публікаціях українських учених та молодих науковців
розкрито актуальні проблеми психічного здоров'я особистості
сьогодення, а також задіяння й реалізації інноваційних методів
та технологій щодо його збереження у кризовому суспільстві.

Опубліковано в авторській редакції.

УДК 159.942.5;159.98.+316.613.5

© Львівський державний університет
внутрішніх справ, 2019

Москвяк Н. В. ОСОБЛИВОСТІ ТЕМПЕРАМЕНТУ ЯК ОСНОВА АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО НАВЧАННЯ І ШКІЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА.....	225
Мураненко К. Ю. ІНТЕРНЕТ ТА ТЕЛЕБАЧЕННЯ ЯК ЧИННИК ДЕЛІНКВЕНТНОЇ ПОВЕДІНКИ НЕПОВНОЛІТНІХ.....	218
Навроцька В. В. ОБМЕЖЕНО ОСУДНИЙ ТА НЕОСУДНИЙ ЯК СТОРОНА УГОД У КРИМІНАЛЬНОМУ СУДОЧИНСТВІ.....	221
Орищин-Буждиган Л. С. ПСИХОЛОГІЧНЕ СПРИЙНЯТТЯ ЗМІН ТА АДАПТАЦІЯ ДО НИХ.....	224
Подвірна Н. С. КІБЕРБУЛІНГ ЯК ЗАГРОЗА ПСИХІЧНОМУ ЗДОРОВ'Ю ДІТЕЙ.....	228
Пророк Н. В. ГІБРИДНА ВІЙНА: ВПЛИВ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ.....	233
Прохорчук Н. В. СТРАТЕГІЇ ВИРІШЕННЯ КОНЛІКТІВ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я.....	237
Решетило Л. І. ВПЛИВ ПРОДУКТІВ ХАРЧУВАННЯ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ.....	241
Руденко Л. А., Литвин А. В. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИЙ АСПЕКТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ.....	244

Л. А. Руденко,
*доктор педагогічних наук,
старший науковий співробітник,
професор кафедри практичної психології та педагогіки;*

А. В. Литвин,
*доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри практичної психології та педагогіки
(Львівський державний університет безпеки життєдіяльності)*

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИЙ АСПЕКТ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

У сучасному світі здоров'я нації свідчить про рівень цивілізованості країни, відображає її соціально-економічний стан. У зв'язку з цим проблеми його збереження у населення є першочерговими у політиці держав із розвинутою економікою. В Україні право кожної людини на охорону здоров'я гарантується Конституцією. Але, за даними соціологічних досліджень, рівень здоров'я українців суттєво поступається розвинутих країнам світу. Серед вагомих причин цього дослідники називають: збільшення випадків хронічної захворюваності та психічних відхилень у дітей та молоді, зокрема в результаті частого виникнення стресових ситуацій у сім'ї та закладах освіти [2, с. 31]. Учні і студенти, що з різних причин перебувають у стані психологічного дискомфорту, відчують певну небезпеку для здоров'я, що не дає їм можливості цілковито розкрити свій потенціал в освітньому процесі навчання, внаслідок чого останній не досягає своєї мети. Зважаючи на це, здоров'я підростаючого покоління потребує посиленої уваги з боку освітян: переорієнтація мети й результатів освіти на потреби особистості потребує забезпечення здоров'язбережувального аспекту освітнього процесу.

До психотравмуючих ситуацій, що є руйнівними для нервової системи суб'єктів освіти, відносять: розумові, емоційні й фізичні перевантаження; інтенсифікацію навчального процесу; недооцінювання дидактичних принципів доступності навчального матеріалу та диференціації навчання тощо [4].

Приводять до порушення психічного здоров'я школярів і студентів іспити з різних предметів, необ'єктивність чи упередженість педагогів, відсутність зацікавленості предметом, втома, гіподинамія, пересиченість інформацією, нездорове харчування, шкідливі звички, невміння здійснювати саморегуляцію організму тощо [2, с. 31]. Негативно впливають на стан психічного й фізичного здоров'я учнів і студентів також невідповідність навчальних програм та умов навчання функціональним і віковим можливостям школярів, необхідність опрацювання й засвоєння значного обсягу інформації з різноманітних галузей наукових знань, недотримання психологопедагогічних вимог і санітарно-гігієнічних норм організації освітнього процесу.

Сукупний вплив усіх зазначених чинників призводить до того, що більшість тих, хто навчається, змушені робити це здебільшого шляхом залучення вольових якостей, а це відчутно виснажує нервову систему, знижує рівень психічного та фізичного здоров'я суб'єктів освіти.

У зв'язку з цим, одним із важливих завдань освіти є створення безпечного для розвитку здорового молодого покоління освітнього середовища. Сучасний заклад освіти має бути не лише місцем для навчання, а й середовищем, яке сприятиме повноцінному розвитку особистості, формуванню успішних членів суспільства, буде безпечним для їхнього здоров'я.

На думку С. Осадчука, до поняття освітнього середовища в сучасних умовах потрібно підходити як до сукупності інформаційних, комунікаційних і об'єктних впливів на суб'єктів освітнього процесу, яка трансформується у важливий елемент самоорганізації та розвитку їхньої психіки [3, с. 106]. Саме таке середовище дослідник вважає запорукою безпеки для здоров'я тих, хто навчається.

Тобто, мова йде про здоров'язбережувальне освітнє середовище, для створення та успішного функціонування якого важливо забезпечити психологічно комфортну атмосферу, яка сприятиме особистісному розвитку й ефективній самореалізації кожного учня чи студента, а також психологопедагогічні та оздоровчо-профілактичні умови формування і зміцнення здоров'я суб'єктів освітнього процесу відповідно до їхніх вікових особливостей [1].

Основними характеристиками здоров'язбережувального освітнього середовища є: позитивне ставлення до освітнього процесу всіх його учасників; задоволення потреб суб'єктів освітнього процесу щодо довіри і захищеності від психологічного насилля; ефективність педагогічної взаємодії внаслідок емоційного благополуччя її учасників; позитивний вплив освітнього процесу на розвиток фізичного і психічного здоров'я його учасників.

Зважаючи на це, створення здоров'язбережувального середовища в закладі освіти потребує впровадження системи психолого-педагогічних заходів, спрямованих на те, щоб захистити всіх учасників освітнього процесу від можливих загроз їхньому психічному і фізичному здоров'ю. До них відносимо: комплексне використання методик забезпечення медичного і психологічного супроводу суб'єктів освітнього процесу на всіх етапах їхнього розвитку; проведення своєчасної діагностики готовності дітей до навчання у ЗЗСО та здійснення відповідної психологічної корекції; систематична діагностика стану здоров'я школярів і студентів; здійснення психологічного контролю за рівнем їхніх фізичних, розумових та емоційних навантажень; упровадження комплексної програми здоров'язбереження суб'єктів освітнього процесу.

Слід зауважити, що ці заходи потрібно здійснювати в тісній співпраці фахівців психологічної служби закладів освіти з педагогічними працівниками. Зокрема, йдеться про контроль щодо дотримання вікових регламентів навчальних навантажень; психофізіологічної відповідності змісту освітніх програм; здійснення психогігієнічної експертизи педагогічних технологій щодо їх здоров'язбережувальної спрямованості, врахування індивідуальних особливостей і стану здоров'я тих, хто навчається; створення доброзичливої атмосфери у процесі педагогічної взаємодії тощо.

Отже, належна увага до здоров'язбережувального аспекту освітнього процесу забезпечує ефективну педагогічну взаємодію, яка, передусім, не шкодить здоров'ю суб'єктів навчання, створює комфортні й безпечні умови їхнього перебування в закладі освіти, уможлиблює навчання й виховання за індивідуальною траєкторією, суттєво знижує кількість стресових ситуацій, забезпечує профілактику перевантаження і втомлю-

ваності учнів і студентів, що, в підсумку, сприяє збереженню та зміцненню їхнього здоров'я.

Література

1. Ананьев В. А. Введение в психологию здоровья: учеб. пособие. СПб.: Балтийская Педагогическая Академия, 1997. 148 с.
2. Бондарь С. О. Актуальні аспекти охорони здоров'я у навчальних закладах. *Семейная медицина*. 2016. № 2 (64). С. 30–33.
3. Осадчук С. Ю. Особливості створення доброзичливого освітнього середовища. *Психологія та педагогіка на сучасному етапі розвитку наук: актуальні питання: зб. наук. робіт учасників міжнар. наук.-практ. конф. (м. Одеса 15–16 грудня 2017 р.)*. Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2017. С. 106–109.
4. Тушина О. Психологічна безпека в загальноосвітньому навчальному закладі: практичний посібник. Запоріжжя: ЗОІППО, 2013. 145 с.

С. Ю. Рудницька,

*доктор психологічних наук, доцент,
завідувач лабораторії когнітивної психології
(Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України)*

ГУМАНІТАРНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ЗАПОРУКА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

У сучасному науковому дискурсі спостерігається неухильна тенденція зростання очікувань щодо забезпечення гуманітарними технологіями стійкості суспільного розвитку, їх сприяння поєднанню цілей і цінностей, наповнення соціальних дій смислами, формування праксеологічного ставлення до світу. Так, В. С. Карпичев, аналізуючи постнекласичні практики, підкреслює, що самосвідомість культури ХХІ сторіччя неминуче виходить на рівень соціо-гуманітарних технологій [3].

Згідно М. А. Казакову, гуманітарною є будь-яка система за участю людини, де вона сама є найпершою з гуманітарних систем [2]. Згідно поглядів низки дослідників (І. Ю. Алексеевої, С. Е. Зуєва, Н. О. Кузнецової, М. В. Силантьєвої, В. Д. Сухорукова, М. Н. Епштейна, Б. М. Юдіна та ін.) гуманітарні технології дозволяють по-новому побачити гуманітарні науки в цілому, а також можливості їхнього впливу на стан розвитку суспільства та життя людини.