

УДК 378.14:159.9.072

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10\(15\)-401-411](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10(15)-401-411)

Березяк Ксенія Михайлівна викладач кафедри практичної психології та педагогіки, Львівський державний університет безпеки життєдіяльності, вул. Клепарівська 35, м. Львів, 79007, <https://orcid.org/0000-0003-2601-0349>

Накорчевська Олеся Петрівна практичний психолог, викладач кафедри соціально-гуманітарних дисциплін, Київський кооперативний інститут бізнесу і права, вул. Ломоносова 18, м. Київ, 03022, <https://orcid.org/0000-0001-5320-8129>

Васильєва Ольга Анатоліївна кандидат педагогічних наук, доцент кафедри загальної та практичної психології, Ізмаїльський державний гуманітарний університет, вул. Репіна 12, м. Ізмаїл, 68601, <https://orcid.org/0000-0001-7586-2156>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВІЙНИ

Анотація. Стаття присвячена визначенню особливостей психологічної адаптації здобувачів вищої освіти до навчання в умовах воєнного стану, проблем, які ускладнюють цей процес, та шляхів їх вирішення. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю забезпечення психологічної адаптації студентів до освітнього процесу під час війни, як однієї з умов подальшого особистісного та професійного розвитку.

Мета статті – розроблення напрямів вирішення проблем психологічної адаптації студентів до навчання, що відбувається в умовах війни. Для досягнення поставленої мети в процесі дослідження вирішено низку завдань: визначено генезис поняття «психологічна адаптація», прояви, види, результативні показники, чинники впливу, особливості психологічної адаптації під час війни, її основні проблеми та напрями вирішення.

В процесі дослідження використані загальнонаукові методи пізнання. За допомогою методу критичного аналізу визначений поточний стан вищої освіти в Україні та його вплив на психологічну адаптацію студентів до навчання. Синтез інформації дозволив визначити ключові проблеми, які ускладнюють таку адаптацію. Методом індукції та дедукції виокремлено основні шляхи подолання цих проблем.

За результатами дослідження встановлено, що адаптація студентів до навчання відрізняється низкою психологічних особливостей, до яких можна віднести складність, етапність, тривалість, індивідуальність та обов'язковість. В умовах війни вона ускладнюється низкою проблем: складністю використання дистанційних освітніх технологій, зміною співвідношення видів навчальної

діяльності, втратою мотивації до навчальної діяльності, відсутністю кваліфікованих фахівців в психологічних службах, дискримінацією студентів-переселенців. Для вирішення цих проблем пропонується: впровадження змішаного навчання та надання адресних субсидій на інтернет; зменшення навантаження на студентів; проведення бесід з метою підвищення мотивації до навчання; підвищення кваліфікації спеціалістів психологічних служб; проведення роз'яснювальних заходів щодо недопущення дискримінації переселенців.

Практичне значення дослідження полягає в можливості використання отриманих результатів закладами вищої освіти, які змушені працювати в умовах війни.

Ключові слова: психологічна адаптація, мотивація, педагогічна майстерність, змішане навчання, психологічна служба.

Bereziak Kseniia Mykhailivna Lecturer of the Department of Applied Psychology and Pedagogy, Lviv State University of Life Safety, 79007, Lviv, Kleparivska Str., 35, <https://orcid.org/0000-0003-2601-0349>

Nakorchevska Olesya Petrivna Practical Psychologist, Teacher of the Department of Social and Humanitarian disciplines, Kyiv Cooperative Institute of Business and Law, 03022, Kyiv, Lomonosova Str., 18, <https://orcid.org/0000-0001-5320-8129>

Vasylieva Olga Anatolyivna Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of General and Practical Psychology, Izmail State University of Humanities, 68601, Izmail, Repina St., 12, <https://orcid.org/0000-0001-7586-2156>

PSYCHOLOGICAL PECULIARITIES OF STUDENTS' ADAPTATION TO STUDY UNDER WAR CONDITIONS

Abstract. The article is devoted to determining the peculiarities of psychological adaptation of students of higher education to study under martial law, the problems that complicate this process, and the ways to solve them. Topicality of the research is conditioned by the necessity of psychological adaptation of students to the educational process during the state of war as one of the conditions of further personal and professional development.

The aim of the article is to develop directions for solving the problems of students' psychological adaptation to the educational process during the war. In order to achieve this goal, the study solved a number of problems: defined the genesis of the concept "psychological adaptation", manifestations, types, resulting indicators, influencing factors, peculiarities of psychological adaptation during the war, major problems and directions of solution.

In the course of the study, general scientific methods of knowledge were used. By means of the method of critical analysis the current state of higher education in Ukraine and its impact on the psychological adaptation of students to learning was determined. Synthesis of information allowed to determine the key problems complicating such adaptation. The method of induction and deduction identified the main ways of solving these problems.

According to the results of the study it was found that the psychological adaptation of students to learning has a number of features, which can include complexity, phasing, duration, individuality and obligation. It is complicated by a number of problems: the complexity of using distance learning technologies, changes in the ratio of types of learning activities, loss of motivation for learning activities, the lack of qualified specialists in the psychological services, discrimination of migrant students. To solve these problems it is proposed to introduce blended learning and provide targeted subsidies for the Internet, reducing the burden on students, conducting conversations to increase motivation to learn, improving the skills of specialists in psychological services, conducting outreach activities to prevent discrimination of migrants.

The practical significance of the study lies in the possibility of using the results obtained by the higher educational institutions, which have to work in conditions of war.

Keywords: psychological adaptation, motivation, pedagogical skill, blended learning, psychological service.

Постановка проблеми. Війна змінила плани переважної більшості українців. Не стали виключенням студенти вищих навчальних закладів, яким необхідно вчитися жити в нових реаліях. Їхні пріоритети кардинально змінилися. На перший план виходить безпека та допомога армії. Молодь не бачить сенсу в навчанні, а тим більше, в пристосуванні до нього під час війни. Однак молоді люди не до кінця розуміють, що рано чи пізно війна закінчиться. Країна почне відновлюватися і для цього буде потрібно чимало фахівців. Разом з тим, не варто сподіватися на швидку перемогу, яку прогнозують експерти. Попереду – довгі місяці виснажливої боротьби та роботи, тому дуже важливо пристосуватися до нових реалій та продовжувати навчатися. В умовах війни адаптуватися до навчання дуже складно, адже через обстріли та ракетні удари існує небезпека та загроза отримання фізичних травм. Через постійне хвилювання та тривогу за себе та своїх рідних з'являються психологічні проблеми, які ускладнюють процес адаптації до навчання. Для їх вирішення необхідно вивчити та проаналізувати психологічні особливості адаптації студентів до освітнього процесу в умовах війни.

Аналіз досліджень і публікацій. Питання психологічної адаптації студентів розглядається в роботах багатьох науковців: Павелківа Р. В. [1], Андрєєва В. І. [3], Кушнерова Ю. Ю. [4] та ін. Однак недостатньо

дослідженими залишаються особливості психологічної адаптації здобувачів вищої освіти до навчання в умовах війни. В зв'язку з цим дане питання потребує додаткового розгляду та аналізу.

Мета статті – розроблення напрямів вирішення проблем психологічної адаптації студентів до навчання, яке відбувається в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. Термін «адаптація» з'явився в 1865 році. Він був введений дослідником Г. Аубертом та вживався виключно в медичній та психологічній літературі, як зміна чутливості аналізаторів під впливом пристосування органів чуття до діючих подразників [1]. В подальшому використання цього терміна зустрічається у ширшому значенні, а саме, як будь-яке пристосування живого організму до умов існування. Пізніше цей термін був запозичений соціологією та психологією для опису явищ, що стосуються освоєння людиною різних сфер природного та соціального середовища. Відповідно, психологічну адаптацію можна визначити, як здатність людини пристосовуватися до тих умов, в яких вона перебуває за допомогою фізіологічних, психологічних особливостей та генетичних факторів [2]. Психологічна адаптація людини здійснюється в різних сферах життєдіяльності (Рис. 1).

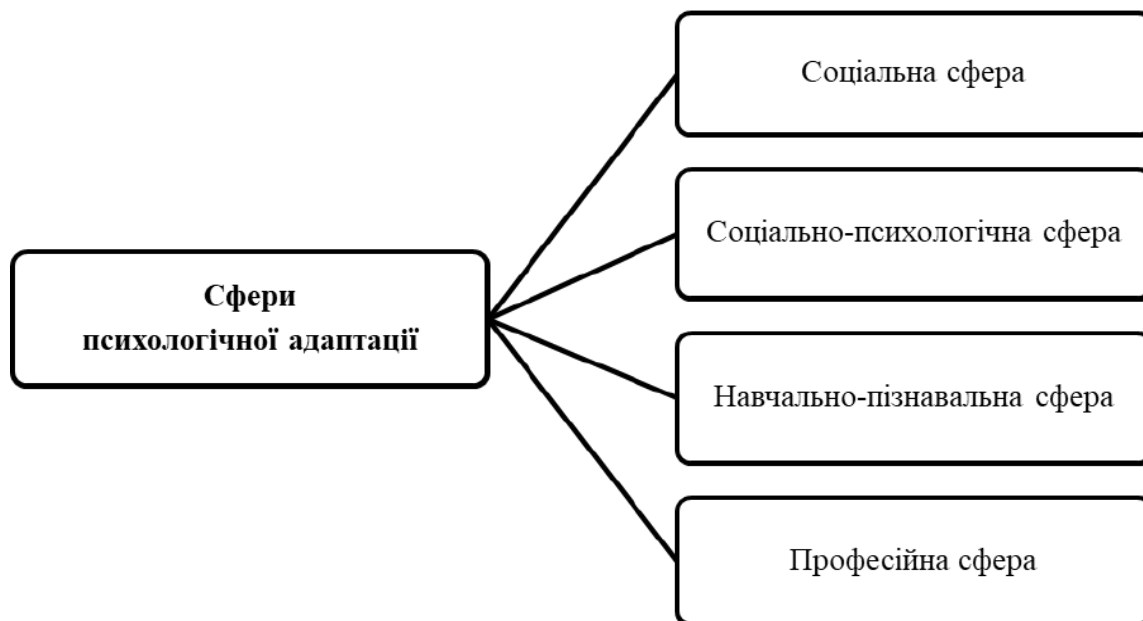


Рис. 1. Сфери психологічної адаптації людини [3]

Примітка: систематизовано авторами

Навчання у закладі вищої освіти (ЗВО) відноситься до навчально-пізнавальної сфери. Психологічна адаптація до навчально-пізнавальної діяльності включає декілька психологічних різновидів, до яких відноситься:

- організована адаптація. Передбачає вивчення навчального закладу та його організаційної структури, вимог і норм, внутрішнє прийняття цих вимог і норм та відповідну побудову поведінки;

- діяльнісна адаптація. Передбачає визначення прав, обов'язків та дій студента, вимог до якості навчальної діяльності;
- професійна адаптація. Передбачає розуміння характеру обраної професії, місця спеціальності в загальній системі, прагнення опанувати професійну діяльність;
- соціально-психологічна адаптація. Передбачає звикання до колективу, налагодження ділових і особистих відносин, самоствердження в групі. Не менш важливим аспектом цього виду адаптації є налагодження відносин з викладачами та адміністрацією;
- побутова адаптація. Передбачає звикання до нового робочого режиму, підвищення психологічних та розумових навантажень тощо.

Результати психологічної адаптації студента можуть бути як позитивним, так і негативними. Студент може успішно адаптуватися до навчання в нових умовах, тобто прийняти всі норми та вимоги закладу вищої освіти та повністю включитися в навчальну діяльність та життя колективу. Також студент може пристосуватися до навчальної діяльності, дотримуючись основних норм і вимог навчального закладу (для уникнення неприємностей), але не сприймати їх. Ефективна адаптація студентів до навчання характеризується високою стійкою успішністю, добрим самопочуттям, відносним рівнем психічної напруженості, відчуттям суб'єктивного благополуччя [4]. В свою чергу, дезадаптація навчальної діяльності проявляється у погіршенні концентрації уваги, зниженні функцій пам'яті, утрудненості мови, страху перед контрольними роботами, публічними виступами та іншими академічними заходами. Пізнавальні процеси заблоковані негативними емоціями, що призводить до зниження продуктивності діяльності та труднощів у навчанні.

Тривалість психологічної адаптації студентів закладів вищої освіти залежить від внутрішніх та зовнішніх факторів. Вона може зайняти від одного місяця до одного року.

Внутрішні фактори відображають психологічну атмосферу у студентському колективі. До них можна віднести: індивідуально-психологічні та соціально-психологічні характеристики студентів (спрямованість, інтелект, мотивація, особистісний адаптаційний потенціал тощо). До зовнішніх факторів вчені відносять організацію освітнього середовища, матеріально-технічну базу установи, рівень педагогічної майстерності викладачів тощо [5].

Враховуючи вищезазначене, можна зробити висновок, що психологічна адаптація є здатністю людини пристосовуватися до умов, в яких вона перебуває. Психологічна адаптація здійснюється в різних сферах життєдіяльності, в тому числі, в навчанні. Вона залежить від внутрішніх та зовнішніх факторів. Одним із найважливіших факторів адаптації студентів до навчання в умовах війни є організація освітнього середовища.

Організація освітнього середовища в Україні під час війни залежить від безпекової ситуації в окремих регіонах. В більшості з них навчання проходить в

дистанційному форматі, що стає серйозним випробуванням для студентів через велику кількість змін у звичному житті, до яких необхідно швидко пристосовуватися. В зв'язку з цим психологічна адаптація студентів до нових умов навчання набуває особливого значення, адже від неї залежить їх подальший особистісний та професійний розвиток. Разом з тим, адаптація студентів до навчання в умовах війни відрізняється низкою психологічних особливостей, обумовлених новим освітнім середовищем, а саме, складністю, етапністю, тривалістю, індивідуальністю та обов'язковістю психологічної адаптації.

Розглянемо передумови формування психологічного стану студентів закладів вищої освіти.

Вторгнення Росії в Україну 24 лютого 2022 року спричинило значне переміщення населення всередині країни, а також за кордонами Європейського Союзу. Країну покинули мільйони українців. За даними ООН, понад шість мільйонів осіб зареєстровані як біженці по всій Європі. Ще сім мільйонів є внутрішньо переміщеними особами [6]. Оскільки вони шукають притулку, освіта стала другорядним пріоритетом. Разом з тим, з України виїхала велика кількість випускників українських шкіл, про що свідчать дані Міністерства освіти України. Відповідно до них, у мультипредметному тесті за кордоном взяло участь понад 20 тисяч осіб. Більшість з них так і не повернулися до України та вступили в закордонні ЗВО [7]. Студенти зіткнулися з новими викликами, адже їм доводиться коригувати свій стиль навчання, вивчати мови приймаючих країн. Це потребує часу, і призводить до того, що багато з них відстають від навчальних програм. Крім того, українці зіткнулися з фінансовими труднощами. Багато біженців залишили свої домівки без особистих речей, тобто вони не мають речей та інструментів, необхідних для навчання.

Важливою передумовою формування психологічного стану студентів в умовах воєнного стану є дистанційне навчання, яке впроваджено в більшості регіонів України. Онлайн-середовище вимагає від сімей стабільного підключення до Інтернету та домашнього комп'ютера. На сході та півдні України було зруйновано численні житлові комплекси, заводи, будівлі та електричні опори. Сотні тисяч українців залишилися без світла та газу. Руйнування дуже ускладнило дистанційне навчання, але альтернатива особистому відвідуванню школи поставила б молодь під ще більшу загрозу.

В таких умовах психологічна адаптація студентів до навчання значно ускладнюється. Так, згідно з опитуванням онлайн-інституту Projector і студії онлайн-освіти EdEra, більшість студентів не може зосередитися на навчанні. Деякі з опитуваних борються з провинною «вцілілого» та переживають відчуття недоречності навчання під час війни (Рис. 2).

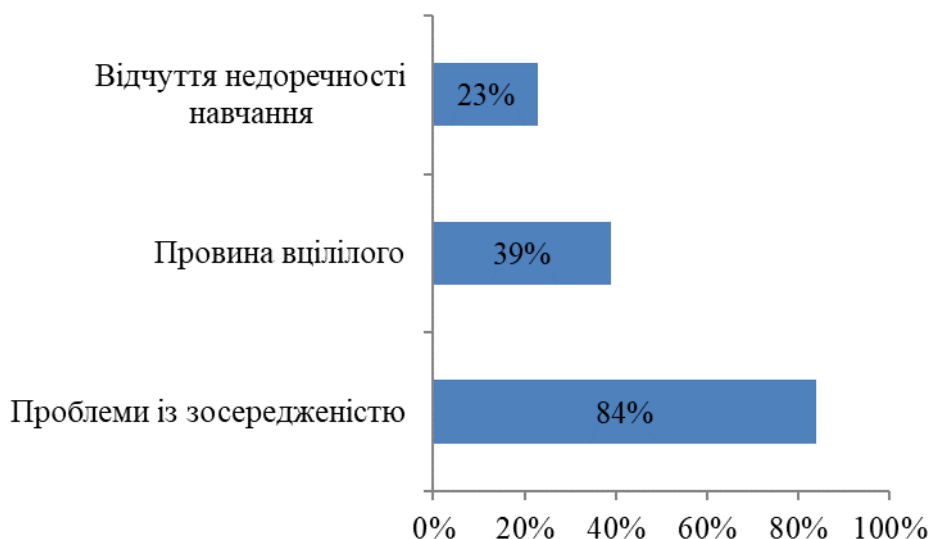


Рис. 2. Ставлення українських студентів до здобуття вищої освіти в умовах війни [8]

Примітка: систематизовано авторами

Попри психологічні труднощі, 90% учасників опитування вважають, що вчитися потрібно для свого майбутнього та майбутнього країни.

Дистанційне навчання, незважаючи на його необхідність, стає основною перешкодою психологічної адаптації студентів. Пов'язана з ним ізоляція негативно впливає на психічне здоров'я студентів. У численних дослідженнях, які проводилися під час пандемії коронавірусу, автори вказують на високий ризик розвитку тривожних, депресивних станів, пов'язаних з дистанційним навчанням. Mirna Fawaz та ін. визначили, що раптовий перехід до дистанційних методів навчання викликав симптоми тривоги та депресії у значної частини студентів, що пов'язано з високим навантаженням, стресом та проблемами адаптації [9]. Однак ситуацію ускладнює не тільки ізоляція. Психоемоційний стан студентів, а відповідно, адаптацію студентів до навчання, погіршують переживання, пов'язані з обмеженим доступом до мережі Інтернет, поганою якістю зв'язку, нестійкістю інтернет-з'єднання, недостатнім рівнем цифрової компетентності, відсутністю цифрових навичок і досвіду самостійного освоєння електронних освітніх платформ та засобів комунікації.

Враховуючи вищезазначене, можна зробити висновок, що держава не стоїть осторонь проблем українських студентів, які змушені пристосовуватись до навчання під час війни. Для того щоб зберегти безперервність освітнього процесу та захистити студентів і викладачів, впроваджується дистанційне навчання. У відносно безпечних регіонах студенти мають можливість вчитися в очному режимі. В закладах вищої освіти та поза ними працюють психологічні служби, які надають безкоштовну допомогу всім потребуючим студентам. Однак незважаючи на зусилля державних органів та адміністрацій ЗВО, існує низка проблем, які ускладнюють психологічну адаптацію до навчання в умовах війни. Серед них необхідно відзначити наступні:

- складність використання дистанційних освітніх технологій (обмеженість доступу до мережі Інтернет, погана якість зв'язку, нестійкість інтернет-з'єднання, недостатній рівень цифрової компетентності, відсутність навичок володіння комп'ютерними технологіями та достатнього досвіду самостійного освоєння електронних освітніх платформ та засобів комунікації);

- зміна співвідношення видів навчальної діяльності (збільшення обсягу самостійної роботи, обмежена можливість консультування з викладачем, відсутність широкого доступу до внутрішньовузівських носіїв навчальної інформації та ін.);

- втрата мотивації до високої результативності навчальної діяльності, зумовлена нестабільною ситуацією в країні. Під час війни в молоді відбулася кардинальна зміна пріоритетів. Навчання відійшло на другий план;

- відсутність кваліфікованих фахівців в психологічних службах багатьох вищих навчальних закладах України, які можуть надавати психологічну допомогу в умовах війни. Для того щоб допомогти студентам адаптуватися до навчання та покращити їх психоемоційний стан, у закладах вищої освіти України працюють психологічні служби. Спеціалісти таких служб допомагають не тільки студентам, а й викладачам. Однак не всі вони можуть допомогти адаптуватися до навчання в умовах війни. Спочатку воєнного вторгнення студенти зверталися з проблемами подолання тривоги, паніки, панічних атак, стресу, страху перед невідомістю, які не дають сконцентруватися на навчанні та адаптуватися до нових умов. Пізніше звернення студентів набули дещо іншого характеру. В зв'язку з тривалістю війни, в них спостерігається виснаження, емоційне вигорання та депресивні стани [10]. Також до психологічної служби звертаються студенти, які виїхали за кордон;

- дискримінація студентів, які є вимушеними переселенцями. Більшість українців співчувають людям, яким довелося покинути свої домівки та переїхати в інші регіони України. Про це свідчать дані, отримані в результаті опитування «Омнібус» Info Sapiens. Згідно з ними, переселенцям співчувають близько 66% опитуваних. Разом з тим, 6% опитуваних негативно ставляться до цієї категорії людей [11]. Нерідко від дискримінації потерпають студенти, що негативно позначається на їх психоемоційному стані та ускладнює психологічну адаптацію.

Для вирішення цих проблем пропонується здійснення наступних заходів:

- впровадження змішаного навчання у відносно безпечних регіонах. В населених пунктах, де це неможливо, необхідно забезпечити доступ до інтернету студентам, які не мають змоги оплатити його самостійно шляхом надання адресних субсидій на інтернет. Для підвищення рівня цифрової компетентності та вдосконалення навичок володіння комп'ютерними технологіями рекомендується введення додаткових курсів;

- зменшення навантаження на студентів. Для цього викладачам рекомендується послаблювати дедлайни чи переносити вебінари на день,

зручніший для студентів, або дозволяти переглядати їх у записі. Студентам з ускладненим доступом до інтернету необхідно пропонувати альтернативні можливості навчання: перегляд відео, які можна завантажувати з YouTube, використання книжок та статей для мобільних застосунків. Для того щоб налагодити стосунки зі студентами, до навчальної програми можна додати терапевтичні вебінари;

- проведення бесід зі студентами з метою підвищення їх мотивації до навчання. Під час таких бесід необхідно акцентувати увагу на необхідності здобуття тієї чи іншої професії, пояснювати, що від цього залежатиме майбутнє держави та її подальший розвиток. Підвищити мотивацію до навчання допоможе оптимізація навчального процесу, а саме, організація ефективної системи оцінювання;

- підвищення кваліфікації спеціалістів психологічних служб, які працюють в закладах вищої освіти. Надання консультацій студентам під час війни – нова практика для сучасних психологів. Для того щоб надати допомогу студенту та допомогти йому швидше адаптуватися до навчання в умовах війни, вони повинні постійно підвищувати рівень знань, відвідувати семінари та тренінги, які пропонують закордонні колеги. Для отримання психологічної допомоги студенти можуть звертатися в інші організації, які створені спеціально для того, щоб надавати психологічну допомогу під час війни. До них можна віднести Службу турботи про психічне здоров'я благодійного фонду «Право на захист», Всеукраїнську гарячу лінію Lifeline Ukraine, Громадську правозахисну організація «Ла Страда-Україна», Національну психологічну асоціацію [12];

- проведення роз'яснювальних заходів щодо населення з метою недопущення дискримінації переселенців. Такі заходи необхідно організувати й у закладах вищої освіти або проводити їх онлайн. Вони допоможуть розвінчати міфи про «проросійські» погляди людей, які проживають у південних чи східних регіонах країни та зменшити напругу у відносинах між ними та місцевим населенням.

Вирішення проблем, пов'язаних з психологічною адаптацією студентів до навчання в умовах війни, сприятиме покращенню їх успішності, психоемоційного стану та якості життя в цілому.

Висновки. Психологічна адаптація студента до навчання – важлива умова його особистісного та професійного розвитку. Від її успішності залежить наскільки швидко та ефективно він зможе оволодіти професійними компетенціями.

Адаптація студентів до навчання в умовах війни відрізняється низкою психологічних особливостей, до яких можна віднести складність, етапність, тривалість, індивідуальність та обов'язковість. Її ускладнює низка проблем: складність використання дистанційних освітніх технологій, зміна співвідношення видів навчальної діяльності, втрата мотивації до навчальної

діяльності, відсутність кваліфікованих фахівців в психологічних службах, дискримінація студентів-переселенців. Для вирішення цих проблем пропонується впровадження змішаного навчання та надання адресних субсидій на інтернет, зменшення навантаження на студентів, проведення бесід з метою підвищення їх мотивації до навчання, підвищення кваліфікації спеціалістів психологічних служб, проведення роз'яснювальних заходів щодо недопущення дискримінації переселенців.

Практичне значення дослідження полягає в можливості використання отриманих результатів закладами вищої освіти, які змушені працювати в умовах війни.

Література:

1. Павелків Р. В. Загальна психологія. Київ: Кондор, 2009. 181 с.
2. Що таке адаптація в психології. kiev.ua, 2022. URL: <https://pyrogiv.kiev.ua/shho-take-adaptaciya-v-psixologi%D1%97/>
3. Александрович П. И. Психологическая адаптация студентов к обучению в высшем учебном заведении. Труды БГТУ, 2015. № 5. С. 81-82.
4. Андреев, В. И. Конфликтология: искусство спора, ведения переговоров, разрешения конфликтов. Казань, 1992. 243 с.
5. Кушнерова Ю. Ю., Кушнерова О. Ф. Социально-психологическая адаптация как фактор успешности студента в вузовской среде. Современные наукоемкие технологии, 2015. № 8. С. 74–77.
6. Ukraine refugee situation. data.unhcr.org, 2022. URL: <https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine>
7. Гончарук О. Розвилка для студентів і абітурієнтів: чи варто вступати до іноземного вишу. vesti.ua, 2022. URL: <https://vesti.ua/uk/poleznoe-uk/obrazovanie-uk/razvilka-dlya-studentov-i-abiturientov-stoit-li-postupat-v-inostrannyj-vuz>
8. Психологічні труднощі, мотивація та відновлення. Як викладати в умовах війни. vctr.media, 2022. URL: <https://vctr.media/ua/yak-vikladati-v-umovah-vijni-139460/>
9. Fawaz M. E-learning: Depression, anxiety, and stress symptomatology among Lebanese university students during COVID-19 quarantine. Nursing Forum, 2021. Vol. 56. № 1. P. 52-57
10. Психологічна служба університету: активна робота на фронті ментального здоров'я. lnu.edu.ua, 2022. URL: <https://lnu.edu.ua/psykholohichna-sluzhba-universytetu-aktyvna-robot-na-fronti-mentalnoho-zdorov-ia/>
11. Андреева В. Понад 60% українців співчують переселенцям: опитування. life.pravda.com.ua, 2022. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2022/06/6/248987/>
12. Уретій О. Психологічна допомога під час війни: куди звернутись. armyinform.com.ua, 2022. URL: <https://armyinform.com.ua/2022/06/15/psychologichna-dopomoga-pid-chas-vijny-kudy-zvernutys/>

References:

1. Pavelkiv, R. V. (2009). Zahal'na psykholohiya [General psychology]. Kyiv: Kondor. 18 [In Ukrainian]
2. Shcho take adaptatsiya v psykholohiyi. (2022). [What is adaptation in psychology]. Retrieved from: <https://pyrogiv.kiev.ua/shho-take-adaptaciya-v-psixologi%D1%97/> [In Ukrainian]
3. Aleksandrovich, P. I. (2015). Psikhologicheskaya adaptatsiya studentov k obucheniyu v v'irshem ochebnom zavedenii [Psychological adaptation of students to study in the top educational institution]. Trudy BGTU, 5, 81-82 [In Russian]

4. Andreyev, V. I. (1992). Konfliktologiya: iskusstvo spora, vedeniya peregovorov, razresheniya konfliktov [Conflictology: the art of dispute, negotiation, conflict resolution]. Kazan', 243 [In Russian]
5. Kushnerova, Y. Y., Kushnerova, O. F. (2015). Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya kak faktor uspekhnosti studenta v vuzovskoy srede [Social-psychological adaptation as a factor of student's success in the university environment]. *Sovremennyye naukoymkiye tekhnologii*, 8, 74–77 [In Russian]
6. Ukraine refugee situation (2022). Retrieved from: <https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine> [in English]
7. Honcharuk, O. (2022). Rozvyilka dlya studentiv i abituriyentiv: chy varto vstupaty do inozemnoho vyshu [Crossroads for students and applicants: is it worth entering a foreign university]. Retrieved from: <https://vesti.ua/uk/poleznoe-uk/obrazovanie-uk/razvilka-dlya-studentov-i-abiturientov-stoit-li-postupat-v-inostrannyj-vuz> [In Ukrainian]
8. Psykholohichni trudnoshchi, motyvatsiya ta vidnovlennya. Yak vykladaty v umovakh viyny. (2022). [Psychological difficulties, motivation and recovery. How to teach in conditions of war]. Retrieved from: <https://vctr.media/ua/yak-vikladati-v-umovah-vijni-139460/> [In Ukrainian]
9. Fawaz, M. (2021). E-learning: Depression, anxiety, and stress symptomatology among Lebanese university students during COVID-19 quarantine. *Nursing Forum*, 56, 1, 52-57 [in English]
10. Psykholohichna sluzhba universytetu: aktyvna robota na fronti mental'noho zdorovya. (2022). [Psychological service of the university: active work on the front of mental health]. Retrieved from: <https://lnu.edu.ua/psykholohichna-sluzhba-universytetu-aktyvna-robotana-fronti-mentalnoho-zdorov-ia/> [In Ukrainian]
11. Andryeyeva, V. (2022). Ponad 60% ukrayintsiv spivchuvayut' pereselentsyam: opytuvannya [Over 60% of Ukrainians sympathize with immigrants: survey]. Retrieved from: <https://life.pravda.com.ua/society/2022/06/6/248987/> [In Ukrainian]
12. Uretiy, O. (2022). Psykholohichna dopomoha pid chas viyny: kudy zvernutys' [Psychological help during the war: where to turn]. Retrieved from: <https://armyinform.com.ua/2022/06/15/psykholohichna-dopomoha-pid-chas-vijny-kudy-zvernutys/> [In Ukrainian]