

УДК 378:159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2410-2075-2023-17.20>

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В РЕАЛІЯХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

**НОВАК ТЕТЯНА ВІТАЛІВНА**

кандидат педагогічних наук, доцент,  
завідувач кафедри психології і соціальної роботи  
Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія ім. Тараса Шевченка  
tanjabehok@gmail.com  
orcid.org/0000-0003-0741-2430

**ЯРОЩУК МАРІАННА ВОЛОДИМИРІВНА**

кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри психології і соціальної роботи  
Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія ім. Тараса Шевченка  
marianna.yaroshchuk85@gmail.com

*Стаття присвячена дослідженню та аналізу психологічного супроводу учасників освітнього процесу під час воєнних дій в Україні. Розглядається важливість психологічної підтримки учнів, здобувачів вищої освіти та педагогів у контексті стресу, нестабільності та травматичних подій, пов'язаних із воєнним конфліктом. У дослідженні проаналізовано вплив воєнних подій на психіку та емоційний стан учасників освітнього процесу. Узагальнено результати емпіричного дослідження психологічних показників, які включають в себе оцінку рівня стресу, тривоги, депресії та інших психічних реакцій серед учасників освітнього процесу; виявлено їхні переживання, досвід та психічний стан у воєнний період. На основі отриманих даних розроблено програму психологічної підтримки, яка відповідає конкретним потребам. Ця програма включає індивідуальні консультації, групові заняття, тренінги зі стресостійкості та психологічні заняття. Розглянуто можливі стратегії психологічної підтримки та методи допомоги для педагогів у роботі з дітьми під час воєнних дій. Запропоновано практичні поради та рекомендації для психологів, вчителів та батьків, спрямовані на забезпечення ефективного психологічного захисту та підтримки учасників освітнього процесу в реаліях війни в Україні.*

*Програма психологічної підтримки учасників освітнього процесу передбачає: забезпечення безпечного та підтримуючого клімату в освітньому закладі, надання можливості педагогам, учням, студентам пройти консультації з психологами для обговорення їхніх емоцій, стресів та способів їх подолання; підготовку педагогічного персоналу. Організація та проведення арттерапевтичних занять з використанням ігрових, імітаційних, рольових методів; системи тренінгів та занять спрямовані на розвиток навичок управління стресом, самопомоги та саморегуляції, підвищення стресостійкості. Важливим є створення психологічних груп підтримки та обговорення, де учасники можуть ділитися своїми почуттями, досвідом та отримувати емоційну допомогу один від одного; інформування про безкоштовні центри психологічного консультування; розповсюдження підручників, брошур та інших матеріалів, які містять корисні поради та стратегії регуляції емоційного стану в умовах війни в Україні, а також залучення батьків, громадськості та місцевих спільнот до підтримки психологічного благополуччя учасників освітнього процесу.*

**Ключові слова:** психологічний супровід, учасники освітнього процесу, стресостійкість, війна, програма підтримки.

**Постановка проблеми.** Проблема психологічної підтримки учнів завжди має велику актуальність, особливо в умовах військових конфліктів та кризових ситуацій. Війна, конфлікт чи інші стресові події суттєво позначаються на психічному стані дітей та підлітків.

Учасники освітнього процесу можуть відчувати стрес, тривогу, посттравматичний стресо-

вий синдром, відчуття безпеки може бути порушеним. У зв'язку із зазначеним діти можуть мати проблеми з концентрацією уваги, складнощами в навчанні; вчительський колектив може відчувати емоційне вигорання, адаптація до нових умов буває надзвичайно важкою.

Психологічна підтримка стає важливою, оскільки допомагає учасникам освітнього

процесу зрозуміти свої емоції, подолати тривогу, стрес та адаптуватися до складних умов у реаліях війни. Зазначене може реалізуватися через проведення психологічних тренінгів з керування тривогою, стресом, розвиток навичок самопідтримки, консультування учасників освітнього процесу, групові заняття, створення безпечного середовища для розвитку та навчання.

*Освітні заклади* часто є найбільш доступними місцями для надання підтримки учням. Вони стають центром, де можна виявити та вирішити психологічні проблеми, спричинені війною або конфліктом.

Також важливо навчити педагогів реагувати на зміни у психічному стані учнів, щоб вони могли надавати першу психологічну підтримку та виявляти симптоми стресу чи травматичного досвіду.

Актуальність цієї проблеми виявляється в її впливі на навчання, загальний розвиток дітей, збереження ментального здоров'я та забезпечення здорового навчального середовища.

Це вимагає системної реакції з боку освітніх установ, державних органів та спеціалістів у галузі психології для забезпечення підтримки дітей, які зазнали стресових ситуацій внаслідок військових конфліктів чи інших подій.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема психологічного супроводу учнів під час війни привернула увагу науковців та організацій. Особливо це стало актуальним у контексті воєнних конфліктів, включаючи ситуацію в Україні.

Питання психологічної підтримки під час війни вивчається різними організаціями, дослідницькими групами та установами. Назвемо декілька із них. Міжнародний Комітет Червоного Хреста (ICRC) досліджує психологічні аспекти конфліктів, зокрема вплив війни на психіку людей, у тому числі учасників освітнього процесу. ООН та агентства: різні установи ООН, такі як ЮНІСЕФ, ВООЗ, UNHCR, також займаються дослідженням та розробкою програм з психологічної підтримки для людей, що пережили воєнні конфлікти. Міжнародні організації, такі як Червоний Хрест, Лікарі без кордонів та інші, проводять дослідження та реалізують програми психологічної допомоги

під час конфліктів. *Академічні установи – університети та дослідницькі центри* – також займаються вивченням психологічних аспектів воєнних конфліктів та розробляють підходи до психологічної підтримки учасників освітнього процесу. *Місцеві та національні організації.* У країнах, що переживають війну або конфлікти, місцеві організації та уряди також проводять дослідження та розробляють програми з метою психологічної підтримки населення.

Ці організації та установи здійснюють дослідження, розробляють програми та надають консультації для покращення психологічного благополуччя та підтримки населення загалом та учасників освітнього процесу зокрема під час воєнних конфліктів. Дослідження періодично проводяться журналістами, педагогами, закладами освіти. Вони здійснюють моніторинг, опитування та аналіз впливу воєнних конфліктів на психічний стан дітей, підлітків та педагогічних працівників, вивчають способи психологічної підтримки та реабілітації.

Журналісти проводять дослідження, щоб висвітлити реальність участі дітей, вчителів та персоналу закладів освіти у воєнних ситуаціях, а також вплив конфлікту на їхнє навчання та психічний стан.

Педагоги та психологи також активно досліджують питання, пов'язані з навчанням в умовах кризи, та розробляють стратегії для забезпечення якісної освіти в умовах конфлікту. Розробляють спеціальні програми, адаптовані до потреб учнів під час воєнних дій, а також методи психологічної підтримки для педагогічного персоналу та учнів.

У своїх роботах Л. Анищенко [1], І. Булах, Л. Григоровська, Е. Зеєр, Я. Камбалова [5], Л. Міхеєва [3] та інші досліджують проблему надання психологічної підтримки та супроводу учасників освітнього процесу під час воєнних конфліктів. Серед цих проблем вони виокремлюють: надзвичайну чутливість сенсорних систем; психосоматику; розлади поведінки у дітей, травматичні події; медіатравму, спричинену постійним переглядом негативної інформації; залежність від новин та постійну перевірку інформації з різних джерел; почуття тривоги, страху, гніву, відчуття провини.

Ці дослідження допомагають не лише зрозуміти проблему, але й створити конкретні практичні інструменти та рекомендації для психологічної підтримки учасників освітнього процесу, що стикаються з військовими конфліктами та їх наслідками.

За словами В. Зеленського, окупанти визначили своїми ворогами культуру, освіту та людяність. І не шкодують для них ні ракет, ні бомб. Україна, яка прагне бути конкурентоспроможною в сучасному світі, має визначити освіту та науку своїми стратегічними сферами [2].

**Мета дослідження** – оцінка впливу воєнного конфлікту на психічне здоров'я учасників освітнього процесу для розробки та впровадження програм психологічної підтримки.

**Виклад основного матеріалу.** Вплив війни на дітей є критично важливим аспектом у розумінні наслідків воєнного конфлікту та управління ними.

Для такої оцінки зазвичай використовуються декілька підходів.

*Аналіз психологічних показників* включає в себе оцінку рівня стресу, тривоги, депресії та інших психічних реакцій серед учасників освітнього процесу.

За узагальненими результатами проведеного емпіричного дослідження серед учасників освітнього процесу (учні 6 класу, студенти 1 курсу ЗВО та вчителі вчителі закладів загальної середньої освіти) рівень тривоги відповідав 60%, рівень стресу, який виявляється в різних життєвих ситуаціях, – 36%, рівень схильності до депресивних розладів – 15%.

*Опитування та інтерв'ю.* Проведено опитування та інтерв'ю з учнями, вчителями та освітнім персоналом для виявлення їхніх переживань, досвіду та психічного стану у воєнний період. *Емоційний стан* у 60% опитаних характеризувався як стабільний, у 40%, виявлено періодичну тривогу, розчарування, почуття безпорадності або переляку. *Психологічної та емоційної підтримки* потребують 50% учасників освітнього процесу. 70% педагогів розказали про зниження рівня продуктивності, підвищення емоційної та психологічної стійкості. 80% опитаних вказали на потребу в ресурсах для полегшення навчання, покращення доступу до психологічної підтримки та забезпечення безпеки.

Наступним методом емпіричного дослідження було визначено спостереження за змінами поведінки та емоційним станом.

Узагальнені результати проведеного спостереження свідчать про підвищений рівень емоційного стресу. Учасники освітнього процесу відчувають підвищений рівень стресу, тривоги та страху через загрозу війни, небезпеку та невизначеність майбутнього.

Воєнний конфлікт призводить до травматичних подій, що спричиняють пошкодження психіки. Спостерігалися зміни в поведінці людей: відчуття паніки – 15%, підвищена роздратованість – 40%, збільшена агресія – 35% або, навпаки, відчуття відчуженості та відсутності емоцій – 34%.

Діти більше часу проводять в гаджетах, стали менш комунікабельними, відчувають відчуженість.

У реаліях війни погіршується якість освітнього процесу. В учнів спостерігаються труднощі, пов'язані з концентрацією уваги, засвоєнням нової інформації та навчальними досягненнями, через психологічний стрес.

Зміни у поведінці та емоційному стані підкреслюють необхідність у психологічній підтримці та консультаціях для відновлення психічного здоров'я.

Цей аналіз допомагає зрозуміти рівень впливу військового конфлікту на психічне здоров'я учасників освітнього процесу та створити базу для подальшої розробки програм психологічної підтримки та адаптації освітнього процесу в умовах війни.

Розробка та впровадження програм психологічної підтримки учасників освітнього процесу в реаліях війни в Україні є ключовим елементом для підтримки психічного здоров'я учнів, вчителів та працівників освітніх закладів.

Нами проведено аналіз потреби учасників освітнього процесу у психологічній підтримці в умовах військового конфлікту. Це було здійснено через опитування, фокус-групи або інші методи, щоб зрозуміти, які саме психологічні послуги та підтримка є необхідними.

На основі проведеного аналізу з'ясовано, що учасники освітнього процесу потребують індивідуальних та групових консультацій з

психологами для вирішення емоційних проблем, подолання стресу, тривоги та депресії. Учні та студенти висловили пропозиції про використання різноманітних методів психотерапії (когнітивно-поведінкова, групова терапія, мистецька арттерапія тощо) для відновлення психічного здоров'я. Педагоги та студенти старших курсів висловили пропозицію проведення тренінгів зі стресостійкості: навчання методам копінгу, самопомоги, саморегуляції для кращого впорядкування емоцій та допомоги в управлінні стресом.

Проведене емпіричне дослідження передбачає обов'язкове врахування у програмі психологічної підтримки учасників освітнього процесу таких ключових моментів:

1. Соціальна підтримка: створення безпечного та підтримуючого середовища для спілкування, можливості обговорювати проблеми та спільні виклики.

2. Емоційна освіта: програми та тренінги для учнів та персоналу з розвитку емоційного інтелекту, сприяння емоційній компетентності та кращого розуміння власних та чужих почуттів.

3. Розвиток психологічної стійкості: програми для підвищення здатності справлятися зі стресом та травматичними подіями.

Ці послуги спрямовані на полегшення психічного навантаження, створення умов для емоційного відновлення та підвищення здатності учасників освітнього процесу працювати та навчатися в умовах війни чи конфлікту.

На основі отриманих даних розроблено програму психологічної підтримки, яка відповідає конкретним потребам. Ця програма включає індивідуальні консультації, групові заняття, тренінги зі стресостійкості та психологічні заняття. Програма є гнучкою та відкритою для постійного удосконалення на основі змін потреб та результатів її впровадження.

Впровадження програми відбувається в контексті діяльності Психологічної служби Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії ім. Тараса Шевченка. Індивідуальні консультації проводяться відповідно до запитів студентів практичними психологами на постійній основі.

Групові заняття щотижня проводяться для дітей дошкільного, молодшого шкільного та підліткового віку. Для молодших школярів організовуються арттерапевтичні заняття з використанням ігрових, імітаційних, рольових методів. Арттерапія та рольова гра допомагають пропрацювати емоційно нестабільні стани дітей, звернути увагу на негативні емоції та стабілізувати негативні емоційно-поведінкові прояви.

Для дітей підліткового віку проводиться система тренінгів групової взаємодії підлітків, індивідуальні консультації для дітей.

В академії також функціонує тренінговий клуб, однією з форм діяльності є систематичне проведення тренінгів для учасників освітнього процесу задля збереження ментального здоров'я у реаліях війни в Україні.

Для вчителів шкіл та науково-педагогічних працівників проводяться заняття з формування резильєнтності, стресостійкості, впроваджується курс із самопомоги та саморегуляції.

Ці кроки допомагають створити систему психологічної підтримки, яка відповідає конкретним потребам учасників освітнього процесу в умовах війни.

Наступним етапом програми є аналіз ефективності методів психологічної підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни. Це є важливим кроком для визначення того, які підходи працюють найкраще та як можна поліпшити психологічну підтримку. Для проведення такого аналізу були зроблені такі кроки:

1. Оцінка задоволеності учасників програми. Здійснення опитувань та анкетування серед учасників програми, щоб визначити, наскільки вони відчують покращення у своєму психічному стані та які аспекти програми є найбільш корисними для них.

2. Спостереження за змінами. Систематичне спостереження за змінами у психічному стані учасників освітнього процесу, оцінка змін у поведінці, емоційному стані, навчальних досягненнях тощо.

3. Збір та аналіз даних. Збір даних про психологічний стан учасників до початку та після участі в програмах психологічної підтримки для порівняння та аналізу.

4. Оцінка кінцевих результатів. Аналіз впливу програми на загальне психічне здоров'я, рівень стресу, підвищення рівня емоційного благополуччя та стійкості до стресу серед учасників.

Ці кроки допомагають зрозуміти, які методи психологічної підтримки працюють найкраще в умовах війни та як їх можна вдосконалити для забезпечення максимальної підтримки учасників освітнього процесу.

Важливим елементом програми є *створення психологічної безпеки в освітньому середовищі під час війни*. Це є критично важливим для забезпечення емоційного благополуччя та освітнього процесу учасників. Для досягнення цієї мети ми рекомендуємо в закладах освіти вжити такі кроки:

*Створення безпечного та підтримуючого клімату*. Забезпечення атмосфери, де учні та працівники освітніх закладів можуть відчувати себе безпечно та захищено, що сприяє їхньому психологічному благополуччю. Це може включати створення довірчого середовища та розвиток позитивних взаємин. На нашу думку, все залежить від кожного учасника освітнього процесу – від керівництва закладами освіти, психолога, соціального працівника до педагогічного колективу, науково-педагогічних працівників, класних керівників, учнів, здобувачів вищої освіти.

*Підготовка педагогічного персоналу*. Проведення психологом просвітницьких занять з навчання педагогів навичкам виявлення емоційних проблем учнів та студентів та реагування на них, а також розуміння психологічних впливів війни на дітей.

*Психологічна підтримка для всіх учасників освітнього процесу*. Важливим елементом програми є забезпечення доступу до психологічної підтримки для учнів, вчителів та інших працівників освітніх закладів.

Діти реагують по-різному на стрес залежно від їхніх індивідуальних особливостей та навичок управління собою. Молодші школярі, наприклад, можуть мати труднощі з вираженням своїх почуттів, тоді як старші можуть краще розуміти свої проблеми, але не висловлювати їх.

У дітей стрес може виявлятися через зміни в поведінці, такі як: дратівливість або при-

мхливість, плач, пітливість долонь, втечі, агресивність або захист, відмова від раніше улюбленої діяльності, постійне вираження занепокоєння, скарги на школу частіше, ніж зазвичай, несподівані перелякані реакції, зміни у стосунках з батьками чи вчителями.

Також важливо зауважити, що діти можуть виявляти загальний стрес через: депресію, апатію та уникнення, нав'язливі стани, надмірну сором'язливість, надмірне занепокоєння, страх соціальних ситуацій, нав'язливий інтерес до певних предметів або рутини, постійне питання «що буде далі».

Підлітки можуть виявляти стрес через негативне мислення про себе, інших або навколишній світ, а також через втрату раніше засвоєних навичок. Наприклад, якщо раніше учень міг вирішувати складні математичні завдання, то зараз це може стати проблемою: йому важко сконцентрувати увагу, зрозуміти суть завдання.

Діти і підлітки можуть висловлювати свій стрес через негативні моменти у своєму мовленні, які стосуються себе, інших, навколишнього світу (наприклад, «мені ніхто не подобається», «я неспроможний», «немає нічого радісного»). Крім того, може спостерігатися регресивна поведінка, коли втрачаються раніше засвоєні навички.

Важливо пам'ятати, що негативні зміни у поведінці майже завжди є яскравими сигналами того, що щось не так, і вчитель має приділити цьому увагу.

Основними психологічними показниками, на які варто звертати увагу в нинішній ситуації під час спілкування з дітьми, для дітей молодшого шкільного віку є: виражене хвилювання, сум, закритість; небажання відвідувати школу або онлайн-заняття; провокаційна поведінка та агресія тривалий час; часті ситуації роздратування; значне погіршення успішності у навчанні.

Для учнів середнього та старшого шкільного віку показниками, на які варто звернути увагу, є: зміни в успішності та навчанні; вживання алкоголю або наркотиків; часті скарги на фізичний стан; невиправданий страх, який не має об'єктивної підстави; часті випадки агресії чи жорстокості.

Щоб зменшити ці показники, важливо психологічно підтримувати дітей залежно від їхнього віку. Для дітей молодшого класу – створювати безпечне навчальне середовище, використовувати творчі методи на уроках, допомагати висловлювати свої почуття та забезпечувати стабільний розклад.

Для учнів середньої школи – говорити про те, що їх турбує, бути відвертим та заохочувати висловлювати емоції, не змінюючи радикально методи навчання.

Для старшокласників – відкрито говорити про те, що відбувається, сприяти висловленню почуттів, коригувати самозвинувачення та спрямовувати агресію в конструктивне русло.

Психологи підготували для вчителів поради, як заспокоїти дитину:

1. Спочатку важливо самому заспокоїтися. Ми передаємо дитині свій емоційний стан.

2. Діти часто відображають емоції оточення – батьків, вчителів, товаришів.

3. Якщо помічаєте, що дитина збуджена, перевірте, наскільки ви самі збуджені.

4. Якщо причина нервового збудження – у вас і ви відчуваєте, що емоції накопичуються, важливо зробити кілька глибоких вдихів. Наприклад, вдихайте через ніс на рахунок один-два, а потім видихайте на рахунок один-два-три-чотири-п'ять.

5. Коли Ви заспокоїлися, спокійно говорите з дитиною так, як говорите завжди.

6. Не кричіть на дитину, якщо вона сама кричить. Це не допоможе.

7. Перевести увагу: спробуйте переключити увагу дитини на щось інше, що може її вразити.

8. Якщо ви помітили, що діти потребують психологічної допомоги, необхідно не зволікати, повідомити про це батьків і звертатися до шкільного психолога.

Важливо пам'ятати, що в сучасних реаліях в освітньому процесі ключовим є створення сприятливого мікроклімату в колективі, підтримка позитивного емоційного стану здобувачів освіти.

МОН України рекомендує під час навчання будувати зв'язок з учнями за такими правилами: 1. На початку уроку зацікавити дітей, щоб вони отримали позитивні емоції (жарти,

веселі історії тощо). 2. Під час основної частини навчання акцентувати увагу на візуалізації та ігрових вправах, відповідних їхньому віку. Це допоможе розслабитися під час вивчення нового матеріалу. 3. На завершення уроку особисто подякувати кожному. Це зближить учнів з педагогом, процесом навчання та зменшить почуття самотності.

Перед початком роботи з учнями вчителю варто переконатися, чи він сам у стабільному стані, оскільки лише поруч зі спокійним та впевненим вчителем діти почують себе захищеними. Пам'ятайте, що приклад, який ви покажете, має велике значення, тому важливо організувати своє життя в цих умовах, щоб бути прикладом для дітей.

Важливою психологічною підтримкою учасників освітнього процесу є безкоштовні центри психологічного консультування, зокрема центр консультування і травмотерапії Open Doors. Є можливість скористатися онлайн-платформою «Розкажи мені», що надає цілодобову психологічну допомогу. Активно функціонують Telegram-канали: «Психологічна підтримка», «Психологічна допомога в кризі», «Перемога» від кваліфікованих фахівців у галузі психології. Рекомендуємо скористатися національною гарячою лінією «Lifeline Ukraine», «Між нами», «Людина в біді», звертатися до реабілітаційного центру «Крок назустріч», всеукраїнського кол-центру «Варто жити». Активно функціонує Національна психологічна асоціація для безкоштовних консультацій з психології. Не соромтеся шукати допомогу, якщо вона вам потрібна.

Для педагогів рекомендуємо ефективно використовувати матеріали, плакати, інформаційні брошури про психологічну підтримку, які були б доступні для усіх учасників освітнього процесу.

Створення психологічної безпеки в освітньому середовищі важливе для того, щоб учасники освітнього процесу могли ефективно функціонувати та розвиватися (зокрема, під час військових конфліктів).

Рекомендації для освітніх установ спрямовані на створення системи психологічної підтримки, яка була б доступною, ефективною та відповідала би потребам учасників освітнього процесу в умовах військового конфлікту.

Актуальним залишається забезпечення достатніх фінансових ресурсів для психологічної підтримки в освітніх установах, включаючи навчання психологів, створення програм психологічної допомоги та матеріальне забезпечення для цієї діяльності. Важливим є продовження створення центрів психологічної підтримки в освітніх установах або співпраця з місцевими психологічними службами для надання доступних послуг. Необхідна також розробка національних програм та стандартів психологічної підтримки в освітніх закладах; навчання вчителів та адміністративного персоналу навичкам виявлення емоційних проблем учнів та реагування на них, а також самопідтримки. Доцільним є проведення інформаційних кампаній для підвищення свідомості серед батьків, учнів та працівників освітніх установ про наявність та доступність психологічної підтримки.

**Висновки.** Психологічна підтримка учасників освітнього процесу в реаліях війни в Україні має важливе значення. Ось деякі методичні рекомендації, які можуть бути корисними:

забезпечення безпечного та підтримуючого клімату в освітньому закладі, проведення психологічних консультацій, надання можливості педагогам, учням, студентам пройти консультації з психологами для обговорення їхніх емоцій, стресів та способів їх подолання. Організація та проведення тренінгів та занять, які спрямовані на розвиток навичок управління стресом, саморегуляції та підвищення стресостійкості. Створення психологічних груп підтримки та обговорення, де учасники можуть ділитися своїми почуттями, досвідом та отримувати емоційну допомогу один від одного.

Рекомендовано розповсюдження психологічних підручників, брошур та інших матеріалів, які містять корисні поради та стратегії регуляції емоційного стану в умовах війни в Україні. Важливо залучати батьків, громадськість та місцеві спільноти до підтримки психологічного благополуччя учасників освітнього процесу.

Ці рекомендації можуть бути основою для розробки програм та методик психологічної підтримки населення в реаліях війни в Україні.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Анищенко Л. Поранені реальністю: особливості надання психологічної допомоги вимушено переміщеним особам з України в Нідерландах. *Психологія російсько-української війни: внутрішній погляд* : матеріали Всеукраїнського круглого столу, 7 квітня 2022 р. / за наук. ред. М. Слюсаревського та ін. ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології, Асоціація політичних психологів України. Київ : Талком, 2022. С. 5–6.
2. Зеленський В. О. Окупанти визначили своїми ворогами культуру, освіту та людяність URL : <https://www.5.ua/regiony/okupanty-vyznachyly-svoimy-vorohamy-kulturu-osvitu-ta-liudianist-zelenskyi-vidreahuvav-na-tsynichnyi-obstril-rashystamy-lozovoi-277760.html>.
3. Міхеєва Л. Психічне здоров'я дітей в умовах війни. Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір. *До 25-річчя Національного університету «Одеська юридична академія» та 175-річчя Одеської школи права* : матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції, м. Одеса, 24 червня 2022 р. Одеса : Національний університет «Одеська юридична академія», 2022. С. 152–156. URL : <https://hdl.handle.net/11300/18037>.
4. Федько В. Психологічна підтримка здобувачів освіти та організація навчання під час війни. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми* : збірник матеріалів наукових доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції, м. Київ, 22 квітня 2022 р. Київ, 2022. С. 171–176.
5. The future of distance education in war or the education of the future (the Ukrainian case study) / M. Sherman et al. *Futurity Education*. 2022. № 2 (3). P. 13–22. DOI: 10.57125/FED/2022.10.11.30.

## PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PARTICIPANTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS IN THE REALITIES OF THE WAR IN UKRAINE

**NOVAK TETYANA VITALYIVNA**

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,  
Head of the Department of Psychology and Social Work

*Kremenets Regional Humanitarian and Pedagogical Academy named after Taras Shevchenko*

**YAROSCHUK MARIANNA VOLODYMYRIVNA**

Candidate of Psychological Sciences, Senior Lecturer at the Department of Psychology and Social Work  
*Kremenets Regional Humanitarian and Pedagogical Academy named after Taras Shevchenko*

**Introduction.** *The problem of psychological support for students is always very relevant, especially in the conditions of military conflicts and crisis situations. War, conflict or other stressful events significantly affect the mental state of children and adolescents.*

*It is important to investigate and analyze the peculiarities of psychological support of the participants of the educational process in the realities of the war in Ukraine. The relevance of this problem is manifested in the negative impact of excessive excitement, stress, anxiety and learning, the general development of children, the preservation of mental health and positive microclimate in the team.*

*This requires a systematic response from educational institutions, government agencies and specialists in the field of psychology to provide support for children and adults who have experienced stressful situations due to military conflicts or other events.*

**Purpose.** *Military conflict impact assessment on the mental health of participants in the educational process for the development and implementation of a psychological support program.*

**Methods.** *The scientific research used the method of critical analysis of scientific and methodical literature, practical experience. The following methods were widely used: observation, interview, questionnaire, rating, modeling, survey, focus group, empirical experiment.*

**Results.** *The study analyzed the impact of war events on the psyche and emotional state of participants in the educational process. The results of an empirical study of psychological indicators, which include an assessment of the level of stress, anxiety, depression and other mental reactions among students and teachers, are summarized; revealed their experiences, experiences and mental state during the war period. Based on the received data, a program of psychological support that meets specific needs has been developed. This program includes individual consultations, group sessions, stress resistance training and psychological meetings. Possible strategies of psychological support and methods of assistance for teachers in working with children during military operations are considered. Practical advice and recommendations for psychologists, teachers and parents are offered, which are aimed at ensuring effective psychological protection and support of participants in the educational process in the realities of the war in Ukraine.*

**Originality.** *A program of psychological support for participants in the educational process in war conditions has been developed and adapted. The program includes individual consultations, group classes, stress resistance training and psychological classes.*

**Conclusion.** *Methodical recommendations and tips for implementing a program of psychological support for participants in the educational process: ensuring safe and supportive climate in an educational institution, giving teachers and students the opportunity to consult with psychologists to discuss their emotions, stress and ways to overcome them; training of teaching staff. Organization and conduct of art therapy classes using game, simulation, role-playing methods; systems of trainings and classes aimed at developing stress management skills, self-help and self-regulation, increasing stress resistance. Creation of psychological support and discussion groups where participants can share their feelings, experiences and receive emotional help from each other. Information about free psychological counseling centers; distribution of textbooks, brochures and other materials that contain useful tips and strategies for emotional regulation in the conditions of the war in Ukraine. Involvement of parents, the public and local communities in supporting the psychological well-being of participants in the educational process.*

**Key words:** *psychological support, participants of the educational process, stress resistance, war, support program.*

### REFERENCES

1. Anyshhenko, L. (2022). Poraneni realjnistju: osoblyvosti nadannja psykhologhichnoji dopomoghy vymusheno peremishhenym osobam z Ukrajinu v Niderlandakh [Wounded by reality: features of providing



- psychological assistance to forcibly displaced persons from Ukraine in the Netherlands]. *Psykhologhija rosijsko-ukrajinskoji vijny: vnutrishnij poghljad : materialy Vseukrajinskogho krughlogho stolu*. Kyjiv : Talkom. S. 5–6 [in Ukrainian].
2. Zelenskyj, V.O. (2023). Okupanty vyznachyly svojimy voroghamy kuljtuuru, osvitu ta ljudjanistj [The occupiers identified culture, education and humanity as their enemies]. Retrieved from: <https://www.5.ua/regiony/okupanty-vyznachyly-svoimy-vorohamy-kulturu-osvitu-ta-liudianist-zeleskyi-vidreahuvav-natsynichnyi-obstril-rashystamy-lozovoi-277760.html> [in Ukrainian].
  3. Mikhejeva, L. (2022). Psykhichne zdorov'ja ditej v umovakh vijny. Osobystistj ta suspiljstvo v cyfrovu eru: psykhologhichnyj vymir [Children's mental health in war conditions. Personality and society in the digital era: psychological dimension]. (*do 25-richchja Nacionaljnogho universytetu «Odesjka jurydychna akademija» ta 175- richchja Odesjkoji shkoly prava*) : materialy III Mizhnarodnoji naukovopraktychno konferenciji. S. 152–156. Retrieved from: <https://hdl.handle.net/11300/18037> [in Ukrainian].
  4. Fedjko, V. (2022). Psykhologhichna pidtrymka zdobuvachiv osvity ta orghanizacija navchannja pid chas vijny [Psychological support of education seekers and organization of training during the war]. *Psykhologhichni vymiry osobystisnoji vzajemodiji sub'ektiv osvitnjogho prostoru v konteksti ghumanistychnoji paradyghmy : zbirnyk materialiv naukovykh dopovidej V Mizhnarodnoji naukovopraktychnoji konferenciji, m. Kyiv, 22 kvitnja 2022 r.* Kyiv. S. 171–176 [in Ukrainian].
  5. The future of distance education in war or the education of the future (the Ukrainian case study) (2022). M. Sherman et al. *Futurity Education*. 2 (3). P. 13–22. doi: 10.57125/FED/2022.10.11.30 [in English].